



# Centre de la ménopause

Service de  
gynécologie obstétrique



## Table des matières

**04** ..... Numéros et adresses emails utiles

**05** ..... Notre centre de la ménopause

**07** ..... La ménopause en quelques mots

**08** ..... Le bilan global

**09** ..... Le bilan de gynécologie

**10** ..... Le bilan de sénologie

**11** ..... La consultation de rhumatologie : l'évaluation du capital osseux, des masses maigre et grasse

**12** ..... La consultation de physiothérapie : musculature périnéale, prévention et traitement de l'incontinence urinaire

**13** ..... Les explorations complémentaires

**14** ..... Le bilan urodynamique

**14** ..... La consultation de psychologie - sexologie médicale

**16** ..... La consultation de diététique

**17** ..... La chirurgie en hospitalisation "One Day"

**18** ..... Le Réseau Santé Wallon

## Numéros et adresses électroniques utiles

Site du Laveu - Service des RDV généraux  
Tous les jours entre 8h00 et 16h50 - 04 321 72 28  
Rendez-vous pour un bilan au Centre de la ménopause  
04 321 81 01 - Tous les jours de 8h00 à 12h45 et de 13h30 à 16h20

### Organisation

Professeur M. NISOLLE  
Chef de service gynécologie-obstétrique  
Citadelle Département de Gynécologie-obstétrique - Université de Liège

### Coordination médicale

Docteur A. FIRQUET

### Coordination paramédicale

Infirmiers en chef : 04 321 56 98 - Comptoir : 04 321 72 01

### Coordination administrative (pas de RDV à ce numéro)

#### Entre 9h et 16h

04 321 82 01 - 04 321 76 17 - 04 321 76 45  
secretariat.centre.menopause@citadelle.be

### Où sommes-nous ?

Au 2<sup>ème</sup> étage de la Clinique du Laveu  
Rue des Wallons 72 - 4000 LIEGE

Pour plus d'informations, consultez la page du Centre de la ménopause sur le site web de la Citadelle.  
<https://www.citadelle.be/Services/Services-medicaux/Centre-de-la-menopause/Accueil.aspx>

Après votre visite :  
Le secrétariat enverra les résultats sur le Réseau Santé Wallon (voir explicatif en fin de brochure).

## Notre Centre de la Ménopause

Au Centre de la Ménopause de la Citadelle de Liège, notre volonté est donc de réunir, au sein d'une équipe multidisciplinaire, les différents intervenants médicaux, infirmiers et paramédicaux permettant à toute patiente de bénéficier d'un bilan complet de dépistage réalisé en quelques heures.

Le programme est composé de façon personnalisée pour chaque patiente.

Notre prise en charge est à la fois préventive et éducative.

L'efficacité de notre équipe ne sera parfaite que si elle s'associe à votre gynécologue et votre médecin traitant qui vous épaulent depuis de nombreuses années. Ils seront informés au mieux du cadre réel dans lequel va s'inscrire le traitement qui vous sera proposé en amont et/ou en aval. C'est pourquoi le dialogue entre notre équipe et votre médecin habituel est essentiel. Dans les meilleurs délais, votre médecin traitant recevra un rapport détaillé de votre bilan et, en conclusion, les thérapeutiques nouvelles ou adaptées proposées.

Le Centre de la Ménopause de la Citadelle de Liège a été fondé en 1998 sous la direction du Professeur J-M. Foidart et du Professeur A. Pintiaux.

Pionnier dans le domaine et fort de son expérience de 20 ans, le Centre de la Ménopause fait constamment peau neuve et étoffe régulièrement ses services rendus aux patientes.

Nous vous accueillons pour la réalisation de vos bilans chaque jour de la semaine :

- \_ soit en matinée, entre 8h00 et 13h00,
- \_ soit l'après-midi, entre 12h00 et 17h00.

Une collation vous sera offerte sur place.

Vous ne devez pas être à jeun.

Soyez simplement à jeun pour réaliser le bilan sanguin 1 semaine à 15 jours avant votre visite dans le laboratoire de votre choix.

**Ne tenez en aucun cas compte d'un éventuel courrier ou sms de rappel. Seule la convocation transmise par le secrétariat du Centre de la ménopause lors de la prise de rendez-vous fait foi.**

Indépendamment de votre visite au Centre de la ménopause, le 2<sup>ème</sup> étage du site du Laveu vous accueille tous les jours pour des consultations hors bilan pluridisciplinaire, que ce soit en Gynécologie générale, en sénologie, en examen d'hystérocopie, en examen urodynamique,...

Parmi les gynécologues présents chez nous, vous pourrez notamment rencontrer :

D<sup>r</sup> A. FIRQUET

D<sup>r</sup> L. RAUW

D<sup>r</sup> L. TEBACHE

D<sup>r</sup> A. PINTIAUX

D<sup>r</sup> F. COPPIN

D<sup>r</sup> A. PATSOURA

D<sup>r</sup> F. CLOSON

D<sup>r</sup> S. DEGEE

D<sup>r</sup> M. THIEBAUT

D<sup>r</sup> L. DE LANDSHEERE

D<sup>r</sup> N. HABAY

D<sup>r</sup> N. SALSAC

Renseignez-vous auprès de notre équipe des RDV !  
(04 321 72 28).

## La ménopause en quelques mots...

La ménopause survient, pour la majorité des femmes, vers 50 ans, lorsque l'arrêt de la fonction ovarienne provoque une privation en hormones sexuelles. La ménopause s'accompagne d'un cortège symptomatique altérant la qualité de la vie (modifications du métabolisme avec prise de poids, céphalées, troubles du sommeil et de la mémoire, symptômes vasomoteurs - bouffées de chaleur - fatigue, anxiété...). Les modifications osseuses et les manifestations cardio-vasculaires constituent les deux problèmes médicaux moteurs de la ménopause.

Les bénéfices des traitements de la ménopause sont nombreux. Non seulement ils suppriment les bouffées de chaleur mais encore ils préviennent l'ostéoporose. Ils augmentent la longévité et le bien-être.

Le suivi de la ménopause et de son traitement substitutif nécessite l'action conjointe de différentes disciplines de la médecine afin qu'elle soit prise en considération dans sa totalité, dans le souci d'équilibrer l'ensemble des fonctions perturbées, sans oublier la dimension humaine et relationnelle.

## Le bilan global personnalisé peut comprendre :

### Le bilan de gynécologie

D<sup>r</sup> A. FIRQUET  
D<sup>r</sup> A. PINTIAUX  
D<sup>r</sup> F. COPPIN  
D<sup>r</sup> S. DEGEE

### La consultation de rhumatologie : L'évaluation du capital osseux, des masses maigre et grasse

D<sup>r</sup> C. CASTERMANS  
D<sup>r</sup> V. BONNET  
D<sup>r</sup> E. HEUSE  
D<sup>r</sup> O. KAYE

### La consultation chez une diététicienne

M<sup>me</sup> M. SIMON

Un bilan sanguin de base préalablement réalisé avec une évaluation du métabolisme lipidique, glucidique et phosphocalcique éventuellement complété d'un bilan hormonal.

Cette demande de biologie vous est envoyée avec votre convocation à la prise de RDV.

### Le bilan de sénologie

D<sup>r</sup> J. DESREUX  
D<sup>r</sup> O. BURLET  
D<sup>r</sup> P. DEFRERE  
D<sup>r</sup> F. LEDURE

### La consultation de physiothérapie : Musculature périnéale, prévention et traitement de l'incontinence urinaire

D<sup>r</sup> N. BREDOHL  
D<sup>r</sup> D. DENIS  
D<sup>r</sup> G. FRAIKIN  
Et l'équipe de kinésithérapeute

### L'intervention d'une psychologue et sexologue

M<sup>me</sup> B. PANARIELLO

## Le bilan de gynécologie

Un entretien détaillé et un examen clinique en gynécologie-endocrinienne permettent de rechercher d'éventuelles pathologies de toute la sphère gynécologique. Le dépistage des pathologies variées associées dont notamment l'hypertension, le diabète, les troubles thyroïdiens, l'hypercholestérolémie, l'hypertriglycéridémie et les anomalies de la coagulation favorisant les phlébites et les embolies pulmonaires sera proposé.

Outre l'examen clinique, la visite gynécologique comportera, selon la nécessité et les recommandations de l'INAMI :

- \_ un frottis cervicovaginal,
- \_ une coloscopie (examen du col de l'utérus au microscope),
- \_ une échographie du petit bassin.

D<sup>r</sup> A. FIRQUET  
Coordinatrice du Centre de la Ménopause  
D<sup>r</sup> F. COPPIN - D<sup>r</sup> S. DEGEE - D<sup>r</sup> J. DESREUX - D<sup>r</sup> A. PINTIAUX

## Le bilan de sénologie

La réalisation d'un examen sénologique trouve parfaitement sa place dans le bilan de ménopause.

En effet, cet examen est particulièrement utile chez les femmes de plus de 40 ans. Il permet, non seulement de diagnostiquer le plus tôt possible un éventuel cancer du sein, mais également d'assurer la meilleure surveillance en cas de prescription d'un traitement hormonal de substitution.

La précocité du diagnostic en cas de cancer est une des clés de la réussite du traitement de cette pathologie particulièrement fréquente. L'examen mammographique couplé à l'examen échographique systématique permet de mettre en évidence un nombre croissant de cancers peu avancés qui ne sont pas révélés par l'examen clinique et dont le pronostic est excellent (plus de 90% de survie après 10 ans).

Indépendamment du cancer du sein, un grand nombre de troubles fonctionnels et de pathologies bénignes peuvent survenir dans le décours de la ménopause. L'examen sénologique sera l'occasion de leur mise au point avant un éventuel traitement hormonal.

Chez les patientes prenant déjà un traitement hormonal, cet examen permet d'apprécier la bonne tolérance aux hormones prescrites.

Réalisé dans les meilleures conditions, cet examen, parfois inconfortable, ne sera pas douloureux. Ceci est d'autant plus important qu'une surveillance régulière (un examen chaque année ou tous les 2 ans) vous sera recommandée. Sachez encore que lors de ces visites ultérieures, il est essentiel d'apporter vos anciens clichés pour examen comparatif.

D<sup>r</sup> J. DESREUX - D<sup>r</sup> O. BURLET  
D<sup>r</sup> P. DEFRERE - D<sup>r</sup> F. LEDURE

## La consultation de rhumatologie L'évaluation du capital osseux, des masses maigre et grasse

La masse osseuse de la femme tend à diminuer rapidement lorsque le taux d'œstrogènes fabriqués par les ovaires commence à diminuer. Les os se fragilisent et on parle d'ostéoporose.

La conséquence la plus connue est la fréquence augmentée des fractures de la hanche et des tassements-fractures des vertèbres (tassement vertébral) pouvant survenir spontanément, sans accident ou chute. Il existe bien sûr d'autres facteurs de risque favorisant l'ostéoporose (le tabac, le manque d'exercice physique, une alimentation pauvre en calcium...).

Un traitement hormonal de la ménopause peut compenser la tendance à la perte de masse osseuse. C'est actuellement le moyen le plus naturel de prévenir l'ostéoporose. Parfois il est nécessaire d'envisager d'autres approches thérapeutiques (Calcium, vitamine D, traitement reminéralisant) que nous vous conseillerons sur base des données de la consultation et de l'ostéodensitométrie.

Cet examen de mesure de la densité minérale osseuse, appelé aussi "BMD", permet d'estimer le taux de calcium dans l'os, d'évaluer si vous êtes une patiente à risque et de suivre l'efficacité des traitements prescrits.

En pratique, l'examen dure quelques minutes, n'est pas inconfortable et ne nécessite pas d'injection. Il peut être centré sur la hanche, la colonne lombaire ou étudier l'ensemble du squelette. Dans ce dernier cas, la technique a l'avantage de pouvoir apprécier avec précision la proportion de masse maigre et de masse grasse. Cette proportion permet de déterminer si un régime adapté pourrait vous être utile et d'en évaluer l'efficacité.

Dr C. CASTERMANS - D<sup>r</sup> V. BONNET  
D<sup>r</sup> O. KAYE - D<sup>r</sup> E. HEUSE

## La consultation de physiothérapie Musculature périnéale, prévention et traitement de l'incontinence urinaire

- \_ La chute de production hormonale qui caractérise la ménopause induit également des modifications du tissu musculaire.
- \_ En particulier, la musculature périnéale qui soutient les organes du petit bassin (vessie, utérus, rectum) peut perdre une partie de son tonus et favoriser un prolapsus (" descente d'organes ") et fuites urinaires. L'incontinence peut être liée à l'effort (toux, rire, course..) ou à un comportement capricieux de la vessie et de son sphincter. Une rééducation spécifique de ces troubles est possible et permet d'améliorer grandement la qualité de vie.
- \_ La carence en œstrogènes favorise le gain de graisse au détriment du muscle. Ceci explique la prise de poids et les modifications de la silhouette. Un programme d'entraînement musculaire adapté peut freiner cette évolution et agir favorablement sur le système cardio- vasculaire, la fixation du calcium dans l'os, le stress, etc...
- \_ Entretien musculaire et rééducation périnéale seront des atouts précieux pour le confort de vie et le maintien du capital santé.
- \_ Cette consultation n'est pas disponible chaque jour de la semaine, si vous souhaitez en bénéficier, signalez-le à la prise de RDV, nos agents vous inscriront en fonction de ce paramètre.

D<sup>r</sup> D. DENIS - D<sup>r</sup> N. BREDOHL - D<sup>r</sup> G. FRAIKIN  
et l'équipe de Kinésithérapie

## Les explorations complémentaires

Parfois, des anomalies découvertes lors de votre bilan de ménopause nécessitent d'autres explorations qui pourront également être réalisées au Centre de la Ménopause.

### Types d'examens complémentaires :

#### \_ Une hystéroscopie diagnostique

Cet examen permet la visualisation de la cavité utérine et vous sera prescrit en cas de saignements anormaux ou lors de la découverte à l'échographie pelvienne de certaines anomalies de l'utérus. Il s'agit d'une consultation d'environ 1/2 heure.

Il ne requiert pas d'hospitalisation.

#### \_ Un frottis cervicovaginal

Cet examen permet de dépister certaines maladies inflammatoires et tumorales. Il consiste à prélever des cellules provenant de la muqueuse vaginale, du col et de l'endocol utérin. Les prélèvements sont ensuite adressés à un laboratoire où ils sont analysés par un médecin spécialisé, l'anatomopathologiste.

Le remboursement INAMI est fixé tous les 3 ans.

#### \_ Une colposcopie

Cet examen consiste à examiner le col de l'utérus au moyen d'un appareil optique grossissant et d'un éclairage puissant.

Le remboursement INAMI est fixé tous les 3 ans.

#### \_ Un bilan des douleurs pelviennes chroniques

Si vous présentez des douleurs pelviennes dont la cause n'a pas encore été clairement établie, n'hésitez pas à en parler à votre gynécologue. Nous pouvons en effet vous proposer une consultation spécialisée dans ce domaine.

## Le bilan urodynamique

C'est un examen qui permet de mieux comprendre le fonctionnement de votre vessie et de votre urètre. Il précise les mécanismes de vos troubles urinaires (fuites urinaires, vidanges de la vessie trop fréquentes, nécessité de pousser pour vider la vessie, envie pressante d'uriner, douleur en urinant...) et permet ainsi de vous proposer le traitement le plus adapté.

**D<sup>r</sup> L. DE LANDSHEERE**

## La consultation de psychologie - Sexologie médicale

Les modifications hormonales caractéristiques de la ménopause peuvent influencer votre vécu psycho-affectif ainsi que votre sexualité.

Votre corps change. Il est possible que vous preniez plus facilement du poids. Vous avez peut-être l'impression qu'il perd en souplesse et en sensibilité.

Votre image corporelle peut être entachée par ces changements. Pour certaines d'entre vous, ces évolutions physiques peuvent susciter inquiétudes et souffrance.

Votre désir sexuel se transforme conduisant votre couple à s'adapter à une sexualité qui évolue.

Vos émotions peuvent s'exprimer différemment et vous conduire à faire face à une plus grande émotivité, de l'irritabilité, des sautes d'humeur ainsi que des troubles du sommeil.

Certaines femmes s'isolent pour protéger leur entourage ou parce qu'elles se dévalorisent.



Un cercle négatif peut ainsi s'installer et influencer la qualité des relations conjugales et/ou familiales.

De plus, cette période de vie peut aussi correspondre à des changements plus larges (départ des enfants - syndrome de nid vide - naissance des petits-enfants - maladies personnelles ou chez l'un des proches) connus pour influencer votre vie affective et relationnelle.

Dans ce contexte, le Centre de la ménopause vous offre la possibilité de rencontrer, soit le jour de votre bilan soit dans un délai rapide, une psychologue, psychothérapeute et sexologue.



**M<sup>me</sup> B. PANARIELLO**

**Psychologue-Clinicienne | Psychothérapeute |**

**Sexologue-Clinicienne**

**04 321 79 42**

**N° de commission 792209866**

## La consultation diététique

A l'arrivée de la ménopause, de nombreuses femmes craignent la prise de poids. Le gain pondéral moyen observé à cette période est de 2 Kg à 3 Kg, mais une femme sur deux ne prendra pas de poids. Fréquemment le physique se modifie avec une prise de graisse au niveau de la ceinture.

La carence en œstrogène de la ménopause crée une diminution de la masse maigre (muscle) au profit de la masse grasse qui a comme conséquence une réduction de la dépense calorique de base du corps (quantité d'énergie nécessaire pour les fonctions essentielles du corps humain). Si l'alimentation n'est pas adaptée, ceci peut expliquer une prise de poids.

On constate également une augmentation du risque d'ostéoporose, de maladies cardiovasculaires (hypertension, hypercholestérolémie, infarctus, AVC,...) et de diabète de type II. Celle-ci peut être ralentie, voire inversée par une alimentation adaptée ainsi qu'une amélioration du mode de vie.

La consultation diététique proposée vous permettra de faire un bilan de votre situation et d'orienter les conseils hygiéno-diététiques.

Si vous souhaitez rencontrer la diététicienne, signalez-le lors de votre prise de RDV.

M<sup>me</sup> M. SIMON

## Chirurgie en hospitalisation "One day"

Dans le cadre de votre bilan de ménopause, certains examens ou certaines prises en charge chirurgicales peuvent se programmer sous une anesthésie générale, ou locale.

- \_ Hystéroscopie diagnostique et opératoire
- \_ Curetage
- \_ Conisation
- \_ Chirurgie laparoscopique
- \_ Intervention uro-gynécologique

Cette prise en charge chirurgicale est effectuée sur notre site du Laveu, en hôpital de jour.

D<sup>r</sup> A. FIRQUET - D<sup>r</sup> F. CLOSON - D<sup>r</sup> F. COPPIN - D<sup>r</sup> S. DEGEE - D<sup>r</sup> J. DESREUX  
D<sup>r</sup> L. TEBACHE - D<sup>r</sup> L. DE LANDSHEERE  
Gynécologie



