

Année 2020

2020 TOU3 1055

# THÈSE

## POUR LE DIPLÔME D'ÉTAT DE DOCTEUR EN MÉDECINE SPECIALITÉ MÉDECINE GÉNÉRALE

Présentée et soutenue publiquement  
par

**Charlotte LAFONT BROUCHET**

Le 30 JUIN 2020

### MEMOIRE DE THESE

Directeur de thèse : Dr Leila LATROUS

### JURY :

**Monsieur le Professeur Pierre MESTHE**

**Président**

**Monsieur le Professeur René ECOCHARD**

**Assesseur**

**Madame le Docteur Motoko DELAHAYE**

**Assesseur**

**Madame le Docteur Marielle CHARVET**

**Assesseur**

**Madame le Docteur Leïla LATROUS**

**Assesseur**

## TABLE DES MATIERES

|   |          |
|---|----------|
| <b>Table des matières</b> .....             | <b>2</b> |
| <b>Parcours personnel</b> .....             | <b>2</b> |
| <b>Choix du sujet :</b> .....               | <b>5</b> |
| <b>Contribution personnelle</b> .....       | <b>6</b> |
| Recherche bibliographique .....             | 6        |
| Formation à la recherche systématique ..... | 6        |
| Répartition du travail.....                 | 6        |
| Mis en commun .....                         | 7        |
| Rédaction.....                              | 7        |
| <b>Ressenti personnel</b> .....             | <b>8</b> |
| Travail à deux.....                         | 8        |
| La recherche systématique .....             | 8        |
| Apport personnel .....                      | 8        |
| <b>Perspectives</b> .....                   | <b>9</b> |

## PARCOURS PERSONNEL

C'est à l'université Paris Descartes que j'ai commencé mes études de médecine. Quand le moment du choix du lieu et de la spécialité fut venu, c'était une chance à saisir que de pouvoir poursuivre mon internat dans une autre région et découvrir ainsi quelque chose de nouveau. J'étais intéressée par la pédiatrie, mais je ne regrette pas une seule seconde mon choix de la médecine générale. Après un externat exclusivement à l'hôpital et plusieurs stages d'interne hospitaliers, j'ai réalisé que la pratique de la médecine générale en ambulatoire était ce que j'aimais le plus. Mon parcours de DES de médecine générale fut le suivant :

- **1er semestre** : *De Novembre 2016 à Avril 2017, CH Montauban*

• Service des Urgences générales, médico-chirurgicales, adultes et pédiatriques, Dr MARDEGAN

- **2ème semestre**, stage en surnombre non validant : *De Mai 2017 à Novembre 2017, CHU Toulouse*

• Service des Urgences pédiatriques, Pr CLAUDET

- **3ème semestre** : *De Novembre 2017 à Avril 2018, CHU Toulouse / Clinique des Minimes*

• Unité Cognitivo-Comportementale, Pr VELLAS / Soins de Suite et de Rééducation, Dr GEMAR

- **4ème semestre** : *De Mai 2018 à Novembre 2018, Toulouse nord*

• Stage Praticien Niveau 1, Drs NAKHLE, VILLETTE et BOURGUIGNAT

- **5ème semestre** : *De Novembre 2018 à Avril 2019, Toulouse nord*

• Stage de gynécologie-pédiatrie ambulatoire et PMI, Drs CAMBORDE, Dr NGUYEN VAN PHI

- **6ème semestre** : *De Mai 2019 à Novembre 2019, Toulouse nord*

• Stage SASPAS, Drs RICO, RIBES et NAKHLE

- **7ème semestre** : *De Novembre 2019 à Mai 2020, Toulouse nord*

• Stage SASPAS, Drs BOIVIN, RIGAL et EVENOU

Mon parcours d'internat m'a permis de découvrir la pratique de la médecine générale et m'a fait aimer ce métier.

L'alternance de stages hospitaliers et ambulatoires m'a permis de prendre du recul sur la relation médecine de ville-médecine hôpital. Cette expérience en tant qu'interne m'aide à créer un véritable lien entre professionnels pour la prise en charge des patients. Avoir eu l'opportunité de travailler aux côtés de différents praticiens a enrichi mes connaissances et m'a fait rencontrer différentes façons d'exercer notre métier.

Dans un futur proche, j'aimerais pouvoir approfondir mes connaissances à travers différents diplômes universitaires en pédiatrie et gynécologie.

## CHOIX DU SUJET

La santé de la femme et de l'enfant sont deux domaines qui m'intéressent particulièrement.

Je cherchais donc un sujet de thèse traitant de la pédiatrie ou de la gynécologie. Je ne pensais pas que la recherche du sujet serait aussi longue. Nous avons d'abord travaillé un sujet concernant les petits maux de pédiatrie, avec comme objectif de délivrer un guide pratique de conseils destinés aux médecins de soins premiers. La méthode visée était une ronde de Delphi. Mais les résultats que suggérait ce travail s'avéraient peu solides.

Puis, étant toutes deux intéressées par le cycle féminin et sa physiopathologie, nous avons eu l'idée de travailler sur un thème que nous ne maîtrisions pas : le syndrome prémenstruel. Ce sujet nous plaisait car il mettait en lumière un problème concret rencontré et incommodant de nombreuses femmes. De plus, plusieurs inconnues illustraient cette pathologie, tant sur le plan étiologique que thérapeutique. Après une recherche bibliographique et les conseils avisés de plusieurs personnes nous nous sommes engagées à rechercher les prises en charges reconnues et efficaces du syndrome prémenstruel dont le médecin généraliste peut disposer dans sa pratique quotidienne.

## CONTRIBUTION PERSONNELLE

### Recherche bibliographique

Nous avons pris rendez-vous avec une bibliothécaire de l'université Paul Sabatier, afin de nous initier à la recherche bibliographique sur les différentes bases de données. Cet atelier fut très enrichissant. Nous étions juste toutes les deux ce qui nous a permis de poser toutes nos questions et de repartir avec une bonne formation.

Nous avons également organisé un atelier pour apprendre à utiliser Zotéro. Cet enseignement fut une aide très concrète que je conseille à tous. En effet cela nous a fait gagner beaucoup de temps.

### Formation à la recherche systématique

Nous avons participé à deux ateliers proposés par le DUMG. Le premier concernait la question de recherche. Je n'imaginai pas que cette partie du travail puisse être aussi longue ! Cet atelier nous a permis de prendre du recul sur notre sujet et le regard objectif de l'animateur et des autres thésards nous a éclairées. Le deuxième atelier portait sur la revue systématique. Nous avons pu travailler sur notre équation de recherche et sur les différentes bases de données dont nous allions nous servir. Ce fut un enseignement très concret qui nous a permis de commencer notre travail sur des bases solides.

Je recommande vivement de participer à ces ateliers et remercie les enseignants pour l'aide qu'ils nous ont apportée.

### Répartition du travail

Nous avons chacune travaillé sur les recherches bibliographiques des différentes bases de données. Il nous paraissait essentiel de travailler de manière indépendante jusqu'au bout afin d'assurer la plus grande objectivité possible. Chacune a sélectionné les articles sur leur titre ou résumé. Après une première mise en commun, nous avons chacune lu tous les articles en entier et nous nous sommes concertées pour la deuxième mise en commun. Nous avons également réalisé chacune de notre côté et pour chaque article inclus une évaluation de la qualité du rapport et de la méthodologie. Ensuite, nous nous sommes réparties les articles avant de procéder à l'extraction des données.

## Mise en commun

La mise en commun s'est faite régulièrement tout au long de notre travail. Nous avons utilisé Zotero afin d'avoir une bibliothèque partagée ce qui a facilité beaucoup de choses dans notre travail. Nous avons travaillé via google DRIVE, ce qui nous permettait de travailler sur les mêmes documents, de nous corriger mutuellement ou de commenter le travail de l'autre.

## Rédaction

La répartition s'est faite simplement. Nous nous sommes réparties les articles de façon équitable, selon les thèmes étudiés. Lorraine se chargeait de 17 articles traitant des suppléments et d'une revue générale. Je me chargeais de 18 autres articles concernant les traitements médicamenteux et les exercices physiques. Chacune a donc extrait les données de ses articles, rédigé les résultats et la discussion correspondants. Je me suis occupée de rédiger l'introduction et l'abstract. Lorraine a rédigé la partie méthodologie et toutes les annexes. Nous avons rédigé ensemble la conclusion. Chacune relisait et commentait régulièrement les parties de l'autre. Lorraine s'est également occupée de toute la mise en page de notre thèse, ce qui représente un gros travail.

## RESSENTI PERSONNEL

### Travail à deux

Travailler à deux me tenait particulièrement à cœur. Le travail d'équipe me semblait plus riche et stimulant. Et ce fut le cas !

J'ai eu la chance de rencontrer Lorraine, nous cherchions un sujet sur le même thème. Nous avons été mises en contact par un ami commun. Nous ne nous connaissions pas, mais j'ai très vite pu voir que nous étions sur la même longueur d'onde, et considérions avec importance les mêmes sujets.

Cette collaboration a été un bel atout. Nous avons été très complémentaires. Cette thèse fut une première expérience de véritable collaboration dans un travail sur le long terme. J'ai beaucoup apprécié nos échanges indispensables pour suivre la méthode rigoureuse d'une revue systématique de la littérature. Nous avons dû communiquer constamment et par tous les moyens, pour partager nos idées, nos opinions. Chacune était l'œil critique bienveillant de l'autre. Confronter nos idées et discuter de nos désaccords était nécessaire et nous aidait à avancer d'autant plus vite. Nous faisons équipe, et ce fut un moteur efficace qui nous a permis d'achever notre thèse dans les temps impartis.

### La recherche systématique

Je souhaitais fonder ma thèse sur cette méthode. En effet la rigueur qu'elle impose et le résultat objectif et fiable sur lequel elle peut faire aboutir un travail me semble pertinent. Je voulais que notre travail puisse apporter un résultat solide.

Notre thèse m'a permis d'approfondir en détail cette méthode. J'ai pu apprendre à réaliser des recherches bibliographiques sur des bases de données scientifiques et reconnues. Lire un article et déceler ses forces et ses limites, acquérir un esprit critique furent aussi des fruits de ce travail qui me serviront tout long de ma pratique médicale.

### Apport personnel

Ce travail de thèse fut une initiation au travail de recherche scientifique. Et cela m'a beaucoup intéressée. Cette expérience fut riche en enseignements. D'une part la méthode exigeante m'a appris à reconnaître les articles de qualité sur lesquels il est bon de s'appuyer. Cela me pousse à lire toujours plus de nouvelles publications et journaux scientifiques. D'autre part travailler en binôme fut enrichissant, écouter l'autre et prendre en considération son avis permet d'avoir

un regard plus objectif et une vision plus large sur le sujet étudié. Enfin le sujet du syndrome prémenstruel et du cycle de la femme a confirmé mon intérêt dans ce domaine.

## PERSPECTIVES

Après en avoir discuté avec ma directrice de thèse et ma tutrice, mon sujet de mémoire s'oriente dans la même direction que notre thèse. Je vais étudier la place de la psychothérapie dans la prise en charge du syndrome prémenstruel. Ma date de soutenance est prévue le 8 septembre 2020.

Mon internat m'a fait découvrir l'exercice de la médecine générale en ambulatoire et c'est ainsi que je souhaite pratiquer mon métier. J'ai commencé des remplacements réguliers dans un cabinet où j'étais interne. J'aimerais continuer à remplacer dans différents endroits afin de découvrir différentes façons d'exercer. Je n'ai aujourd'hui aucune idée de l'endroit ni même de la ville où je m'installerai plus tard.

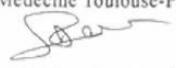
Vu  
Toulouse le 1<sup>er</sup> juin 2020



**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**