Zeitschrift: Femmes suisses et le Mouvement féministe : organe officiel des informations de l'Alliance de Sociétés Féminines Suisses

Herausgeber: Alliance de Sociétés Féminines Suisses

Band: 66 (1978)

Heft: 3

Artikel: On peut effacer la ménopause : [1ère partie]

Autor: Weid, Bernadette von der

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-275177

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 02.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

1 5 MARS 1978

Bibliothèque Publique
et Universitaire de
1205 GENEVE

BIBLIOTHÈQUE DE GENÈVE

Envoi non distribuable
à retourner à
9, rue du Vélodrome
1205 Genève

J.A. 1260 Nyon
Mars 1978 **N° 3**

femmes suisses

LE MOUVEMENT FEMINISTE - JOURNAL MENSUEL FONDE EN 1912 PAR EMILIE GOURD

Voir page 3

On peut effacer la ménopause

Il y a des mots qui sonnent mal, comme une fin en soi, quelque chose d'inévitable et d'irrémédiable sans aucun côté positif. Un souvenir de mes douze ou treize ans : une tante au salon, après un échange de propos anodins, devenant écarlate et fuyant la pièce les larmes aux yeux. Et à mes questions effarées, on répondait : « Ta tante traverse un moment difficile, non tu ne peux pas comprendre, on ne parle pas de *ces choses-là* ». (Réponse-type, d'ailleurs, dès qu'il s'agissait de sexualité, de la mort ou bien d'argent et d'héritages.)

Ces réflexions nous ont amenées à penser qu'il fallait parler de ménopause, puisque nous sommes si mal informées de ce qui se passe à l'intérieur de nous-mêmes, partagées que nous sommes entre l'envie de ne pas y penser avant que cela nous arrive, et celle de ne rien manifester au moment inéluctable.

Définition de la Faculté de Médecine de Genève

« Période de la vie de la femme dont l'âge, relativement immuable en dépit de la longévité humaine prolongée, se situe vers 49 ans. Caractérisée par des perturbations endocriniennes à point de départ ovarien, disloquant la solidarité des systèmes glandulaires et par des manifestations très polymorphes auxquelles le système nerveux prend une part prépondérante. »

Nous avons lu un gros ouvrage, « La ménopause effacée », du Dr Anne Denart-Toulet (Ed. Robert Laffont) nous avons été visiter un gynécologue privé et quelques internes en gynécologie de l'Hôpital cantonal de Genève, ainsi qu'une psycho-somaticienne.

La somme de nos réflexions n'est pas d'une gaîté folle, mais nous avons recueilli une somme de renseignements utiles, réalisé qu'une quantité d'idées fausses sont à écarter et qu'il faut regarder ce fameux état en face, puisqu'il nous attend toutes un jour ou l'autre.

Que redoutons-nous ?

Les ménages suisses ont à peu près 2,4 enfants en moyenne. La plupart de ces enfants naissent lorsque leurs mères ont entre 20 et 35 ans. Donc, une femme de 50 ans à qui son médecin annonce qu'elle ne pourra plus procréer doit se sentir soulagée. Finies les obsessions pilule, stérilet ou rythmes mensuels, finies les excursions de ski que l'on doit remettre au week-end suivant, et finie surtout cette petite cuisine de serviettes ou de tampons qui devient servitude lassante.

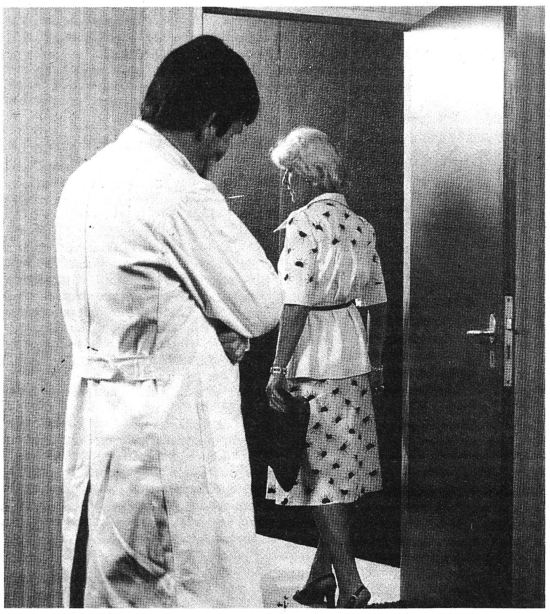
Alors ?

Une psycho-somaticienne nous dit :

« Le mot-clé est PLAIRE. Une femme de 20 ou 30 ans peut toujours se dire : si je ne plais pas aujourd'hui, je plairai demain. A 50 ans, plaire devient « encore plaire ». Face à des demandes purement médicales, je réalise que ces questions sont toujours sous-tendues par celle-ci : voilà ce qui m'attend, est-ce qu'on peut le prévenir ? Autrement dit : maintenant on peut ne pas vieillir, vous les médecins vous êtes des magiciens, vous allez m'empêcher d'avoir cette ménopause si terrifiante, c'est-à-dire vieillir. »

Dans le système où nous vivons, c'est exceptionnel que la culture de masse fasse la place à une femme qui n'est pas forcément jeune et belle, quand Régiani chante « la femme qui dort dans mon lit n'a plus 20 ans depuis longtemps », il se démarque complètement ; et c'est à mon avis un progrès énorme que l'on puisse reconnaître le droit au plaisir et le droit à plaire à une tendresse au seul titre de femme.

Photo Médecine et Hygiène



Type de l'idée erronée :

C'est la femme qui se dit : « Je ne suis plus réglée, je ne suis plus une vraie femme ». Et elle se déprécie elle-même, ou bien son partenaire l'exprime d'une manière ou d'une autre, elle se dit : « A partir de cet âge-là je ne suis plus une femme » alors que c'est elle-même qui prend inconsciemment cette décision.

Que se passe-t-il exactement ?

Il faudrait des pages pour décrire avec précision les aspects gynécologiques, médicaux et gérontologiques de la ménopause.

En effet, comment expliquer sans jargon technique la fonction ovarienne, cette minutieuse et implacable horlogerie ?

Un fait essentiel est à retenir : tout au long de la vie, les secrétions hormonales sont dirigées par un véritable ordinateur de régulation supérieure : l'hypothalamus, situé stratégiquement au centre du cerveau. (v. p. 5).

Au moyen de messagers chimiques neuro-transmetteurs, l'hypothalamus dirige l'hypophyse, minuscule glande centrale qui commande toutes les autres et siège juste au-dessous de lui, à la base du cerveau.

Les ovaires déterminent toute l'activité génitale de la femme, et sont eux-mêmes stimulés ou freinés dans leur production d'hormones : œstrogènes et progestérone.

L'hypothalamus dénote une grande activité dès la vie embryonnaire, puisque la différence entre les sexes en dépend. Puis, après la naissance, tout le système sexuel est mis en sommeil jusqu'à la puberté.

La puberté se passe rarement sans problèmes, mais psychologiquement c'est une expérience heureuse ; une jeune fille peut ressentir migraines, bouffées de chaleur ou maux de ventre, tout ceci est compensé par l'idée qu'elle est enfin une femme, ouverte à la vie adulte, la maternité et aussi la beauté physique. Donc, expérience stimulante et positive.

La ménopause :

Dans la pratique, on a pris l'habitude de la diviser en trois périodes :

a) une pré-ménopause, avant l'interruption des règles avec secrétion plus ou moins forte d'œstrogènes (folliculine), mais diminution franche de la progestérone.

b) la ménopause proprement dite avec : disparition des ovulations, donc de la progestérone, chute réelle des œstrogènes, etc.

c) enfin, une post-ménopause où toutes les sécrétions tendent vers l'extinction.

Cette division un peu arbitraire permet de séparer les différents types de troubles correspondant aux caractères de chaque étape du déséquilibre hormonal.

Troubles

Il faut bien employer ce terme à propos de ménopause, et voilà le propos de cet article : tous les travaux concordent à l'heure actuelle pour confirmer qu'il n'existe que 15 à 20 % au maximum de ménopauses dites sans troubles. Dans tous les autres cas, les bouffées de chaleur, sueurs, maux de tête, malaises variés, fourmillements, douleurs articulaires et musculaires, troubles psychologiques, irritabilité, dépression, modifications physiologiques, embonpoint, etc. sont présents à des fréquences et des degrés d'intensité divers.

Programme peu engageant nous en conviendrons, mais peut-être rassurant puisque toutes les femmes y passent, traversent ce tunnel et en ressortent toutes. Rassurant aussi de se dire que des malaises bizarres que l'on croit être seule à ressentir font partie de la condition de femme, et qu'un bon médecin peut atténuer ou même effacer tous ces troubles.

B.v.d. Weid

Suite en page 5

femmes suisses
et le Mouvement féministe

paraissant une fois par mois

Organe officiel des informations de l'Alliance de sociétés féminines suisses

Equipe de rédaction
Bernadette von der Weid
Boîte postale 10
1253 Vandœuvres
Tél. (022) 50 19 26
Jacqueline Berenstein-Wavre
Idelette Engel
Anne-Marie Ley
Françoise Labé
Simone Chapuis
présidente du Comité du journal

Administration
Claudine Richoz
9, rue du Vélodrome
1205 Genève
CCP 12 - 117 91
Tél. (022) 29 19 04

Correspondance
Rédaction, Services de Presse et Conférences de Presse :
B. von der Weid
Abonnements :
C. Richoz

Publicité
L'Oeil Public-Pierre Monnet
B.P. 199 - 17b, rue Cavour
1211 Genève 11
Tél. (022) 45 87 18

Abonnement
1 an :
Suisse : Fr. 20.—
Etranger : Fr. 23.—
de soutien : Fr. 25.—
Les abonnements vont de janvier à décembre et sont renouvelés d'office, sauf dénonciation préalable

Impression
Ets Ed. Cherix et Filanosa SA
Nyon

Dossiers du mois

Ménopause p. 1 et 5

Elections communales vaudoises p. 3 et 8

Egalité des droits entre hommes et femmes p. 4

E 1436