
Effet de différentes prises en charge innovantes de 3 mois sur la qualité de vie de femmes atteintes d'endométriose

Samantha Coquinos*¹, Damien Vitiello¹, and Alexandre Oboeuf¹

¹Institut des Sciences du Sport-Santé de Paris – Université Paris Cité – France

Résumé

Introduction : L'endométriose affecte environ 1 femme sur 10 en âge de procréer (Vercellini et al., 2014). Elle s'associe fréquemment à des douleurs pelviennes chroniques incapacitantes. Pourtant, la sévérité de la maladie ne serait pas corrélée aux douleurs ressenties (Szendei et al., 2005 ; Facchin et al., 2015). L'activité physique adaptée (APA) et la kinésithérapie peuvent représenter des pistes de prises en charge innovantes non médicamenteuses pour aider ces femmes à mieux vivre au quotidien malgré leur maladie. En s'appuyant sur la littérature (Aredo et al., 2017 ; Geneen et al., 2017,4,5), l'objectif principal de cette étude est d'évaluer la qualité de vie des femmes atteintes d'endométriose qui suivent un programme soit de kinésithérapie passive, soit d'APA, soit d'une combinaison des deux.

Méthode : Le projet est une étude contrôlée randomisée qui assigne aléatoirement les participantes à l'un des groupes suivants : kinésithérapie antalgique passive (bras comparateur) ; APA ; kinésithérapie passive antalgique + APA.

Chaque participante est incluse pendant une durée de 6 mois avec une séance hebdomadaire de 40min.

Les critères étudiés sont comparés par une analyse de variance entre les 3 groupes à chaque période d'évaluation (début, 3 mois et 6 mois de l'intervention) et sont : la qualité de vie (EHP-30), l'estime de soi globale (Rosenberg), l'estime de soi physique (PSDQ-S) et la douleur (EVA).

Résultats : Au moment de la soumission, 23 patientes ont passé l'évaluation des 3 mois d'intervention. Les résultats préliminaires à 3 mois semblent montrer une amélioration des scores moyens de qualité de vie et de douleur dans tous les groupes sans différence significative entre les groupes. Il semble n'exister aucune amélioration significative des scores d'estime de soi globale et d'estime de soi physique dans chaque groupe.

Discussion : Il n'existe actuellement que très peu d'études qui testent l'effet des pratiques corporelles sur l'endométriose (Tennfjord et al., 2021) malgré une forte prévalence de cette maladie. Cette étude est innovante car elle compare une modalité passive antalgique face une modalité active anti-inflammatoire et une autre mélangeant ces deux effets. Il est intéressant de noter que l'activité physique adaptée aurait des effets similaires à la kinésithérapie antalgique sur les douleurs et la qualité de vie, mettant en avant la possibilité d'autonomiser en partie les patientes dans leur prise en charge.

*Intervenant

Elle présente des limites, comme notamment l'adhérence aux différents programmes sur 6 mois et la difficulté d'évaluer et de limiter les changements dans la vie quotidienne des participantes.

Conclusion : Cette étude permettra de mieux prendre en charge les femmes atteintes d'endométriose qui ne bénéficient, à ce jour, que de très peu d'options thérapeutiques.

Bibliographie :

Aredo, J., Heyrana, K., Karp, B., Shah, J., & Stratton, P. (2017). Relating Chronic Pelvic Pain and Endometriosis to Signs of Sensitization and Myofascial Pain and Dysfunction. *Seminars in Reproductive Medicine*, 35(01), 088-097. <https://doi.org/10.1055/s-0036-1597123>

Facchin, F., Barbara, G., Saita, E., Mosconi, P., Roberto, A., Fedele, L., & Vercellini, P. (2015). Impact of endometriosis on quality of life and mental health: Pelvic pain makes the difference. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 36(4), 135-141. <https://doi.org/10.3109/0167482X.2015.1048222>

Geneen, L. J., Moore, R. A., Clarke, C., Martin, D., Colvin, L. A., & Smith, B. H. (2017). Physical activity and exercise for chronic pain in adults: An overview of Cochrane Reviews. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2020(2). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD011279.pub3>

Szendei, G., Hernádi, Z., Dévényi, N., & Csapó, Z. (2005). Is there any correlation between stages of endometriosis and severity of chronic pelvic pain? Possibilities of treatment. *Gynecological Endocrinology*, 21(2), 93-100. <https://doi.org/10.1080/09513590500107660>

Tennfjord, M. K., Gabrielsen, R., & Tellum, T. (2021). Effect of physical activity and exercise on endometriosis-associated symptoms: A systematic review. *BMC Women's Health*, 21(1), 355. <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01500-4>

Vercellini, P., Viganò, P., Somigliana, E., & Fedele, L. (2014). Endometriosis: Pathogenesis and treatment. *Nature Reviews Endocrinology*, 10(5), 261-275. <https://doi.org/10.1038/nrendo.2013.255>