**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:** 29.10.2025

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

SAINT-PREX

# Bibliothèque Publique Envoi non distribuable et Universitaire de à retourner à 9, rue du Vélodrome 1205 GENEVE 1205 Genève J.A. 1260 Nyon Nº 3 Mars 1978 LE MOUVEMENT FEMINISTE

# 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 parle pas de ces chose-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 méno-pause, 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 soli-darité 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 Laf-

font) 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 renseigne-ments 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 méde-cin annonce qu'elle ne pourra plus procréer doit se sentir soulagée. Finies les obsessions pilule, stérilet ou ryth-mes mensuels, finies les excursions de

Photo Médecine et Hygiène

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 fémme 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 de mandes 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 forcement 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 pro-grès énorme que l'on puisse reconnaître le droit au plaisir et le droit à plaire à une tendresse au seul titre de femme.



電

Municipalité

181 Luins

MUNICIPALITÉ

1349 ROMAINMOTIER

Voir page 3

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

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

Au moven 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'acti-vité génitale de la femme, et sont euxmêmes 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.

a) une pré-ménopause, avant l'inter-ruption des règles avec secrétion plus ou moins forte d'æstrogènes (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 tou-

tes les sécrétions tendent vers l'extinc-

tion.

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 propropos de menopause, et volta le pro-pos 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, irri-tabilité, 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 rassu-rant puisque toutes les femmes y passent, traversent ce tunnel et en ressor-tent 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 effa-cer tous ces troubles.

B.v.d. Weid

# emmes suisses

paraissant une fois par mois

Organe officiel des informations 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 Lev 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 Conféren 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:

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

### Impression

Ets Ed. Cherix et Filanosa SA



### Dossiers du mois

Ménopause

p. 1 et 5

Elections communales vaudoises

p. 3 et 8

Egalité des droits entre hommes et femmes

