

Cancer de la prostate

Saurez-vous garder la tête froide ?

Chère lectrice, cher lecteur,

Un de mes amis vient de se faire retirer la prostate.

- « Vous avez le **cancer** », lui avait dit son urologue.

Bon médecin, il avait ajouté :

*« Mais ne vous affolez pas ; le **cancer** de la prostate évolue en général très lentement. L'opération n'est pas indispensable, vous n'avez aucun symptôme et selon toute probabilité vous mourrez d'une autre cause avant que le **cancer** ne commence à vous gêner... »*

Mais c'était inutile.

Mon ami n'avait entendu que les 4 premiers mots : « Vous avez le **cancer** ».

« Vous avez le **cancer** » !!!

Ses oreilles s'étaient mises à bourdonner. Le reste de paroles du médecin se sont perdues dans le brouillard de ses neurones affolés.

Transpirant, menaçant de tourner de l'œil, mon ami s'est écroulé sur un fauteuil. Devant ses yeux dansaient des images cauchemardesques de tumeurs, de salles d'opération, de scalpels, de cheveux qui tombent, de cercueils et de rubriques de nécrologie dans les journaux : « À Jacques L., notre ami, mort des suites d'une longue et douloureuse maladie... »

Le SMS à sa femme fut son premier acte conscient.

Ses doigts dérapaient sur l'écran mouillé par la sueur qui dégoulinait de ses mains. Il tremblait si fort qu'il ne parvint qu'à taper six lettres : « **CANCER** ».

Sa femme finissait ses courses à la caisse du supermarché. Elle aussi dut se retenir au tapis de caisse pour ne pas glisser par terre.

Je vous passe la suite de l'histoire : l'annonce aux enfants, à la famille, aux amis, aux collègues... Chaque fois, la consternation, puis la terreur dans les regards : « Encore un ! Et si, la prochaine fois, c'était mon tour ??? »

L'erreur fatale que font 50 % des hommes quand on leur apprend qu'ils ont un **cancer** de la prostate

Comme 50 % des hommes à qui on annonce qu'ils ont un **cancer** de la prostate, mon ami Jacques a perdu les nerfs.

Ce n'est pas de sa faute.

Il n'a tout simplement pas pu écouter son urologue qui lui expliquait que le **cancer** de la prostate est très spécial et :

- Que le **cancer** de la prostate ne provoque aucun symptôme pendant longtemps. C'est le *plus asymptomatique des **cancers*** [1] ;
- Que la présence de cellules **cancéreuses** dans la prostate des hommes est très fréquente : 60 % des hommes de 60 ans et 80 % des hommes de 80 ans ont un **cancer** de la prostate [2], et la plupart mourront sans s'en apercevoir s'ils ne se font pas dépister ;
- Que pour ces raisons, les Autorités de Santé qui adorent le dépistage en général ne *recommandent pas* le dépistage du **cancer** de la prostate ;
- Que tant que votre **cancer** a un score de 6 ou moins sur l'échelle de Gleason (qui va jusqu'à 10), votre risque de mourir du **cancer** de la prostate dans les dix ans est de moins de 1 %, même sans traitement [3] ;
- Que les spécialistes pensent qu'il faudrait arrêter de parler de « **cancer** » dans ces cas-là, car le mot inquiète inutilement [4] ;
- Que, dans les cas où le **cancer** évolue, il ne faut pas craindre les terribles métastases dans le foie, les poumons ou le cerveau, comme les autres **cancers**, mais en général seulement dans les ganglions lymphatiques et la moelle osseuse, où ils sont mieux tolérés et où la chimiothérapie est beaucoup plus efficace que dans les autres **cancers**.

Le traitement anti-testostérone est efficace même pour les **cancers dits « à risque élevé »**

Mon ami n'a pas pu entendre non plus que son urologue lui disait qu'il existe des traitements qui font régresser le **cancer** de la prostate, contrairement aux autres **cancers**.

Le **cancer** de la prostate, pour grossir, a besoin en effet de testostérone comme « engrais ». Les médicaments qui inhibent la testostérone permettent de faire régresser le **cancer**, sans chimio ni radiothérapie qui font tomber les cheveux. Ce traitement est efficace y compris pour les **cancers** dits « à *risque élevé* » [5]. Attention tout n'est pas rose cependant car, en réduisant le niveau de testostérone, ce traitement provoque une forte baisse de la libido, la perte de poils, des bouffées de chaleur et une prise de poids.

Néanmoins en 2018, le **cancer** de la prostate ne devrait plus être perçu comme le « Cheval Pâle » de l'Apocalypse, qui emporte à coup sûr ses victimes :



Le « Cheval Pâle » est le nom du quatrième « Cavalier de l'Apocalypse ». Il incarne la Maladie, l'Épidémie et la Mort dans les allégories traditionnelles.

En matière de santé, il est dangereux de se laisser guider par les terreurs venues d'un autre âge. Cela peut conduire à des opérations dangereuses et parfois mutilantes, sans bonne raison.

Dans la moitié des cas, les hommes qui se font couper la prostate souffrent d'impuissance au moins un an après l'opération [6]. Leurs fonctions peuvent se redresser (sans mauvais jeu de mot !) mais

seuls 5 % des hommes retrouvent un jour la même puissance qu'avant l'opération. De plus il y a disparition de la fertilité et de la capacité d'éjaculation [7].

Les tumeurs évoluent lentement dans la prostate

Le **cancer** de la prostate est appelé « la tortue des **cancers** » car il évolue lentement. En effet, il a une particularité qui est qu'il faut des mois ou des années pour que les cellules **cancéreuses** de la prostate se divisent *une seule fois*.

Or il faut quarante divisions pour que les fonctions de l'organe soient *irréremdiablement détruites*.

Dans la plupart des **cancers**, la division se fait en quelques semaines seulement. Une cellule **cancéreuse** se multiplie en donnant deux cellules, puis quatre, puis huit. Au bout de 25 divisions, on est déjà à 30 millions de cellules. La tumeur est visible. C'est ce qu'on appelle une croissance « exponentielle ».

Le stade des 40 divisions est atteint en quelques mois ou années. Dans le **cancer** de la prostate, il faut des décennies.

Comment prendre la décision ?

Sur les sites Internet, on explique qu'il vaut mieux opérer si on vous diagnostique un **cancer** de la prostate avant 70 ans, et que votre état de santé donne à penser que vous avez encore au moins 10 à vivre, à condition que vous acceptiez le risque de rester impuissant et/ou incontinent [8].

Sur le site prostate.fr, il est même écrit en grosses lettres qu'il y a « **Toujours intérêt à traiter la tumeur initiale** », et ce de façon « *radicale* », autrement dit en coupant tout :

« Les résultats, publiés dans le journal European Urology, sont sans appel : lors d'un suivi sur 15 ans, la survie était améliorée de 25 % pour les patients ayant bénéficié du traitement radical [9]. »

Mais il faut se méfier de cette façon de présenter les choses. Si le chiffre « *améliorée de 25 %* » paraît significatif, cela peut ne représenter qu'une durée de vie supplémentaire réelle de quelques mois.

(la suite ci-dessous)

Annonce spéciale

Le secret des Asiatiques pour préserver leur prostate

Sur l'île d'Okinawa au Japon, les hommes ont cinq fois moins de **cancers de la prostate** que nous. En France, nos habitudes alimentaires augmentent le risque de **cancer** de la prostate. Produits laitiers, viande rouge, desserts sucrés... nous avons TOUT FAUX !

Et pourtant, en appliquant quelques conseils simples inspirés des habitants d'Okinawa, vous mettez toutes les chances de votre côté pour éloigner le risque de **cancer** de la prostate.

[Lire la suite ici](#)

Suite de la lettre de ce jour :

De plus, couper entièrement la prostate (prostatectomie) n'est nullement un traitement garanti : dans 37 % des cas le **cancer** revient, et dans 24 % des cas le patient meurt quand même du **cancer** de la prostate [10] !

Le plus sensé est de se décider selon l'agressivité du **cancer**. Un système de classement permet de vous situer dans l'échelle de gravité [11]. Mais attention, il s'agit d'un système compliqué qui fait intervenir de nombreux facteurs : les types de cellules **cancéreuses** trouvées dans votre prostate, leur nombre, vos symptômes, votre âge, votre état de santé et vos désirs. Vous devez absolument bien comprendre les implications d'une opération avant de vous précipiter.

Il sera indispensable de prendre votre temps pour vous former et consulter le plus grand nombre possible de spécialistes avant d'agir. Évitez toute précipitation.

Vous avez le temps. Le problème est avant tout de parvenir à maîtriser vos légitimes terreurs. Ne sous-estimez pas les conséquences pénibles d'une mauvaise décision.

Le **cancer de la prostate est un « coup de semonce » envoyé par votre corps, pour vous inciter à changer de vie**

Néanmoins, je vous encourage vivement à traiter l'annonce d'un « **cancer** de prostate » comme un appel à changer votre mode de vie de façon radicale.

Une très intéressante étude de 2008 montre que, si les personnes diagnostiquées d'un **cancer** de stade faible ou intermédiaire ont très peu de risque d'en mourir, *elles ont intérêt à se préoccuper de leur cœur, de leurs artères, et des autres **cancers** qui pourraient leur tomber dessus* [12].

En effet, avoir un **cancer** de la prostate reste le signe d'une santé médiocre. Mieux vaut en tenir compte. Vous souffrez probablement d'un niveau trop élevé d'inflammation, d'acidité, de toxines. Vous manquez sans doute des bons nutriments (en particulier le sélénium, le zinc, la vitamine D, les oméga-3 et les antioxydants et les caroténoïdes, en priorité le lycopène).

Vous consommez sans doute trop de produits laitiers et céréaliés et pas assez de thé vert. Vous souffrez d'un excès de stress et d'anxiété, vous manquez peut-être aussi d'interactions sociales riches et de grands moments de rire et de bonheur chaque jour. Vous n'avez peut-être pas appliqué les conseils de votre herboriste qui vous conseillait, pour votre prostate, de prendre du palmier-scie (sabal serrulata), du prunier d'Afrique riche en terpènes et en esters fêruliques, de l'ortie, de l'huile de pépins de courge riche en zinc, phytostérols, et vitamines. Vous avez oublié de prendre votre extrait de fleurs de pollen à l'activité immunomodulatrice, qui contribuent à éliminer la dihydrotestostérone de vos cellules prostatiques.

Mais il n'est jamais trop tard pour bien faire. Pour en savoir plus sur les traitements naturels de la prostate, vous pouvez consulter la page suivante [en cliquant ici](#).

À votre santé !

Jean-Marc Dupui