

L'ANDROPAUSE, LA MÉNOPAUSE DES HOMMES

Par Dr Charlotte Tourmente

rédigé le 15 novembre 2012, mis à jour le 16 novembre 2012

A l'inverse de la ménopause bien connue et bien maîtrisée, l'andropause garde une part de mystère. Les hommes la connaissent mal et en parlent encore moins... Ses symptômes variés, pas forcément sexuels, sont pourtant soulagés par un traitement adapté.

L'andropause, ménopause, même combat ?

L'andropause est l'équivalent de la ménopause des femmes : elle reflète une diminution des sécrétions hormonales masculines, les androgènes. Avec à la clé une diminution de la fertilité et aussi une altération de la sexualité... Mais à la différence des femmes, les hommes voient leur **taux de testostérone** baisser très progressivement, dès l'âge de 20 ou 30 ans.

Et si ces dames sont toutes à la même enseigne, avec un arrêt des hormones sexuelles, on constate une grande variabilité entre ces messieurs. Certains conserveront un taux élevé de testostérone toute leur vie, tandis que d'autres auront un taux très bas.

50% des hommes de plus de 50 ans seraient concernés (si l'on se fonde sur le taux de testostérone libre).

Des symptômes sexuels mais pas seulement...

Le tableau le plus classique est celui d'un homme d'une cinquantaine d'années, présentant une **baisse de la libido et de l'activité sexuelle**. Les érections sont moins bonnes (voire médiocres), les érections spontanées du matin ont disparu, le volume et la qualité de l'éjaculation sont diminués.

Mais l'andropause prend parfois une autre forme : fatigue, insomnie, transpiration excessive, diminution des muscles et de la force, irritabilité, mauvaise estime de soi, manque de motivation,... Des symptômes plus banals qui nécessitent pourtant une prise de sang afin de doser la testostérone sous ses deux formes (totale et libre, biodisponible).

Les normes sont spécifiques à chaque tranche d'âge et peuvent varier selon le laboratoire et la technique de mesure employée.

La solution, un traitement hormonal

Qui consulter ? Si la consultation chez le "gynéco" est monnaie courante, personne ne connaît l'andrologue, spécialiste de l'homme ! Or c'est l'homme de la situation... Le

généraliste ou un sexologue médecin, peuvent également être consultés. Ils prescriront ainsi des androgènes si une supplémentation est nécessaire.

La testostérone existe en comprimé, en gel ou en injection intra-musculaire.

Avant la prescription du traitement, un bilan est indispensable car certaines maladies contre-indiquent formellement ce traitement, comme le cancer de la prostate car la testostérone favoriserait le développement des cellules cancéreuses. Le traitement ne doit pas être pris en cas de cancer du sein (les hommes aussi peuvent être concernés) ou d'insuffisance cardiaque. Quant à l'adénome de la prostate, il demande un suivi particulier. Tous les hommes sous traitement devront de toute façon se soumettre à une surveillance de la prostate, grâce au toucher rectal et au dosage des PSA.