



LA MÉNOPAUSE

en 10 questions

1 Âge moyen ?

51
ans

2 Définition ?

Un an complet sans règles, **autour de 50 ans**



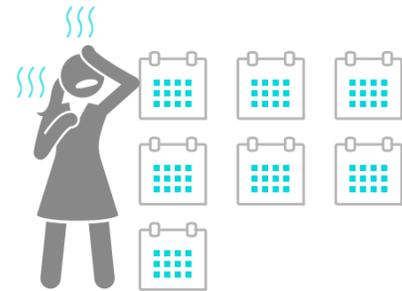
3 Symptôme principal ?

Bouffées de chaleur, pour 3 femmes sur 4



4 Combien de temps peuvent persister les bouffées de chaleur ?

50 % des femmes en ont encore après 7 ans



5 Autres symptômes ressentis ?

Troubles de **l'humeur** et **du sommeil**,
sécheresse vaginale, **douleurs articulaires**



6 Incidence sur la santé ?

Risque augmenté **d'ostéoporose**
et d'accident vasculaire (**AVC, infarctus**)



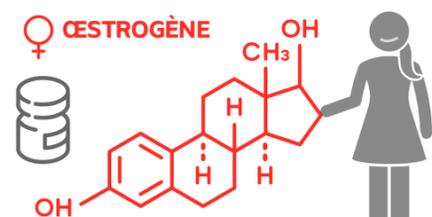
7 Faut-il prendre un traitement ?

Uniquement en cas de **symptômes gênants**



8 Le traitement hormonal de la ménopause est-il dangereux ?

Non : avec les **hormones biosimilaires**,
pour **moins de 5 ans** et en l'absence
de **contre-indication**



9 Y a-t-il des traitements alternatifs ?

Selon les affinités de chacune : **phytothérapie**,
homéopathie, **acupuncture**, **aromathérapie**



10 Incidence sur la libido ?

Plutôt mieux si tout allait bien avant
et qu'on file le **parfait amour aujourd'hui !**

