



DYSMÉNORRHÉE – CRAMPES MENSTRUELLES ET DOULEURS QUI MODIFIENT LA VIE

Impact de la dysménorrhée sur la santé et la qualité de vie des femmes

La dysménorrhée fait des ravages dans la vie des femmes. Les crampes récurrentes associées aux douleurs menstruelles sont le symptôme caractéristique et le plus fréquemment rapporté de la dysménorrhée.

Pour ne pas être induite en erreur, la douleur associée à la dysménorrhée n'a pas besoin d'être sévère pour qu'elle impose des effets délétères sur la santé et la qualité de vie. Même une douleur récurrente modérée peut avoir un impact significatif sur les dimensions biologiques, comportementales, psycho-émotionnelles et sociales de la vie des femmes, nuisant à leur capacité à naviguer avec succès tout au long de la vie.¹

La dysménorrhée est une affection gynécologique débiliteuse qui est devenue la principale cause de morbidité gynécologique (c.-à-d. toute affection, maladie ou dysfonctionnement lié au système reproducteur qui n'est pas lié à la grossesse, à l'avortement ou à l'accouchement)² chez les femmes en âge de procréer, quels que soient leur âge, leur nationalité ou leur statut économique.³ Dans un sens réel, la dysménorrhée a le potentiel physiopathologique de nuire à la santé des femmes, et le bien-être, les relations interpersonnelles, le bien-être psychologique et physique, les carrières et les études, qui contribuent tous à une mauvaise qualité de vie¹.

Dysménorrhée primaire et secondaire

La dysménorrhée est classée comme primaire ou secondaire. La distinction entre les deux types est importante car elle a une incidence sur la définition, la prévalence, les caractéristiques cliniques, la physiopathologie et le traitement de la dysménorrhée.

Dysménorrhée primaire

Définition. Il y a beaucoup de confusion dans les définitions entourant la dysménorrhée primaire en grande partie en raison de l'absence de critères normalisés pour définir cliniquement ce que c'est.⁴ Cela dit, il semble y avoir un certain consensus général sur le fait que la dysménorrhée primaire est une douleur de crampes récurrentes dans le bas-ventre impliquée dans l'utérus ressentie avant et pendant les règles et non attribuable à une autre maladie ou affection pelvienne.^{1,3,5}

Prévalence. Il y a eu une variabilité considérable dans les rapports sur la prévalence de la dysménorrhée. En effet, la prévalence de la dysménorrhée a été sous-estimée, au grand détriment des femmes. Sa prévalence est restée insaisissable en raison du peu de femmes cherchant un traitement médical pour une raison ou une autre (par exemple, embarras, manque de compréhension de ce qu'est la dysménorrhée, croyance que la douleur fait partie de la menstruation normale), de définitions différentes et d'un manque de critères et de méthodes normalisés pour la définir et évaluer ses différents degrés de gravité. Néanmoins, dans un examen complet bien fait des études longitudinales, cas-témoins ou transversales avec de grands échantillons communautaires afin de parvenir à une compréhension précise de sa prévalence, il a été constaté que la prévalence de la dysménorrhée variait entre 16% et 91% chez les femmes en âge de procréer, avec 2% à 29% des femmes de l'étude, souffrant de douleurs intenses.²

Signes et symptômes.

La dysménorrhée primaire est caractérisée par les signes et symptômes suivants:

Apparition commençant peu de temps après la ménarche (≤6 mois)

- Douleur crampée, qui commence généralement plusieurs heures avant ou juste après le flux menstruel
- Douleur la plus sévère le premier et le deuxième jour du cycle menstruel
- La douleur dure généralement de 48 à 72 heures
- Fond de douleur abdominale basse constante. Souvent accompagné de nausées, vomissements, diarrhée, migraines, vertiges, fatigue, insomnie et, dans de rares cas, d'une perte de conscience temporaire attribuable à une chute de la pression artérielle (syncope) et à une température corporelle anormalement élevée (hyperthermie).
- Symptômes cliniques reproductibles d'un cycle menstruel à l'autre.
- Mauvaise qualité du sommeil; Mauvaise humeur ; Activité physique réduite^{1,3,5,6,7}



DYSMÉNORRHÉE – CRAMPES MENSTRUELLES ET DOULEURS QUI MODIFIENT LA VIE

Physiopathologie.

Currently, the prostaglandin theory is the most widely accepted, prevailing explanation as to the cause of primary dysmenorrhea. Prostaglandins are an eicosanoid-related family de composés médiateurs lipidiques semblables aux hormones (c.-à-d. prostaglandine E2/PGE₂), PGI₂/prostacycline), prostaglandine D₂/PGD₂, prostaglandine F_{2a}/PGF_{2a} et thromboxane A₂/TXA₂) produits par voie enzymatique à partir de l'acide arachidonique acide gras par la voie cyclooxygénase (COX).^{8,9}

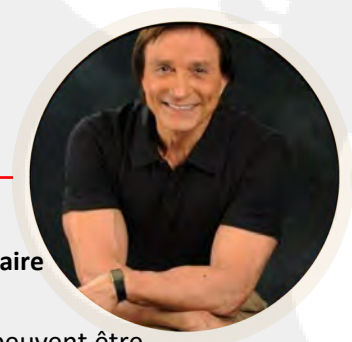
- Les prostaglandines remplissent des fonctions biologiques vitales et sont impliquées dans un large éventail de processus physiologiques (par exemple, la contraction et la relaxation des muscles lisses, la dilatation et la constriction des vaisseaux sanguins, la régulation de la pression artérielle, la régulation des réponses pro-inflammatoires et anti-inflammatoires, la coagulation, la température corporelle et la régulation du sommeil) dans pratiquement toutes les cellules et tissus des principaux systèmes organiques du corps, y compris le système reproducteur, en général, et le cycle menstruel, en particulier.⁸
- En ce qui concerne le cycle menstruel et la dysménorrhée, pendant la phase lutéale des règles, s'il n'y a pas de fécondation de l'ovule dominant, le corps jaune dégénère et cesse de produire des œstrogènes et de la progestérone. La production réduite d'œstrogène et de progestérone entraîne la dégradation et la desquamation de l'endomètre et signale le début de la menstruation. Dans le même temps, les cellules stromales de l'endomètre libèrent des prostaglandines. Les prostaglandines facilitent la dégradation et la desquamation de l'endomètre en resserrant les vaisseaux sanguins qui diminuent ainsi l'apport sanguin à l'endomètre, ce qui provoque sa mort. Les prostaglandines provoquent également la contraction des muscles et des vaisseaux sanguins de l'utérus, ce qui provoque de la douleur.⁷
- Selon la théorie des prostaglandines, c'est la surproduction et l'hypersécrétion de prostaglandines intra-utérines qui entraînent une hypercontractilité du myomètre (c'est-à-dire la couche musculaire externe de l'utérus) entraînant une ischémie musculaire utérine (c'est-à-dire une restriction de l'apport sanguin) et une hypoxie (manque d'oxygène suffisant pour maintenir une fonction physiologique normale) et, finalement, le symptôme caractéristique de la dysménorrhée, douleur.⁷

Traitement.

Lorsqu'il s'agit de traiter la dysménorrhée primaire, la priorité est de soulager les femmes des douleurs menstruelles afin d'améliorer leur état de santé, de bien-être et de bien-être, tout en cherchant à améliorer leur qualité de vie en termes de relations personnelles et professionnelles, leurs ambitions éducatives et professionnelles ou tout autre aspect de leur vie étant miné par les effets débilissants de la dysménorrhée primaire tels que l'absentéisme scolaire ou professionnel.

Il existe des thérapies complémentaires et alternatives pharmacologiques et non pharmacologiques dans le traitement et la prise en charge de la dysménorrhée primaire.⁸ Pharmacologiquement parlant, les AINS et les contraceptifs hormonaux sont utilisés comme traitements cliniques de première intention en médecine conventionnelle / allopathique principalement parce qu'ils inhibent la production de prostaglandines induisant la douleur. Cela dit, l'utilisation de thérapies non pharmacologiques chez les femmes souffrant de dysménorrhée primaire n'est pas rare.⁸ En fait, il existe des preuves suggérant que les femmes pourraient préférer des interventions non pharmacologiques alternatives ou complémentaires, indépendamment de l'utilisation d'AINS ou de contraceptifs hormonaux, ou en combinaison avec eux, respectivement.¹⁰ Les remèdes herbes/botaniques dans le traitement et la gestion de la dysménorrhée ont été utilisés avec efficacité dans diverses cultures à travers le monde.^{11,12,13}





DYSMÉNORRHÉE – CRAMPES MENSTRUELLES ET DOULEURS QUI MODIFIENT LA VIE

Impact de la dysménorrhée sur la santé et la qualité de vie des femmes Dysménorrhée secondaire

Dysménorrhée secondaire

Définition. La surproduction et la sécrétion de prostaglandines pendant le cycle menstruel peuvent être impliquées dans la dysménorrhée secondaire. Cependant, par définition, la douleur menstruelle due à la dysménorrhée secondaire est associée ou provient d'un certain nombre de troubles pathologiques liés au bassin tels que l'endométriose, les fibromes, les polypes utérins, l'adénomyose, la maladie inflammatoire pelvienne chronique, les anomalies anatomiques congénitales ou les complications des dispositifs contraceptifs intra-utérins.^{5,6,14}

Prévalence. La prévalence exacte de la dysménorrhée secondaire est difficile à déterminer en raison de tous les divers troubles pelviens pathologiques qui la provoquent.

Signes et symptômes.

La dysménorrhée secondaire est caractérisée par les signes et symptômes suivants, qui sont rapportés ici textuellement à partir de <https://emedicine.medscape.com/article/253812-overview>:

- Dysménorrhée commençant dans les années 20 ou 30, après des périodes antérieures relativement indolores
- Flux menstruel abondant ou saignements irréguliers
- Dysménorrhée survenant au cours du premier ou du deuxième cycle après la ménarche
- Anomalie pelvienne avec examen physique
- Mauvaise réponse aux anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) ou aux contraceptifs oraux (CO)
- Infertilité; Dyspareunie; Pertes vaginales^{7(pp.2-3)}

Physiopathologie

Diverses conditions pathologiques peuvent être impliquées dans la pathogenèse de la dysménorrhée secondaire telles que l'endométriose, les fibromes utérins, les polypes utérins, les kystes et tumeurs ovariens, l'adénomyose, la maladie inflammatoire pelvienne chronique, les anomalies anatomiques congénitales, la cloison vaginale transverse, les complications associées aux dispositifs contraceptifs intra-utérins.^{5,6,14}

Traitement. Comme pour la dysménorrhée primaire, l'objectif principal du traitement est de soulager la douleur symptomatique, mais aussi d'inhiber la maladie ou l'affection sous-jacente qui peut causer la douleur liée aux menstruations. L'utilisation d'anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) est le traitement recommandé en médecine conventionnelle pour modérer les douleurs menstruelles. L'utilisation non pharmacologique de remèdes à base de plantes médicinales et botaniques s'est avérée apporter une contribution importante dans le traitement et la prise en charge de la dysménorrhée secondaire.^{11,12,13}

Résumé

- Dysménorrhée – sous-estimée, sous-déclarée état gynécologique très répandu de crampes menstruelles douloureuses et principale cause de morbidité gynécologique
- Douleur débilante aux crampes - caractéristique de la dysménorrhée
- Dysménorrhée primaire – crampes douloureuses récurrentes dans le bas-ventre pendant la menstruation sans maladie ou affection liée au bassin
- Dysménorrhée secondaire – crampes douloureuses récurrentes dans le bas-ventre pendant la menstruation avec anomalie pelvienne telle que l'endométriose
- Prostaglandines – surproduction et hypersécrétion cause de crampes menstruelles
- AINS et contraceptifs hormonaux utilisés en médecine conventionnelle pour traiter les douleurs menstruelles
- Les remèdes à base de plantes sont souvent préférés comme alternative non pharmacologique et se sont révélés efficaces dans le traitement et la gestion de la dysménorrhée.



DYSMÉNORRHÉE – CRAMPES MENSTRUELLES ET DOULEURS QUI MODIFIENT LA VIE

Les conséquences sur la santé et la qualité de vie associées à la dysménorrhée rappellent la complexité du système reproducteur féminin, tout en soulignant l'importance de maintenir sa structure et sa fonction tout au long de la vie.

Dans cet esprit, Strauss **Women's Wonder Drops** a été formulé à l'aide des principes et pratiques traditionnels en phytothérapie afin de fournir aux femmes un produit de santé naturel sûr et équilibré pour soutenir leur système reproducteur, tout en leur donnant un moyen de trouver un soulagement de la douleur causée par les crampes menstruelles et leurs répercussions sur leur santé et leur qualité de vie.

STRAUSS NATURALS WOMAN'S WONDER DROPS POUR LES DOULEURS MENSTRUELLES ET LES CRAMPES



Strauss **Woman's Wonder Drops** est un produit combiné liquide multi-herbes contenant des extraits de 11 ingrédients médicinaux différents, qui ont tous été utilisés traditionnellement en phytothérapie comme toniques féminins et comme autres remèdes pour le système reproducteur féminin et pour soutenir la santé globale des femmes.

Les ingrédients médicinaux à base de plantes dans le **Women's Wonder Drops** ont été utilisés traditionnellement en phytothérapie dans différentes combinaisons pour traiter diverses conditions liées aux menstruations:

Combinaison de squawvine, framboise, crampbark, uva ursi, dong quai, hydraste du Canada et fausse licorne utilisée pour aider à soulager les saignements excessifs / abondants associés à la menstruation (ménorragie).

Combinaison de squawvine, framboise, crampbark, dong quai, hydraste du Canada, fausse licorne, gingembre et lobélie utilisée pour aider à soulager les crampes menstruelles (dysménorrhée).

• Combinaison de chardon béni et de guimauve utilisée pour fournir une fonction / action de soutien et complémentaire aux principaux ingrédients actifs et à leur(s) utilisation(s).

Ingrédients médicinaux (par ml) : Chardon béni, Squawvine, Feuille de Framboisier, Crampbark, Uva Ursi, Dong Quai, Gingembre, Lobélie, Guimauve, Hydraste du Canada, Fausse Licorne

Indications:

Pour aider à soulager les crampes (dysménorrhée) associées aux menstruations

- Pour aider à soulager la douleur associée à la menstruation comme tonique utérin et astringent
- Pour aider à soulager les saignements excessifs / abondants associés à la menstruation (ménorragie)
- Ménopause et soutien hormonal

Dosage:

Femmes (18 ans et plus) : 3 mL, 3 fois par jour.

Prendre à partir de 1 jour avant la menstruation, et pour un maximum de 3 jours.



Références disponibles sur demande. © Droits d'auteur 2023 Strauss Naturals Ltd. Tous droits réservés.

Avertissement: Les informations contenues dans cet article sont uniquement à des fins éducatives. Il n'est pas destiné à remplacer le diagnostic, le traitement ou les conseils d'un professionnel de la santé qualifié et agréé. Les faits présentés sont offerts à titre d'information seulement, et non de conseils médicaux, et personne ne doit en aucun cas déduire que nous pratiquons la médecine. Demandez l'avis d'un professionnel de la santé pour une application appropriée de ce matériel à toute situation spécifique. Aucune déclaration dans cet article ou sur notre site Web n'a été évaluée par la Food and Drug Administration. Tout produit mentionné ou décrit dans cet article ou sur notre site Web n'est pas destiné à diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir une maladie.