

THÈSE

**POUR LE DIPLOME D'ÉTAT DE DOCTEUR EN
MÉDECINE
SPECIALITÉ MÉDECINE GÉNÉRALE**

Présentée et soutenue publiquement
par

Lorraine de SAINT POL DAGNEAU de RICHECOUR

Le 30 JUIN 2020

MEMOIRE DE THESE

Directeur de thèse : Dr Leïla LATROUS

JURY :

Monsieur le Professeur Pierre MESTHE
Monsieur le Professeur René ECOCHARD
Madame le Docteur Motoko DELAHAYE
Madame le Docteur Marielle CHARVET
Madame le Docteur Leïla LATROUS

Président
Assesseur
Assesseur
Assesseur
Assesseur

TABLE DES MATIERES

Table des matières	1
Parcours personnel	2
Choix du sujet :	3
Contribution personnelle	4
Recherche bibliographique	4
Formation à la recherche systématique	4
Répartition du travail	4
Mis en commun	4
Rédaction	5
Ressenti personnel	6
Travail à deux	6
La recherche systématique.....	6
Apport personnel	6
Perspectives	7

PARCOURS PERSONNEL

Après le premier cycle de mes études médicales réalisé à l'Université de Bourgogne à Dijon, j'ai choisi d'effectuer mon internat de médecine générale à la Faculté de Médecine de Toulouse pour des raisons familiales.

J'ai réalisé une grande partie de mes stages en ambulatoire afin de mieux apprendre le métier de médecin généraliste mais également pour rester proche de Toulouse.

Mon parcours de DES de médecine générale a été le suivant :

- ✓ **1^{er} semestre** : *Novembre 2016 à Avril 2017*
 - Service de rééducation neuro-locomotrice au CHU de Toulouse Purpan, Service du Pr Bruno VELAS, coordonné par le Dr Thierry VOISIN.
- ✓ **2^{ème} semestre** : *Mai 2017 à Octobre 2017*
 - Service des Urgences au CH de Montauban, coordonné par le Pr Pierre MARDEGAN
- ✓ **3^{ème} semestre** : *Novembre 2017 à Avril 2018*
 - Stage praticien niveau 1 à Seysses, coordonné par le Dr Caroline MONTICELLI et couplé avec le Dr Elisabeth CALAS dans le même cabinet.
- ✓ **4^{ème} semestre** : *Mai 2018 à Octobre 2018*
 - Stage de gynécologie et pédiatrie ambulatoire à Tournefeuille, coordonné par le Dr Stéphanie CAMBORDE, couplé au service de PMI de Bagatelle avec le Dr NGUYEN VAN PHI.
- ✓ **5^{ème} semestre** : *Mai 2018 à Avril 2019*
 - Stage de SASPAS à Fenouillet, coordonné par le Dr Marie-Christine EDOUJ, couplé avec les Dr Pascal BLET et Corinne BASSET à Colomiers ainsi qu'avec le Dr Bernard LEMAHIEU à Toulouse Lardenne.
- ✓ **6^{ème} semestre** : *Mai 2019 à Octobre 2019*
 - Stage de SASPAS à Toulouse, coordonné par le Dr Philip PERSIL, couplé avec le Dr Séraphin COLLE, le Dr Marie Laurence PRIAROLLO et le Dr Dominique PERNIN.

Tous mes stages m'ont permis de me former et d'enrichir ma pratique. Chaque maître de stage m'a beaucoup apporté par la variété de leur vision dans les prises en charges.

J'ai soutenu mon DES de médecine générale le 14 avril 2020, intitulé « Les étiologies du syndrome prémenstruel ».

CHOIX DU SUJET

La physiologie du cycle féminin m'a toujours intéressée. De plus, je me suis retrouvée en consultation avec des patientes et des couples en désir d'enfant avec beaucoup de questions sur leur propre fertilité ou sur le cycle lui-même. Certaines patientes avaient une atteinte de leur qualité de vie par des symptômes appartenant entre autres à l'endométriose.

J'ai initialement cherché à réaliser une thèse sur la fertilité naturelle de la femme ou sur ces pathologies et leur prise en charge. Cette recherche m'a mise sur le chemin de Charlotte. Nous étions toutes les deux intéressées par le cycle naturel de la femme et nous souhaitions l'étudier plus en profondeur. Nous avons donc choisi de travailler ensemble pour la thèse.

Je me suis rendu compte que nous avons appris beaucoup de choses dans nos livres, mais que lorsqu'il y avait une pathologie dans le cycle, nous n'avions pas beaucoup d'autre option que de prescrire une contraception. Seulement, pour ces femmes en désir d'enfant, la réponse thérapeutique ne doit pas être celle-ci.

Au cours de cette réflexion, il m'est venu à l'esprit le problème de l'endométriose mais il était déjà étudié à maintes reprises. Ensuite nous avons pensé au syndrome prémenstruel.

La revue de littérature nous semblait une bonne méthode, sérieuse et complète, suite à laquelle nous pouvions apporter une prise en charge pour le syndrome prémenstruel. Il nous est apparu, suite à une première bibliographie, que le syndrome prémenstruel est un sujet très étudié actuellement mais qu'il manquait un travail de synthèse ou des recommandations françaises sur la prise en charge thérapeutique. Ce syndrome nous semblait être peu reconnu et recherché dans les suivis gynécologiques en médecine générale.

Nous avons donc choisi de réaliser une revue de littérature sur les traitements du syndrome prémenstruel en médecine générale afin d'aider les médecins, et nous en premier lieu, à mieux prendre en charge les patientes gênées par ces symptômes.

CONTRIBUTION PERSONNELLE

Recherche bibliographique

J'ai participé à l'atelier de recherche bibliographique du DUMG au cours de mon cursus de DES. Nous avons également pris rendez-vous auprès d'une bibliothécaire de la bibliothèque universitaire de Paul Sabatier afin de mieux comprendre comment rechercher sur les bases de données de la littérature.

J'ai ensuite débuté mes propres recherches sur le sujet, en particulier sur les symptômes et le diagnostic via la base de données PubMed afin de parcourir l'état des connaissances et des recherches actuelles.

Formation à la recherche systématique

Après avoir débuté notre bibliographie, nous avons participé à l'atelier « Revue systématique de la littérature » avec le Dr Julie DUPOUY au DUMG.

Suite à cet atelier, nous avons mieux compris ce qu'est une revue systématique de la littérature. Nous avons appris les différentes étapes importantes pour avoir une validité finale correcte comme les modalités d'extraction et les outils d'évaluation des articles. Nous avons ensuite affiné notre recherche, et pu voir et prévoir le déroulement de notre travail. Suite à cet atelier, nous avons également choisi d'élargir notre recherche initiale aux trois bases de données principales : PubMed, Web of Science et Cochrane.

Répartition du travail

La sélection des articles a été réalisée par chacune des deux chercheuses de manière indépendante, avec mise en commun progressive des résultats à chaque étape, permettant un travail équitable et limitant le risque de biais de sélection. Nous avons travaillé indépendamment et en double lecture jusqu'à l'évaluation des articles.

Mis en commun

Nous avons constitué une bibliothèque de références bibliographiques sur l'outil Zotero avec des collections et des sous collections. Nous avons pu mettre en commun nos résultats par le partage de cette bibliothèque de référence. Les discussions étaient régulières, par téléphone ou en direct.

Nous n'avons initialement pas choisi de borne temps afin d'être exhaustives et de ne pas omettre de recherche importante et parce que nous pensions que les recherches même

initiales pourraient être intéressantes. Devant le nombre très important de résultat, et suite à la lecture de certains vieux articles, nous avons remarqué que les traitements utilisés il y a plus de 20 ans sont maintenant désuets et que les définitions du SPM sont variables jusqu'à 2000, avec la définition publiée par l'ACOG pour le diagnostic du SPM. Donc, afin d'avoir des résultats concernant des traitements actuels et plus facilement comparables entre eux, nous avons choisi de limiter les recherches à l'année 2000.

Rédaction

J'ai réalisé la mise en page de la thèse et rédigé les parties « matériels et méthodes » dont le diagramme de flux, et dans les résultats la partie « suppléments ».

J'ai également listé les articles exclus ainsi que les causes de leurs exclusions et créé les tableaux en « Annexe » synthétisant les scores obtenus via les grilles d'analyse.

Charlotte a rédigé la partie « introduction » ainsi que la partie « traitement médicamenteux » et « activité physique ». Elle a rédigé le résumé.

Les articles ont été dispatchés entre nous deux suivant les types de traitements. L'extraction des données sous forme de tableaux a été réalisée par l'une ou l'autre en fonction de sa partie des résultats. La « discussion », et la « conclusion » ont été rédigés à deux.

RESSENTI PERSONNEL

Travail à deux

Ce travail est le fruit d'une vraie collaboration avec Charlotte. Malgré les emplois du temps de chacune, et la disponibilité variée de l'une et l'autre nous avons réussi à avancer et terminer ce travail dans le temps que nous nous étions impartis. Nous avons eu la chance d'avoir pu profiter du ralentissement des activités de chacune durant le mois du confinement pour pouvoir terminer à temps notre travail et pouvoir soutenir à la date convenue.

Cette méthodologie a été très enrichissante, elle nous a permis d'échanger nos idées et de discuter nos désaccords. La méthodologie de la thèse nécessite d'être rigoureux et aussi de s'écouter mutuellement au fil des discussions à chaque étape de mise en commun, ce qui rend le travail de thèse stimulant. Nous étions également très complémentaires dans nos manières de fonctionner et nos capacités, ce qui a rendu le travail plus facile à réaliser.

Suite à ce travail, nous avons appris à mieux nous connaître et nous avons eu envie d'approfondir cette relation dans une vraie amitié.

Mes impératifs professionnels nous ont permis de rester motivées tout au long du travail et de ne pas trainer entre les différentes étapes de la revue.

La recherche systématique

Je ne connaissais pas la méthodologie de la recherche systématique avant de faire cette thèse. J'ai appris par la rigueur de ce travail à mieux critiquer les articles publiés sur un sujet et à mieux réaliser mes recherches sur les bases de données, en particulier sur PubMed.

L'apprentissage de la recherche bibliographique est au cœur de la réalisation d'une revue systématique. Je pourrais ainsi tirer plus d'informations claires, prouvées de mes recherches futures.

Apport personnel

Le syndrome prémenstruel est maintenant un sujet que je maîtrise et auquel je peux donner une réponse thérapeutique aux patientes qui en souffrent. L'approfondissement de ce sujet m'a permis de m'intéresser encore plus au cycle et me donne l'envie de mieux me former à sa physiologie. J'espère ainsi pouvoir réaliser des interrogatoires et des prises en charges gynécologiques plus complètes.


Il m'aura également permis d'avoir un œil critique sur la lecture d'articles scientifiques de par la méthodologie employée.

PERSPECTIVES

Je souhaite être collaboratrice dans un cabinet de ville à Toulouse ou je me sens bien accueillie. L'avenir est encore incertain quant à mon installation future dans ce cabinet, mais je compte m'y investir auprès des patients.

Ce sujet de thèse me donne l'envie d'approfondir les différents sujets touchant au cycle féminin, et en particulier sur l'amélioration de la fertilité dans le cadre des consultations de médecine générale. Je souhaite également permettre aux femmes d'avoir une qualité de vie meilleure par des prises en charges simples mais efficaces et prouvées.

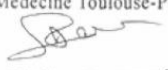
Vu
Toulouse le 1^{er} juin 2020



Le Président du Jury
Professeur Pierre MESTHÉ
Médecine Générale

Toulouse, le 2 juin 2020
Vu, permis d'imprimer,
Le Doyen de la Faculté de
Médecine de Toulouse Purpan
D. Carrié

Le Doyen de la Faculté
de Médecine Toulouse-Purpan



Didier CARRIÉ