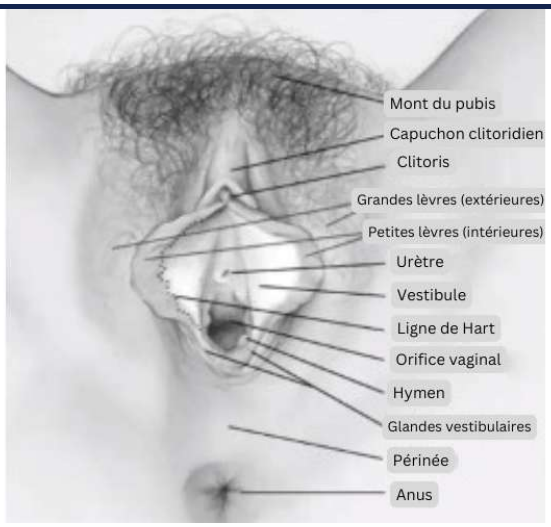
Syndrome génito-urinaire de la ménopause (SGUM)

Liste de symptômes communs

- ☐ Irritation ou sensation de brûlure des tissus vaginaux
- ☐ Sécheresse vaginale
- ☐ Une sensation de brûlure en urinant
- ☐ Urgence ou fréquence urinaire
- ☐ Infections urinaires récurrentes
- ☐ Incontinence urinaire
- ☐ Rapports sexuels douloureux
- ☐ Lubrification vaginale réduite
- ☐ Perte de libido et dysorgasmie
- ☐ Rétrécissement de l'introïtus vaginal
- ☐ Saignements vaginaux (une fois que le cancer est exclu)



©Dawn Danby

Traitements pharmacologiques du SGUM

Œstrogène par voie vaginale

- ☐ Crème vaginale 0.625 mg/g d'œstrogènes conjugués (Premarin)
- ☐ Crème vaginale 0.1 % d'œstrogènes synthétiques (Estragyn)
- ☐ Capsule de gel vaginale 4 mcg ou 10 mcg (Imvexxy)
- ☐ Anneau vaginal 2 mg (Estring)
- ☐ Comprimé vaginal 10 mcg (Vagifem)

Prastérone vaginale

- ☐ Ovule vaginale 6.5 mg, DHEA + hydratant (Intrarosa)
  - Le DHEA est métabolisé en œstrogènes et androgènes

Ospémifène par voie orale

- ☐ Comprimé oral 60 mg modulateur sélectif des récepteurs aux œstrogènes (Osphena)
  - A un effet sur les récepteurs d'œstrogène des os, et un effet faible ou nul sur les récepteurs d'œstrogène du sein et de l'endomètre

Traitements non pharmacologiques du SGUM

- ☐ Habitudes de vie : cesser de fumer, maintenir un poids santé, éviter la caféine
- ☐ Psychothérapie et thérapie sexuelle
- ☐ Rapports sexuels réguliers, solos ou avec partenaire
- ☐ Dilatateurs vaginaux
- ☐ Physiothérapie et rééducation pelvienne pour renforcer les muscles du plancher pelvien, promouvoir l'éducation et les changements de style de vie. Les thérapies 1:1 ou en groupe ont démontré de l'efficacité pour le SGUM
- ☐ Laser — par un.e professionnel.le qualifié.e. Plus de recherches sont nécessaires pour évaluer l'effet du laser sur l'histologie des tissus vaginaux
- ☐ Lubrifiants pour rapports sexuels — à base de silicone, d'eau ou d'huile
- ☐ Hydratants vaginaux — polycarbophil, acide hyaluronique, vitamine E

Droit d'auteur SCMP 2025