

# SOPK : une maladie peu connue mais si répandue

Le syndrome des ovaires polykystiques (SOPK) touche 1 femme sur 10

Cycles irréguliers, acné, pilosité excessive, surpoids, chute de cheveux : des symptômes souvent qualifiés de "banals" quand ils surgissent à l'adolescence. Et pourtant, ils pourraient cacher une maladie bien plus complexe et difficile à diagnostiquer. Méconnu du grand public, le syndrome des ovaires polykystiques, plus connu sous l'acronyme SOPK, est la pathologie hormonale la plus fréquente chez les femmes en âge de procréer. Une femme sur 10 serait touchée dont 50% sans le savoir. Elle est aussi la première cause d'infertilité féminine selon l'Inserm.

Diagnostiquée à 15 ans, Ophélie n'a pas vraiment évalué les risques. "Je n'y pensais même pas, je ne me suis pas fait suivre plus que ça, s'excuse-t-elle. Sauf que 10 ans plus tard, la balance affichait "25 kilos de plus" et les symptômes étaient de "plus en plus présents" dans son quotidien. "J'ai vraiment compris quand j'ai voulu avoir des enfants." À 22 ans, elle démarre un programme de PMA (procréation médicalement assistée) qu'elle abandonne rapidement. "À cet âge-là, on n'est vraiment pas armé pour vivre ça." Loin de tout déni, elle évoque son futur. C'est sans doute "l'impossibilité d'avoir des enfants à cause de cette maladie. Mentalement, je m'y prépare."

Au-delà des symptômes, le syndrome des ovaires polykystiques a un retentissement sur la vie personnelle. "La santé mentale est impactée. Sans doute une des conséquences des variations hormonales engendrées par cette maladie. Le taux de dépression est sept fois plus élevé chez ces patientes que dans la population générale. Le taux de suicide aussi, déplore Ophélie.



Prendre en charge ces femmes, c'est le défi du Dr Castera.

## "Elle se révèle à la puberté et évolue vers 50 ans"

Si les origines exactes sont peu connues, le SOPK serait multifactoriel. "Ce trouble serait dû à un dérèglement hormonal au niveau de l'hypophyse et des ovaires", précise le dr Virginie Castera, chef du service d'endocrinologie à l'hôpital Saint-Joseph.

La définition de cette maladie endocrinienne est l'association de signes d'hyperandrogénie, c'est-à-dire, d'excès d'hormones mâles, clinique ou biologique qui se caractérise par une pilosité excessive, de l'acné, parfois une voix roque, une perte de cheveux de type masculin. Les autres critères de diagnostic sont l'observation de follicules (kystes) en excès sur les ovaires et l'absence de règle ou de règles très espacées.

"C'est une maladie évolutive au cours de la vie. Elle se détermine in utero. On naît avec un SOPK. Elle se révèle à

la puberté avant d'évoluer vers 50 ans" <sup>1</sup>erme la spécialiste. En l'absence de suivi elle peut entraîner une aggravation. Cette maladie est un terrain propice au développement d'un syndrome métabolique, comme du diabète de l'hypertension et des troubles lipidiques. Elle est associée dans 80% des cas à des problèmes de poids."

Contre les symptômes du syndrome des ovaires polykystiques, une approche multidisciplinaire est recommandée. "En première intention, on met souvent les patientes sous pilule contraceptive afin de réguler le cycle menstruel, de diminuer le taux d'hormones androgènes et de diminuer les symptômes associés. Parmi les autres mesures, une prise en charge diététique et dermatologique. À titre d'exemple, des séances de laser pour la pilosité peuvent être suggérées. Dans certains cas, la mise en place d'un traitement du diabète est envisagée. Les femmes qui le souhaitent peuvent aussi bénéficier de rendez-vous avec un psychologue."

## RENDEZ-VOUS LE 5 AVRIL

Dans le cadre de la récente ouverture du centre du SOPK, l'association Asso-Sopk et l'hôpital Saint-Joseph à Marseille, organise une réunion d'information. Elle est accessible à tous et est animée par Vanessa Lubin, endocrinologue coordinatrice du projet et membre du comité scientifique de l'association.

→ Le 5 avril dès 14 h au sein de l'Auditorium Robert de Vernejoul de l'hôpital Saint Joseph. Inscription au 04 91 80 67 24.

Âgée aujourd'hui de 31 ans, Ophélie poursuit son combat : celui de faire connaître et reconnaître cette maladie. En 2021, elle a créé une association "Asso-SOPK". Elle organise des conférences et travaille avec les établissements de soins dans l'objectif de mettre en place des parcours dédiés. Dernier en date, l'hôpital de jour réservé aux femmes atteintes de SPOK que vient d'ouvrir l'hôpital Saint-Joseph à Marseille. "Les consultations pluridisciplinaires se déroulent le matin et des groupes de parole sont organisés l'après-midi", précise le Dr Castera, responsable de cette unité.

"Dans cette maladie, il y a un côté un peu honteux. Les femmes préfèrent rester parfoies dans l'errance. Elles doivent savoir qu'il y a des solutions. En parler, c'est déjà un pas vers une amélioration." C'est, en tout cas, le message que les deux femmes délivreront le 5 avril, à l'occasion d'une conférence.

Florence COTTIN