

# Je suis suivie sur le plan gynécologique même après la ménopause

**Le site du Docteur Michel MAILHOL**

Adresse du site : [www.docvadis.fr/michel-mailhol](http://www.docvadis.fr/michel-mailhol)



Validé par

le Comité Scientifique Médecine générale

**Le suivi gynécologique ne se limite pas à la contraception et au suivi de la femme enceinte. Après la ménopause, un suivi gynécologique est toujours nécessaire.**

## **Je suis ménopausée, dois-je encore bénéficier d'un suivi gynécologique ?**

Oui. Il est indispensable de continuer à consulter régulièrement votre médecin généraliste ou votre gynécologue après la ménopause dans le cadre de votre suivi gynécologique. Vous pourrez lui demander conseil à propos des troubles que vous pouvez ressentir : bouffées de chaleur, déshydratation de la peau, insomnies, et tout autre embarras qui vous préoccupe. Une visite annuelle est recommandée. Votre médecin ou votre gynécologue vous examinera et vous prescrira les examens de dépistage courants.

## **Existe-t-il un traitement efficace des troubles de la ménopause ?**

Le traitement hormonal a des indications et des modalités de prescription bien précises, qui doivent être évaluées par votre médecin généraliste ou votre gynécologue. Il s'agit d'une prescription individualisée qui n'est pas systématique.

## **Que dois-je faire pour prévenir les risques d'ostéoporose ?**

Votre médecin généraliste ou votre gynécologue pourra vous prescrire un examen appelé ostéodensitométrie,

qui apprécie la solidité de vos os en mesurant leur densité. Cet examen permet d'évaluer le risque de fractures et de décider de la nécessité d'un traitement adapté. Il est également nécessaire d'adopter une hygiène de vie adaptée : régime riche en laitages et en vitamine D et activité physique régulière. La marche, à raison d'une demi-heure par jour, est recommandée.

## **Mon médecin m'a prescrit une mammographie, est-ce utile ?**

La mammographie est un examen de dépistage du cancer du sein. Elle peut vous être proposée par votre médecin généraliste ou votre gynécologue ou dans le cadre de la campagne nationale de dépistage. Le dépistage du cancer du sein est proposé à toutes les femmes de 50 à 74 ans tous les deux ans et est intégralement pris en charge par l'assurance maladie, sans avance de frais. C'est dans cette tranche d'âge que les risques de développer un cancer du sein sont les plus importants. Ce dépistage est vivement recommandé, mais il n'est pas obligatoire.

## **Dois-je continuer les frottis après la ménopause ?**

Vous devez continuer les frottis après la ménopause à raison d'un tous les deux ans, sauf pathologie particulière. Ils permettent de dépister suffisamment tôt le cancer du col de l'utérus. Parlez-en à votre médecin généraliste ou à votre gynécologue. En cas de lésions visibles ou de résultats anormaux du frottis cytologique, un examen complémentaire pourra être nécessaire. Il sera réalisé au cabinet du gynécologue. Il pourra s'agir soit

- D'une colposcopie : le col est examiné à l'aide d'un microscope après application de colorants qui permettent de repérer les éventuelles anomalies avec précision.
- D'une biopsie : un peu de tissu est prélevé sur le col de l'utérus pendant la colposcopie et adressé au laboratoire d'analyses.

Le médecin généraliste ou le gynécologue vous aidera à résoudre les problèmes liés à la ménopause. N'hésitez pas à le consulter régulièrement. Rangez soigneusement les résultats de vos examens médicaux et apportez les derniers à chaque visite.