



## Diabète au masculin

## LE DIABÈTE

Parmi les complications du diabète, la dysfonction érectile est probablement celle dont on parle le moins. Autrefois appelée impuissance, la récente introduction d'une nouvelle terminologie reflète le désir de bousculer les tabous entourant les troubles de l'érection. Les patients qui en sont atteints souvent se taisent et se sentent isolés. Pourtant ils sont nombreux. Environ un homme diabétique sur trois serait touché.

### Un problème médical

La dysfonction érectile est un problème médical pour lequel il existe des traitements efficaces. Il est cependant rare qu'un homme accepte de consulter son médecin pour parler de ses difficultés sexuelles. Il est facile de comprendre pourquoi ces problèmes sexuels sont si rarement évoqués : les hommes ont souvent une tendance à les minimiser. Et puis, il y a encore une dizaine d'années, les professionnels de la santé avaient peu de moyen à leur disposition pour traiter les troubles de l'érection et étaient, eux aussi, embarrassés lorsqu'il leur fallait aborder un sujet délicat pour lequel ils n'avaient pas grand-chose d'autre qu'un soutien moral à offrir à leurs patients.

Heureusement, depuis, de considérables progrès ont été accomplis. Les causes de la dysfonction érectile sont mieux connues et, dans de nombreux cas, son traitement est devenu possible. Désormais, le médecin est en mesure de conseiller et d'apporter des solutions. C'est lui qu'il vaut mieux consulter sans attendre car des troubles de l'érection qui persistent affectent la relation de couple, la qualité de vie et sont parfois le signe avant-coureur d'une maladie cardio-vasculaire.

## QUESTIONS ET RÉPONSES

### Causes vasculaires (vaisseaux sanguins)

- le diabète
- l'hypertension artérielle
- un taux élevé de cholestérol
- les maladies cardiovasculaires

### Causes neurologiques (système nerveux)

- neuropathie diabétique
- neuropathie liée à l'alcoolisme
- traumatismes de la moelle épinière (paraplégie)
- maladies dégénératives (sclérose en plaques, maladie de Parkinson, etc.)
- accidents vasculaires cérébraux
- certaines chirurgies (prostate, vessie, rectum)
- radiothérapie pelvienne

### Causes hormonales

- une diminution de la testostérone

### Causes d'ordre psychologique

- le stress
- l'anxiété
- la dépression
- les problèmes relationnels
- la peur d'une érection insuffisante

### Certains médicaments pour :

- l'hypertension
- la dépression
- l'anxiété
- les allergies (antihistaminiques)

### Les causes

Du point de vue mécanique, l'érection est le résultat d'une chaîne de phénomènes. Tout d'abord, en réponse à des stimulations d'ordre psychologique et sensoriel (comme le désir, le toucher, les odeurs, etc.), le cerveau envoie une commande permettant la libération d'oxyde nitrique dans les tissus du pénis. Cette molécule déclenche le relâchement des muscles du pénis et la dilatation des vaisseaux sanguins ce qui fait affluer le sang dans les artères et permet le remplissage des corps cavernueux. Cet apport de sang, quelquefois jusqu'à dix fois plus important qu'en temps de repos, cause l'augmentation de la taille du pénis. La pression comprime les veines par lesquelles le sang est drainé, ce qui l'empêche de refluer vers le cœur et maintient le pénis en érection.

Devant la complexité du processus de l'érection, on comprend mieux pourquoi une dysfonction peut avoir des origines différentes. D'une part, des détériorations au niveau des vaisseaux sanguins, du système nerveux ou des muscles auront des répercussions sur l'érection. Dans certains cas, l'appétit sexuel et le désir, essentiels pour la stimulation, seront perturbés par des troubles d'ordre psychologique, relationnel ou hormonal. Les effets secondaires de certains médicaments sont parfois en cause dans la dysfonction érectile. Le tableau ci-dessous résume les principales causes de dysfonction érectile.

Le plus souvent, ce sont les causes vasculaires qui sont

mises en cause, en particulier le diabète. A long terme, l'hyperglycémie chronique rétrécit les artères, endommage les nerfs, mais inhibe également l'action de l'oxyde nitrique. En effet, l'oxyde nitrique est libéré dans le sang au niveau de la paroi des vaisseaux du pénis. Lorsque ces parois sont endommagées en raison de l'hyperglycémie, elles ne laissent plus passer l'oxyde nitrique, ce qui empêche relaxation des muscles, l'afflux de sang et, finalement, l'érection.

## L'âge

Avec l'âge, les dysfonctions érectiles sont plus fréquentes, cependant l'âge n'est qu'un facteur parmi d'autres pouvant favoriser une dysfonction érectile. En l'absence de problème de santé particulier, beaucoup d'hommes, même à un âge avancé, ne connaissent pas de troubles de l'érection.

## Le tabac, l'alcool et les drogues

Par son action néfaste sur les vaisseaux sanguins, le tabagisme est un important facteur de risque. Environ 40% des hommes atteints de dysfonction érectile sont des fumeurs. La consommation d'alcool et l'usage de drogues ont une action néfaste sur la transmission nerveuse des commandes de l'érection.

Lorsque les effets secondaires d'un médicament semblent être en cause, il ne faut jamais arrêter le traitement sans en parler au préalable avec son médecin. Il faut ra en effet mettre en balance la nécessité de soigner une maladie grave et la nécessité d'une vie sexuelle satisfaisante.

## Soigner

Lors de la première consultation, il est probable que le médecin interrogera longuement son patient et fera un examen médical afin d'évaluer l'état de santé et d'établir un diagnostic. Eventuellement, il fera faire des examens complémentaires. Plusieurs types de traitement étant disponibles, le médecin aidera le patient dans le choix du traitement adapté pour son cas.

## Agir sur les causes sous-jacentes

La dysfonction érectile est un problème fréquent dans la population générale et plus particulièrement chez les patients diabétiques. Les traitements de la dysfonction érectile ne traitant pas les causes sous-jacentes comme le diabète, le médecin suggérera, si nécessaire, des modifications du mode de vie afin d'agir sur les facteurs de risques. Cela pourra être des améliorations dans le contrôle du diabète, des mesures pour réduire le surpoids, accroître l'activité physique, arrêter la cigarette ou diminuer la consommation d'alcool.

## Les traitements oraux

Il y a un peu plus d'une dizaine d'années, la mise à disposition d'une nouvelle classe de médicaments est venue révolutionner le traitement de la dysfonction érectile. Ces nouveaux médicaments agissent en permettant l'afflux de sang dans le pénis et le maintien de l'érection. Ce sont maintenant les traitements les plus utilisés. Le premier de cette classe, et le plus connu, est le sildénafil (Viagra®). Depuis, d'autres sont venus allonger la liste : le tadalafil (Cialis®) et le vardénafil (Levitra®). Tous fonctionnent sur le même principe, mais diffèrent dans leur rapidité et durée d'action. Certaines contre-indications existent, par exemple pour les patients qui souffrent de certains troubles cardiaques ou suivent un traitement à base de dérivés nitrés.

## Les injections

Lorsque les traitements oraux ne peuvent être utilisés, il existe des options par injection. La plus efficace est l'injection intra-caverneuse, c'est-à-dire l'administration dans la verge d'un médicament qui déclenchera la dilatation des vaisseaux sanguins. La deuxième option est l'introduction dans l'urètre (le canal urinaire) d'un minuscule cylindre contenant un médicament, qui se diffusera au travers de la paroi de l'urètre dans le pénis et permettra l'érection. Les deux solutions sont peu douloureuses, mais le patient doit apprendre la technique au cours d'une consultation.

## Les solutions mécaniques

La pompe à vide est une solution mécanique qui consiste en un tube cylindrique que l'on place sur le pénis. Grâce à un système de pompe, l'air est évacué du cylindre, créant un vide qui attire le sang dans les vaisseaux sanguins. Les corps caverneux se remplissent et l'érection est ainsi obtenue. Pour retenir le sang et maintenir l'érection, un anneau de plastique

est placé à la base du pénis. Le cylindre est retiré et le garrot peut rester en place sans danger pendant une trentaine de minutes.

La chirurgie est une solution de dernier recours lorsque tous les autres traitements ont échoué. Peu efficace, c'est une technique de moins en moins utilisée.

## Le conseil psychologique

Environ 20% des troubles de l'érection ont une cause purement psychologique, mais même lorsqu'une cause organique (maladie chronique, problèmes vasculaires, etc.) est mise en cause, les troubles de l'érection sont une source de souffrance et affectent le bien-être psychologique et relationnel de la personne. Le médecin peut recommander la consultation d'un sexologue, d'un psychologue spécialisé ou d'un psychiatre. Les entretiens, de préférence en compagnie de sa partenaire, ont pour objectif de rassurer et d'aider le patient à surmonter ses propres attitudes négatives vis à vis de l'intimité et de la sexualité, d'améliorer la qualité de la relation de couple et d'adapter si nécessaire sa façon générale de vivre. La consultation d'un psychiatre pourra se révéler utile pour traiter des difficultés psychologiques telles que la dépression, fréquente chez les patients souffrant de troubles de l'érection.



**Association pour la Recherche sur le Diabète**  
19 Boulevard Malesherbes  
75008 Paris

01 47 23 90 14 • [ardinfo@a-rd.fr](mailto:ardinfo@a-rd.fr) • [www.a-rd.fr](http://www.a-rd.fr)

*Une association pour tous ceux  
qui vivent chaque jour avec le diabète*

La mission de l'**Association pour la Recherche sur le Diabète** (ARD) est de soutenir financièrement les efforts de la recherche afin de découvrir un remède pour le diabète et, en attendant que cet objectif soit atteint, de diffuser les connaissances essentielles pour prendre soin de sa santé et lutter contre les complications graves de cette terrible maladie.

L'Association pour la Recherche sur le Diabète (ARD) est une association à but non lucratif déclarée, régie par la loi 1901, et est membre de la Maison des Associations (8ème) de la Ville de Paris.