

## vrai ou faux ?

4. Je sais qu'une femme ne peut plus avoir d'enfant après un certain âge, mais pour les hommes, le temps ne compte pas

**FAUX** Bien qu'il n'existe pas chez l'homme de limite nette entre la période fertile et infertile comme chez la femme, la fertilité masculine baisse de façon progressive avec l'âge après 40 ans <sup>(2)</sup>.

5. Je n'ai que 30 ans mais je peux dès aujourd'hui parler de mon désir d'enfant avec mon médecin

**VRAI** Votre médecin saura répondre à toutes les éventuelles questions que vous vous posez sur la fertilité de votre couple, la conception ... Tout antécédent durant l'enfance d'anomalies, de descente des testicules chez votre partenaire, d'infections génitales graves ou d'anomalies de la puberté doivent aussi vous amener à consulter <sup>(1)</sup>.

## Quelle heure est-il à votre horloge biologique ?

### La fertilité diminue avec l'âge de la femme dès 25 ans :

entre 20 et 24 ans,  
les chances de grossesse naturelle après un an sont d'environ 85 % <sup>(6)</sup>,

entre 35 et 39 ans,  
elles ne sont plus que de 50 % <sup>(6)</sup>,

à 45 ans,  
elles sont voisines de 0 % par cycle <sup>(7)</sup>.

Pour en savoir plus sur les liens entre l'âge et la fertilité,

Rendez-vous sur

[www.unbebepourdemain.fr](http://www.unbebepourdemain.fr)



- (1) Olivennes F. Faire un enfant : une histoire de probabilité. In N'attendez pas trop longtemps pour avoir un enfant. Odile Jacob, Paris, 2007 ; p : 63-106.
- (2) Olivennes F. N'attendez pas, ne perdez pas de temps ! In N'attendez pas trop longtemps pour avoir un enfant. Odile Jacob, Paris, 2007 ; p : 153-192.
- (3) Zorn JR, Savale M. Physiologie de la reproduction Définitions, épidémiologie. In Stérilité du couple. 2<sup>nd</sup> édition. Masson, Paris, 2005 ; p : 3-8.
- (4) Olivennes F. L'enfant de la quarantaine ! In N'attendez pas trop longtemps pour avoir un enfant. Odile Jacob, Paris, 2007 ; p : 193-234.
- (5) Dossier FIVNAT. Edition 2006.
- (6) Rossin B. Exploration du couple infertile. Rev Prat 2006;56:479-490.
- (7) Lansac J. Pratique de l'AMP en France en 2005. In Lansac J, Guérif F. AMP : l'assistance médicale à la procréation en pratique. Masson, Paris, 2005.

DDB - GYN - 035/01-09

Fertilité et âge

## Désir d'enfant ? N'attendez pas trop longtemps !

## Quelle heure est-il à votre horloge biologique ?



## Idées reçues :

1. Mes chances d'avoir un enfant sont stables tant que j'ai encore mes règles

**FAUX** Il s'agit de l'idée fausse la plus répandue chez la majorité des femmes. Le temps de fertilité réelle est beaucoup plus court car la fertilité commence à baisser bien avant la ménopause. Il faut savoir qu'à 41 ans, 51 % des femmes sont infertiles <sup>(1,2)</sup>.

2. Même si je suis plus âgée, ce sera plus facile pour le 2<sup>e</sup> enfant

**FAUX** Les femmes qui ont déjà eu naturellement un ou plusieurs enfants ont fait la preuve que les mécanismes à l'origine de la grossesse fonctionnaient chez elles <sup>(2)</sup>. Cependant, chez toutes les femmes, qu'elles aient ou non eu des enfants précédemment, la fertilité diminue avec l'âge <sup>(3)</sup>.

3. Avec les traitements actuels, on peut avoir un enfant à l'âge que l'on souhaite

**FAUX** Les techniques d'assistance médicale à la procréation s'adressent à des couples atteints d'infertilité et n'ont pas vocation à remplacer la sexualité et les grossesses naturelles <sup>(4)</sup>. Par ailleurs, les taux de réussite de ces techniques chutent avec l'âge des patientes à partir de 35 ans, passant de plus de 20 % de chances de grossesse à 35 ans à moins de 2 % à 44 ans <sup>(5)</sup>.

# Désir d'enfant : pourquoi ne faut-il pas attendre ?

## Une fertilité qui diminue avec l'âge ...

La fertilité d'une femme varie en fonction de son âge. Elle passe par un maximum entre 20 et 30 ans. Dans cette tranche d'âge, les chances d'être enceinte à chaque cycle sont de l'ordre de 25 %. Par la suite, la fertilité décroît de façon lente jusqu'à 35 ans et puis de façon plus brutale<sup>(3)</sup>. Ainsi, les chances de concevoir un enfant à chaque cycle sont de 12 % autour de 35 ans et 6 % à 40 ans. Très peu de femmes peuvent avoir un enfant de façon spontanée après 43 ans<sup>(2)</sup>.

## Des ovules moins nombreux et de moins bonne qualité ...

Le principal effet de l'âge sur la fertilité de la femme concerne les ovaires avec une diminution significative à partir de 35 ans du capital ovocytaire (les ovules qui, une fois fécondés, vont donner l'embryon). L'âge de la femme joue également un rôle dans la qualité ovocytaire, facteur clé dans l'obtention d'une grossesse<sup>(2)</sup>.

## Des spermatozoïdes qui vieillissent aussi...

Bien qu'il soit moins déterminant que celui de la femme, l'âge de l'homme a aussi une influence sur sa fertilité. Ainsi, dans les mêmes conditions le délai nécessaire à une conception est d'environ 6 mois pour un homme de 20 ans et 30 mois pour un homme de 50 ans<sup>(2,3)</sup>. Avec l'âge, il y a également davantage d'anomalies génétiques au niveau des spermatozoïdes<sup>(2)</sup>. Ceci se traduit par une augmentation des fausses couches.

**Si vous rencontrez des difficultés pour être enceinte,  
n'attendez pas : parlez-en à votre médecin.  
Il pourra vous proposer la solution adaptée  
à votre situation.**

## Désir d'enfant :

*S'y prendre tôt, c'est garder toutes ses chances*

## Nathalie, 35 ans :

**« Avant, mon compagnon  
n'était pas prêt »**

*Je vis avec mon ami depuis 10 ans. Nous nous sommes rencontrés à l'université. Pendant très longtemps mon ami ne se sentait pas prêt à être père. De mon côté, l'envie d'enfant passait après tout le reste : travail, sorties avec les amis, vacances...*

*Et puis, avec le temps, tous mes amis ont peu à peu commencé à fonder leur propre famille. Nous étions les seuls dans notre groupe à n'avoir toujours pas eu d'enfant. Progressivement, nous nous sommes dits : pourquoi est-ce que nous aussi on ne fonderait pas notre propre famille ? Nous avons donc démarré notre « projet bébé n°1 » voici un an. N'étant toujours pas enceinte après tout ce temps, je suis allée voir ma gynécologue qui m'a dit que j'aurais du venir la consulter plus tôt...*

## Patricia, 30 ans :

**« Si nous sommes  
tous les deux prêts,  
pourquoi attendre ? »**

*J'ai eu un premier enfant très jeune, vers l'âge de 19 ans. Il y a 3 ans, j'ai rencontré mon compagnon actuel que j'ai épousé l'année suivante.*

*De son côté, mon mari a aussi un enfant qui a à peu près l'âge du mien. Tous deux, nous n'imaginions pas ne pas avoir un enfant ensemble, un enfant qui permettrait de faire de nous une véritable famille : mon mari, moi, nos deux enfants et le petit troisième. Mais nous pensions encore nous donner du temps avant de chercher à réaliser ce projet.*

*Lors de ma visite annuelle chez ma gynécologue, qui me connaît bien, c'est elle qui a abordé la question du désir d'un autre enfant pour moi. Elle m'a dit que si nous étions prêts, et que notre couple était stable, il ne fallait pas trop repousser ce projet...*