

Une fois le diagnostic fait ...  
encore faut il soulager !



# Menstrual pain

## Symptoms

Abdominal pain



Increases the chest



Headache



Back pain



## What can you do

Diet



Pills



Sleep



Warm



Massage



Walk



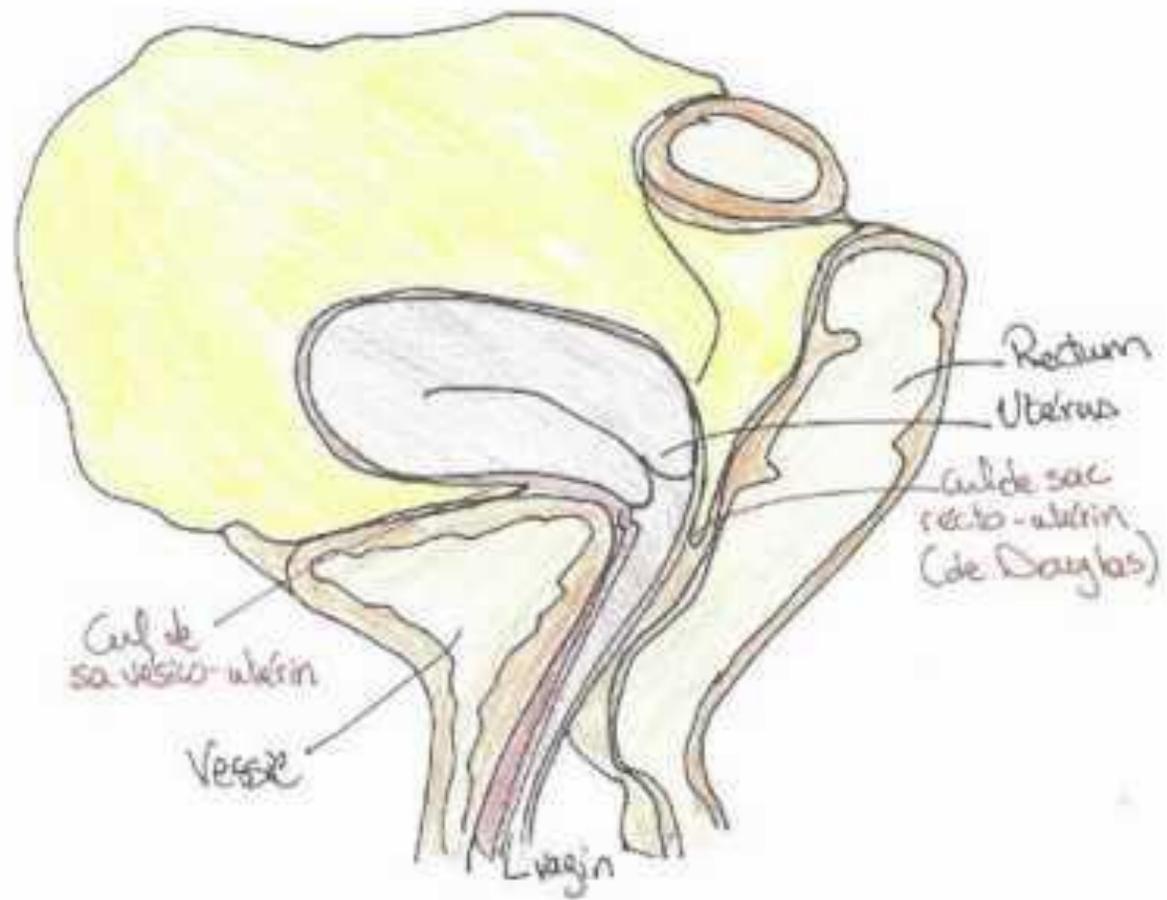
# Prise en charge thérapeutique des dysménorrhées



## Revenons sur la physiopathologie des dysménorrhées

- Sécrétions importantes de prostaglandine :
- Contraction / ischémie du myomètre
- Irritation péritonéale avec risque de signes fonctionnels urinaires, diarrhées, douleurs à type de sciatique, lombalgies...





L'utérus est complètement recouvert de péritoine  
excepté la surface antérieure du col utérin.



# Traitements médicamenteux

mais pas que...

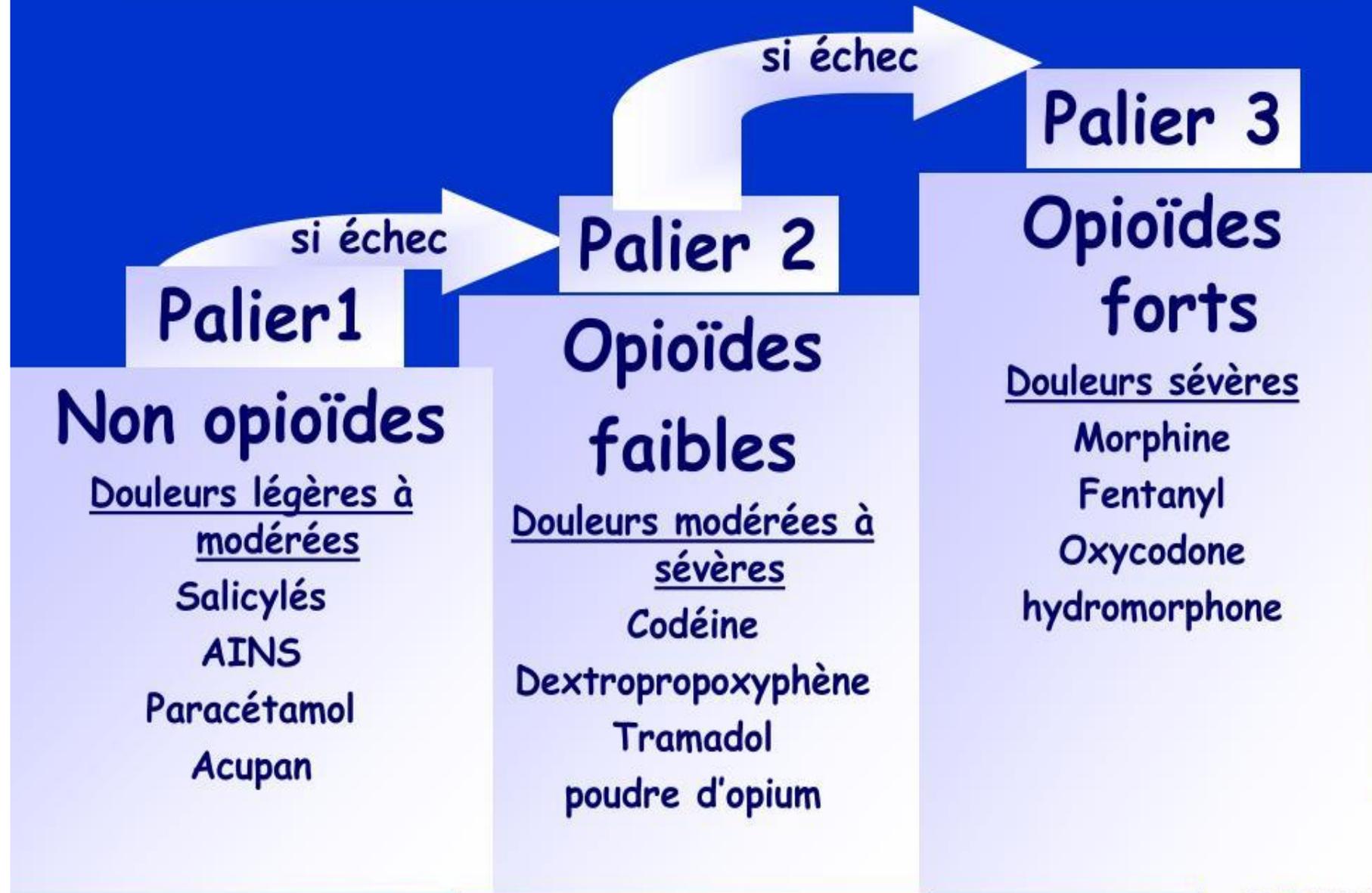


# TTT Médicamenteux

- Souvent échec de paracétamol et antispasmodiques.
- En première intention : AINS
  - AMM à partir de 12 ans (!!)
  - Ac méfénamique 250 mg Ponstyl 1 à 2 gélules jusqu'à 3 x par jour
  - *Flurbiprofène 100 mg Antadys 1 à 3 cp/jour*



# Paliers de l'OMS



# TTT Médicamenteux (2)

- Progestatif pur, microdosé, bloquer l'ovulation, modifier la glaire cervicale :
  - Désogestrel 75 µg Cerazette Optimizette Antigone,
  - Levonorgestrel 0,03mg Microval
  - Drospirénone 4mg Slinda 24j/28 NR
  - (Nomegestrol acétate,chlormadinone) méningiome
- Continu, discontinu, 16<sup>e</sup> au 25<sup>e</sup> jour du cycle



# TTT Médicamenteux (3)

- Oestro progestatif



**Contraceptifs oraux commercialisés en France au 01 Janvier 2015**

**Estro-progestatifs**

| Génération progestatif | Dénomination commune (DC) | Phases       | Dosage  | Spécialités  | Posologie                    |
|------------------------|---------------------------|--------------|---|--|------------------------------|
| 1 <sup>ère</sup>       | Noréthistérone            | Triphasique  | Noréthistérone 500 puis 750 µg puis 1000 µg, EE 35 µg           | Triella  | 21 cp (+ 7 j d'arrêt)        |
| 2 <sup>ème</sup>       | Lévonorgestrel            | Monophasique | Lévonorgestrel 150 µg, EE 30 µg                                 | Minidril – Ludéal – Lovapharm<br>Lévonorgestrel Ethinylestradiol 150/30 Mylan / Teva | 21 cp (+ 7 j d'arrêt)        |
|                        |                           |              |   | Optidril   | 21 cp actifs + 7 placebo     |
|                        |                           | Biphase      | Lévonorgestrel 150 puis 200 µg, EE 30 puis 40 µg                | Leeloo – Lovavulo – Lévonorgestrel<br>Ethinylestradiol Zentiva 100/20                | 21 cp (+ 7 j d'arrêt)        |
|                        |                           |              |   | Optilova   | 21 cp actifs + 7 placebo     |
|                        |                           | Triphasique  | Lévonorgestrel 50 puis 75 puis 125 µg, EE 30 puis 40 puis 30 µg | Trinordiol – Amarance – Daily -<br>Evanecia  | 21 cp (6+5+10) + 7 j d'arrêt |
|                        | Norgestrel                | Monophasique | Norgestrel 500 µg, EE 50 µg                                     | Stédiril   | 21 cp (+ 7 j d'arrêt)        |

Contraception chez la femme adulte et de l'adolescente en âge de procréer (hors post-partum et post-IVG)

RECOMMANDATION DE BONNE PRATIQUE - Mis en ligne le 17 sept. 2019 HAS  
 Plusieurs voies d'administration sont disponibles (pilule, anneau, patch) : les pilules de 3<sup>e</sup> génération contenant du désogestrel ou du gestodène, et de 4<sup>e</sup> génération contenant de la drospirénone, exposent à un risque accru d'accidents thromboemboliques par rapport aux pilules contenant du lévonorgestrel ; elles ne doivent pas être utilisées en première intention.

|   |               |              |   |  |                              |
|---|---------------|--------------|---|--|------------------------------|
| 3 <sup>ème</sup>                                      | Désogestrel   | Monophasique | Désogestrel 150 µg, EE 20 µg  | Mercilon - Désobel 150/20 - Désogestrel Ethinylestradiol 150/20 Biogaran / Zentiva                                     | 21 cp (+ 7 j d'arrêt)        |
|   |               |              | Désogestrel 150 µg, EE 30 µg  | Vamoline - Désobel 150/30 - Désogestrel Ethinylestradiol 150/30 Biogaran / Zentiva                                     | 21 cp (+ 7 j d'arrêt)        |
|   |               |              | Gestodène 75 µg, EE 20 µg   | Harmonet - Méliane - Carlin 75/20 - Gestodène Ethinylestradiol 75/20 / Biogaran / EG / Mylan / Sandoz / Teva / Zentiva | 21 cp (+ 7 j d'arrêt)        |
|   | Gestodène     |              | Gestodène 75 µg, EE 30 µg   | Minulet – Carlin 75/30 - Gestodène Ethinylestradiol 75/30 Actavis / Biogaran / EG / Mylan / Teva / Zentiva             | 21 cp (+ 7 j d'arrêt)        |
|   |               | Triphasique  | Gestodène 50 puis 70 puis 100 µg, EE 30 puis 40 puis 30 µg          | Tri-Minulet - Perléane   | 21 cp (6+5+10) + 7 j d'arrêt |
|   | Norgestimate  | Monophasique | Norgestimate 250 µg, EE 35 µg                                       | Effiprev   | 21 cp (+ 7 j d'arrêt)        |
|   |               | Triphasique  | Norgestimate 180 µg puis 215 µg puis 250 µg, EE 35 µg               | Triafemi   | 21 cp (7+7+7) + 7 j d'arrêt  |
| Autres (parfois appelées 4 <sup>ème</sup> génération) | Chlormadinone | Monophasique | Chlormadinone 2 mg, EE 30 µg  | Bélara   | 21 cp (+ 7 j d'arrêt)        |
|   | Drospirénone  | Monophasique | Drospirénone 3 mg, EE 30 µg   | Jasmine – Convuline - Drospibel 3 mg / 30 µg - Drospirénone Ethinylestradiol 3 mg / 30 µg Biogaran / Mylan / Sandoz    | 21 cp (+ 7 j d'arrêt)        |
|   |               |              | Drospirénone 3 mg, EE 20 µg   | Jasminelle – Bélanette - Drospibel 3 mg / 20 µg - Drospirénone Ethinylestradiol 3 mg / 20 µg Biogaran / Mylan / Sandoz | 21 cp (+ 7 j d'arrêt)        |
|   |               |              |   | Jasminelle continu - Drospirénone Ethinylestradiol 3 mg / 20 µg Biogaran continu / GNR / Mylan continu                 | 21 cp actifs + 7 placebo     |
|   |               |              | Yaz – Rimendia – Drospirénone Ethinylestradiol Mylan Pharma continu | 24 cp actifs + 4 placebo   |                              |



Et sinon ?





# Thérapie non médicamenteuses

- L'acupuncture.
- La neurostimulation transcutanée.
- La sophrologie-relaxation.
- La thérapie cognitivo-comportementale.



# Thérapie non médicamenteuses

- La neurostimulation transcutanée.



# THE THM



## Take Home Message

