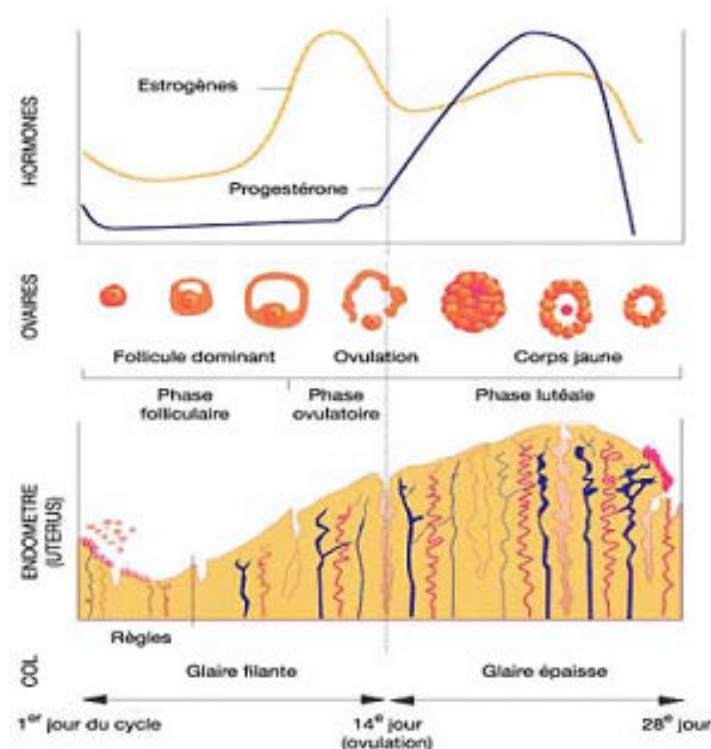


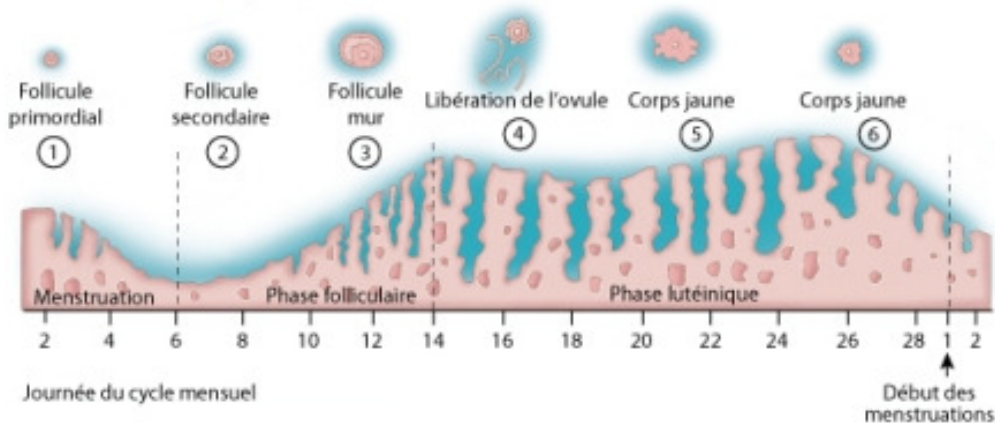
LE CYCLE OVARIEN

Chez la jeune fille, l'apparition des menstruations est probablement le plus grand changement se produisant au cours de la puberté. Chaque jeune fille commence à avoir ses règles à des moments différents, entre 10 et 16 ans : environ 2 ans après les premiers signes du développement des seins, de l'apparition des poils pubiens, et après avoir constaté quelques pertes vaginales. Puis la femme aura au cours de sa vie environ 400 fois ses menstruations...

Le cycle menstruel dure théoriquement 28 jours (chez 13% des femmes) mais pendant les premières années, les règles sont souvent irrégulières et de durée variable. Elles sont quelquefois accompagnées de douleurs pelviennes (comme des crampes au bas ventre), de sensations de pesanteur, liées au muscle utérin qui se contracte pour évacuer près de 85 ml de pertes (dont 35 ml de sang). Et les sautes d'humeur liées aux changements des taux hormonaux peuvent être fréquentes...



Le cycle menstruel se décompose en 3 phases :



Du 1^{er} au 5^{ème} jour : La phase menstruelle

Elle commence au 1^{er} jour des règles. La survenue des **règles** est due à la chute du taux de progestérone sécrétée par les ovaires. La muqueuse utérine (l'endomètre) s'effrite alors et s'élimine, ce qui correspond à l'écoulement sanguin des règles.

Du 6^{ème} au 14^{ème} jour : La phase folliculaire

Au cours de chaque cycle, un **ovocyte**, contenu dans un follicule, arrive à maturité.

Les **follicules ovariens** sont des petites vésicules ou « poches » à la surface de l'ovaire : à chaque cycle, sous l'influence de l'hormone **FSH** (produite dans le cerveau par l'hypophyse), un follicule est sélectionné et commence à faire mûrir un ovule. Dès le début du développement des follicules, les ovaires sécrètent des hormones, les **œstrogènes**. Les hormones vont agir sur la paroi de l'utérus : sa muqueuse, l'**endomètre**, commence à s'épaissir en vue de recevoir un éventuel embryon.

Le cerveau produit encore une autre hormone : la **LH**. Elle est présente dès le début du cycle et augmente brusquement au 13^{ème} jour du cycle. Le follicule va alors libérer l'ovule arrivé à maturité : c'est **l'ovulation**, au 14^{ème} jour du cycle.

L'ovule quitte l'ovaire pour être ensuite aspiré par la trompe utérine. C'est aussi à ce moment que la température du corps augmente.

Le follicule éclaté, quant à lui, devient le **corps jaune** qui sécrète une nouvelle hormone : la **progestérone**.

Du 14^{ème} au 28^{ème} jour : **La phase lutéale**

En cas de fécondation, l'ovule fécondé par un spermatozoïde entame son cheminement vers l'utérus où il se fixe à la paroi. Le corps jaune continue à sécréter la progestérone pour bloquer les règles et permettre la poursuite du développement de l'utérus. La grossesse débute.

S'il n'y a pas de fécondation pendant ce cycle, l'ovule meurt et le corps jaune dégénère. Les sécrétions d'œstrogène et de progestérone cessent. La muqueuse épaisse de l'utérus s'effrite et s'élimine : ce sont les règles qui apparaissent au 28^{ème} jour et un nouveau cycle ovarien débute.