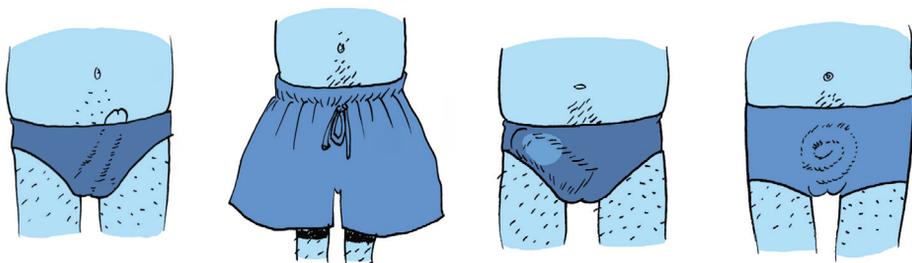
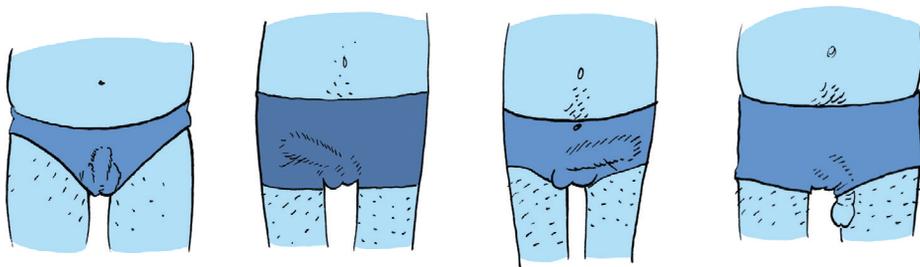


Dr Vincent Hupertan  
urologue et sexologue



# L'ENCYCLO PÉNIS

PROSTATE, ÉRECTION, FUTES...  
LE ZIZI TEL QUE VOUS NE L'AVEZ JAMAIS VU





L'homme, sa prostate et son sexe, c'est comme les trois mousquetaires : unis pour la vie!

#### Dans cet ouvrage, découvrez :

- Le décryptage et les conseils avisés du spécialiste pour mieux comprendre le **fonctionnement du pénis** : les mécanismes de l'érection et de l'éjaculation, le lien entre testostérone et désir masculin...
- Les **explications et les solutions adaptées à chaque dysfonctionnement** (troubles de l'éjaculation, sexe tordu, impuissance, absence d'orgasme...).
- Tout ce que vous avez besoin de savoir sur **la prostate et ses maladies** : adénome, prostatite, cancer, traitements naturels et mini-invasifs, laser...
- Les règles simples et indispensables pour **une sexualité épanouie**.
- Des **anecdotes croustillantes** pour dédramatiser et déculpabiliser car, non, les troubles érectiles ne sont pas une fatalité et, oui, bander, c'est aussi dans la tête!

Le **Docteur Vincent Hupertan** est urologue et sexologue, ancien interne des Hôpitaux de Paris devenu chef de service urologie et diplômé en sexologie. Depuis 2015, il exerce exclusivement en tant qu'urologue libéral et intervient en sexologie à l'université Paris Diderot. Il anime plusieurs sites internet et un blog d'urologie destiné aux patients : UroBlog.net

Avec la collaboration de **Valérie Robert**, journaliste à *Version Femina* et auteure de *Les Clés du bonheur qui vient du Nord*.

ISBN : 979-10-285-1615-4



9 791028 516154

**18 euros**  
Prix TTC France

**L E D U C . S**  
**P R A T I Q U E**

Rayon : Santé

**L'ENCYCLO  
PÉNIS**

## REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

**Inscrivez-vous à notre newsletter** et recevez chaque mois :

- des conseils inédits pour vous sentir bien ;
- des interviews et des vidéos exclusives ;
- des avant-premières, des bonus et des jeux !

Rendez-vous sur la page :  
**[bit.ly/newsletterleduc](http://bit.ly/newsletterleduc)**

**Découvrez aussi notre catalogue** complet en ligne sur notre site :  
**[www.editionsleduc.com](http://www.editionsleduc.com)**

Enfin, retrouvez toute notre actualité sur notre blog et sur les réseaux sociaux.



Accompagnement dans l'écriture : Valérie Robert

Conseil éditorial : Nathalie Ferron

Relecture : Clémentine Sanchez

Maquette : Hung Ho Thanh

Illustration de couverture :

Originellement publié en langue française sous le titre :

*What a wonderful world !*, de Zep

© Zep, 2015

© Éditions DELCOURT, 2015 pour l'édition en langue française

Autres illustrations : Adobe Stock

Design de couverture : Antartik

© 2019 Leduc.s Éditions

10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée- Buffon

75015 Paris – France

ISBN : 979-10-285-1615-4

Dr Vincent Hupertan

# L'ENCYCLO PÉNIS

PROSTATE, ÉRECTION, FUTES...  
LE ZIZI TEL QUE VOUS NE L'AVEZ JAMAIS VU

L E D U C . S  
P R A T I Q U E



# SOMMAIRE

## INTRODUCTION

### PARTIE I

## LA PROSTATE DANS TOUS SES ÉTATS

L'homme et sa prostate	13
La prostate « disséquée » !	14
Casting des troubles urinaires le plus souvent rencontrés	34
Prostate et éjaculation	43
Le contrôle technique de la prostate à partir de 50 ans	45
Les maladies de la prostate	50

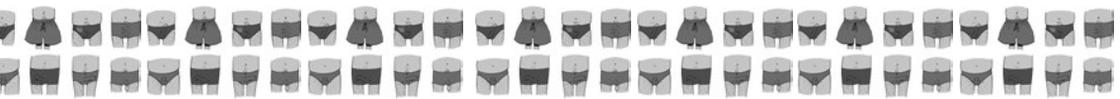
### PARTIE II

## CONFESSIONS D'UN PÉNIS

Parlons un peu (et même beaucoup) de sexe	103
---	-----

### CHAPITRE 1

<b>L'érection. Je bande donc je suis... en bonne santé !</b>	105
Un mécanisme vasculaire ingénieux	105
L'adrénaline, le super-héros de l'anti-érection	111
Tous les hommes voudraient être des rhinocéros	116





La taille du pénis, une question de taille !	119
De l'importance de soigner ses artères	126
Bander, c'est aussi dans la tête	135
C'est quoi, un couple ?	142
La chirurgie de l'intime	147
Érection du matin, chagrin ?	159
Bande <i>to be alive</i> , ou l'érection après l'opération de la prostate et l'impuissance	161
Les traitements des troubles érectiles	162

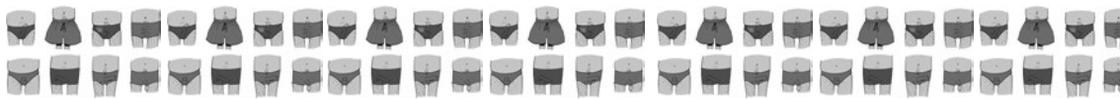
## CHAPITRE 2

<b>L'éjaculation, cette grande incomprise</b>	177
La mécanique de l'éjaculation	177
Une sexualité ? Non, voyons, deux !	187
Précocité, prématurité, rapidité, les mauvais élèves de l'éjaculation	191
L'anorgasmie coïtale	205

## PARTIE III

# LE DÉSIR AU MASCULIN

Non, libido et désir, ce n'est pas pareil !	211
La testostérone, moteur de la libido	216
La contraception masculine, une pilule dure à avaler	225
CONCLUSION	237
BIBLIOGRAPHIE	245
TABLE DES MATIÈRES	247





# Introduction

Autant l'avouer d'emblée : après les intestins, le dernier organe peu sexy à la mode, c'est bien la prostate ! Au point qu'elle est devenue la nouvelle star du slip des hommes, venant même concurrencer le pénis, longtemps consacré « numéro » un au box-office de toutes les attentions masculines. Depuis, les hôpitaux, de Paris à Roubaix en passant par Évreux, n'hésitent plus à exposer une prostate géante devant leurs locaux lors du Movember, qui se déroule au mois de novembre et dont le but est de sensibiliser le public aux cancers masculins, notamment, bien sûr, celui de la prostate.



Movember, ce mouvement dont le nom vient de la contraction de « mo », qui désigne la moustache en argot australien, et de « November », est né en Australie. Chaque année au mois de novembre, les hommes sont invités à se laisser pousser la moustache afin de sensibiliser l'opinion publique et de lever des fonds pour la recherche dans les maladies masculines telles que le cancer de la prostate.

Bref, celle-ci, la prostate donc, est devenue la « it-girl » dont tout le monde parle. Alors, la revanche d'une glande ? Oui, d'une glande trois-en-un, un ensemble complexe comparable à un ménage à trois indissociable combinant les systèmes urinaire, reproductif et sexuel. Malgré son importance dans la vie des messieurs, la prostate est (trop) longtemps restée dans l'ombre, et pas seulement

parce qu'elle est tapie proche du rectum. Vous ignoriez sa situation géographique ? Pas de panique, c'est le cas de la plupart de mes patients, et je pense qu'il faudrait équiper chaque garçon d'un GPS dès la naissance, pour savoir qu'elle existe, pour la trouver avec précision et en prendre grand soin.

C'est, entre autres, ce que la première partie de ce livre représente : une sorte de Google Maps permettant de prendre la bonne direction, pour ainsi devenir un pro de la prostate et la mener sur le bon chemin tout au long de sa vie d'homme – et pas seulement quand on devient quinquagénaire (et éviter d'ailleurs d'être un quinquagénaire qui dégénère). Car il faut savoir qu'en général, soit mes congénères ignorent tout de ce joyau de l'appareil vésico-sphinctérien, soit ils ne l'évoquent que pour l'associer au cancer, au point de créer cet amalgame désastreux car faux : prostate = cancer ! Or « avoir LA prostate » ne signifie pas « avoir un cancer », mais juste « avoir UNE prostate ». Nuance. Et c'est une bonne nouvelle, d'en posséder une, vous verrez !

Après avoir mieux fait connaissance avec cette entité si mystérieuse, chaque chapitre sera l'occasion d'aborder avec humour, bienveillance et sérieux scientifique, bien sûr, un symptôme qui amène mes patients à me consulter : « J'ai du mal à uriner », « J'ai plus souvent envie de faire pipi », « J'ai du mal à me retenir », ou : « J'ai des fuites », « J'ai des douleurs en urinant », « Mon urine est brûlante », « Mon urine sent mauvais et il y a de la mousse ! », « Je suis sûr d'avoir le cancer de la prostate », ou encore : « Mon périnée est faible », « Dois-je me faire opérer ou pas ? », « Mon sperme est rouge ! C'est grave docteur ? », « L'échographe dit que j'ai une vessie de lutte ! Est-elle musclée comme les pectoraux d'un body-builder ? »... Et il n'est pas rare que ce soit la compagne qui prenne rendez-vous :

« Avec les gouttes, on le suit à la trace » ou encore : « Il me réveille toutes les nuits, donc on fait chambre à part. »

Oui, c'est vrai, les murs ont bel et bien des oreilles, car toutes ces phrases ont été entendues dans mon cabinet de consultation depuis bientôt 20 ans. Il ne fait aucun doute que vous vous y retrouverez, car cet ouvrage, grand public mais exhaustif, reprend les symptômes les plus fréquemment rencontrés.

Bien sûr, la question de la sexualité est étroitement liée à celle de la prostate, et vice versa. C'est alors que je revêts ma casquette de sexologue, car il est avant toute autre chose important de comprendre que vessie, prostate, testicules et pénis sont les quatre mousquetaires de cette sphère urogénitale :

« Un pour tous, tous pour un ! »

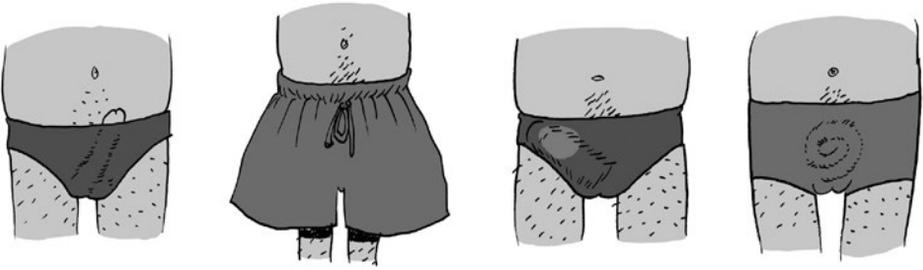
Toute anomalie de l'un des membres aura des conséquences sur le fonctionnement des autres. Essayer de comprendre, d'expliquer, de soigner en recourant uniquement à une approche par organe est forcément réducteur, car on ne tient pas compte alors de la complexité du corps dans son ensemble. Avec mes fonctions d'urologue, d'andrologue et de médecin sexologue, je considère le corps humain dans sa globalité : on ne le « dissèque » pas comme dans un laboratoire d'anatomie. Et c'est aussi ce qui rend mon métier passionnant ! C'est pourquoi les patients-lecteurs et les lecteurs patients, je l'espère, devront attendre la deuxième partie de ce livre pour aborder les mécanismes de l'érection, de l'éjaculation, de la libido et du désir au masculin. Un sujet de taille, comme chacun sait ! L'occasion, entre autres, d'évoquer leurs troubles (l'éjaculation baveuse, le sexe tordu, l'impuissance, l'éjaculation rapide ou au contraire longue et laborieuse, voire impossible, l'absence d'orgasme ou anorgasme coïtale, la contraception masculine) et les traitements, du fameux Viagra®

(et la crainte pour le cœur) jusqu'à la prothèse d'érection, en passant par les injections intracaverneuses.

C'est ainsi que mon expertise à la fois d'urologue et de sexologue vous ouvrira les portes du pénis entier ! À vous désormais de ne pas les refermer afin d'avoir un pénis au top dans un corps au top. Si vous avez les clés pour être en bonne santé physique, vous serez en bonne santé sexuelle, et vice versa, car :

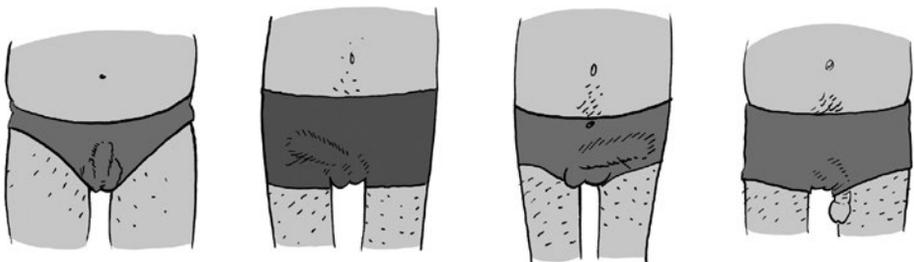
« Sexum sanum in corpore sanum. »

(« Un sexe sain dans un corps sain. »)



Partie I

# LA PROSTATE DANS TOUS SES ÉTATS





## L'homme et sa prostate

C'est plutôt rare que l'on vienne me consulter pour contrôler sa prostate, sa vessie ou parce que l'on craint un cancer des testicules. Le plus souvent, on arrive chez moi à cause d'une simple gêne urinaire avec la formule classique : « Problème de prostate ! »

Les troubles urinaires sont très variés. Ils peuvent se caractériser par des envies fréquentes, des besoins urinaires incontrôlés ou nocturnes, perturbant le sommeil.

Le patient peut aussi ressentir des douleurs à la miction, dans le bas-ventre, en permanence, ce qui peut avoir un impact psychologique sur lui et sur sa compagne. D'ailleurs, le stress, le mal-être, les difficultés personnelles, sexuelles, des problèmes de couple, la pression au travail, peuvent déclencher ou réactiver les signes fonctionnels urinaires, de véritables crises de « prostatite » ou de « prostatodynie ». Ainsi, j'ai remarqué que les consultations du mois de septembre débordent d'hommes qui se plaignent de gêne dans la sphère urinaire ou sexuelle, alors que quelques semaines auparavant, en pleines vacances, rien ne venait les troubler. Le seul grain de sable qui enrayait



« Au secours, docteur, j'ai "la prostate" ! »

leur quotidien était celui présent sur leur serviette de plage. Tiens donc !

On en parle beaucoup, le plus souvent avec une certaine gêne, mais on la connaît peu au point que les hommes peuvent ignorer où elle se trouve.

## La prostate « disséquée » !

La prostate est constituée d'une partie centrale située autour de l'urètre, ou partie « péri-urétrale », et d'une partie périphérique. Et c'est sans doute sa géographie qui la rend si taboue. En effet, la prostate est située juste sous la vessie et est collée à la paroi antérieure du rectum. C'est un peu comme si on avait une maison coincée entre une décharge et une usine nauséabonde : on n'a pas trop envie d'aller la visiter ou d'y passer du temps ! Pourtant, les hommes auraient tort de l'ignorer plus longtemps et de ne pas en prendre soin, pour que le bail en bonne et due forme puisse se prolonger au maximum. « Homme *sweet* homme »...

### Un peu d'histoire

En grec ancien, le terme « prostate » était utilisé dans un sens non médical – « président ». (Il y aurait donc un lien entre la prostate et les présidents ?)

C'est André du Laurens, médecin du roi Henri IV et chancelier de l'université de Montpellier, qui a introduit le terme de *prostatae* – « Ces glandules [...] on les appelle prostates glanduleux » – dont le rôle est de garder la

semence – « et c’est de leur inflammation et ulcération que vient la chaude-pisse<sup>1</sup>. »

Cependant, son nom vient de sa position par rapport à la vessie : pro + statos = « celle qui est située avant ».

Si, en général, mes patients ont plus de 50 ans, j’ai noté que de plus en plus de jeunes viennent pour le même motif que leurs aînés. Entre Dr Google et les vidéos DIY YouTube – « Faites-le par vous-même » –, c’est le plus souvent une encyclopédie ouverte à la mauvaise page.

Ainsi, quand mes patients, le plus souvent inquiets, viennent me voir en me disant : « Docteur, j’ai la prostate » comme s’ils affirmaient « Docteur, j’ai la peste », ce qu’il faut entendre et décoder alors, c’est qu’ils redoutent bien entendu le cancer de la prostate. Car « la prostate », c’est LE SUJET, aussi bien au boulo-drome que lors des parties de bridge ou des sorties au club cycliste. Et leur expression si incongrue et inappropriée exprime en réalité une série de troubles essentiellement urinaires ou sexuels. « Avoir la prostate » serait une maladie, synonyme de vieillesse, d’impuissance sexuelle, de dysfonction érectile, disons-nous aujourd’hui pour être plus diplomates. Eh oui, messieurs, heureusement que vous en possédez une ! Autant on peut se passer d’une Rolex<sup>®</sup>, autant il est préférable d’avoir depuis sa naissance cette précieuse glande indispensable au bon fonctionnement masculin. De la même façon que nous aurons tous des cheveux blancs (la canitie), nous, messieurs, aurons tous une prostate qui

---

1. André du Laurens, Francois Size (trad.), *L’Histoire anatomique en laquelle toutes les parties du corps humain sont amplement déclarées enrichie de controverses et observations nouvelles*, Paris, Jean Bertault, 1610, in [www.biusante.parisdescartes.fr/histmed/medica/page?31655&p=790](http://www.biusante.parisdescartes.fr/histmed/medica/page?31655&p=790)

va se modifier au cours de l'existence. Et, comme pour les cheveux blancs, c'est à partir de la quarantaine que le changement peut être observé. Et, comme pour vos cheveux blancs, messieurs, si ça vous pose un problème, il faut consulter. Car s'il impossible de faire une coloration chez un urologue pour en masquer les premiers signes visibles, nous avons d'autres solutions bien plus durables pour pallier cette évolution.

### **Naître sans prostate, ou le syndrome de Prune Belly**

Avoir une prostate, c'est tout simplement normal. Naître sans prostate est une anomalie congénitale grave et rare, il s'agit du syndrome de Prune Belly, ou syndrome du ventre en pruneau. Le nom vient du fait que les muscles abdominaux ne sont pas développés, ce qui donne un aspect de pruneau. En plus des muscles abdominaux, il y a des malformations des organes génitaux (testicules non descendus – cryptorchidie – et de petite taille) et des voies urinaires. Et les conséquences sont dramatiques puisqu'il s'accompagne notamment d'une absence des reins (agénésie rénale). La mortalité néonatale de ces enfants est importante, et même avec une prise en charge chirurgicale dès la naissance, la maladie reste grave et potentiellement mortelle.

La prostate change au cours d'une vie. Si elle commence son développement dès la 8<sup>e</sup> semaine de la vie intra-utérine, elle continue de grossir entre la naissance et la puberté. À partir de là, elle commence alors véritablement son développement sous

l'influence de la testostérone, jusqu'à se stabiliser à l'âge adulte autour de 15-20 cc (centimètres cubes). À 40 ans, la prostate augmente progressivement de volume et atteint même un pic à la cinquantaine. En l'absence d'une véritable andropause (la ménopause des hommes), elle continue à grossir tout au long de la vie, mais à vitesse réduite.

La prostate est une glande complexe qui joue un rôle majeur dans la reproduction, car les glandes prostatiques, avec les vésicules séminales, produisent 95 % du volume du sperme. À peine 5 % du volume spermatique vient du testicule ! Alors, c'est qui la plus forte, hein ?

### **La prostate, une romantique ignorée : coup de foudre à Prostate Hill ?**

Si l'on reproche parfois à la population masculine de ne pas être suffisamment romantique, on peut également s'en étonner, car le cœur des hommes est double ! Il y a celui qui bat dans leur cage thoracique bien sûr, mais aussi celui plus insoupçonné situé en dessous de la ceinture !

Eh oui, je parle bien sûr de la prostate, cette glande qui entoure la partie initiale de l'urètre (l'urètre prostatique), juste sous la vessie. Vous me suivez ? Elle est de la taille d'une châtaigne et, selon le mode dont nous la regardons, elle peut avoir des formes différentes, y compris celle d'un cœur, avec deux lobes, droit et gauche, une base bilobée et un apex prostatique. En pratique, selon l'angle de vue, la prostate a la forme d'un diamant. Il ne faut donc pas oublier que le cœur des hommes se situe là également.

Si on a l'habitude d'évaluer la taille de la prostate en grammes (a-t-on une balance au bout du doigt ?!), il vaut mieux parler en volume. Et même ainsi, l'erreur d'estimation est importante. En absence de loi Carrez, pour apprécier sa taille, on utilise le plus souvent des comparaisons fruitières – châtaigne, pomme, orange, pamplemousse ?

Inutile de se raconter des salades (de fruits), notre amie la prostate évolue en fonction de l'âge. Si cette hypertrophie n'est pas accompagnée de troubles urinaires, on ne la traite pas, car même si elle a gagné du terrain, la prostate ne crée aucune gêne ; l'hypertrophie n'est pas une maladie que l'on a besoin de traiter, on ne traite que les troubles urinaires engendrés par l'augmentation de taille de la prostate, comme nous le verrons. On peut considérer que tous les hommes peuvent développer une hypertrophie bénigne de la prostate (j'ai bien dit « bénigne », donc pas de panique !) s'ils vivent assez longtemps, mais certes pas tous avec le même volume final.



Taille normale  
(~20 cc)



Hypertrophie modérée  
(30-40 cc)



Hypertrophie moyenne  
(40-50 cc)



Hypertrophie importante  
(supérieure à 50-60 cc)

## **La prostate, une glande qui ne glande pas trop**

Impossible pour elle d'être tranquille au fond du slip des hommes comme si elle se trouvait dans un hamac sur une plage de Jamaïque à siroter un ti-punch. Non, non, non ! Chez l'homme, la prostate est en contact étroit avec la vessie : au milieu de la prostate se trouve le canal de l'urètre, l'urètre prostatique, qui devient l'urètre membraneux (très court, tel un détroit qui sépare les deux canaux de navigation) puis l'urètre pénien situé à l'extrémité du gland du pénis.

La prostate est une glande dont la fonction est essentiellement reproductive. Les hommes à qui on a retiré la prostate malade continuent, dans une majorité des cas, à avoir une vie urinaire normale (les femmes n'ont pas de prostate et elles ne demandent pas à en avoir une !), ainsi qu'une vie sexuelle – ni l'érection ni l'orgasme ne sont liés à la prostate. Cependant, il n'y a plus d'éjaculation et ils ne peuvent pas (plus) avoir d'enfants.

Le système urinaire est incroyablement intriqué dans le système génital, et c'est à l'intérieur de la prostate que se trouve le carrefour où se rencontrent les voies urinaires et les voies spermatiques. C'est pourquoi on parle d'appareil urogénital, constitué des organes urinaires et génitaux. L'appareil génital masculin a trois fonctions : produire, stocker et délivrer les cellules sexuelles masculines, les spermatozoïdes, dans les voies génitales féminines, notamment le vagin.

## **Le testicule, ou l'abandon des « 35 cœurs »**

L'usine où l'on fabrique les spermatozoïdes, c'est le testicule (la gonade masculine), qui a lui-même une double fonction :

endocrine et exocrine. Exocrine signifie que le testicule fabrique les spermatozoïdes au rythme de 1 000 unités par seconde (tous les jours, dimanche et jours fériés compris – pas de RTT pour les testicules). Sa fonction endocrine consiste à assurer aussi la production de la testostérone, l'hormone mâle sécrétée dans le sang en permanence et dont le rôle est de réguler la vie sexuelle et reproductive de l'homme. Et, tout comme dans une boulangerie, la production de testostérone est plus importante le matin que le soir.

## **Le scrotum, un formidable thermostat**

Les testicules se trouvent dans le scrotum, qui les garde précieusement à une température constante, autour de 34 °C, quelle que soit la température extérieure. Cette température constante est indispensable à la fabrication des spermatozoïdes de compétition (nous verrons plus loin ce que nous pouvons faire de cette observation).

Une fois les spermatozoïdes fabriqués dans le testicule, ils quittent l'usine en étant acheminés par les voies spermatiques (épididyme et canal déférent) jusqu'au lieu du stockage. Pour leur transport, une petite quantité de liquide, moins de 5 % du volume spermatique, fait l'affaire. L'épididyme est collé au testicule comme une coiffe et devient le canal déférent, qui remonte dans le cordon spermatique par l'orifice inguinal dans la cavité abdominale. Les deux vont confluer avec les vésicules séminales pour constituer le canal éjaculateur, qui va déboucher au niveau de la prostate dans l'urètre prostatique.

Le lieu de stockage des spermatozoïdes se situe au niveau des vésicules séminales, qui les spermatozoïdes nourrissent avec le fructose, un sucre rapide, fabriqué ici. Du lieu de stockage, le liquide séminal, avec son armada de spermatozoïdes (plus de

15 millions par millilitre de sperme et au minimum 40 millions par éjaculat – c’est le plus grand marathon au monde, où il n’y a qu’un seul vainqueur), est délivré et libéré à l’occasion de l’éjaculation.

Le scrotum, avec son aspect ridé, est un formidable thermostat, que l’on pourrait comparer à une couveuse de haute précision, et garde donc au chaud les testicules.

Pour comprendre l’origine du mot, citons à nouveau André du Laurens, dans *L’Histoire anatomique en laquelle toutes les parties du corps humain sont amplement déclarées* enrichie de controverses et observations nouvelles :

« Le vulgaire l’appelle “Scortum” ou “Scrotum”. Parce qu’elle ressemble à un sac ou bourse de cuir. Car les anciens apelloient “Scortea” toute chose faite de cuir ou de peau. Or la peau des bourses est fort ridée... »

### **Greffe de prostate, mythe, réalité ou poisson d’avril ?**

Que ce soit sur Internet ou dans l’intime du cabinet, la question de la greffe de prostate revient de temps à autre. Avant de parler de la faisabilité, parlons de son intérêt. Voici ce que l’on apprend avec Michel Cymes.

Le 24 mars 2019, dans son hebdo sur RTL ([www.rtl.fr/emission/ca-va-beaucoup-mieux-l-hebdo](http://www.rtl.fr/emission/ca-va-beaucoup-mieux-l-hebdo)), Michel Cymes interviewait le Pr François Haab au sujet de la greffe de prostate, en réponse à une question posée par un auditeur.

En plus des arguments à propos de l'unique rôle de la prostate, à savoir la fertilité, et ceux permettant de comprendre que la médecine est capable d'aller directement à la source (les testicules) pour récupérer des spermatozoïdes, Michel Cymes rappelait une blague, un poisson d'avril, faite par des urologues annonçant comme une première mondiale une « greffe de prostate ». Bien sûr que c'est impossible médicalement, techniquement, et en plus inutile ! Néanmoins, en guise de blague, il y a toujours ce plaidoyer pour la greffe de la prostate signé par le fameux et inexistant « prostatologue » Marius Goujon.

L'urologie est une spécialité médico-chirurgicale. L'urologue est à la fois un sacré plombier et un fin horloger, puisqu'il doit tenir compte de tous les éléments d'une grosse machine qui a la précision et la complexité d'une montre suisse. La prostate est-elle la Rolex® de tous les hommes atteignant la cinquantaine ?!

## **Pour ne plus prendre sa vessie pour des lanternes : le cycle mictionnel**

« Docteur, c'est la prostate alors, ou c'est la vessie ? »

Quand je reçois mes patients qui consultent pour des « problèmes de prostate », ils me posent des questions sur la prostate, et en retour, je les interroge sur leurs troubles urinaires. Et je leur explique d'emblée que la fonction de la prostate est essentiellement reproductive et qu'elle ne joue aucun rôle au niveau urinaire, même si elle

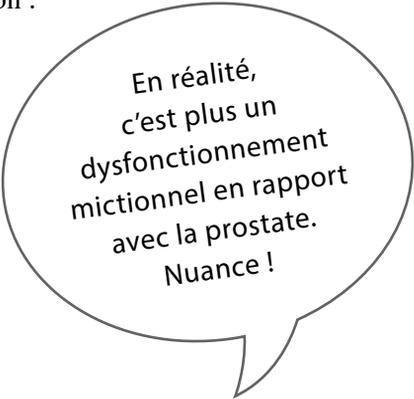


La prostate, la glande sans fonction urinaire mais qui est responsable de troubles urinaires.

est traversée par l'urètre. Cependant, si la prostate n'a aucune utilité dans la miction (les femmes n'ont pas de prostate et elles n'en demandent pas !), elle peut être responsable de troubles urinaires ! Alors pourquoi venir voir un urologue pour la prostate, dès que l'on ressent une gêne urinaire ?!

En effet, dans les « Recommandations pour la pratique clinique » publiées par l'Anaes depuis 2003, l'hypertrophie de la prostate est définie dès l'introduction :

« L'hypertrophie bénigne de la prostate (HBP) est un état de la nature plus qu'une pathologie. Elle se définit anatomiquement par une augmentation de la taille de la prostate non due à un cancer, et histologiquement par une hyperplasie de la zone transitionnelle de la prostate. »



En réalité,  
c'est plus un  
dysfonctionnement  
mictionnel en rapport  
avec la prostate.  
Nuance !

Et quand faut-il consulter ?

On consulte quand la miction influe sur notre vie sociale ! Quand faire les courses, c'est un problème, ne sachant pas s'il y a des toilettes. Quand faire un long trajet en voiture ou, pire, prendre un vol long-courrier, c'est un problème.

La vessie et la prostate font partie d'un bloc fonctionnel et travaillent très bien ensemble de manière réflexe. Ce sont deux super-collègues de boulot, sauf qu'elles ne papotent pas autour de la machine à café le lundi matin. Normalement, la vessie n'a pas besoin que l'on intervienne quand elle est à l'ouvrage. Elle est son propre patron et c'est un muscle qui doit se contracter uniquement pendant la miction, donc 5 à 7 fois par jour. Le reste du temps, le muscle doit rester sagement au repos. Ce muscle est complètement autonome et, en essayant de l'aider, on peut, parfois, dérégler son

fonctionnement. Mais avant de s'aventurer dans les méandres des soucis urinaires, il est nécessaire de comprendre le cycle mictionnel : durant la miction, c'est la phase mictionnelle, et entre les mictions, la vessie se remplit, c'est la phase de remplissage.

### **Pisse and love : la vessie, un réservoir musculaire intelligent au fonctionnement cyclique**

Pour comprendre le corps humain, nous avons l'habitude de le « disséquer ». Or son fonctionnement complexe ne peut pas être réduit à l'analyse séparée des organes. Comme Laurel et Hardy, Tintin et Milou ou Chouchou et Loulou, chez l'homme, la prostate et la vessie forment un couple appelé « bloc vésico-prostatique ». Le dysfonctionnement de l'un aura des implications dans le fonctionnement de l'autre.

Voici ce que Laurens écrivait en 1610 :

« La Vessie reçoit et contient l'urine, comme quelque petite bouteille : et de peur que nous ne fussions contraints de la rendre continuellement et importunément, la Nature a fait un muscle, lequel environnant de toutes parts le col de la Vessie, et fermant comme de portier, ferme le passage, de peur que l'urine ne s'écoule sans notre volonté. Les Grecs, à cause de cet office qu'il a, l'appellent Sphincter, c'est-à-dire, Fermeur ou Boucheur. »

Eh oui, en plus de la prostate et de la vessie, il y a l'urètre et un système de « robinets » : les sphincters. C'est pourquoi les troubles urinaires sont également appelés « troubles vésico-sphinctériens ».

La paroi vésicale est constituée d'un muscle, le détroisor, et la vessie est un réservoir musculaire extensible qui va stocker les urines produites en permanence par les deux reins avec un débit moyen de 1 ml/minute. Étant donné que le rein fonctionne comme une usine d'épuration 24 heures sur 24, la vessie a un

fonctionnement cyclique qui comporte deux phases : l'urine produite par les reins remplit le réservoir jusqu'au maximum de sa capacité (phase de remplissage) et quand il est plein, il faut le vider (phase mictionnelle).

La capacité fonctionnelle moyenne chez un adulte peut énormément varier, mais on peut considérer qu'un volume normal des urines se situe entre 300 et 500 ml (des volumes plus importants ne sont pas synonyme de maladie), sachant qu'au cours d'une journée, le volume des mictions peut également varier, en fonction des liquides que l'on avale par exemple.

Au cours du remplissage, les récepteurs de pression situés dans la paroi vésicale informent en permanence le Q.G. de la miction de l'état de remplissage. Une fois le réservoir plein (à la fin de la phase de stockage des urines), cela déclenche une envie urinaire.

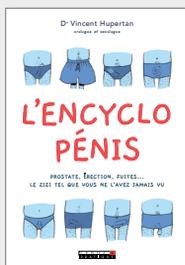
Si l'on se trouve dans des conditions d'intimité suffisante, et avec l'accord du patron (le cerveau), la miction peut avoir lieu : on passe en phase mictionnelle grâce à un mécanisme précis :

- relâchement volontaire du sphincter externe, suivi par...
- ... le relâchement du sphincter lisse, complété par...
- la contraction du muscle vésical, le détrusor.

Ces actions sont parfaitement synchrones. Si les conditions d'intimité ne sont pas remplies (vous faites les courses, par exemple), le patron n'autorise pas la miction en contractant le sphincter strié et il envoie un message négatif : l'envie disparaît et la phase de remplissage se prolonge (mais l'envie suivante sera encore plus intense, voire pressante – tout a des limites !). Lors de la miction (la phase mictionnelle), la vessie va permettre l'évacuation des urines à l'extérieur, à travers l'urètre.

Contrairement aux idées reçues, le sphincter n'a pas besoin de grosses pressions urinaires, ni surtout d'être aidé par le périnée. En

Nous espérons que cet extrait  
vous a plu !



L'encyclo pénis  
D<sup>r</sup> Vincent Hupertan



J'achète ce livre

Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous  
à la lettre des éditions Leduc.s et recevez des **bonus**,  
**invitations** et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

LE D U C . S  
P R A T I Q U E