



A la une!

Numero_ 001/Septembre 2021

Comment obtenir une Bonne Erection?

Comment maintenir une bonne connexion sexuelle pendant le traitement de la fertilité et les difficultés rencontrées ?

L'histoire du mois : Paul et sa prostate

La vie après la chirurgie de la prostate

AVANT-PROPOS

UROMAG_AFRIK



POUR METTRE EN LUMIÈRE L'UROLOGIE-ANDROLOGIE !

QUELLE MAGNIFIQUE IDÉE !

Je suis particulièrement heureux et honoré de parcourir les lignes de ce N°001 du premier Magazine Panafricain consacré à l'Urologie-Andrologie. Une belle façon de réfléchir pour promouvoir cette spécialité médicale si vaste et si dynamique. Une belle manière d'informer le public sur des questions spécifiques propres à ce domaine de la Médecine.

Ce contenu riche et varié sur l'Urologie et la Médecine sexuelle va, je ne doute point fidéliser un lectorat. UroMAG_Afrik va contribuer à changer les mauvaises habitudes, à faire comprendre le champ d'application de cette spécialité : les reins, les voies urinaires des femmes ou des hommes, le système reproducteur, les glandes surrénales etc. et aussi permettre aux couples de vivre une sexualité épanouie à travers les sujets abordés.

Ce Magazine Santé est véritablement un canal pour informer sur l'essentiel en Urologie-Andrologie. C'est un tremplin en conseils, interviews et astuces santé pour son lectorat.



En ma qualité de Ministre de la Santé du Burkina Faso, je me réjouis de cette initiative qui donne une visibilité à cette discipline. L'utilité de ce Magazine sera grande.

J'adresse mes sincères félicitations et encouragements à toute l'équipe de rédaction et à l'ensemble des collaborateurs pour cet investissement personnel. Je souhaite longue vie à UroMAG_Afrik et je rassure toute l'équipe de ma constante disponibilité.

Pr Charlemagne OUEDRAOGO
Ministre de la Santé
Burkina Faso

UROMAG_
AFRIK

QUI SOMMES NOUS ?

Fondé en Juillet 2021 , UroMaG Afrik est et se veut de rester un magazine de référence sur le continent. Il offre périodiquement chaque deux mois des informations sur la spécialité d'urologie-andrologie à travers des rubriques diverses. Il est la vitrine de l'urologie et de l'andrologie sur le continent africain.

C'est aussi le premier magazine panafricain spécialement dédié à l'urologie et à l'andrologie. Il est le trait d'union entre les praticiens urologues, andrologues et le public cible.

UroMAG Afrik compte plusieurs correspondants permanents répartis sur l'ensemble du continent ou ailleurs dans le monde, ainsi que de nombreux collaborateurs.

Il édite sur internet, afin de mieux diffuser ses informations et de toucher un public plus large.

Le magazine traite à la fois des problèmes d'urologie mais aussi de la médecine sexuelle à travers l'andrologie.

Les thématiques sont diverses, donnant au lecteur une bonne attraction et de bonnes doses d'informations utiles pour son bien être urologique et andrologique.



Directeur de publication: OUIIMA JUSTIN
DIEUDONNE ZIBA

Directeur de publication adjoint: KABORE
KLOVIS KLIFFORD

Rédacteur en chef: RICHEPIN TIDAHY

Rédacteur en chef Adjoint: MOHAMMED
MZYIENE

Correspondant Maroc: ADIL MELLOUKI

Correspondant Burkina Faso: KABORE KLOVIS
KLIFFORD

Correspondant Madagascar : RICHEPIN TIDAHY

Correspondant Sénégal : BA ZACKARIA

Correspondant RD Congo : ROGER KANZA

Correspondant Mauritanie : SOW ABOUBAKRY

Correspondant Togo: BOTCHO ARISTE G

Chef de section Arabe : MOHAMMED MZYIENE

Chef de section Anglophone: KABORE KLOVIS
KLIFFORD

Edition : UroMag_Afrik

Mail : uromagafrik@gmail.com



UroMag_Afrik



@UromagA



uromagafrik

LA VITRINE

DE L'UROLOGIE
ET DE
L'ANDROLOGIE



uromagafrik@gmail.com



[UroMag_Afrik](https://www.facebook.com/UroMag_Afrik)



[@UromagA](https://twitter.com/UromagA)



[uromagafrik](https://www.instagram.com/uromagafrik)



La question essentielle

Comment obtenir une Bonne Erection?

Comment avez-vous réagi la 1ère fois que vous avez été confrontés à un problème d'érection lors de vos rapports sexuels avec votre partenaire?

A cette question Alex 41 ans, commercial raconte :

"La première fois que j'ai eu des problèmes de dysfonction érectile ça a été une grosse surprise. Je ne comprenais pas pourquoi étant donné que tout fonctionnait très bien avant.

Il y a eu au départ une véritable remise en question.

L'impact de mon dysfonctionnement érectile a été très important. Ce fut une remise en question permanente. Ma partenaire pensait que je n'avais plus envie d'elle. Comme j'étais très souvent en déplacement, je ne dormais plus à la maison mais directement sur les lieux de formation c'est à cette période que ma partenaire a eu beaucoup de doutes sur ma fidélité. Elle pensait que j'allais voir ailleurs ce qui n'était pas du tout le cas ! Heureusement mon couple ne s'est pas disloqué à cause de ces problèmes érectiles."

UNE EXPERIENCE EMOTIONELLE

DOULOUREUSE

"Depuis que j'ai été diagnostiqué comme ayant de la dysfonction érectile, mes relations sexuelles avec ma partenaire sont devenues problématiques."

Karim, expert comptable 55 ans



RASSUREZ VOUS ,

*vous n'êtes pas le
seul*

à en souffrir

Les troubles de l'érection qui sont rares chez les jeunes hommes (à l'exception de ceux qui ont des problèmes psychologiques intermittents), deviennent plus fréquents à l'âge adulte et sont très répandus chez les hommes de plus de 60 ans. Ainsi, dans une certaine mesure, les troubles de l'érection sont une expression naturelle du vieillissement.



oui!

VOUS EN SOUFFRIREZ

SI VOUS AVEZ LES PROBLEMES SUIVANTS

- DIABETE
- HYPERTENSION
- HYPERLIPIDEMIE (GRAISSE)
- TABAC (FUMEUR)
- MALADIE DE LA PEYRONIE (DEFORMITE DE LA VERGE)
- ANTECEDENT DE CHIRURGIE DE LA REGION PELVIENNE
- DEPRESSEION



Lorsque vous prenez rendez-vous avec votre médecin urologue pour discuter de vos problèmes d'érection, il passe en revue les possibilités qui s'offrent à vous et vous aide à choisir celle qui convient le mieux à votre situation particulière. Il se peut qu'il suggère des changements dans votre mode de vie, un traitement médicamenteux ou la pose d'un implant pénien.

LA DEMARCHÉ DU MEDECIN

Sera de vous aider à :

- (1) Comprendre le problème
- (2) Instaurer un réapprentissage du comportement sexuel
- (3) Supprimer l'anxiété
- (4) Enseigner les techniques de communication
- (5) Redéfinir le succès du traitement



Quelles sont les Solutions pour la Dysfonction érectile

2. LES TRAITEMENTS MÉDICAMENTEUX

Lorsque les changements de mode de vie ne suffisent pas, les traitements médicamenteux constituent généralement l'étape suivante. La plupart de ces médicaments fonctionnent de façon similaire en stimulant la production d'une substance chimique naturelle dans le corps qui relâche les muscles du pénis. L'objectif de ce traitement est d'accroître la réponse à la stimulation sexuelle en augmentant le débit sanguin vers le pénis afin de vous permettre d'avoir une érection satisfaisante.

1. UNE BONNE HYGIENE DE VIE

RESPECTEZ CES REGLES

- Arrêter de fumer
- Réduire votre consommation d'alcool
- Faire de l'exercice régulièrement
- Perdre du poids
- Manger plus sainement
- Réduire le stress



ATTENTION!

Avant de prendre un médicament quelconque pour traiter les problèmes d'érection, il est important de vous assurer que votre urologue approuve cette décision. Les médicaments ne fonctionnent pas pour tous les hommes, en particulier ceux souffrant de diabète ou ayant déjà subi une intervention de chirurgie prostatique. Les médicaments pour le traitement de la dysfonction érectile peuvent également présenter de graves risques si vous prenez actuellement des nitrates (couramment prescrits pour les douleurs de poitrine) ou si vous souffrez d'une maladie cardiaque ou d'hypotension artérielle.



Quelles sont les Solutions pour la Dysfonction érectile

3. LES "POMPES À VIDE"

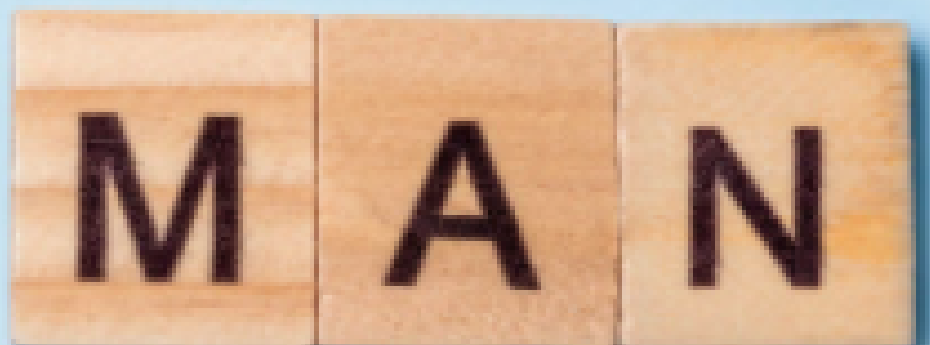
Également connues sous le nom de pompes péniennes, les pompes à vide sont des dispositifs qui se placent sur le pénis pour stimuler l'afflux sanguin. Une fois que le vide crée l'érection, un anneau doit être placé à la base du pénis et la pompe est retirée. L'érection dure généralement suffisamment longtemps pour un rapport sexuel, mais il se peut que le pénis soit froid au toucher et que l'anneau entrave l'éjaculation.



2. LES TRAITEMENTS MÉDICAMENTEUX

Outre les comprimés, des injections peuvent aussi servir à traiter les problèmes d'érection. Les érections surviennent généralement en 5 à 20 minutes, mais il existe un risque qu'elle dure plus de quatre heures, phénomène qui est souvent mal toléré à long terme.

Des instillations dans l'urètre peuvent également être utilisées dans le traitement de la dysfonction érectile. Il s'agit de l'instillation d'un gel vasodilatateur directement dans le canal de l'urètre. Il existe des effets secondaires courants tels que des douleurs ou des saignements mineurs dans l'urètre.



Il existe une variété de méthodes pour traiter les problèmes d'érection. Plus tôt vous aurez connaissance de ces alternatives, plus tôt vous pourrez recommencer à partager et à profiter des moments intimes avec votre partenaire.



Quelles sont les Solutions pour la Dysfonction érectile

4. LES "IMPLANTS PÉNIENS"

Si les autres traitements ne suffisent pas à pallier le problème, l'implant pénien ou prothèse pénienne peut s'avérer être une bonne solution. Un implant pénien est un dispositif médical posé dans le pénis au cours d'une intervention chirurgicale afin d'imiter l'apparence et la fonction d'une érection naturelle. En général, la sensibilité et la capacité à éjaculer ne sont pas affectées. C'est pourquoi vous pourrez avoir un orgasme tout à fait normalement (à moins que vous ne souffriez d'un trouble médical qui vous en empêche)

A VOUS DE JOUER



Retrouvez vite votre Urologue et vous en sourirez à nouveau

INFERTILITÉ DANS LE COUPLE


EN PARLER POUR UNE HARMONIE CONJUGUALE

Comment maintenir
une bonne connexion
sexuelle pendant le
traitement de la
fertilité et les
difficultés rencontrées
?

ECRIT PAR L'ISSM

Il n'est pas rare que les couples soient confrontés à des difficultés sexuelles lorsqu'ils s'efforcent de concevoir un enfant. Le stress lié à la tentative d'obtenir une grossesse, ainsi que la déception en cas d'échec de la grossesse, peuvent entraîner de l'anxiété, une dépression et des conflits relationnels. Il est essentiel de rester fort en tant que couple pendant cette période et de maintenir une bonne connexion sexuelle.





Voici quelques-uns des défis auxquels les couples sont confrontés pendant le traitement de la fertilité

1. Avoir des rapports sexuels "à la demande"

Les couples peuvent se sentir obligés de planifier les rapports sexuels en fonction du cycle d'ovulation de la femme, même s'ils ne sont pas particulièrement d'humeur lorsque le "bon moment" arrive.

3. Atteinte à la vie privée

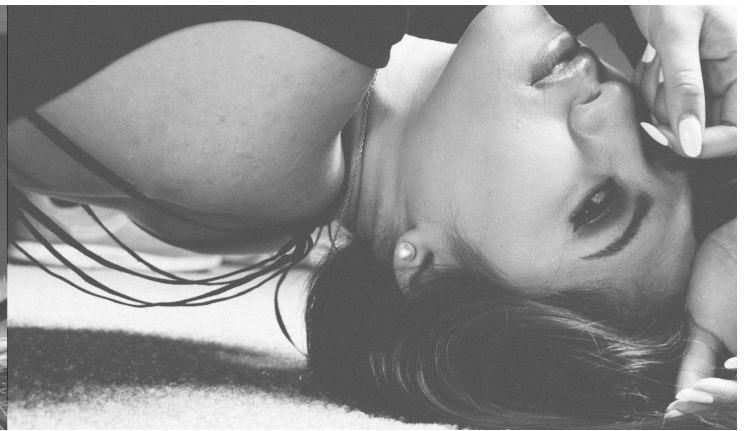
Bien que les médecins et autres spécialistes de la fertilité partagent l'objectif d'une grossesse, les traitements de fertilité peuvent rendre plus public un moment intime et privé.

2. Pression pour concevoir

L'objectif des rapports sexuels peut passer du simple plaisir de l'intimité à la conception d'un bébé. Ce changement d'objectif peut rendre les deux partenaires anxieux quant à leur rôle et leur performance.

4. Sentiment d'inadéquation

Les partenaires peuvent se sentir moins féminins ou masculins lorsqu'ils ont des difficultés à concevoir un enfant. Certains se sentent moins adéquats. Cela peut être particulièrement vrai si leurs amies tombent facilement enceintes ou si leurs proches leur demandent constamment : "Quand vas-tu avoir un bébé ?"



QUE PEUVENT FAIRE LES COUPLES POUR CONSERVER LEUR ÉTINCELLE SEXUELLE ?

CHÉRISSEZ ET PROTÉGEZ VOTRE PARTENARIAT

N'oubliez pas que vous êtes des partenaires qui travaillent en équipe. N'hésitez pas à exprimer la déception, l'anxiété et la frustration que vous pouvez ressentir en ce moment. Mais n'hésitez pas non plus à exprimer votre amour et votre soutien. Prenez du temps l'un pour l'autre et envisagez de passer régulièrement des soirées ensemble pour vous amuser.

N'oubliez pas non plus que certaines personnes, aussi bien intentionnées soient-elles, peuvent faire des commentaires sur votre situation ou vous donner des conseils non sollicités. Décidez ensemble de la quantité d'informations que vous partagerez avec les autres et de la manière dont vous gérerez les remarques indésirables.



CONTINUEZ À FAIRE L'AMOUR POUR LE PLAISIR

Même si la conception est le principal objectif que vous avez en tête, n'oubliez pas que les relations sexuelles ont d'autres avantages. Créer des liens avec votre partenaire, profiter de vos moments d'intimité et vous amuser tout simplement sont également des objectifs importants.

ENVISAGEZ UNE THÉRAPIE OU DES GROUPES DE SOUTIEN

Un thérapeute qualifié peut vous aider, vous et votre partenaire, à maintenir une relation solide pendant une période difficile. Parler à d'autres couples dans votre situation peut renforcer le fait que vous n'êtes pas seul.

LA VIE APRES LA CHIRURGIE DE LA PROSTATE

PREMIERE PARTIE : Consignes Générales



Les premiers jours après le bloc

Après avoir subi une chirurgie de la prostate, le patient peut ressentir ce qui suit:

- Douleur dans la zone de suture due à l'opération.
- L'apparition de sang dans les urines.
- Difficulté à retenir l'urine pour uriner.
- Douleur en urinant.



Les patients qui ont subi une chirurgie de la prostate recevront des analgésiques. Les analgésiques seront d'abord administrés sous forme de liquides intraveineux et seront remplacés par des médicaments oraux dans les jours suivants. Le patient restera avec le cathéter (sonde vésicale) pour aider à uriner pendant quelques jours, au moins 5 à 10 jours après la chirurgie. L'urologue conseillera au patient de faire des promenades légères pour aider à la récupération postopératoire. Si le médecin estime que son état est suffisamment bon, il sera autorisé à rentrer chez lui. Sinon, le patient subira plusieurs jours de traitement à l'hôpital.

CONSIGNES GENERALES



Vous vous sentirez exténués ou même affaiblis mais cela est tout à fait normal après l'intervention que vous avez subie. Prenez le temps de vous reposer donc! Votre temps de récupération dépend du type et la durée de la chirurgie, votre santé en général, et surtout si vous suivez bien les instructions de votre urologue.

LES INSTRUCTIONS PEUVENT INCLURE:

- *Garder votre plaie chirurgicale propre et éviter de mouiller le pansement dans la mesure du possible, pour éviter le risque d'infection*
- *Boire abondamment d'eau*
- *Pas de conduite pendant une semaine.*
- *Aucune activité de haute énergie pendant six semaines.*
- *Pas d'escalier d'escalade plus que nécessaire.*
- *Pas de trempage dans des baignoires, piscines ou bains à remous.*
- *Éviter une position assise pendant plus de 45 minutes.*
- *La prise de médicaments prescrits pour aider à la douleur.*

Plus de détails dans les prochains numéros... !



LA PLUME DE OUIMA

PAUL ET SA PROSTATE

L'histoire du mois



LA RENCONTRE

Episode 1

BON SANG MA PROSTATE!

Par Ouima Justin
Dieudonné ZIBA

La première fois que j'ai rencontré Paul, il était venu sur recommandation d'un de mes maîtres d'urologie qui était son médecin traitant. J'étais encore médecin en 3ème année de spécialisation d'urologie, c'était en 2019.



Le Covid-19 avait fait son entrée dans le pays depuis le mois d'avril avec ses nouveaux cas alertant les autorités politiques et alarmant la population. On avait entendu parler de cette maladie venue de chine et qui désormais avait franchi les frontières de notre pays.

Polémiques et peurs s'entremêlaient, augmentation journalière des nombres de cas depuis le cas du couple 00, le gouvernement avait fini par prendre des mesures assez fortes pour limiter la propagation de la pandémie. Certaines activités hospitalières étaient réduites aux urgences sanitaires, les activités de consultation de routines étaient suspendues.

J'assurais ma garde hebdomadaire ce jour-là quand Paul s'est présenté, non pas aux urgences chirurgicales mais au service d'urologie. On m'informait qu'un patient était là demandant à me voir sur recommandation d'un de mes maitres. Qui était ce patient ? Paul, 65 ans d'âge, visage fatigué, silhouette frêle, habillé en survêtement de sport, avec dans ses mains une panoplie de résultats d'examens, des clichés radiologiques. Paul était venu seul et se tenait là devant moi. Docteur, je viens de la part du Dr Wendkuni , aidez-moi ! Je vous sais très occupé avec la situation actuelle de la covid -19, mais « bon -sang ma prostate » !



S'il vous plaît ajout a-t-il d'un ton exténué " faites quelque chose pour moi, je n'ai pas dormi toute la nuit, j'ai passé le temps à crier de douleur et ma femme, mes enfants; tous sont fatigués de me voir ainsi, je n'en peux plus. Docteur j'ai besoin de vous".

Les larmes de Paul se mirent à couler sur son visage, il avait terriblement mal, qu'il voulait juste un miracle pour le soulager.

Paul était un haut fonctionnaire de l'Etat, quand il était encore en activité, il était bien utile à son pays, il avait donné beaucoup d'années de service à l'Etat et maintenant pour cause de maladie il a dû prendre une retraite anticipée depuis quelques années pour prendre soins de lui-même et profiter de la vie paisible qu'il espérait d'un retraité.

Je regardais le vieil homme, il souffrait dans son corps, même si les malades du Covid-19 étaient la priorité selon les consignes nationales, beaucoup de patients comme Paul souffraient à la maison et n'avaient plus accès aux soins hospitaliers. Les locaux des hôpitaux étaient réservés aux patients Covid qui occupaient les lits pour la surveillance de leur état, qui consistait parfois à juste contrôler leur température et leur pression artérielle. Je ne pouvais pas renvoyer Paul surtout qu'il m'était adressé par un de mes maîtres. Je devais le consulter et voir ce que je pouvais faire pour le soulager sur le champ.



à suivre.....

DANS LE PROCHAIN NUMEROS



AGAINST MEN CANCER

#WE ARE SEPTEMBER



Ensemble, contre le Cancer
de la Prostate!



UroMag_Afrik



@UromagA



uromagafrik