

AUJOURD'HUI C'EST LA PROSTATE QUI VOUS PARLE

Mesdames et messieurs me voici !

Non je ne suis pas responsable d'un nouveau fléau social ? Vous en avez suffisamment pour ne pas me tomber dessus ! Le cancer de la prostate atteindrait, seulement en France jusqu'à 70 000 hommes chaque année et serait responsable de 10 000 décès. Au Canada 21 300 hommes/an seraient atteints et on compterait 4100 décès.

Pour faire comme les femmes atteintes de cancer du sein, aujourd'hui des personnalités médiatiques révèlent plus facilement le mal qui les touche. Ainsi l'inquiétude atteint beaucoup d'hommes et de femmes. Vous comprendrez aisément pourquoi les deux sont concernés.

Sachez d'emblée que le cancer du sein n'est pas plus inéluctable pour les femmes que ne l'est celui de la prostate pour les hommes.

La première des choses mesdames et messieurs, est de savoir où Moi la prostate je réside, comment je suis constituée, à quoi je sers et comment j'évolue dans la vie d'un homme.

Où je réside ? Au carrefour « uro-génital »

Avec ces deux mots, vous imaginez où je suis et déjà un peu à quoi je sers.

Je suis dans le bas ventre, ou en expression médicale dans *le pelvis*, mot plus sympathique que sa traduction littérale "*bassin de métal ou chaudron*".

Autour de moi il y a du beau monde en termes d'organes : la vessie au-dessus et en avant qui se remplit régulièrement d'urines et possède à sa sortie son sphincter dit strié et non lisse parce que ouverture ou fermeture dépendent de votre décision messieurs.

Le rectum est en arrière, il accumule les déchets avant leur évacuation.

Collées au-dessus de moi la prostate et en arrière mes deux copines, car nous fonctionnons ensemble, les vésicules séminales, dont nous allons voir la grande importance (aucun rapport avec la vésicule biliaire comme le pensait un grand intellectuel, consultant celui qui écrit pour moi).

Moi la prostate, j'entoure complètement, à la sortie de la vessie, le canal d'évacuation des urines nommé *urètre prostatique*, qui se continue par l'urètre du pénis. Ce mot *urètre* avec ou sans *h*, *urèthre*, vient du grec οὔρον = *ouron* et du latin *urina*.

Ce canal vous le savez transporte l'urine quand vous messieurs décidez de libérer votre vessie pleine qui vous chagrine. Tout aussi important ce même canal, l'urètre, transporte de temps en temps votre semence, le sperme, surtout quand vous êtes au sommet de votre plaisir orgasmique.

Quand tout va bien, vous libérez l'un ou l'autre, les urines ou le sperme, pas les deux à la fois ; ce qui vous permet de concevoir qu'il doit y avoir quelque part une valve qui fonctionne dans le sens ouvert-fermé.

A ce moment précis qu'est l'orgasme, des millions de spermatozoïdes passent à toute vitesse par l'urètre prostatique puis pénien, et il n'en est pas peu fier quand il est en érection !

Vous avez déjà compris que je contribue largement à la semence qui transmet la vie, et que ce doit être plus sympathique de se libérer amoureusement dans la voie génitale de la femme que vous aimez, que de se décharger dans une éprouvette.

Comment je suis constituée ?

Moi la prostate, je suis normalement de la taille d'une châtaigne ou d'une belle noix du Dauphiné, d'une balle de golf, mais en vieillissant je peux être beaucoup plus grosse. Je ne rapetisse jamais sauf si je reçois un traitement anti-hormonal. Nous verrons dans quelles circonstances.

Je mesure donc chez l'adulte pas plus de 3 cm de hauteur et 2,5cm d'épaisseur et pèse entre 15 et 25g.

Deux lobes, collés l'un à l'autre me constituent l'un à droite, l'autre à gauche. Ma texture est ni trop molle ni trop ferme, de la consistance d'une petite prune mûre. Les médecins savent m'atteindre par le classique TR ou Toucher Rectal en glissant délicatement leur index recouvert d'un doigtier vaseliné par l'orifice anal. Ils peuvent ainsi imaginer mon volume en fonction de mon bombement postérieur et de ma hauteur.

Les anciens urologues avec beaucoup d'humour et de respect, n'hésitez pas à me qualifier en me reliant aux ecclésiastiques : « *Mon cher ami, vous avez une prostate de curé de campagne, de moine, de chanoine, d'évêque, de cardinal ou prostate papale* » sommet de la hiérarchie. Je rassure tous les religieux qui me liront, en leur disant simplement que le grade n'a rien à voir avec le volume prostatique. Aucune étude scientifique ne le démontre.

Je suis une glande hormonale bien structurée

Je possède de nombreuses cellules, des fibreuses qui me maintiennent fermement, des musculaires lisses, car je suis capable de me contracter de manière réflexe pour évacuer ce que je fabrique.

Je possède donc des cellules glandulaires, car oui je suis une glande très sensible aux hormones, à la testostérone en particulier et à toutes les hormones artificielles qui lui ressemblent : on les nomme "anabolisants". Et sachez que ces hormones du dopage ne me font pas du bien, car ils me poussent à la cancérisation. Je vous les déconseille évidemment.

Mes cellules mesurent quelques microns et vivent 2 à 3 mois. En mourant on dit qu'elles tombent en *apoptose*, qui est leur mort naturelle. Evidemment elles se renouvellent régulièrement avant de disparaître.

Mes cellules glandulaires fabriquent un liquide particulier, le liquide prostatique, qui est le milieu nutritif naturel des spermatozoïdes.

Je possède une capsule qui m'entoure faite d'une couche musculaire lisse qui ne se contracte que de manière réflexe, et 3 zones concentriques.

- la périphérique, la plus épaisse là où vous risquez de développer le maximum de cellules cancéreuses.
- la zone de transition qui entoure le canal de l'urètre et augmente de volume avec l'âge. Nous le verrons c'est là que je développe mon hypertrophie bénigne (HBP) qui peut gêner plus ou moins fortement la sortie de vos urines, vous oblige à vous lever la nuit et fait que vous risquez de vous "pisser sur les bottes".
- la zone centrale est plus en arrière au contact de l'urètre, on parle de lobe médian et peut en augmentant de volume comprimer le canal de l'urètre et ainsi gêner l'émission des urines, sans que le volume global de la prostate soit plus grand.

A quoi je sers ?

J'évacue ce que je fabrique mélangé aux spermatozoïdes fabriqués par les testicules. Ils sont libérés par les testicules et suivent de chaque côté le trajet des canaux très fins dits déférents ou *spermiductes*, de 40 à 45 cm de long, qui s'abouchent dans des canaux très proches des vésicules séminales. Celles-ci fabriquent comme moi un liquide qui se mélangera aux spermatozoïdes pour constituer le sperme dans sa totalité.

Chaque vésicule séminale est reliée au canal déférent de son côté et se poursuit par les canaux éjaculateurs. Les 2 vésicules fabriquent 2 à 6 ml de liquide séminal. La quantité de sperme émise lors d'une éjaculation varie entre 1,5 et 4,5 ml.

Chaque canal déférent rejoint donc dans la prostate un canal éjaculateur. Ils se réunissent le plus souvent en un seul canal capable de se contracter rythmiquement – les spécialistes parlent de mouvements péristaltiques – grâce à des fibres musculaires lisses pour pousser vers l'extérieur les spermatozoïdes mélangés aux deux liquides quand l'orgasme approche. Mes contractions, celles des canaux éjaculateurs, et celle du sphincter urinaire qui se ferme de manière réflexe, permettent une évacuation en jet, c'est l'éjaculation du sperme.

L'éjaculat provient pour 15 à 30% de la prostate, 70 à 75% des vésicules séminales et 1% seulement des spermatozoïdes.

La valve de la vie ouvre ou ferme le passage

Elle a des noms compliqués : *veru montanum*^[1] ou *colliculus seminalis* ou encore *utricule prostatique*. Son rôle dans l'urètre prostatique est de laisser passer soit le liquide spermatique soit les urines.

Si elle ne fonctionne pas, l'éjaculation se fera à l'envers. On parle alors d'*éjaculation rétrograde*, le sperme remontant se mélanger aux urines. Dans ces conditions vous ne pouvez pas transmettre la vie par voie naturelle.

C'est à cet endroit au niveau de la valve, qu'arrive le canal éjaculateur principal. C'est là que se situe la valve qui laisse passer l'un ou l'autre, sperme ou urines.

Je suis innervée, cela veut dire que je suis sensible.

Très proches de ma capsule passent de chaque cotés les fines fibres nerveuses destinées devinez à qui ? Evidemment vous avez trouvé, à l'érection pénienne.

Elles se cachent dans des bandelettes dites neuro-vasculaires, et ne sont pas vraiment visibles, même avec un super robot quoiqu'on vous en dise. Au passage de chaque côté, elles me laissent de fins filets nerveux pour ma propre sensibilité. Vous comprenez pourquoi après ablation de la prostate, (on dit *prostatectomie*), l'érection normale reste le plus souvent un souvenir et qu'il faut alors recourir à des moyens artificiels pas très agréable pour résoudre le problème.

Les fibres nerveuses qui m'entourent se dirigent vers ce que les anatomistes nomment les « corps caverneux », nom plutôt déplaisant pour dire que ce sont eux qui se remplissent de sang lors de l'érection.

Vous en saurez plus dans une prochaine lettre où le pénis lui-même va s'exprimer.

Mais ne me croyez pas personnellement insensible. Lorsque je suis enflammée ou infectée, vous avez une prostatite aiguë ou chronique.

En voici les signes les plus fréquents : ceux qui ont eu, connaissent bien et nous verrons les causes ailleurs.

- de la fièvre, parfois élevée car les défenses immunitaires ne suffisent pas ;
- des brûlures en urinant ;
- une sensation de pesanteur du bas ventre ;
- des besoins fréquents et impérieux d'uriner ;
- des douleurs pénibles de la région anale et en avant d'elle.

Et si jamais le médecin pratique le TR pour me percevoir, il fait hurler le patient comme s'il appuyait sur un panaris ou un abcès dentaire.

Je fabrique le PSA et je suis sensible aux hormones et aux anti-hormones

Mes cellules fabriquent normalement le PSA, qui est une protéine particulière nommée *Prostatic Specific Antigen*.

Quand je vais bien, il joue le rôle d'une enzyme qui est libérée dans le sperme pour le fluidifier et assurer la fertilité.

Quand mes cellules cancérisent elles peuvent en fabriquer 10 fois plus que les cellules normales et les libèrent dans le sang, ce qui permet de doser ce marqueur prostatique qu'est le PSA.

Il est donc le marqueur le plus fiable d'une anomalie prostatique qui peut être un cancer, mais pas obligatoirement. Il traduit plus souvent une anomalie bénigne qui est un adénome prostatique.

Dans le domaine pratique ce qui est important c'est l'évolution du taux du PSA de 12 mois en 12 mois.

On peut ainsi calculer le delta de différence et affirmer que le doublement du taux en une année nécessite un examen prostatique qui est d'abord une échographie, et au moindre doute une IRM du pelvis qui peut amener à réaliser une biopsie sur une zone suspecte. Attention, 50% des biopsies actuellement sont abusives.

Oui, moi la prostate je suis hormono-dépendante, comme vos seins, votre utérus, vos ovaires, mesdames. Je me construis et me développe grâce à la testostérone fabriquée naturellement par les cellules des testicules, dès le 2^{ème} mois de la vie in utero et jusqu'au 4^{ème} mois post-conceptionnel. Mes tissus abondent de récepteurs aux hormones masculines nommées "androgènes".

Mon hormonodépendance se vérifie a contrario avec les anti-hormones, essentiellement anti-testostérone à action directe ou indirecte en utilisant alors les œstrogènes, tel le DES ou distilbène.

Ces "anti-hormones" bloquent la formation de testostérone. Les œstrogènes artificiels étaient prescrits efficacement dans le passé aux hommes atteints de cancer de la prostate à un stade avancé, – avec métastases osseuses en particulier – démontrant donc la sensibilité de leurs cellules cancéreuses où qu'elles soient dans le corps. L'inconvénient majeur était évidemment la poussée de glandes mammaires et les risques non négligeables de développer un cancer du sein chez les hommes, malheureusement de mauvais pronostic.

Si moi la prostate, je ne fabrique pas moi-même d'hormone, je suis capable de fabriquer des *prostaglandines*.

On les a d'abord découvertes en 1935 dans la prostate, d'où leur nom. En réalité elles sont produites par les vésicules séminales et on sait aujourd'hui qu'elles sont fabriquées par plusieurs autres tissus. Elles ont des effets variés, agissant sur les plaquettes du sang, l'utérus, des cellules mammaires (donc les femmes en fabriquent !), et sont fabriquées à partir des acides gras essentiels de notre alimentation.

Comment j'évolue dans la vie d'un homme

Je ne rapetisse jamais, j'ai plutôt tendance à grossir avec l'âge, constituant le classique adénome prostatique, qui ne cancérisse pas.

Cependant adénome et cancer peuvent être présents ensemble, sans rapport l'un avec l'autre.

Une cellule prostatique cancéreuse a tendance à se reproduire à un rythme très variable et ainsi à constituer du tissu prostatique cancéreux. Sa durée de vie peut être illimitée, donnant au cancer une vitesse de progression particulière.

Les cellules peuvent donc se multiplier vite ou lentement. Plus l'homme est jeune, moins de 50 ans, plus les mauvaises cellules se multiplient vite et inversement.

Ainsi, si l'on fait une autopsie à des hommes décédés à 100 ans et au-delà, on peut découvrir des cellules cancéreuses dans la prostate, qui évoluent très lentement et sont présentes parfois depuis 20 ans, donc dès l'âge de 80 ans.

Le cancer de l'homme âgé, au-delà de 80 ans, est donc synonyme de vieillissement banal.

Avant et autour de 50 ans, c'est un vieillissement prématuré, le cancer est alors beaucoup plus agressif et dangereux.

L'ablation de la prostate même au robot n'est pas une opération banale et simple contrairement à ce qui est colporté. Les complications existent et sont souvent dissimulées aux patients. Elles concernent la puissance sexuelle, l'émission des urines un état dépressif quand le patient n'a pas été averti.

Les techniques actuelles de radiothérapie ont tellement progressé qu'elles doivent être choisies en priorité face aux atteintes cancéreuses. Les traitements anti-hormonaux permettent de réduire préalablement mon volume et de mieux cibler le rayonnement.

N'oubliez pas que je n'aime ni le tabac, ni le surpoids, ni les viandes rouges en abondance, ni les anabolisants du body building, ni les facteurs de croissance des produits laitiers plus destinés à la prostate du veau qu'à vous messieurs.

Alors régalez-vous avec les petits fromages de chèvres ou de brebis secs, mais sans excès et forcez sur les végétaux, fruits, légumes légumineuses, céréales de qualité toutes issues idéalement de l'agriculture Biologique de proximité.

Quant à la prévention qui vous intéresse évidemment, vous la trouverez [sur mon site](#) et sur celui de www.famillessanteprevention.org.

C'est la lettre n°5 qui a pour titre « [Oui, on peut prévenir le cancer de la prostate !](#) »

Pour évaluer gratuitement votre risque, [cliquez ICI](#)

Tous mes vœux pour l'éviter.

Bien à vous tous,

Pr Henri Joyeux