

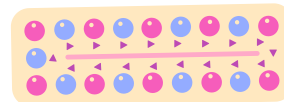
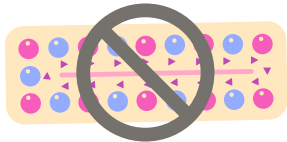
ARBRE DECISIONNEL SIMPLIFIE DANS LA PRISE EN SOIN DU SOPK

Ce document ne se substitue pas à l'avis de votre professionnel de santé, il expose de manière simplifiée les différentes thérapeutiques possibles (liste non exhaustive)



J'ai le SOPK, suivant mes symptômes, mes Contres Indications (CI) médicales, et les conseils de mon professionnel de santé (gynécologue/endocrinologue),
je peux ...

Quelque soit mon choix, je veille à mon **hygiène de vie** : alimentation, exercice physique, respect de mon sommeil, gestion du stress, etc.



Faire le choix de ne pas prendre de traitement hormonal si :

- je me sens bien sans traitement,
- j'ai mes règles de temps en temps (effet protecteur de la progestérone sur l'endomètre grâce aux cycles menstruels)

Je veille par ailleurs à un moyen de contraception si je n'ai pas de projet de grossesse.

Prendre un traitement hormonal pour améliorer les symptômes qui me gênent

Exemple avec l'hyperandrogénie - plusieurs options possibles:

1 J'ai de l'hyperandrogénie sans hirsutisme sévère,

la **pilule oestro-progestative** de 3e génération peut m'être recommandée. C'est le traitement de référence et de première intention du SOPK.

Par exemple, la pilule Femi (générique Naravela) qui contient un œstrogène et un progestatif, le norgestimate, à risque thromboembolique modéré.

CI : diabète, migraines avec aura, antécédent thromboembolique personnel et familial, tabac, obésité, hypertension, hypercholestérolémie, cancer hormonodépendants, etc.

Pour info, la **pilule progestative**, qui contient un progestatif seul (sans œstrogène associé), comme Slinda par exemple, peut parfois être recommandée. Elle offre une couverture contraceptive (comme toutes les pilules), n'aggrave pas l'acné mais est sans effet anti-androgénique.

ou

2 J'ai de l'hyperandrogénie et un hirsutisme sévère,

l'**Androcur** (acétate de cyprotérone) peut m'être recommandé, à court terme, avec des **œstrogènes complémentaires** par voie orale ou cutanée (patch ou gel).

CI à l'Androcur : antécédent de méningiome, maux de ventre, terrain dépressif, etc.

En relai de ce traitement, on pourra ensuite me conseiller, une **pilule** (cf. encadré n°1), et si besoin, une pilule associée à un anti-androgène comme l'**Aldactone** (générique spironolactone) pour contrer davantage les effets des androgènes. Autre possibilité encore, si je ne suis pas bien avec les traitements relais évoqués, on pourra me conseiller de diminuer les doses d'Androcur jusqu'à 1/4 de comprimé.

Accompagnements complémentaires médicaux (avec ou sans les traitements hormonaux évoqués ci-dessus) :

- **Traitement complémentaire si diabète ou surpoids/obésité associés au SOPK :**

Metformine (traitement pour la résistance à l'insuline)

- Enfin, l'**Assistance Médicale à la Procréation** (AMP) en cas de désir de grossesse et de difficulté à tomber enceinte pourra être envisagée.

Les traitements cités et les combinaisons évoquées sont donnés à titre d'exemples, il en existe d'autres comme par exemple prendre un anti-androgène comme l'Aldactone (anti-androgène non-contraceptif) sans pilule ou avec un stérilet en cuivre (pour l'effet contraceptif).
Votre professionnel de santé pourra vous exposer les différentes solutions adaptées à votre situation personnelle et évaluer la balance bénéfices/risques.