



## Supplément hormonal chez l'homme

Avec l'âge, la diminution de production de l'hormone sexuelle mâle entraîne des changements physiques et émotifs qui peuvent être incommodants pour certains hommes.

**P**lusieurs fonctions corporelles sont contrôlées par les hormones, des agents chimiques produits par une variété de glandes. La **testostérone** est la plus importante hormone sexuelle mâle. Produite en grande partie par les testicules, elle est essentielle pour déclencher le développement des caractéristiques sexuelles mâles qui apparaissent à la puberté chez le garçon. Chez les hommes, elle contribue à conserver la force musculaire et osseuse ainsi que la libido et la performance sexuelle.

Après l'âge de 30 ans, le taux normal de testostérone diminue lentement mais progressivement chez les hommes. Chez certains, cette diminution est plus rapide que chez d'autres, mais il n'y a pas de chute abrupte comparable à la ménopause chez les femmes.

De nos jours, les hommes vivent plus longtemps et beaucoup cherchent des moyens d'améliorer leur qualité de vie. Des exercices réguliers, un poids santé, l'abstinence de tabac, une consommation modérée d'alcool et une alimentation équilibrée sont des moyens efficaces qui contribuent à rester en bonne santé.

Beaucoup d'hommes qui ont un faible taux de testostérone pourront bénéficier d'un supplément hormonal pour favoriser une meilleure fonction sexuelle, une force musculaire accrue, des os en santé, une meilleure distribution de la graisse et même une amélioration de l'humeur et de la fonction mentale. Néanmoins, d'autres maladies peuvent causer plusieurs des symptômes associés à un bas niveau de testostérone, et faire augmenter le taux de testostérone pourrait ne pas corriger certains de ces changements. Après avoir pris connaissance de vos symptômes et des résultats de vos tests, votre médecin vous informera des risques et bénéfices d'un supplément hormonal.

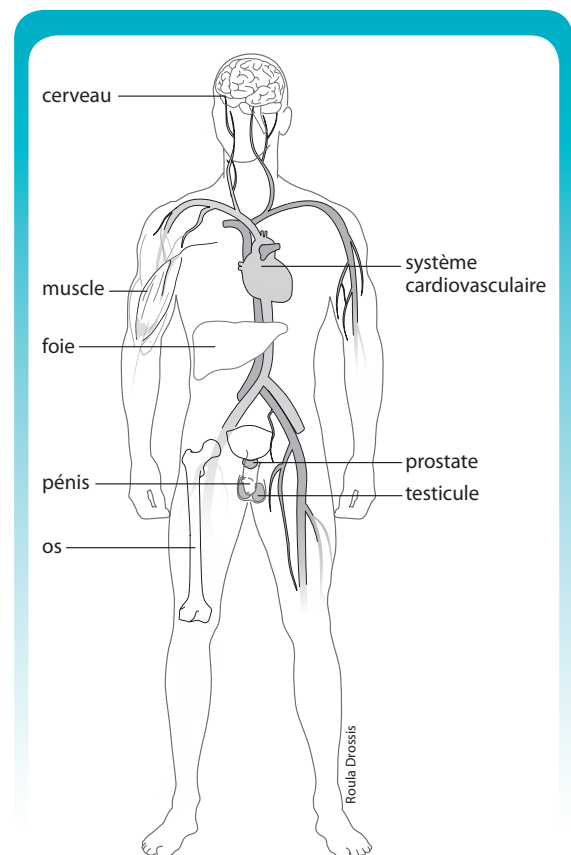
### Comment diagnostique-t-on un déficit en testostérone?

Un déficit en testostérone est tout d'abord soupçonné chez un homme d'après ses symptômes et un test de sang indiquant un faible taux de testostérone. Le taux de testostérone varie durant la journée et atteint son plus haut niveau tôt le matin. On recommande donc de faire les analyses sanguines le matin lorsqu'il s'agit de vérifier la testostérone. Elle existe sous plusieurs formes dans la circulation sanguine et peut être mesurée à l'aide de différentes analyses. Dans la

pratique, on favorise un ou deux dosages matinaux de testostérone.

### Quels sont les symptômes d'un déficit en testostérone?

À l'opposé des symptômes évidents de la ménopause chez les femmes, les symptômes reliés à une diminution progressive du taux de testostérone peuvent être plus subtils. Ceux-ci comprennent parfois une diminution de la libido, une diminution de la masse et de la force musculaire, une augmentation de la graisse, une modification de l'humeur, des troubles du sommeil et un manque d'énergie. Néanmoins, ces changements qui sont souvent reliés à un déficit en testostérone peuvent aussi être consécutifs à d'autres facteurs tels que le stress, la dépression, le style de vie, une mauvaise condition physique ou la maladie.



# Supplément hormonal chez l'homme

## Quels sont les avantages d'un supplément hormonal?

Les avantages d'un supplément hormonal de testostérone sont les plus marqués chez les hommes qui ont un taux de testostérone très bas. Ils incluent notamment une plus grande libido, une augmentation de la masse musculaire, des os plus forts, une diminution de la graisse abdominale et une meilleure maîtrise du taux de sucre chez les diabétiques. On peut aussi noter une amélioration de l'humeur et des fonctions mentales. Des recherches sont en cours pour évaluer les avantages possibles des suppléments de testostérone sur les vaisseaux sanguins et en particulier leurs répercussions sur la santé du cœur et les taux de cholestérol.

## Quels sont les risques de la thérapie de remplacement de la testostérone?

Malgré que les suppléments de testostérone soient utilisés couramment depuis plusieurs années, les risques à long terme n'ont pas été clairement établis. Comme tout traitement médical, le remplacement hormonal mâle devrait être utilisé avec prudence et après avoir reçu de votre médecin toute l'information nécessaire.

La thérapie de remplacement de la testostérone peut aussi affecter le compte de spermatozoïdes. Si vous désirez des enfants, vous ne devriez pas suivre ce type de traitement.

Une modification des facteurs de risque concernant les maladies du cœur et des vaisseaux sanguins a été notée suite à l'utilisation des suppléments de testostérone; certains se sont avérés bénéfiques, d'autres nuisibles. L'effet global de ces changements est incertain.

Les taux sanguins d'hémoglobine (la composante du sang qui transporte l'oxygène) peuvent augmenter et possiblement accroître le risque de formation de caillots sanguins. Chez les hommes avec une apnée du sommeil (arrêts temporaires de la respiration

durant le sommeil), le problème pourrait s'aggraver durant le traitement de remplacement hormonal de testostérone.

La testostérone peut favoriser une augmentation de volume de la prostate et une augmentation des taux d'APS (le test sanguin utilisé pour aider à détecter le cancer de la prostate). Aucun lien n'a été mis en évidence entre le remplacement de testostérone et le cancer de la prostate, ou l'apparition de troubles mictionnels causés par une prostate volumineuse.

Il a été recommandé que les hommes qui reçoivent des suppléments de testostérone soient sous surveillance régulière, comprenant possiblement des analyses de sang, pour ces problèmes durant la première année du traitement, puis au moins annuellement par la suite.

## Comment la testostérone est-elle administrée?

Les suppléments de testostérone peuvent être administrés de plusieurs façons. Bien qu'aucune forme de supplément de testostérone ne puisse imiter les variations normales des sécrétions hormonales par les testicules qui surviennent à chaque heure et de jour en jour, les taux de testostérone peuvent être accrus efficacement par des injections (habituellement toutes les quelques semaines) ou par l'application quotidienne de timbres dermiques, de gel ou de crème. Les comprimés, bien que pratiques, peuvent s'avérer moins efficaces pour ramener un niveau normal de testostérone.

La signification de la diminution normale du taux de testostérone avec l'âge et le rôle de la thérapie de supplément hormonal peuvent être complexes. La thérapie de remplacement peut être bénéfique mais demande un suivi régulier pour détecter tout effet indésirable. Cette option de traitement devrait être abordée et examinée avec votre médecin.

Cette publication est produite par

Canadian Urological Association  
The Voice of Urology in Canada



Association des Urologues du Canada  
La voix de l'urologie au Canada

Cette publication est approuvée par



ASSOCIATION DES  
UROLOGUES  
DU QUÉBEC

Les informations présentées dans cette publication ne visent pas à remplacer une opinion médicale ni à se substituer à la consultation d'un médecin qualifié. L'Association des urologues du Canada décline toute responsabilité, légale ou autre, causée de quelque façon que ce soit, incluant la négligence, pouvant découler des informations contenues ou référencées dans cette brochure.

© 2014. Association des urologues du Canada. Tous droits réservés.

[cua.org](http://cua.org)