Enquête... de vérité

Plusieurs ovulations par cycle

On le soupçonnait et on l'avait vérifié chez différentes espèces animales : un chercheur canadien, le Dr Roger A. Pierson, vient de constater que certaines femmes peuvent avoir plusieurs ovulations par cycle. Pour cela, il a réuni 63 femmes réglées normalement ne prenant pas la pilule, et il a contrôlé par échographie le nombre de follicules stimulés : 13 d'entre elles ont ovulé au moins deux fois au cours de leurs cycles. Une constatation importante qui pourrait modifier les traitements de la stérilité et les modalités de contraception.

In "Fertility and Sterility," Roger A. Pierson, 6 juillet 2003.

Publié dans la page "Info parents" du magazine Parents de la rentrée automne 2003, cet article a semé le doute chez certains utilisateurs PFN, fait rire ou enrager les monitrices MAO.
Il fallait en avoir le cœur net.
*Grâce à René Ecochard qui a reçu puis transmis une mise au point écrite par **Jokin de Irala**, membre de RENAFER (Asociación Española de Profesores de Planificación Familiar Natural), voici la vérité vraie sur les ovulations de la femme !*

"Certaines femmes peuvent ovuler plus d'une fois au cours du même cycle"

"Some women can ovulate more than once in each menstrual cycle"

"Algunas mujeres pueden ovular más de una vez en cada ciclo menstrual".

Les titres ci-dessus sont quelques exemples parmi ceux utilisés par des scientifiques et des journalistes pour commenter une récente publication sur la fertilité et la stérilité:

A new model for ovarian follicular development during the human menstrual cycle

Angela R. Baerwald, B.Sc. Hon.,[a] Gregg P. Adams, D.V.M., M.S., Ph.D.,[b] and Roger A. Pierson, M.S., Ph.D.[a]

University of Saskatchewan, Saskatoon, Saskatchewan, Canada

"Un nouveau modèle de développement folliculaire ovarien au cours du cycle menstruel humain"

Cette étude a analysé le développement folliculaire ovarien de 50 femmes à l'aide d'ultrasons.

On a pu lire les commentaires suivants dans les journaux, sur Internet, sur des pages WEB ou des sites de "chat":

- *"cette étude pourrait mettre fin à la croyance que les femmes ne produisent qu'un ovule par cycle "*
- *"il n'y a pas de période sûre dans le cycle pour avoir des relations sexuelles sans fécondation, étant donné qu'il y a plusieurs follicules qui peuvent se rompre dans le cycle "*
- *"environ 40% des femmes ne peuvent jamais être sûres d'identifier correctement leur période fertile"*

Ces commentaires ont également été utilisés pour attaquer des associations de PFN (Planification familiale naturelle), et des utilisateurs se sont plaints d'avoir appris et utilisé une "méthode absolument inefficace".

Beaucoup de nos utilisateurs et enseignants des PFN ont été touchés par cette publicité, et c'est pourquoi ce commentaire est porté à la connaissance de toute personne concernée par ce sujet. Son propos principal est de souligner ce que la médecine basée sur des faits prouvés (evidence-based-medicine) nous a appris jusqu'ici:

- une fois l'ovulation passée, la femme n'ovule plus jusqu'au prochain cycle

- si elle ovule plus d'une fois dans le même cycle (possibilité de donner naissance à des jumeaux), cela se passe dans un intervalle très court, qui fait toujours partie de la période fertile telle qu'elle est définie par les règles modernes de la PFN (nous ne parlons pas de la méthode Ogino ou du calendrier). Par conséquent, cela ne représente pas un problème pour nos utilisateurs/trices actuels

- la phase post-ovulatoire est la phase infertile la plus sûre pour les utilisateurs de la PFN. Aucune grossesse n'est survenue au cours de cette phase chez les utilisateurs de la méthode sympto-thermique (double contrôle glaire et température).

Nous avons revu à fond et de façon critique cet article, qui a été utilisé par tant de gens pour en faire librement des commentaires non scientifiques. Voici un résumé de son contenu et nos commentaires.

1) Aucun des cas cités dans cet article ne permet d'affirmer que plusieurs ovulations seraient possibles dans un seul cycle:

   - Les auteurs déclarent simplement, sur la base de leurs observations par ultrasons, qu'une femme peut avoir plusieurs "vagues folliculaires".

   - Ils ont fait un ultrason quotidien des ovaires depuis le jour avant l'ovulation d'un cycle jusqu'à 3 jours après l'ovulation du cycle suivant.

   - Dans cet intervalle, plusieurs follicules ont poussé ensemble, grandissant en taille et diminuant ensuite (vague folliculaire). Ceci s'est passé 2 ou 3 fois.

   - La vague finale était ovulatoire, **mais seulement au cours du cycle suivant**. Dans cette vague finale, un follicule grandit plus que les autres et stoppe leur maturation, pour finalement libérer l'ovule. Les vagues précédentes étaient anovulatoires chez **CHACUNE DES 50 FEMMES OBSERVEES.**

   - Les auteurs disent que "cette connaissance remet en cause les notions connues jusqu'ici selon lesquelles un seul groupe de follicules antraux (ou cavitaires, c'est-à-dire au stade avant l'ovulation, *ndtr.*) grandit durant la phase folliculaire du cycle menstruel". (Des graphiques montrent des vagues de croissance au cours de la phase lutéale (qui se termine habituellement par les règles), vagues qui reprennent dans la phase folliculaire du prochain cycle et culminent à l'ovulation de ce prochain cycle).

- Les auteurs suggèrent aussi: "On pourrait donc **supposer** que les follicules qui se développent dans la phase lutéale du cycle auraient la possibilité d'ovuler en cas de poussée de LH" – **mais ça n'est jamais arrivé.**

2) En conclusion:

- La découverte de plusieurs vagues folliculaires au lieu d'une seule au cours du cycle est très intéressante.

- Cette recherche ne démontre pas l'existence d'un deuxième temps d'ovulation dans le cycle, puisque, comme les auteurs eux-mêmes le démontrent, une seule et unique vague parvient à l'ovulation.

- L'expérience de la PFN montre que la connaissance que nous avions jusqu'ici d'une seule ovulation ou de plusieurs très proches l'une de l'autre reste toujours valable. En effet, s'il était vrai que "40% des femmes ne peuvent cerner correctement leur période fertile", nous devrions avoir quantité de grossesses surprises au cours de la phase lutéale. Or il a été largement publié que nous n'en avons eu **aucune**, même dans les études menées en plusieurs endroits d'Europe. Pour en citer une parmi tant d'autres: "*The European Natural Familiy Planning Study Groups. European multicenter study of natural family planning (1989-1995): efficacy and drop-out." In: Advances in Contraception 1999;15:69-83*.

- Les auteurs affirment faire des "suppositions". Nous devrions donc éviter de commenter leurs suppositions, et nous en tenir plutôt aux faits démontrés par la médecine basée sur les preuves.

Conclusion(s): The follicular wave phenomenon in women provides a new model for ovarian function during the menstrual cycle and will improve our understanding of the ovarian response to fertility and hormonal contraceptive regimens. (Fertil Steril® 2003;80:116–22. ©2003 by American Society for Reproductive Medicine.)

Conclusion(s): Le phénomène de vague folliculaire chez la femme nous donne un nouveau modèle de la fonction ovarienne pendant le cycle menstruel et va améliorer notre compréhension de la réponse ovarienne aux traitements pour la fertilité et à la contraception hormonale.

3) Toutes les connaissances que nous avons concernant l'usage de la PFN et son efficacité restent valables: la PFN est aussi efficace que la pilule ou que le stérilet, et bien plus que le préservatif. Elle est recommandée par beaucoup de médecins avec grande confiance.

7 octobre 2003

Jokin de Irala
MD, MPH, PhD
RENAFER www.renafer.org

traduction
Claude et Elisabeth Schneider-Longchamp
couple utilisateur PFN
monitrice PFN, membre AVIFA
www.avifa.ch