

au-delà de
cette limite
votre ticket
est toujours
valable



*Comment
vaincre le vieillissement
de l'homme
par le Dr Georges Debled*

Albin Michel

1.

L'ANDROPAUSE ATTEINT TOUS LES HOMMES DE PLUS DE QUARANTE ANS

La régression sexuelle, atteint, un jour ou l'autre, tous les hommes de plus de quarante ans. Ce phénomène frappe parfois l'homme jeune. Le vieillissement sexuel provoque l'impuissance organique, la stérilité, des troubles de l'éjaculation et de la miction. La motivation sexuelle disparaît. L'état général s'effondre. L'arrêt de l'activité sexuelle est de moins en moins accepté par l'homme qui se trouve confronté à une situation à laquelle il ne trouve aucune explication logique.

Ce qu'il ignore, par manque d'information, c'est que l'hormone mâle, la testostérone, est d'abord l'hormone qui régit la structure de toutes les protéines du corps. Tous les organes sont constitués de protéines et leur assemblage est contrôlé impérativement par la testostérone. Lorsque celle-ci vient à manquer du fait de l'âge, les structures dégènèrent.

La testostérone agit également sur les organes génitaux en assurant leur développement et leur intégrité. Pour cela, elle doit être transformée en une autre hormone sexuelle plus active, la dihydrotestostérone.

La diminution de la sécrétion des hormones mâles se traduit par conséquent, non seulement par le vieillissement sexuel, mais également par des transformations régressives de l'organisme que chacun peut observer. Au début les signes sont discrets, mais petit à petit les transformations de l'organisme peuvent avoir les conséquences suivantes :

— un accroissement du poids avec un alourdissement progressif de la silhouette, une fonte musculaire (l'hormone est

du tissu de soutien provoque l'affaissement de la voûte plantaire. Le pied est plat. Les genoux s'entrechoquent. Les articulations sont faibles, sujettes à l'arthrose et au rhumatisme articulaire déformant.

Les muscles ne se développent pas, même à l'effort. Le cœur bat moins vite. Les châtrés sont des constipés chroniques. La fabrication des globules rouges est réduite de 10 %.

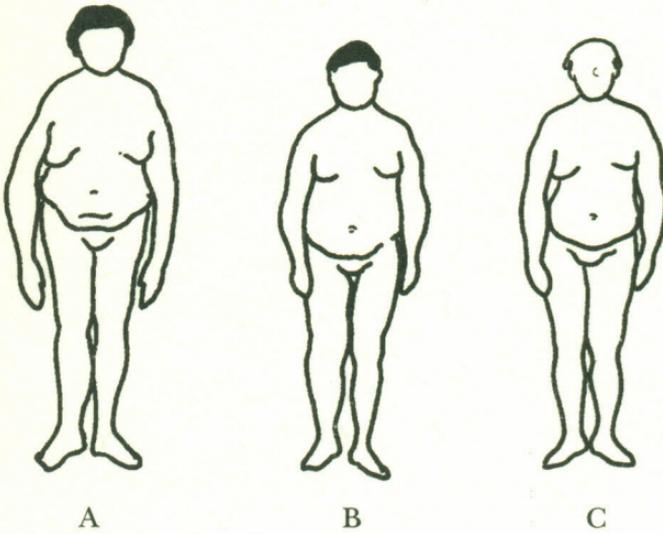


Fig. 1

A. Les os longs du castrat châtré avant la puberté lui confèrent une stature imposante. À vingt ans, il est obèse.

B. Le castrat châtré après la puberté a une taille normale. À vingt ans, il est gras. Il conserve sa chevelure.

C. L'homme andropausé ressemble au castrat châtré après la puberté. Beaucoup deviennent chauves.

Le cerveau contient des récepteurs spécifiques de l'hormone mâle, il n'échappe pas aux modifications profondes provoquées par le manque de testostérone. Toutes les facultés psychiques sont atteintes. Le castrat est un être passif et craintif. Son intelligence est réduite. Il est dépourvu d'esprit de

TABLE DES MATIÈRES

<i>I. LE RETOUR D'ÂGE MASCULIN</i>	11
1. L'ANDROPAUSE ATTEINT TOUS LES HOMMES DE PLUS DE QUARANTE ANS	13
La ménopause	15
2. LES HORMONES MÂLES, CLÉS DE L'ANDROPAUSE	22
La testostérone, hormone de longue vie	23
La testostérone, hormone de l'énergie sexuelle	26
Le taux de testostérone s'abaisse avec l'âge	27
3. LE CASTRAT, UN MODÈLE DE L'ANDROPAUSE	28
4. LE TRAITEMENT PAR LES HORMONES MÂLES EST UNE NOTION ANCIENNE	35
5. VIVRE CENTENAIRE EN BONNE SANTÉ	45
 <i>II. COMMENT PRÉVENIR ET GUÉRIR LE VIEILLISSEMENT SEXUEL DE L'HOMME</i>	 53
6. LE VIEILLISSEMENT SEXUEL PRÉMATURÉ	55
7. LES TROUBLES « ÉMOTIONNELS » NE DOIVENT PAS CACHER L'IMPUISSANCE ORGANIQUE	60
Le diagnostic	61
Des examens spéciaux	64
Comment rétablir une érection normale ?	66
Les médicaments	66
« L'instrument de la jeunesse »	67
La chirurgie réparatrice	68
8. LES TROUBLES DE L'ÉJACULATION	70
Le sperme – erreurs et vérité sur la prostate	71

Les troubles de l'éjaculation, causes réelles et traitement .	72
L'éjaculation précoce	73

III. LE COUP DE VIEUX 77

9. L'HORMONE DE VIE N'EST PAS UNE UTOPIE	79
10. L'EXCÈS DE POIDS ET L'OBÉSITÉ – LE POIDS IDÉAL	85
11. LA FONTE MUSCULAIRE ET L'ACTION DES HORMONES MÂLES	92
12. LE DIABÈTE ET L'ANDROPAUSE	96
Pourquoi l'homme a-t-il tendance à grossir après quarante ans?	101
13. HORMONES MÂLES CONTRE CHOLESTÉROL	104
Les triglycérides (graisses)	109
14. L'ARTÉRIOSCLÉROSE, MALADIE DE L'OCCIDENT	112
L'athérosclérose	114
Le manque d'hormones mâles provoque l'artériosclérose et l'athérosclérose	115
15. BON SANG NE MENT PAS	121
La thrombose	122
L'embolie	122
Les hormones mâles sont les fluidifiants naturels du sang	123
Les jambes lourdes	124
Les hémorroïdes	125
16. L'HYPERTENSION ARTÉRIELLE, PROBLÈME MAJEUR POUR LA SANTÉ PUBLIQUE	127
17. L'ANÉMIE	132
18. L'ANGINE DE POITRINE ET L'INFARCTUS	135
La cause de l'angine de poitrine	135
L'infarctus du myocarde	141
19. RAIDEURS, LIMITATION DES MOUVEMENTS ET ARTHROSE	145
L'arthrose	148
Le traitement de l'arthrose par les hormones mâles	152
20. DES OS PLUS FRAGILES	155
21. QUAND LA PEAU SE FANE	159
Le phimosis	163

22. LE SOUFFLE COURT	165
23. LES MÉTAMORPHOSES DE LA SILHOUETTE	167
Le ballonnement	167
L'hypertrophie des seins	168
Les hormones femelles de l'homme	169
24. LES PROBLÈMES DE LA PROSTATE	171
Les symptômes	172
Les traitements	173
Le risque d'impuissance	176
La maîtrise du terrain hormonal, prévention de la maladie prostatique	177
25. L'INSUFFISANCE RÉNALE	179
26. L'AUDITION ET LA VUE	183
27. LA DÉPRESSION NERVEUSE	189
L'agressivité – la dominance – la libido	190
Manque de créativité, perte de mémoire, chute du dynamisme, troubles du comportement...	195
Les hormones mâles régénèrent les cellules nerveuses du cerveau	201

IV. COMMENT RALENTIR LE VIEILLISSEMENT

GÉNÉRAL DE L'HOMME 203

28. MAÎTRISER LE VIEILLISSEMENT	205
29. LE TRAITEMENT HORMONAL	208
À quel âge faut-il commencer le traitement?	210
Quelles hormones peut-on prendre?	216
Y a-t-il des contre-indications?	218
Des effets secondaires nocifs?	220
Le dopage	221
Le traitement d'attaque et le traitement d'entretien	222

CONCLUSION. L'HOMME NOUVEAU 225

La prévention des maladies du vieillissement	227
Métamorphose et renaissance de l'homme de cinquante ans	230

L'homme progressif	232
ANNEXES	235
ANNEXE I: LES TAUX NORMAUX DES HORMONES	
SEXUELLES	237
Les hormones mâles	237
Les hormones femelles	239
Le profil hormonal idéal	240
ANNEXE II: LA RÉGULATION DES TESTICULES	243
ANNEXE III: LES ANDROGÈNES INTRODUICTS DANS L'ORGANISME FREINENT-ILS L'ACTIVITÉ DE LA GLANDE HYPOPHYSE ?	245
BIBLIOGRAPHIE	247
BIBLIOGRAPHIE ET FILMOGRAPHIE DE L'AUTEUR	271
INDEX	275

*Cet ouvrage composé
par L'Atelier du Livre à Reims
a été imprimé et broché
sur les presses de l'imprimerie Pollina à Luçon
en décembre 1991
pour les Éditions Albin Michel.*

Tous droits réservés. La loi du 11 mars 1957 interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit – photographie, photocopie, microfilm, bande magnétique, disque ou autre –, sans le consentement de l'auteur et de l'éditeur, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du Code pénal.

N° d'édition : 12352. N° d'impression : 14717
Dépôt légal : avril 1992

au-delà de cette limite votre ticket est toujours valable

Tôt ou tard, à partir de la quarantaine, les hommes connaissent des troubles divers : fatigue générale, prise de poids, troubles circulatoires et cardiaques, pannes sexuelles, pertes de mémoire, irritabilité, tendance à la déprime... Souvent, ils mettent ces perturbations sur le compte du stress et du surmenage.

Ces troubles sont dus en réalité à un phénomène **naturel**, facile à diagnostiquer : la diminution progressive de production d'hormone mâle, hormone des protéines. C'est l'**andropause**. Négliger ce phénomène revient à laisser s'installer **précocement** le vieillissement et se développer des problèmes psychologiques qui peuvent affecter l'équilibre du couple.

Or, depuis de nombreuses années, un traitement au vieillissement masculin existe. Grâce à un simple dosage hormonal approprié, on peut ralentir le vieillissement. Et même le **prévenir**. Mais par manque d'information ou parce qu'ils n'osent parler de leurs problèmes, les hommes y ont rarement recours.

Le Dr Debled, urologue et spécialiste d'andrologie, réunit dans ce livre clair et précis le résultat des recherches médicales les plus récentes et de son expérience de plus de vingt ans sur le sujet.

Un livre indispensable aux hommes de tout âge qui veulent se donner les moyens de vivre leur bel âge longtemps.

Graphisme : Massin



9 782226 056078

ISBN 2-226-05607-6

98,00 F TTC