



**Media**  
*Release*

**Communiqué**  
*aux médias*

The Society of Obstetricians and Gynaecologists of Canada / La Société des obstétriciens et gynécologues du Canada

**POUR PUBLICATION IMMÉDIATE**

Le mardi 18 octobre 2005

## Journée mondiale de la ménopause

Les femmes sont mises au défi de parler à leur médecin dès aujourd'hui

**Ottawa**, le 18 octobre 2005 – Aujourd'hui a lieu la « Journée mondiale de la ménopause », et la **Société des obstétriciens et gynécologues du Canada** profite de l'occasion pour se joindre à la *International Menopause Society* en vue de lancer un défi à toutes les femmes du monde : discuter avec leur médecin de l'une des questions les plus importantes de leur vie.

« Le Journée mondiale de la ménopause met sur la sellette les millions de femmes qui, chaque jour, entrent dans cette importante phase de la vie et qui ignorent toujours quelles sont les merveilleuses occasions qui s'offrent à elles en matière d'amélioration de la santé et de la qualité de vie », indique **Dr André Lalonde, vice-président administratif de la SOGC**. « Lorsque les femmes atteignent cette phase, elles ont encore un tiers de leur vie devant elles et devraient s'attendre à vivre bon nombre d'années en santé. Cependant, les femmes doivent d'abord être au fait des risques qu'elles courent sur le plan de leur santé et discuter avec leur médecin des options qui leur sont offertes, comme adopter une bonne alimentation, faire de l'exercice et entreprendre un traitement pharmacologique, dont l'hormonothérapie substitutive ».

La Journée mondiale de la ménopause met au défi toutes les femmes de 45 ans et plus de discuter avec leur médecin de leurs antécédents, de leurs risques en matière de maladies, des avantages et des risques liés à l'hormonothérapie substitutive, ainsi que des gestes à poser pour prendre leur santé en main.

### ***Que se passe-t-il à la ménopause?***

Durant cette phase, le corps de la femme produit moins d'hormones ovariennes, ce qui peut se traduire par des symptômes comme les bouffées de chaleur, la sécheresse vaginale et l'insomnie. Une perte hormonale à long terme peut aussi donner lieu à un certain nombre de maladies graves, dont l'ostéoporose et la cardiopathie. Voici d'autres renseignements à titre d'exemple :

- Les bouffées de chaleur, qui sont parfois accompagnées de sueurs et de bouffées vasomotrices, représentent la façon dont réagit le corps à la diminution des niveaux d'oestrogène. Lorsqu'une bouffée de chaleur, qui dure généralement de 30 secondes à 5 minutes, se produit, le cœur bat plus vite et la température de la peau augmente.
- La douleur ressentie pendant les relations sexuelles en raison de la sécheresse ou du rétrécissement des tissus vaginaux peut être attribuable à la baisse des niveaux d'oestrogène.
- La moitié des femmes de plus de 50 ans subiront, à un moment ou à un autre, une fracture attribuable à l'ostéoporose.
- Des sondages effectués récemment ont révélé que **plus de la moitié** des femmes ne savent



**Media**  
*Release*

**Communiqué**  
*aux médias*

The Society of Obstetricians and Gynaecologists of Canada / La Société des obstétriciens et gynécologues du Canada

pas que la ménopause est associée à un risque accru de cardiopathie, malgré le fait que les maladies cardiovasculaires – surtout les crises cardiaques et les accidents vasculaires cérébraux – représentent la principale cause de décès à l'échelle mondiale.

- La recherche suggère que les femmes ménopausées courent jusqu'à TROIS FOIS plus de risques d'être atteintes de la maladie d'Alzheimer, et que la perte d'œstrogène n'y est pas étrangère. De nouvelles recherches se penchent sur le lien qui pourrait exister entre l'œstrogène et les fonctions cérébrales, y compris le développement de la maladie d'Alzheimer.

« La ménopause peut être une période bouleversante, et les options qui s'y rattachent peuvent sembler compliquées », ajoute **Dr Jennifer Blake, co-auteur du Consensus sur la ménopause**. « Toutefois, chaque femme doit choisir l'option qui lui convient le mieux. Cela fait toute la différence ».

En février 2006, la SOGC publiera son Consensus sur la ménopause. Consultez le site [www.sogc.org](http://www.sogc.org) pour un complément d'information.

**Au sujet de la SOGC :**

*Fondée en 1944, la Société des obstétriciens et gynécologues du Canada représente plus de 2 700 membres professionnels, dont des gynécologues, des obstétriciens, des médecins de famille, des infirmières, des sages-femmes, ainsi que des professionnels du domaine paramédical. À titre d'une des principales autorités dans le domaine des soins de santé génésique, la SOGC produit des directives nationales liées à l'éducation publique et médicale sur d'importants sujets en matière de santé des femmes. La mission de la Société est de promouvoir la santé optimale des femmes par le leadership, la collaboration, l'éducation, la recherche et la défense des droits dans la pratique de l'obstétrique et de la gynécologie. [www.sogc.org](http://www.sogc.org)*

-30-

**Personne-ressource :**

Kelly Nolan, directrice, Communications et éducation publique

Tél. : 1 800 561-2416 ou (613) 730-4192, poste 330

Tél. cell. : (613) 323-1187

Télééc. : (613) 730-4314

Courriel : [knolan@sogc.com](mailto:knolan@sogc.com) Site Web : [www.sogc.org](http://www.sogc.org)