



QUAND LES RÈGLES SONT DOULOUREUSES

Qu'est-ce que la dysménorrhée ?

La dysménorrhée est une menstruation accompagnée de douleurs pelviennes qui durent au moins 6 mois. La douleur associée à la dysménorrhée est souvent définie comme des crampes ou de véritables coliques ; au niveau de la région sus-pubienne, dorsale ou lombaire. D'autres symptômes peuvent être présents comme des maux de tête, des nausées, des vomissements, de la diarrhée et une perte d'appétit. La dysménorrhée est définie comme « précoce » si la douleur débute le premier jour des règles ; « tardive » si la douleur apparaît dans les jours suivants. Les femmes de moins de 30 ans et surtout les adolescentes en souffrent plus fréquemment. Les facteurs de risque comprennent un faible poids corporel, une carence nutritionnelle et le tabagisme.

Quelles sont les causes ?

Les douleurs menstruelles peuvent être associées à des cycles ovulatoires normaux, sans aucune cause organique. Ce type de dysménorrhée, définie comme « primaire », touche majoritairement les femmes entre 15 et 19 ans. La douleur commence peu avant ou avec le début des règles, dure 2 à 3 jours et peut être associée au syndrome du côlon irritable, à la vulvodynie et aux migraines. Dans d'autres cas, les douleurs menstruelles sont « secondaires », c'est-à-dire associées à des lésions organiques telles que des fibromes, des kystes ou des abcès, ou à des infections des voies génitales ou à des maladies gynécologiques comme l'endométriose. Dans ces cas, la douleur peut commencer 1 à 2 semaines avant les règles et persister après les règles.

Comment diagnostiquer la dysménorrhée ?

Comme toujours, un historique détaillé des symptômes est très important et sera suivi d'un examen clinique approfondi et d'un examen pelvien ; ce dernier ne sera pas pratiqué dans le cas de patientes adolescentes sans activité sexuelle. Il sera alors important de réaliser une échographie pour pouvoir exclure les causes organiques et donc pouvoir distinguer la dysménorrhée primaire de la dysménorrhée secondaire. Plus rarement, il sera nécessaire de recourir à d'autres tests diagnostiques comme l'imagerie par résonance magnétique.

Comment traiter la dysménorrhée ?

Dans le cas de dysménorrhée secondaire due à des causes organiques comme des fibromes ou des kystes, le traitement visera à éliminer les causes. Dans le cas de dysménorrhée primaire due aux cycles ovulatoires, le traitement sera pharmacologique et visera à réduire et prévenir l'apparition des douleurs, en respectant les besoins de la femme et du couple, comme dans le cas d'un désir de grossesse.

Dr Valentina Mercanti
Spécialiste FMH en gynécologie et obstétrique
Centre Médical de Plainpalais
Rue de Carouge 24 | 1205 Genève
+ 41 22 339 89 89
<https://cmplainpalais.ch>