Le cycle sexuel de la femme

Fiche

Règles et ovulation sont des phénomènes cycliques.
Quelle est l'origine de ces phénomènes ? Comment le cycle sexuel de la femme se déroule-t-il ?

I. L'origine des règles

• Les règles, ou écoulement sanguin par la vulve, marquent le premier jour du cycle sexuel de la femme. Ce cycle se déroule sur une durée de 28 jours en moyenne. En raison de leur périodicité mensuelle, on appelle également les règles menstruations. Une fois le cycle bien installé (environ 2 ans après les premières règles), elles se produisent régulièrement et durent de 3 à 5 jours. Elles peuvent entraîner fatigue et douleurs passagères.

Les règles correspondent à un détachement de la muqueuse utérine. Au cours du cycle précédent, cette muqueuse, bien irriguée, s'est épaissie pour se préparer à l'éventualité d'une fécondation. D'ailleurs, les règles s'arrêtent en cas de fécondation, car la muqueuse reste épaisse pour pouvoir recevoir l'œuf formé.

• Au cours de chaque cycle, en cas de non fécondation, les règles traduisent donc l'**amincissement de la muqueuse utérine** pendant la **phase pré-ovulatoire** (précédant l'ovulation). En phase **post-ovulatoire** (suivant l'ovulation), la muqueuse s'épaissit à nouveau, et ainsi de suite : ce phénomène est donc **cyclique.**

II. L'ovulation

• L'ovulation, encore appelée **ponte ovulaire,** s'effectue au 14^{e} jour du cycle. Ce phénomène, peu repérable, ne peut avoir lieu qu'à la fin de la phase pré-ovulatoire. On appelle ovulation l'émission d'un ovule par un ovaire : un des **follicules** constituant l'ovaire arrive à maturation, se rompt et rejette, dans la trompe, un ovule prêt à être fécondé.

• L'ovulation peut, chez certaines femmes aux cycles bien réguliers, être reliée à une **variation de température corporelle** d'ordre physiologique et de faible valeur. En effet, lors de la phase pré-ovulatoire, la courbe thermique oscille en dessous de 37°, alors qu'en phase post-ovulatoire, elle dépasse légèrement 37°, ce qui permet de situer l'ovulation dans le cycle. Toutefois cette méthode de repérage ne peut en aucun cas être considérée comme une technique de contraception : elle exige la prise de température chaque matin, avant le lever et ce, pendant plusieurs cycles afin de repérer le moment des variations de température qui est propre à chaque femme. Cela suppose également que la femme n'ait pas contracté une maladie qui lui donne de la fièvre.

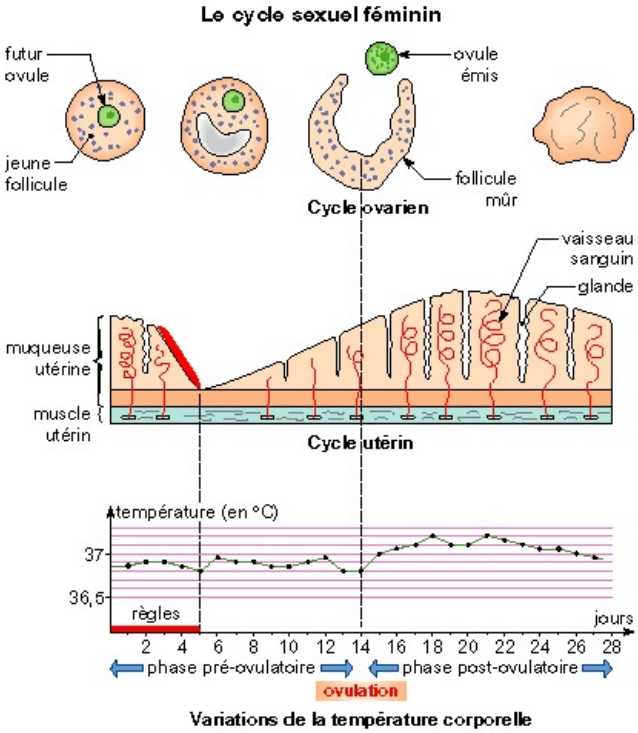
• Le mucus cervical est une **sécrétion des parois du col de l'utérus** dont les fibres tissent un réseau plus ou moins dense, pouvant freiner le déplacement de spermatozoïdes, mais toutefois nécessaire à leur vie. Ce réseau fibreux se réduit au moment de l'ovulation, facilitant ainsi le passage des spermatozoïdes dans l'utérus, alors qu'il reste très dense en dehors de l'ovulation. Ces variations de l'état du mucus peuvent également servir à situer l'ovulation.

III. Le lien entre les modifications ovariennes et utérines

• Au cours de la phase pré-ovulatoire, on observe les faits suivants :
- au niveau de l'ovaire, un accroissement d'un follicule ovarien qui mûrit pour libérer l'ovule qu'il contient (c'est l'ovulation) ;
- au niveau de l'utérus, un amincissement de la muqueuse utérine épaissie au cycle précédent et qui correspond aux règles.

• Au cours de la phase post-ovulatoire, on constate :
- au niveau de l'ovaire que le follicule qui a émis son ovule s'est modifié ;
- au niveau de l'utérus qu'un épaississement important de la muqueuse utérine s'opère.

À chaque cycle sexuel, sans fécondation, les mêmes phénomènes se reproduisent simultanément au niveau des deux organes. Il y a donc un **synchronisme entre le cycle de l'ovaire et celui de l'utérus,** comme le montre l'ablation des ovaires, chez un animal. Cette ablation supprime, en effet, le fonctionnement utérin qui est commandé par les ovaires, probablement par voie sanguine. De plus, lors de la ménopause, alors que les ovaires ne fonctionnent plus, il n'y a plus ni ovulation, ni règles : le cycle est totalement arrêté.



© 2000-2025, Miscellane