

Comment la douleur des règles peut s'apparenter chez certaines femmes à celle d'une crise cardiaque (et pourquoi il serait temps de chercher à y remédier)



Certaines femmes souffrent, pendant leur menstruation, de douleur s'apparentant à une crise cardiaque. Ce phénomène serait causé par la dysménorrhée ou l'endométriose.

Avec Sylvain Mimoun

Atlantico : En quoi la douleur des menstruations, quand une femme en est affectée, peut-elle être comparée à une crise cardiaque ?

Sylvain Mimoun : L'endométriose cause **des douleurs pelviennes très intenses** qui ont comme conséquence des **évanouissements** ou une perte de moral. C'est un syndrome prémenstruel, c'est-à-dire qui accompagne la période des règles. Les douleurs sont dues à de la muqueuse utérine, qui tapisse l'utérus, et qui au lieu d'être à l'intérieur de l'utérus seulement, est aussi présente à l'extérieur : sur les trompes, sur les ovaires, voir sur les intestins. Ces muqueuses extérieurs vont suivre le même cycle hormonale que ce qui est à l'intérieur de l'utérus, ce qui fait qu'**elles vont s'épaissir, grossir avant les règles et se séparer d'une certaine façon, ce qui cause le saignement**. Tandis que ce qui trouve à l'intérieur de l'utérus s'évacue, ce qui se trouve à l'extérieur ne s'évacue pas, ce qui crée une douleur ne s'évacuant pas. Cela est gênant pour deux raisons : **elle cause une douleur intense et peut causer des problèmes pour avoir des enfants**. Pour ce qui est de la douleur apparentée à une crise cardiaque, il y a un côté subjectif. Lorsque les règles sont sécrétées, des hormones - les prostaglandines - vont être éliminées. Ces hormones vont agir là où elles sont et causer une contraction douloureuse. Par exemple, si elles touchent le centre neuro-végétatif, **cela peut entraîner des douleurs autour du coeur, ainsi que des crises comme des vapeurs, des chaleurs ou des évanouissements**. Tout ces symptômes font craindre à ces femmes la crise cardiaque.

Y-a-t-il des recherches viables pour comprendre et étudier ce phénomène de douleur foudroyante pendant les menstruations ?

Il y a de nombreuses recherches dans ce domaine car beaucoup de femmes se plaignent de l'endométriose. **Avant, on traitait ce syndrome en stoppant les règles avec de la progestérone, mais maintenant on essaye de trouver des médicaments plus efficaces** pour réduire les règles et que la femme se sente revivre et qu'elle ne soit plus victime de douleurs. De nombreuses femmes endométriosiques américaines se sont regroupées pour organiser des congrès et faire connaître ce syndrome à de nombreuses femmes ne sachant pas de quoi elles souffrent.

Est-ce un phénomène qui évolue avec l'âge ? Y-a-t-il des femmes plus susceptibles d'être victimes de ces menstruations douloureuses ?

Il y a des familles de femmes qui ont des douleurs, de mère en fille et deuxièmement, cela ne survient qu'à la période de vie où la femme a ses règles. Les femmes ménopausées, qui n'ont plus leurs règles, ne sont pas concernées.

Comment soulager/traiter cette douleur menstruelle comparable à une crise cardiaque ?

Le traitement préconisé est l'**arrêt des règles pour que les parois utérines ne poussent plus avec autant d'intensité et d'épaisseur**, et on peut espérer qu'au bout de 3 ou 4 cycles, voir d'un an sans règle, la femme puisse guérir. Cela lui permet de retrouver son corps et de ne plus être inquiétée par ce qui lui arrive. **Il n'y a pas de risque de mortalité mais il y a tout de même un risque psychologique, du fait de la peur de subir ces douleurs, en particulier pendant un événement professionnel stressant par exemple.** On peut aussi prescrire des **anti-inflammatoires** qui agissent comme des anti-prostaglandines pour la douleur. **Des techniques psycho-corporelles, d'auto-hypnoses, peuvent également aider les femmes à mieux gérer les douleurs et même à les empêcher de devenir trop intense.** Un traitement - la coelioscopie - existe et a pour but de retirer les cellules d'endométriose et permettre d'adapter au mieux le traitement médicamenteux.