Dr Olivier Kadoch
Gynécologie-obstétrique · Chirurgie gynécologique

SANTÉ INTIME · MÉNOPAUSE

Sécheresse vaginale et ménopause

Avec la baisse des hormones, la vulve et le vagin peuvent s'assécher : c'est le syndrome génito-urinaire de la ménopause. Il touche 27 à 84 % des femmes ménopausées. Souvent ni diagnostiqué ni traité, il se soigne pourtant dans la plupart des cas.

CE QUE VOUS POUVEZ RESSENTIR	
Vulve et vagin	Sécheresse, brûlures, démangeaisons.
Sexualité	Douleurs pendant les rapports (dyspareunie).
Urines	Infections urinaires, envies fréquentes, levers la nuit, fuites par envie pressante.

Les traitements

- **Hydratants vaginaux** (dont l'acide hyaluronique) et **lubrifiants** à base d'eau avant les rapports : pour toutes, en premier. Souvent suffisants si la gêne est légère.
- **Œstrogènes locaux à faible dose** (crème, gel, ovule, comprimé vaginal) : efficaces sur tous les symptômes, très peu absorbés, sans progestatif. Plein effet en 3 mois au plus.
- **Prastérone** (hormone en ovule) : une autre option contre les douleurs pendant les rapports.
- **Laser vaginal** : pas en premier choix ; seulement si les hormones locales sont contre-indiquées, après information sur les risques (brûlure, rétrécissement, douleurs).

APRÈS UN CANCER DU SEIN

Traitements sans hormones en premier. Œstrogènes locaux : données rassurantes, mais sécurité non établie. La décision se prend avec votre cancérologue.

Consultez sans attendre si…

- **Saignement après la ménopause**, même minime
- Saignement après les rapports
- Pertes inhabituelles
- Gêne qui dure malgré les soins

Bon à savoir

Évitez savons parfumés, douches vaginales et crèmes non intimes : elles irritent. N'arrêtez jamais un traitement sans avis médical.

Sources · NAMS, 2020 Genitourinary syndrome of menopause position statement, *Menopause* 2020 (PMID 32852449) · CNGOF-GEMVi, Syndrome génito-urinaire de la ménopause, RPC 2021, *Gynecol Obstet Fertil Senol* (PMID 33757926) · CNGOF-GEMVi, Thérapies physiques (laser), RPC 2021 (PMID 33757917) · Trémollières FA et al., CNGOF-GEMVi guidelines, *Maturitas* 2022 (PMID 35717745) · NHS, Vaginal dryness ; Vaginal oestrogen.

107 avenue Victor Hugo, 75116 Paris · Centre Geoffroy Saint-Hilaire, 75005 Paris
docteurkadoch.com · Docteur Kadoch Olivier, Paris, France

Document d'information · nov. 2026.
Il ne remplace pas la consultation.