



INFERTILITÉ MASCULINE LA FIN D'UN TABOU

Cinquante millions d'hommes sont touchés dans le monde. Un sujet qui mobilise la nouvelle génération.

Par Linh Pham

Prise de conscience

Cela fait trente ans que la fertilité masculine décline. Elle recule d'environ 0,3 % par an, et le nombre de spermatozoïdes a chuté de moitié. La difficulté à concevoir ne vient donc pas que des femmes : dans 50 % des cas, une cause masculine est identifiée. Et le sujet est désormais pris très au sérieux. En avril dernier, une start-up américaine a organisé à Los Angeles une « Sperm Race », une course de spermatozoïdes mise en scène comme un show sportif, pour alerter sur la baisse de la concentration spermatique. Sur scène aussi, le thème s'impose : l'humoriste Mehdi Djaadi triomphe au Studio des Champs-Élysées avec « Couleur framboise », spectacle à la fois tendre et percutant sur le parcours d'un homme infertile. Sur les réseaux, les hommes partagent de plus en plus leurs inquiétudes et leurs bons conseils, tandis que les coachs spécialisés se multiplient.

Des bilans mieux partagés entre les hommes et les femmes

Longtemps, les examens avaient lieu d'abord chez la femme quand un couple peinait à concevoir. « Mais la tendance change. De plus en plus d'hommes comprennent que les causes peuvent être communes, et acceptent de passer un spermogramme », indique la Dr Marie Audouin, urologue-andrologue, au centre de fertilité des Diaconesses Croix Saint-Simon, à Paris. Cet examen simple et rapide évalue la concentration, la mobilité et la

morphologie des spermatozoïdes présents dans l'éjaculat. Il fait partie du bilan de fertilité masculine auquel tout patient doit pouvoir accéder, après un an de rapports sexuels non aboutis. Il inclut aussi un examen clinique, un bilan hormonal, une échographie scrotale et, parfois, des tests génétiques.

Un mode de vie souvent en cause

Nombreux sont les facteurs d'infertilité masculine : anomalies génétiques, infections (oreillons, MST, etc.), varicocèle (dilatation des veines du testicule), troubles hormonaux, la cryptorchidie (absence de descente des testicules dans les bourses ou persistance des testicules dans l'abdomen), traitements anticancéreux, etc. Mais le mode de vie joue un rôle majeur. Tabac, alcool, malbouffe, sédentarité, stress, perturbateurs endocriniens, etc., génèrent un stress oxydatif qui altère la qualité et la quantité des spermatozoïdes. « Et plus on attend pour concevoir et plus ces mauvaises habitudes pèsent », rappelle la Dr Audouin. L'espoir reste permis : la production de sperme suivant un cycle de soixante-douze jours, sa qualité peut être améliorée en quelques mois, après une bonne reprise en main. Mieux vaut éviter aussi chaleur excessive, vêtements trop serrés et téléphone dans la poche avant.

Des traitements sur mesure

Le spermogramme peut révéler des anomalies, comme le syndrome OATS (peu de spermatozoïdes, mal formés et peu mobiles), responsable de 20 % des cas d'infertilité masculine. Le traitement dépend alors du bilan : chirurgie en cas de varicocèle ou de cryptorchidie, antibiotiques lors d'une infection, ou encore supplémentation en antioxydants lorsque le stress oxydatif est élevé. Les troubles hormonaux peuvent nécessiter des traitements de stimulation de la spermatogenèse, par voie orale ou injectable, pendant six à neuf mois. « En cas d'azoospermie, soit l'absence totale de spermatozoïdes dans l'éjaculat, qui concerne 10 % à 15 % des patients, un prélèvement directement dans les testicules peut permettre d'en recueillir en vue d'une procréation médicalement assistée », explique la Dr Audouin. ■

PRATIQUE

UNE APPLI POUR ACCOMPAGNER

Conçue par un urologue-andrologue, spécialiste de l'infertilité masculine, Seedly aide les patients à reprendre la main sur leur parcours. Elle centralise des informations fiables sur la fertilité, un espace sécurisé pour stocker examens et ordonnances, et un suivi clair de l'évolution des résultats. Rappels intelligents et partage simplifié des dossiers avec les soignants facilitent la coordination. ■

Seedly, 8,99 euros par mois, avec sept jours d'essai gratuit.