

Pas plus grande qu'une noix, et pourtant l'objet de toutes les craintes:

la prostate

Texte: Val d'Allicz

Petite entrée en matière indispensable pour comprendre son utilité.

Cette chère prostate, située devant le rectum, prend sa taille adulte à la puberté, mais va subir une nouvelle croissance après l'âge de 60 ans.

À l'intérieur de la prostate se fait la jonction entre l'urètre, venant de la vessie (élimination d'urine), le canal déférent (passage des spermatozoïdes provenant des testicules), et le canal séminal.

Les vésicules séminales, qui se trouvent dans la prostate, sont riches en glucides, qui font partie intégrante du sperme. Ce liquide sert à nourrir les spermatozoïdes qui y sont stockés.

Rappelons que le sperme est composé de spermatozoïdes et de fluide séminal et que approximativement 10 à 30 % de ce fluide est produit par la prostate.

Cette même prostate contient un muscle qui sert à expulser le sperme à l'éjaculation. Pour bien fonctionner, elle a besoin d'hormones mâles que l'on appelle androgènes et dont la principale est la célèbre testostérone.

Quand rien ne va plus...

Plusieurs petits et gros ennuis peuvent survenir, généralement après 50 ans. Des difficultés ou le besoin pressant et fréquent d'uriner, des incontinenances, le besoin de se lever plusieurs fois dans la nuit pour uriner, une baisse de la libido ou des difficultés à rester en érection sont tous des symptômes qui doivent vous faire consulter un médecin. Le plus tôt est toujours le mieux, et la peur doit résider non dans la consultation médicale, mais



dans son absence!

S'il s'avère que vous avez un problème, que peut-il être?

- **L'adénome de la prostate:** c'est une augmentation de volume au centre de la prostate, une tumeur bénigne qui touche 80% des

hommes de plus de 50 ans et correspond au vieillissement de cet organe. Ce n'est pas un cancer, mais l'augmentation de son volume gêne l'écoulement normal d'urine. Le traitement peut être médicamenteux ou chirurgical.

- **La prostatite:** c'est une inflammation de la prostate qui peut perturber l'écoulement d'urine et le rendre douloureux. La prostatite aiguë peut s'accompagner de fièvre, frissons et rétention d'urine. Elle se traite soit avec des médicaments, des huiles essentielles, des massages ou de la chirurgie.

- **Le cancer de la prostate:** Les statistiques nous révèlent que c'est le plus fréquent des cancers chez l'homme après 50 ans avec celui du colon. C'est la raison pour laquelle un dépistage régulier est indispensable.

Il peut se révéler par une prise de sang, et/ou par un examen médical. Si

l'on soupçonne un cancer, on peut faire un prélèvement de tissus, (cela s'appelle une biopsie), pour les examiner au microscope.

A un stade avancé, les symptômes sont, parmi d'autres : une rétention aiguë d'urine, une impuissance, une présence de sang dans les urines, une altération de l'état général.

Si le cancer est avéré, les traitements sont variés : la chirurgie, bien sûr, mais aussi la curiethérapie (traitement qui a pour but de détruire les cellules cancéreuses au moyen de rayons), le traitement hormonal, la chimiothérapie, le traitement par ultrasons de haute intensité... Chaque cas étant particulier.

Et après...

L'incontinence urinaire prévisible peut être atténuée par une rééducation périnéale. Les résultats sont très bons si le sphincter urinaire n'a pas été endommagé.

La vie sexuelle est désormais possible depuis l'arrivée de ces nouvelles «petites pilules bleues» c'est-à-dire inductrices d'érection.

Prévention

Une fois de plus, l'alimentation entre en jeu. Plusieurs études épidémiologiques ont démontré qu'une mauvaise alimentation était un facteur aggravant du cancer de la prostate. Les aliments incriminés sont une fois de plus les graisses animales. Par ailleurs, les personnes ne consommant pas de poissons auraient un risque 2 à 3 fois plus élevé d'être victime de cette maladie.

