

## QUAND CONSULTER ?

En cas de symptômes évocateurs d'un fibrome utérin :

- Menstruations anormalement abondantes, avec ou sans caillots
- Saignements hémorragiques pendant et/ou en dehors des règles
- Douleurs menstruelles, douleurs abdominales aiguës en dehors des règles
- Anémie, carence en fer, épuisement physique
- Envies fréquentes d'uriner, compression de la vessie ou du rectum, hémorroïdes
- Sensations de ballonnements ou de pesanteur abdominale
- Douleurs pendant les rapports sexuels
- Difficultés à être enceinte, troubles de la fertilité
- Fausses couches, accouchement prématuré

## LA PRISE EN CHARGE ET LE SUIVI



Votre gynécologue est votre principale interlocutrice. Le dialogue entre vous est essentiel. Il existe un éventail de traitements, allant de la simple surveillance, aux traitements médicamenteux, chirurgicaux et non-chirurgicaux.

Votre gynécologue vous donnera des informations sur les différents traitements existants et vous en proposera un ou plusieurs en prenant en compte les avantages et les inconvénients de chacun de ces traitements.

Il n'existe pas de traitement curatif du fibrome utérin. Le risque de récurrence est estimé entre 10 et 51 %. En fonction de votre passé médical, vos antécédents familiaux, votre désir de grossesse : parlez-en avec votre médecin.

FibromeInfo  
FRANCE

Campagne de sensibilisation réalisée par l'association Fibrome Info France avec le soutien et la participation du Ministère chargé de l'égalité entre les femmes et les hommes, de la diversité et de l'égalité des chances.

## CONTACTEZ-NOUS

### FIBROME INFO FRANCE

Maison des associations  
15 passage Ramey  
75018 Paris

[www.fibrome-info-france.org](http://www.fibrome-info-france.org)  
[contact@fibrome-info-france.org](mailto:contact@fibrome-info-france.org)

Suivez-nous sur les réseaux sociaux !



[www.fibrome-info-france.org](http://www.fibrome-info-france.org)

  
**MINISTÈRE  
CHARGÉ DE L'ÉGALITÉ  
ENTRE LES FEMMES ET  
LES HOMMES,  
DE LA DIVERSITÉ ET DE  
L'ÉGALITÉ DES CHANCES**  
*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## MENSTRUATIONS ET FIBROME UTÉRIN

### CE QU'IL FAUT SAVOIR



## SOYONS ACTRICES DE NOTRE SANTÉ !

FibromeInfo  
FRANCE

FIF-EF-2021.V1

## POURQUOI SENSIBILISER AUX RÈGLES ET AU FIBROME UTÉRIN ?



Le fibrome utérin est également appelé myome. C'est la tumeur non-cancéreuse, dite bénigne, la plus fréquente chez les femmes en âge de procréer. Cette maladie touche environ 30 à 60 % de femmes et représente en France la première cause d'ablation de l'utérus.

Le fibrome utérin est une masse de forme plus ou moins arrondie, pouvant se développer à l'intérieur ou sur la paroi de l'utérus. Il est constitué de cellules musculaires.

### 1<sup>ÈRE</sup> CAUSE D'ABLATION DE L'UTÉRUS EN FRANCE

### 30 À 60% DES FEMMES SONT TOUCHÉES

### LES PREMIERS FIBROMES SONT DIAGNOSTIQUÉS GÉNÉRALEMENT VERS 25-30 ANS

Une différence significative est cependant constatée chez les femmes d'ascendance afro-caribéenne. Elles sont très touchées par le fibrome utérin et développent la maladie à un âge plus jeune que la moyenne.

## QUELS SIGNES DOIVENT VOUS ALERTER ?



**RÈGLES TRÈS ABONDANTES OU DOULOUREUSES**

#### MÉTRORRAGIES

Saignements qui surviennent en dehors des règles

#### MÉNORRAGIES

Durée des règles supérieure à 7 jours ou flux menstruel > 80 ml

#### MÉNOMÉTRORRAGIES

Saignements anormaux pendant et/ou en dehors des règles, parfois accompagnés de caillots de sang

## LES MENSTRUATIONS

Les règles sont également appelées menstruations ou mens-  
trues. Ce sont des écoulements de sang qui proviennent de l'en-  
domètre, cette membrane qui tapisse l'utérus.

Les règles sont un phénomène physiologique normal de la vie des femmes de la puberté à la ménopause. Elles ont généralement une durée de 2 à 6 jours avec une perte sanguine oscillant entre 5 et 60 ml en fonction des femmes et des cycles.



## COMMENT RECONNAÎT-ON UN FLUX NORMAL ?



Les règles peuvent être fluides ou comporter de petits caillots. Le flux des règles normales correspond à l'équivalent de trois à cinq protections hygiéniques par jour. Chaque protection peut être utilisée pendant 4 à 5 heures.

Lorsque la durée des règles est supérieure à 7 jours ou en présence d'un flux menstruel supérieur à 80 ml, il ne s'agit plus de menstruations normales : ce sont des ménorragies.

## LES DOULEURS PENDANT LES RÈGLES SONT-ELLES NORMALES ?

Les douleurs pendant les règles sont variables d'une femme à l'autre. Si des douleurs abdominales lancinantes surviennent pendant ou en dehors des règles, elles peuvent être en lien avec une maladie gynécologique. C'est notamment le cas lorsqu'un ou plusieurs fibromes se développent à l'intérieur de l'utérus. Des douleurs localisées au niveau du bas-ventre ou du dos, et des hémorragies peuvent survenir pendant et en dehors des menstruations.



## COMMENT LES FIBROMES SE MANIFESTENT-ILS ?

L'évolution et les complications des fibromes varient d'une femme à l'autre en fonction du nombre de fibromes, la grosseur et l'endroit où ils se situent.

Lorsqu'un ou plusieurs fibromes sont nichés dans l'utérus ou sur sa paroi, ils occasionnent des règles hémorragiques, des saignements intempestifs, des douleurs menstruelles et des douleurs abdominales en dehors des règles.

Les ménorragies, les métrorragies et les ménométrorragies sont des saignements anormaux induits par les fibromes. Ils sont la cause la plus fréquente d'anémie et de carence en fer chez les femmes qui souffrent de fibromes utérins. Ces saignements, le plus souvent hémorragiques, sont sources d'épuisement physique et de fatigue nerveuse.

## LES FACTEURS DE RISQUE

La cause exacte du fibrome utérin n'est pas connue à ce jour. Différents facteurs peuvent cependant concourir à la survenue ou à la croissance d'un fibrome.

### RÈGLES PRÉCOCES

Lorsqu'elles surviennent entre 9 et 11 ans, les règles constituent un facteur de risque de fibrome utérin.

### ANTÉCÉDENTS FAMILIAUX

Une fille dont la mère, la tante ou la grand-mère a souffert de fibrome, pourrait en souffrir à son tour, en raison d'une prédisposition familiale.

### DÉSÉQUILIBRE HORMONAL

Le déséquilibre entre les deux hormones sécrétées par les ovaires au cours du cycle menstruel : les œstrogènes et la progestérone. Ces deux hormones ont une influence sur l'équilibre hormonal des femmes de la puberté à la ménopause.

### ETHNIE

Les femmes d'ascendance afro-caribéenne développent des fibromes à un âge plus jeune que la moyenne et sont sujettes à un taux de récurrence important.

### NULLIPARITÉ OU ABSENCE D'ENFANT

Le fait de ne pas avoir d'enfant ou de grossesse est un facteur de risque.

### L'OBÉSITÉ