



Inflammation chronique de la prostate (prostatite chronique)

🕒 paru le 31/01/2020 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

La prostatite chronique est une inflammation douloureuse de la prostate et de longue durée. La prostate est une glande de la taille d'un marron ; elle se situe juste sous la vessie et en avant du rectum. Elle entoure l'urètre qui va de la vessie au pénis. La prostate produit une partie du sperme.

On parle de prostatite chronique si les symptômes durent plus de trois mois.

On distingue deux types de prostatite chronique :

- la forme bactérienne, qui est une infection de la prostate causée par une bactérie.
- le syndrome de douleur pelvienne chronique (SDPC), avec douleur chronique au niveau de la prostate, dont la cause est difficile à trouver. Cette forme est aussi encore souvent appelée prostatodynie, qui signifie douleur à la prostate. Il s'agit de cette forme dans plus de 90 % des cas.

Quelle est sa fréquence ?

La prostatite chronique se rencontre en médecine générale chez environ 10 % des hommes adultes. Le plus souvent, il s'agit du syndrome de douleur pelvienne chronique (SDPC), et l'on ne retrouve pas d'infection. Dans 10 % des cas seulement, les symptômes paraissent liés à une prostatite bactérienne chronique.

Comment la reconnaître ?

Les symptômes sont semblables à ceux d'une inflammation aiguë de la prostate, mais sont plus modérés :

- troubles mictionnels : [uriner fréquemment](#), difficultés pour uriner, douleur en urinant, impression que la vessie n'est pas complètement vidée ;
- douleur : sensation de brûlure dans le bas-ventre, dans le scrotum, dans la zone entre le pénis et l'anus, au niveau du gland ou à la face interne des cuisses ;
- sensation de compression dans la zone entre le pénis et l'anus ou autour de l'anus ;
- symptômes sexuels : diminution de la libido, [problèmes d'érections](#), éjaculation douloureuse, [sperme contenant du sang](#) ;
- symptômes généraux : fatigue, douleur à d'autres endroits du corps, sentiments dépressifs.

Comment le diagnostic est-il posé ?

Le médecin commence généralement par vous poser une série de questions. Il vous demandera d'uriner dans un pot qu'il enverra au laboratoire pour analyse. Parfois, des examens complémentaires sont réalisés pour dépister des infections sexuellement transmissibles (IST).

Dans certains cas, le médecin palpera la prostate pour rechercher des anomalies et savoir si la palpation provoque de la douleur. Pour effectuer cet examen, appelé « toucher rectal », le médecin enfilera des gants et introduira un doigt dans l'anus pour palper la prostate.

En cas d'infections à répétition, le médecin effectuera aussi une [analyse d'urine](#) complexe : pour ce faire, deux échantillons d'urine sont nécessaires. Pour le premier, vous urinez immédiatement dans le pot. Ensuite, le médecin masse la prostate et vous devez uriner une seconde fois. Le massage a fait sortir les bactéries de la prostate, et elles se retrouvent dans les urines.

Si nécessaire, le médecin vous adressera à un urologue (médecin spécialiste des voies urinaires). L'urologue effectuera encore des examens complémentaires.

Que pouvez-vous faire ?

Des bains chauds et des vêtements chauds peuvent atténuer la douleur. Évitez le froid.

Le massage de la prostate peut apporter un soulagement. Enfoncez l'index aussi profondément que possible dans l'anus, jusqu'à votre prostate, qui forme un renflement à l'avant de l'intestin. Faites des va-et-vient avec le doigt sur la prostate (massage). Du liquide coule par le pénis, ce qui peut donner une sensation de soulagement. Le massage de la prostate est très fastidieux. Vous pouvez éventuellement demander à votre partenaire d'effectuer le massage de la prostate.

Les éjaculations (écoulement de sperme lors d'un orgasme) peuvent également atténuer les symptômes.

La prostatite chronique est souvent un problème frustrant et difficile à traiter, tant pour vous que pour votre médecin. Différents traitements peuvent être essayés, mais ils restent souvent sans résultat. N'oubliez pas que la prostatite chronique n'est pas dangereuse, mais elle dure généralement un certain temps.

Que peut faire le médecin ?

Le médecin vous expliquera qu'il s'agit d'une affection bénigne, et il tâchera de vous rassurer. Il sera également attentif aux éventuels sentiments dépressifs.

Le médecin peut vous prescrire un médicament pour soulager les symptômes :

- un antidouleur, comme le paracétamol ou l'ibuprofène ;
- des antibiotiques, uniquement s'il y a des signes indiquant que la prostatite est due à une bactérie ;
- des médicaments utilisés en cas de gonflement bénin de la prostate (hypertrophie bénigne de la prostate), par exemple :
 - un alphabloquant : ces médicaments dilatent les voies urinaires ;
 - un inhibiteurs de la 5-alpha-réductase : ces médicaments ont un effet sur la taille de la prostate.

En savoir plus ?

- [Prostate : adénome et prostatite \(image\) – mongeneraliste.be – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale](#)
- [Les IST, c'est quoi ? \(vidéo\) – LoveAttitude](#)
- [Paracétamol – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Ibuprofène – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Alpha₁-bloquants – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Inhibiteurs de la 5α-réductase – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)

Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Prostatite chronique' \(2000\), mis à jour le 23.05.2017 et adapté au contexte belge le 28.02.2019 – ebpracticenet](#)