

## SANTÉ FÉMININE : LES MAUX POUR LE DIRE

Toujours au front quel que soit son âge, la femme est souvent chargée au cœur de sa famille ou de son couple de prendre en charge la santé des autres. Grande utilisatrice d'Internet, elle se tient au courant de l'actualité médicale et fréquente les forums. Mais attention à la surcharge !



Courir entre rendez-vous pro, réunions de parents d'élèves ou d'associations tout en s'occupant de ses enfants, de son mari ou de ses petits-enfants... c'est le quotidien de nombreuses femmes de tout âge.

« Quand je me suis mise en retraite, j'ai cru que ça allait se calmer, confie Albane, 67 ans. Finalement, comme ma fille travaille beaucoup, je m'occupe énormément de mes trois petits-enfants et mon mari ne sait rien faire sans moi (rires) ! Je suis aussi débordée qu'à 40 ans. Je m'occupe peu de moi quand j'y pense... ».

• • • • •  
**Face à un tel témoignage, qui est loin d'être isolé, la question se pose : Internet peut-il nous aider à prendre soin de notre santé ?**  
• • • • •

**CLAUDINE, 35 ANS, FONCTIONNAIRE TERRITORIALE, POISSY (78)**

« J'utilise régulièrement Internet pour aller chercher des informations gynécologiques. Mais je suis assez prudente et je coupe toujours les informations trouvées avec mon médecin. Dans quelques cas, cela m'a aidée à conserver mon sang froid et à ne pas paniquer devant des symptômes que je trouvais bizarres. »

### **D** Pouvoir discuter, échanger sur Internet

De toute éternité, les femmes ont été encouragées à prendre soin de leur famille et d'elles-mêmes. Elles seraient donc naturellement plus proche des systèmes de soin ainsi que des comportements moins risqués au niveau de la santé. Une proximité avec le système médical qui est renforcée avec Internet : quoi de plus facile que de trouver des informations désormais ? Mais c'est justement cette abondance qui peut parfois devenir anxiogène... Internet est à utiliser avec modération ! Ce qu'on y trouve est souvent intéressant mais également contradictoire ou troublant. Un conseil donc : confrontez toujours vos informations avec votre gynécologue.

## INTERNET ET LA SANTÉ FÉMININE...

**NATHALIE, 62 ANS, BIOLOGISTE, PARIS X**

« Je suis très étonnée de constater que la ménopause est la grande oubliée de la santé féminine sur Internet. C'est d'autant plus étonnant que ce sujet nous touche toutes à un moment de notre vie. C'est un véritable préjudice... »