



Qu'est-ce que L'autotest D'OVULATION

Le test d'ovulation, aussi appelé "test de fertilité féminine", est un test d'autodiagnostic élaboré pour les femmes qui souhaitent être enceintes. Il permet de détecter le pic d'ovulation et ainsi déterminer les deux jours les plus fertiles du cycle menstruel. Durant ces deux jours (compris entre le 11^e et le 16^e jour du cycle le plus souvent), un spermatozoïde aura une chance de féconder un ovule.

Le test d'ovulation vous sera tout particulièrement utile si vous avez des cycles menstruels irréguliers et que vos jours d'ovulation sont difficiles à repérer.

Attention, il va de soi que cet autotest est uniquement un indicateur ; il n'améliore en rien la fécondité.



Les mots clés

Ovulation ; LH ,oestradiol



Rappel physiologique

Pour déterminer les deux jours les plus fertiles du cycle, le test d'ovulation mesure dans les urines le taux d'hormone lutéinisante (ou LH). La production de cette hormone gonadotrope, sécrétée par l'anté-hypophyse, augmente 24 à 36 heures avant l'ovulation

Sous l'influence du pic de LH en effet, la tension dans le follicule ovarien augmente, provoque sa rupture et expulse l'ovule dans la trompe. C'est ce pic de LH que le test d'ovulation détecte.



Pathologies en rapport

Aucune



Quelles sont les Propriétés du test ?

Certains tests mesurent le taux d'hormone lutéinisante, mais aussi le taux d'oestrogène pour identifier une fenêtre de fertilité plus large.

Pour savoir quand commencer à faire le test d'ovulation :

Déterminer la durée habituelle de votre cycle (sachant que ce dernier commence le premier jour des règles et finit le dernier jour avant les prochaines).

Une fois déterminé, débutez les tests d'ovulation 17 jours avant vos prochaines règles. Ainsi, si votre cycle est de 28 jours, le premier test est à effectuer le 11^e jour de votre cycle. Réalisez le test tous les jours, jusqu'à ce qu'il indique un résultat positif.

Quelques cas particuliers :

-Si vous souhaitez commencer le test sans connaître la durée de votre cycle, débutez 10 jours après le début de vos règles (sachant qu'il y a une possibilité que ce soit trop tard).

-Si la longueur de votre cycle varie tous les mois de moins de 3 jours, faites la moyenne du nombre de jour au cours des trois derniers mois.

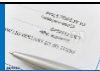
-Si la durée de votre cycle varie de plus de 3 jours, choisissez comme référence la durée de votre cycle le plus court durant les 6 derniers mois.



Précautions à prendre avant et ou cours de la réalisation du test

Suivre les préconisations générales concernant la réalisation des autotests.

Effectuez le test d'ovulation tous les jours à la même heure. Et s'il est possible de faire l'autotest à tout moment de la journée, il est recommandé le faire le matin au réveil, lorsque les urines sont concentrées. Boire durant les heures précédant le test aurait en effet pour conséquence de diluer l'hormone lutéinisante dans les urines et pourrait fausser les résultats.



Interprétation des résultats

L'autotest d'ovulation détecte la concentration urinaire de l'hormone lutéinisante humaine (LH) qui déclenche l'ovulation dans les 24 à 40 heures (> 30 UI/litre). A réaliser au moment du pic sanguin pressenti de LH, précédant immédiatement le pic urinaire de LH. Néanmoins, le cycle menstruel pouvant être irrégulier, il est difficile pour certaines femmes d'estimer approximativement à quel moment il faut pratiquer le test

Pour tout problème de cycle menstruel ou de reproduction, un bilan hormonal est nécessaire La surveillance biologique de l'induction de l'ovulation au cours des procréations médicalement assistées doit se faire en laboratoire de biologie médicale par un suivi régulier des taux de LH et œstradiol.

Conclusion de l'académie de Pharmacie

En résumé, sous réserve de sa réalisation au pic sanguin pressenti de LH (précédant immédiatement le pic urinaire de LH), l'autotest trouve son utilité en tant que test de confirmation de l'imminence de l'ovulation. Il répond ainsi au besoin de femmes et de couples en attente d'un enfant de connaître le moment opportun



Fiches associées

Aucune



Bibliographie

Fiches pratiques AUTOTEST

Nomenclature des actes de biologie médicale en FRANCE

Le développement des autotests à l'officine : état des lieux et rôle du pharmacien

Thèse MARJORIE THOMAS

Rapport de l'Académie Nationale de Pharmacie- Autotest-TROD-Décembre 2017

Vidal-Troubles de la fertilité- Juin 2014