



Mutuelle Familiale des Cheminots de France

Votre mutuelle vous accompagne au quotidien
à travers **ses fiches prévention**.

Rejoignez vite la Mfcf grâce au bulletin d'adhésion au dos,
Vous ferez le choix d'une vraie Mutuelle santé :

- Garanties adaptées aux besoins et moyens de chacun
- Accès à un réseau de professionnels de soins

Bonne lecture !

AVEC LA **Mfcf**
PRENEZ UN ALLER
POUR LA SÉRÉNITÉ



Billet santé à composer pour un aller en toute sérénité



Valable pour toute la famille

Les maladies de la prostate et leur traitement



Avec l'âge, le volume de la prostate, glande du système génital de l'homme, augmente naturellement et peut provoquer divers problèmes de santé. Quels sont-ils et quels sont les traitements possibles ? On fait le point.

Quels sont les troubles de la prostate ?

La prostate est une glande sexuelle masculine qui se situe entre le pubis et le rectum de l'homme. De la taille d'une noix, elle entoure une partie du canal de l'urètre. **Son rôle est de produire le liquide séminal constituant du sperme.** En général, à partir de 50 ans, la prostate d'un homme commence à grossir et peut atteindre 7 fois sa taille initiale : on parle d'hypertrophie bénigne de la prostate. Les complications peuvent alors être variées : bien souvent des difficultés à uriner pouvant générer des infections urinaires, des calculs dans la vessie ou une perte de tonus de la vessie, des douleurs dans la région pubienne voire des dommages aux reins. On compte **trois principales causes aux troubles de la prostate : une infection bactérienne**, souvent liée à une maladie sexuellement transmissible chez l'homme jeune appelée prostatite, **une hypertrophie bénigne** (ou adénome) qui apparaît avec l'âge, ou **un cancer**, première cause de cancer masculin. Ces trois maladies peuvent se manifester par les mêmes symptômes, mais n'ont pas les mêmes conséquences ni les mêmes traitements. **En cas de douleurs ou de difficulté à uriner, il est impératif de consulter sans tarder.**

Quels sont les traitements des troubles de la prostate ?

Il est important de faire surveiller sa prostate par son médecin, dès l'âge de 50 ans, et dès 40 ans quand des troubles de prostate sont constatés chez les hommes de votre famille. En cas de troubles urinaires ou de complications, votre médecin envisagera un traitement adapté en s'appuyant sur les résultats d'examen complémentaires.

Bonne hygiène de vie

Une simple surveillance accompagnée d'une bonne hygiène de vie peut être suffisant, telles que

- **Faire de l'exercice** régulièrement, cela permet d'éviter l'accumulation de graisses autour de l'abdomen qui constitue un risque supplémentaire de cancer.
- **Eviter les longs trajets** en voiture
- **Eviter l'alcool** particulièrement le vin blanc, les épices, réduire votre consommation de graisses d'origine animale (viande rouge, charcuteries...), afin de diminuer le risque de cancer.

Traitements médicamenteux

En fonction du trouble et s'appuyant sur des examens médicaux précis, le médecin établit une prescription médicale pour soulager les troubles urinaires.

- **Des extraits de plante** (phytothérapie).
- **Des alpha-bloquants** qui relâchent le tonus du sphincter et les résistances urétrales.
- **Des inhibiteurs** appelés 5ARI qui permettraient la régression de volume de la prostate.

Chirurgie

Quand la vessie ne se vide plus totalement, quand elle est complètement bloquée (rétention aiguë d'urine) ou quand les médicaments sont inefficaces, la chirurgie est le seul recours possible. Dans 90 % des cas, l'adénome est soigné avec succès.

LES PLUS DE LA

En cas de symptômes, Il est important de consulter votre médecin généraliste qui vous orientera si besoin vers un urologue. Vous réduirez ainsi le risque de complications sévères. La consultation est remboursée à 100 % de la BR quelle que soit la formule choisie.



CREATION GRAPHIQUE COMELO - 06 20 85 10 51. Credits photos : AdobeStock