

ANDROPAUSE

(Ménopause masculine, Baisse de testostérone, insuffisance de testostérone)

Description

La testostérone est l'hormone responsable de la gravité de la voix, de la masse musculaire, de la barbe et du système pileux propre à l'homme. Avec l'âge, le taux de testostérone dans l'organisme et la production des spermatozoïdes diminuent graduellement, et cette baisse entraîne des symptômes physiques et psychologiques. Ce phénomène fait partie du processus normal de vieillissement; après 30 ans, la diminution du taux de testostérone est évaluée à environ 10 % par décennie.

L'andropause est un trouble associé à la diminution de l'hormone masculine appelée testostérone. Elle diffère de la ménopause, car la diminution de la testostérone et l'apparition des symptômes sont plus graduelles que chez la femme. Environ 30 % des hommes dans la cinquantaine présenteront des symptômes d'andropause causés par une baisse du taux de testostérone. Il est possible qu'un homme andropausé manifeste certains symptômes associés au trouble et en l'absence de traitement approprié, il risque d'éprouver des problèmes de santé plus graves, comme l'ostéoporose.

Causes

La diminution de la testostérone est un facteur important chez les hommes soupçonnés de souffrir d'andropause. Toutefois, à mesure que les hommes vieillissent, non seulement leur organisme produit moins de testostérone, mais il y a une élévation du taux d'une autre hormone qui elle, retire de la circulation sanguine la testostérone utilisable; il s'agit de la *globuline reliée aux hormones sexuelles (sex hormone binding globulin* ou SHBG). La SHBG se fixe à une fraction de la testostérone disponible dans le sang. La testostérone qui n'est pas liée à l'hormone SHBG est appelée testostérone *biodisponible*, ce qui signifie que l'organisme peut l'utiliser.

Les hommes qui souffrent des symptômes associés à l'andropause ont des taux de testostérone biodisponible plus bas que la normale. Ainsi, les tissus de l'organisme normalement stimulés par la testostérone reçoivent de plus petites quantités de cette hormone, ce qui peut provoquer des changements physiques et parfois psychologiques tels que des sautes d'humeur et de la fatigue.

Symptômes et Complications

Bien que les symptômes varient parfois d'une personne à l'autre, les symptômes habituels des hommes qui traversent l'andropause sont les suivants :

- une diminution de l'appétit sexuel;
- des difficultés à obtenir une érection ou une réduction de la force des érections;
- une perte d'énergie;
- une dépression;
- de l'irritabilité et des sautes d'humeur;
- une perte de la force ou de la masse musculaire;

- une augmentation du tissu adipeux;
- des bouffées de chaleur.

Les complications associées à l'andropause incluent l'augmentation du risque de maladies cardiovasculaires et l'ostéoporose (os fragiles).

Diagnostic

Le médecin vous interrogera sur la façon dont vous vous sentez pour vérifier si vos symptômes correspondent à ceux des individus dont le taux de testostérone est faible. Il procédera ensuite à des analyses sanguines pour vérifier le vôtre.

Étant donné qu'il existe d'autres troubles associés à un faible taux de testostérone (par. ex. l'*hypogonadisme* qui provoque un retard de la croissance et du développement sexuels, le diabète, l'hypertension), votre médecin voudra sans aucun doute faire tous les tests nécessaires pour éliminer ces possibilités avant d'établir un diagnostic d'andropause.

Il importe de noter que plusieurs des symptômes associés à l'andropause sont également des conséquences normales de l'avancement en âge et que le traitement peut ne pas pouvoir en modifier le cours.

Traitement et Prévention

Une thérapie de remplacement de la testostérone dans le sang est le traitement le plus fréquemment administré aux hommes qui traversent l'andropause. Ce traitement est susceptible de procurer un soulagement des symptômes et d'améliorer, dans bien des cas, la qualité de vie. Des changements de style de vie comme une augmentation de la quantité d'exercices pratiqués, la réduction du stress et une bonne alimentation s'avèrent aussi efficaces. Votre médecin vous aidera à décider si un traitement à base de testostérone est approprié à votre situation, car il y a des risques associés au traitement.

La testostérone est offerte en divers modes de préparation incluant les timbres transdermiques, les capsules, les gels et les injections. Votre médecin vous aidera à choisir le traitement le mieux approprié pour vous, tout en tenant compte de votre style de vie. Il importe d'être suivi par le médecin après le début du traitement. Au cours de ce suivi, il vérifiera votre réaction au traitement et fera les ajustements nécessaires, le cas échéant.

Les timbres transdermiques : les personnes qui portent un timbre contenant de la testostérone absorbent l'hormone par la peau. Le timbre assure la libération lente et régulière de l'hormone dans le courant sanguin. Il suffit de l'appliquer une fois par jour sur une surface sèche du dos, de l'abdomen, des bras ou des cuisses.

Le gel de testostérone : ce traitement est aussi appliqué directement sur la peau, habituellement sur les bras. Comme le gel peut être transmis à d'autres individus par contact de la peau, il faut prendre soin de se laver les mains après chaque application.

Les capsules : prises deux fois par jour, après les repas, les capsules sont une autre forme de thérapie de remplacement de la testostérone. Les hommes qui souffrent de maladies du foie, de dysfonctionnement du foie, de maladies graves du cœur ou des reins, ou d'un taux trop élevé de calcium dans le sang devraient éviter la testostérone en capsules.

Les injections de testostérone : ce traitement consiste en des injections de testostérone (cypionate de testostérone* et énanthate de testostérone) dans un muscle, toutes les 2 à 4 semaines. Elles occasionnent parfois des sautes d'humeur causées par les changements de taux de testostérone. Les hommes qui souffrent de maladies graves du cœur ou des reins, ou d'un taux trop élevé de calcium dans le sang, devraient éviter la cypionate testostérone. Les hommes affectés d'une maladie grave du rein devraient éviter l'énanthate de testostérone.

Les hommes qui sont atteints du cancer de la prostate ou du sein ne doivent pas prendre de testostérone. Si vous êtes atteint d'une maladie cardiaque, si vous prenez des médicaments du type anticoagulants (médicaments pour éclaircir le sang), si votre prostate est d'un volume plus grand que normal, ou si vous êtes atteint de maladie hépatique ou rénale, vous devez demander à votre médecin si un traitement de testostérone est approprié pour vous.

*Tous les médicaments ont à la fois une dénomination commune (le nom générique) et un nom de marque ou marque. La marque est l'appellation qu'un fabricant choisit pour son produit (par ex. Tylenol®). Le nom générique est le nom du médicament en médecine (par ex. l'acétaminophène). Un médicament peut porter plusieurs noms de marque, mais il ne possède qu'un seul nom générique. Cet article répertorie les médicaments par leur nom générique. Pour de plus amples renseignements sur les noms de marque, consultez votre médecin ou un pharmacien.