



L'hormonothérapie et les risques de maladie cardiovasculaire chez les patients atteints du cancer de la prostate

# Sommaire

<b>À propos du cancer de la prostate</b> .....	3
Qu'est-ce que la prostate et que fait-elle ? .....	3
Quelles sont les causes du cancer de la prostate ? .....	3
<b>À propos de l'hormonothérapie</b> .....	3
Qu'est-ce que l'hormonothérapie ? .....	3
<b>À propos des maladies cardiovasculaires</b> .....	4
Qu'est-ce qu'une maladie cardiovasculaire ? .....	4
Suis-je exposé à un risque de maladie cardiovasculaire ? ...	4
Qu'est-ce que le syndrome métabolique ? .....	4
<b>Lien entre l'hormonothérapie et les maladies</b>	
<b>cardiovasculaires</b> .....	5
Quels sont les risques associés à l'hormonothérapie ? .....	5
Pourquoi l'hormonothérapie augmente-t-elle le	
risque de maladie cardiovasculaire ? .....	5
Qu'est-ce qu'une évaluation des facteurs de risque	
cardiovasculaire ? .....	5
Comment est calculé mon risque de maladie	
cardiovasculaire ? .....	6
<b>Réduire le risque de maladie cardiovasculaire</b> .....	6
Comment puis-je réduire le risque de maladie	
cardiovasculaire ? .....	6
Médicaments .....	6
Changement de mode de vie .....	6
Chirurgie .....	9
<b>Vivre avec un cancer</b> .....	9
Comment vivre avec un cancer de la prostate et	
une maladie cardiovasculaire ? .....	9
Combien de temps devrai-je suivre un traitement	
hormonal ? .....	9
<b>Mes remarques et questions</b> .....	10

Ces informations ont été produites par l'Association européenne d'urologie (European Association of Urology (EAU)) et mises à jour en mai 2021.

Ce chapitre contient des informations générales sur l'hormonothérapie et les risques de maladie cardiovasculaire chez les patients atteints du cancer de la prostate. Si vous avez des questions spécifiques sur votre situation médicale personnelle, vous devez consulter votre médecin ou un autre professionnel de la santé. Aucun site Internet ni aucune brochure ne peut remplacer une conversation personnelle avec votre médecin.

#### Collaborateurs:

M. Eamonn T. Rogers, Galway (IE)  
Assoc. Prof. P. Cornford, Liverpool (UK)  
M. John Dowling, Dublin (IE)

Ces informations ont été revues par un panel de non-professionnels.

# L'hormonothérapie et les risques de maladie cardiovasculaire chez les patients atteints du cancer de la prostate

## À propos du cancer de la prostate

### Qu'est-ce que la prostate et que fait-elle ?

La prostate est une petite glande qui fait partie de votre appareil reproducteur. Elle est environ de la taille d'une balle de golf et entoure le conduit qui évacue l'urine de la vessie, appelé urètre.

La prostate produit un liquide blanc épais qui se mélange aux spermatozoïdes des testicules pour former le sperme. Elle produit également une **protéine** appelée **antigène** spécifique de la prostate ou PSA. Le PSA contribue à réduire l'épaisseur du sperme, qui est donc plus fluide.

Si on vous a diagnostiqué un cancer de la prostate, cela signifie qu'il y a une masse de tissu à l'intérieur de votre prostate (une tumeur) qui contient des cellules cancéreuses qui vont se diviser et se développer. Une fois que la tumeur a traversé la paroi de la prostate, les cellules cancéreuses peuvent se propager à d'autres parties de votre corps. En savoir plus sur le [cancer de la prostate](#), [les tests et les traitements](#).

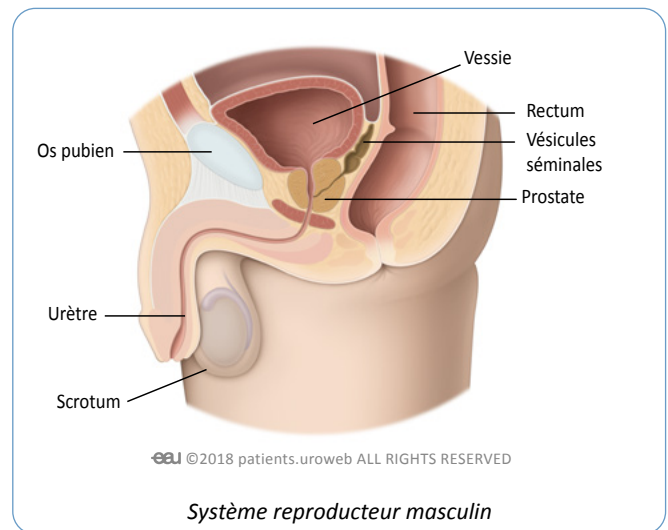
### Quelles sont les causes du cancer de la prostate ?

La cause exacte du cancer de la prostate est inconnue. Mais certains éléments augmentent les risques de développer ce type de cancer. Ces facteurs sont appelés **facteurs de risque**. Le fait d'avoir un facteur de risque de cancer ne signifie pas qu'un homme aura un cancer de la prostate; cela signifie simplement qu'il présente un *risque accru*.

## À propos de l'hormonothérapie

### Qu'est-ce que l'hormonothérapie ?

La testostérone (hormone sexuelle mâle) favorise la croissance du cancer de la prostate. Le moyen le plus courant de limiter la quantité de testostérone présente dans l'organisme est donc de suivre un **traitement hormonal** (également connu sous le nom de thérapie par privation d'androgènes ou ADT). Votre médecin peut vous recommander une hormonothérapie pour réduire la quantité de testostérone dans votre organisme. Ce traitement est généralement disponible sous forme d'injections, d'implants, de comprimés ou de spray nasal.



### Protéine

Les protéines sont présentes dans toutes les cellules du corps.

### Antigène

En général, un antigène est une substance qui incite votre système immunitaire à produire des anticorps. Bien que le PSA soit appelé un antigène, sur le plan biochimique, il s'agit d'une enzyme, ce qui signifie qu'elle provoque une réaction chimique. Dans la prostate, cette réaction chimique est la réduction de l'épaisseur du sperme.

### Facteurs de Risque

Si vous avez plus de 45 ans et des antécédents familiaux de cancer de la prostate, si vous êtes d'origine africaine ou si vous avez des antécédents familiaux connus d'un gène « défectueux » appelé BRCA2, vous avez un risque plus élevé de développer un cancer de la prostate.

Le type de traitement qui vous sera proposé dépendra du stade et du grade de votre cancer, mais les catégories de traitement les plus courantes sont présentées ci-dessous:

- Agonistes de la LH-RH
- Antagonistes de la LH-RH
- Anti-androgènes

## À propos des maladies cardiovasculaires

### Qu'est-ce qu'une maladie cardiovasculaire ?

Les maladies cardiovasculaires sont un terme utilisé pour décrire les affections qui touchent le cœur ou les vaisseaux sanguins. Des dépôts graisseux peuvent s'accumuler à l'intérieur des vaisseaux sanguins et provoquer des blocages. Ces blocages sont extrêmement dangereux. Ils peuvent restreindre l'apport sanguin au cœur ou au cerveau, entraînant des crises cardiaques ou des accidents vasculaires cérébraux mortels.

Les maladies cardiovasculaires sont fréquentes chez les hommes atteints d'un cancer de la prostate. Vous devez donc rester en bonne santé et prendre soin de vous, malgré la fatigue physique et mentale que vous pouvez ressentir depuis votre diagnostic ou pendant le traitement.

### Suis-je exposé à un risque de maladie cardiovasculaire ?

Le risque de maladie cardiovasculaire augmente si vous fumez, si vous êtes en surpoids, si vous ne faites pas d'exercice, si vous souffrez d'une pression artérielle élevée (appelée hypertension) ou si vous êtes diabétique. Si vous avez des antécédents familiaux de maladies cardiovasculaires, cela peut également augmenter votre risque.

Parlez à votre médecin de vos risques de maladies cardiovasculaires et de la façon dont vous pouvez les gérer pendant votre traitement.

### Qu'est-ce que le syndrome métabolique ?

Le syndrome métabolique est une combinaison de diabète, d'obésité et d'hypertension artérielle. Il s'agit d'un problème de santé grave.

Si vous présentez au moins trois des facteurs de risque suivants, vous êtes peut-être atteint du syndrome métabolique:

- une augmentation de la glycémie ou une incapacité à contrôler votre taux de sucre dans le sang;
- vous êtes en surpoids ou avez trop de graisse autour de la taille (94 cm ou 37 pouces de tour de taille chez les hommes européens; 90 cm ou 35 pouces de tour de taille chez les hommes d'Asie du Sud);
- taux élevé de graisses (appelées triglycérides) et faible taux de « bon » cholestérol (appelé lipoprotéine de haute densité ou HDL) dans le sang;
- pression artérielle constamment égale ou supérieure à 140/90 mmHg;
- risque accru de formation de caillots sanguins (appelés thrombose).

Le syndrome métabolique augmente le risque de maladie cardiovasculaire, ce qui signifie que vous risquez de subir une crise



#### Stade

Les « stades » du cancer sont utilisés pour expliquer la taille de la tumeur et l'étendue de la propagation du cancer.

#### Grade

Les grades donnent à votre médecin une idée de la vitesse à laquelle la tumeur peut se développer et du risque de propagation du cancer. En général, un grade inférieur indique un cancer à croissance plus lente, et un grade supérieur un cancer à croissance plus rapide.



cardiaque, un accident vasculaire cérébral ou toute autre complication grave. Vous avez un risque accru de développer un syndrome métabolique si vous êtes d'origine africaine.

Si vous pensez présenter l'un des facteurs de risque du syndrome métabolique, demandez à votre médecin comment vous pouvez le gérer.

## Lien entre l'hormonothérapie et les maladies cardiovasculaires

### Quels sont les risques liés à l'hormonothérapie ?

L'hormonothérapie est un traitement efficace pour les hommes atteints du cancer de la prostate, mais presque tous les traitements comportent des risques ou des effets secondaires.

Des études cliniques ont montré que certains types d'hormonothérapie sont liés à un risque accru de problèmes cardiovasculaires graves. Cela signifie que si vous souffrez déjà d'une maladie cardiovasculaire, l'hormonothérapie peut augmenter votre risque de crise cardiaque, d'accident vasculaire cérébral ou d'autres complications graves. Vous et votre médecin devez être conscients de ce risque accru.

### Pourquoi l'hormonothérapie augmente-t-elle le risque de maladie cardiovasculaire ?

L'hormonothérapie entraîne des changements dans votre métabolisme et peut modifier votre taux de sucre dans le sang, votre taux de cholestérol et la façon dont votre corps stocke les graisses. On sait que ces changements métaboliques peuvent entraîner des maladies cardiovasculaires. D'autres études sont nécessaires pour bien comprendre le lien entre l'hormonothérapie et les maladies cardiovasculaires.

Si vous présentez des facteurs de risque de maladie cardiovasculaire, la mise en place d'une hormonothérapie peut augmenter votre risque de développer des problèmes cardiovasculaires pendant et après le traitement. Par conséquent, votre médecin doit vérifier que l'hormonothérapie prévue est sans danger pour vous avant de commencer le traitement.

Demandez à votre médecin une « évaluation des facteurs de risque cardiovasculaire ».

### Qu'est-ce qu'une évaluation des facteurs de risque cardiovasculaire ?

Si vous présentez l'un des facteurs de risque de maladie cardiovasculaire suivants, demandez à votre médecin une « évaluation des facteurs de risque cardiovasculaire » avant de commencer l'hormonothérapie:

- Syndrome métabolique;
- Problèmes cardiaques, tels que l'angine de poitrine, l'insuffisance cardiaque ou une crise cardiaque antérieure;
- Problèmes de vaisseaux sanguins, tels qu'une maladie de l'artère carotide ou une maladie de l'artère périphérique.



#### Maladie de l'artère carotide

Les artères carotides sont les principaux vaisseaux sanguins qui alimentent le cerveau et la tête en sang. La maladie des carotides survient lorsque des dépôts graisseux obstruent ces vaisseaux sanguins. Cette obstruction augmente le risque d'accident vasculaire cérébral (AVC) et d'accident ischémique transitoire (AIT), parfois appelé « mini-AVC ».

#### Maladie de l'artère périphérique

Les artères périphériques alimentent vos membres en sang. La maladie artérielle périphérique se produit lorsqu'une accumulation de dépôts graisseux dans les artères restreint l'apport de sang vers vos membres.

Si vous avez déjà commencé un traitement d'hormonothérapie et que vous pensez avoir un risque accru de problèmes cardiovasculaires, parlez-en à votre médecin. Si vous n'êtes pas sûr que votre médecin ait effectué une évaluation des facteurs de risque avant que vous ne commenciez votre traitement hormonal, vous pouvez vérifier auprès de lui pour être rassuré.

### **Comment est calculé mon risque de maladie cardiovasculaire ?**

Votre médecin évaluera l'ampleur de vos problèmes cardiovasculaires actuels et examinera vos antécédents familiaux. Il devra déterminer votre risque de développer un problème cardiovasculaire grave suite à l'instauration du traitement hormonal prévu. Votre médecin peut également utiliser un calculateur d'évaluation des risques pour prédire votre risque de problèmes cardiovasculaires. Il s'agit de programmes statistiques qui ne doivent être utilisés que par des professionnels de santé et non par les patients eux-mêmes.

Les résultats de l'évaluation de vos facteurs de risque cardiovasculaire et les calculs du risque prédit aideront votre médecin à décider de l'hormonothérapie la plus appropriée pour vous. Il existe plusieurs types d'hormonothérapie, de sorte que certains traitements peuvent être mieux adaptés à votre cas que d'autres. Si votre risque de problèmes cardiovasculaires est élevé, votre médecin peut vous recommander des médicaments ou des changements de mode de vie pour vous aider à réduire votre risque de problèmes pendant votre traitement hormonal.

Si vous commencez un traitement hormonal, vous devez effectuer des évaluations de suivi régulières avec votre médecin pour surveiller votre risque de problèmes cardiovasculaires. Votre médecin surveillera également la réaction de votre cancer de la prostate au traitement. Discutez avec votre médecin de la fréquence de vos évaluations de suivi.

## **Réduire le risque de maladie cardiovasculaire**

### **Comment puis-je réduire le risque de maladie cardiovasculaire ?**

En fonction de l'ampleur de vos problèmes cardiovasculaires et du risque calculé de complications futures graves, votre médecin peut vous conseiller un ou plusieurs moyens de réduire votre risque de développer une maladie cardiovasculaire. Il peut s'agir de médicaments, de modifications du mode de vie ou d'une intervention chirurgicale.

#### **Médicaments**

Votre médecin peut vous prescrire des médicaments pour:

- Empêcher votre sang de coaguler (antiplaquettaires);
- Réduire votre tension artérielle (antihypertenseurs);
- Réduire la quantité de graisses et de cholestérol dans votre sang (médicaments hypolipidémiants).

#### **Changement de mode de vie**

Pour réduire votre risque de maladie cardiovasculaire, vous devez modifier votre mode de vie. Il s'agit notamment d'adopter une alimentation saine, de rester actif, de réduire la consommation d'alcool, d'éviter de fumer et de s'occuper des autres problèmes de santé dont vous pouvez souffrir.

Vous seul pouvez réduire votre risque de maladie cardiovasculaire. Il faut de la volonté. Nous savons que ce n'est pas facile, mais vous pouvez le faire.

Vous trouverez peut-être utile de participer à un programme éducatif, tel que [Life on ADT](#) ou [Feel+®](#). Life on ADT a été fondé par un chercheur scientifique qui a suivi une hormonothérapie pendant plus de dix ans. Richard Wassersug voulait aider les hommes et leurs familles à savoir à quoi s'attendre lorsqu'ils commencent un traitement hormonal. Le programme et le livre qui l'accompagne traitent des moyens de gérer les effets secondaires, de rester en bonne santé et de préserver votre qualité de vie. Le programme Feel+® a été conçu pour vous aider à prendre votre vie en main et vous guider pour devenir plus actif physiquement. Il fournit des conseils pour améliorer vos choix alimentaires et explique comment parler du cancer peut vous aider, vous et vos proches, à faire face à la situation.

Certains individus peuvent facilement changer leur mode de vie. Mais pour d'autres, même si vous voulez faire ces changements « simples », cela semble trop difficile. Une liste des avantages et des inconvénients peut vous aider à vous persuader de l'importance de ces changements de mode de vie. Ou peut-être que le fait de parler à votre famille et à vos amis et de faire ces changements ensemble vous apportera le soutien dont vous avez besoin.

Nous avons répertorié ci-dessous quelques conseils et astuces qui pourraient vous être utiles.

### Régime alimentaire sain

Il n'est pas toujours facile de changer son régime alimentaire. Avec tous les plats préparés disponibles dans les supermarchés et la facilité de commander des plats à emporter, il peut être difficile de penser à préparer des repas à partir de rien. Mais vous pouvez aider votre corps en mangeant aussi sainement et raisonnablement que possible.

La première étape consiste à consommer moins d'aliments riches en calories, en graisses, en sel et en sucres et à les remplacer par des aliments plus sains, notamment plus de fruits et de légumes. Le fait de disposer **d'aliments de haute qualité** et faciles à préparer dans votre placard à provisions et votre réfrigérateur vous aidera à respecter votre programme d'alimentation saine.

Si vous ne faites pas les courses ou la cuisine, parlez à la personne qui s'en occupe de l'importance d'une alimentation saine pendant votre traitement. Vous pourriez même établir des menus ensemble.

Nous avons inclus un exemple de solutions saines ci-dessous :

	Remplacer ceci	Par cela
<b>Petit-déjeuner</b>	Céréales enrobées de sucre	Porridge avec purée de banane
<b>Déjeuner</b>	Panini au thon	Salade de thon sur pain complet
<b>Dîner</b>	Hamburger de bœuf et frites	Hamburger de dinde fait maison avec des quartiers de patate douce
<b>Collations</b>	Yaourt entier Chips	Yaourt maigre Gallettes de riz

### Rester actif

Il est fréquent que les hommes qui suivent un traitement hormonal prennent du poids (sous forme de graisse, généralement au niveau du ventre et des hanches), et ce d'autant plus si vous n'êtes pas

**Alimentation de haute qualité**  
Une alimentation de haute qualité signifie choisir des produits naturels et non des produits hautement transformés.

physiquement actif. Nous savons que l'exercice est peut-être la dernière chose à laquelle vous pensez en ce moment, mais nous vous encourageons à considérer l'exercice comme un élément essentiel de votre traitement global. Il est également important de commencer à faire de l'exercice avant de constater des changements de poids ; une fois que vous avez pris du poids, cela peut être difficile de le perdre.

S'inscrire à un programme d'exercice structuré dans votre salle de sport locale ou dans un centre communal peut être un excellent moyen de démarrer votre nouveau mode de vie. Mais pour certains hommes, la salle de sport ou les exercices en groupe ne conviennent pas, et ce n'est pas grave ; faire des exercices à la maison avec des poids et des bandes de résistance vous aidera tout autant.

N'oubliez pas que tout ce qui vous permet de bouger compte comme un exercice ! Une marche rapide, une promenade avec le chien, une baignade, le jardinage, la peinture et la décoration, les travaux ménagers, le sport, les jeux avec les enfants ou les petits-enfants, tout cela compte. Donc, si les exercices à domicile ou la salle de sport ne sont pas pour vous, essayez de planifier davantage d'activités quotidiennes dans votre semaine pour vous aider à rester actif.

Si vous pratiquez déjà une activité physique, nous vous recommandons de l'augmenter pour vous aider à maintenir votre poids.

#### *Réduire sa consommation d'alcool*

Si vous avez l'habitude de boire de l'alcool, vous pouvez essayer ces idées simples pour vous aider à réduire votre consommation.

1. L'utilisation du doseur d'alcool lorsque vous buvez des spiritueux ou d'un petit verre (125 ml) pour votre vin peut vous aider à réduire votre consommation d'alcool et vos calories.
2. Essayez de remplacer les bières ou les vins forts par des boissons moins fortes. On trouve de plus en plus de boissons sans alcool ou faiblement alcoolisées dans les supermarchés, les bars et autres lieux. Certaines de ces alternatives ont un goût proche de celui de la vraie boisson ! Saviez-vous que vous pouvez même acheter du rhum, du bourbon et du gin sans alcool ?
3. Faites savoir à vos amis et à votre famille que vous réduisez votre consommation d'alcool afin qu'ils puissent vous soutenir. Vous êtes d'humeur compétitive ? Pourquoi ne pas vous lancer un défi pour voir qui peut boire le moins en une semaine !

#### *Éviter de fumer*

Si vous fumez depuis plusieurs années, si vous êtes un fumeur social ou si vous cherchez à fumer dans les moments de stress, nous savons que la réduction ou l'arrêt du tabagisme ne se fait pas du jour au lendemain pour la plupart des gens.

1. Créez un plan réaliste pour vous aider à atteindre votre objectif et rappelez-vous pourquoi vous le faites.
2. Faites savoir à vos amis et à votre famille que vous réduisez votre consommation de tabac/essayez d'arrêter de fumer afin qu'ils puissent vous soutenir.
3. Parlez à votre médecin de la thérapie de remplacement de la nicotine.

Saviez-vous que dans les 2 à 12 semaines suivant l'arrêt du tabac, votre circulation sanguine s'améliore. Cela rend toute activité physique, y compris la marche et la course, beaucoup plus facile.



## Chirurgie

Si le risque de maladie cardiovasculaire est susceptible d'être dangereusement augmenté par la mise en place d'un traitement hormonal, votre médecin voudra discuter des options existantes. Dans ce cas, il pourra vous parler d'une intervention chirurgicale appelée orchidectomie. Cette opération consiste à enlever les testicules. Il s'agit d'une opération simple qui supprime la majeure partie du flux de testostérone. Cela signifie également que certains des effets secondaires de l'hormonothérapie ne poseront plus de problème pour vous, mais il s'agit d'une procédure irréversible. Vous devez être sûr qu'il s'agit du bon traitement pour vous, compte tenu de vos risques de problèmes cardiovasculaires.

## Vivre avec un cancer

### Comment vivre avec un cancer de la prostate et une maladie cardiovasculaire?

Apprendre que vous avez un cancer peut être un grand choc, même si vous vous étiez préparé à la possibilité que vos tests soient positifs. Bien que de nombreuses personnes guérissent du cancer ou vivent avec pendant de nombreuses années, un diagnostic de cancer peut susciter différentes craintes et émotions pour vous et vos proches.

Si l'on ajoute à cela l'hormonothérapie, qui réduit la quantité de testostérone dans l'organisme, il est tout à fait normal de verser des larmes, d'être en colère ou tout simplement de ne plus être soi-même.

Si l'on ajoute à cela le fait d'apprendre que vous avez un risque accru de maladie cardiovasculaire ou de syndrome métabolique, il est facile de comprendre comment cela peut avoir un impact considérable sur votre santé mentale ! Nous savons que le fait de savoir que vous devez modifier votre mode de vie en plus de tout ce que vous vivez est la dernière chose que vous voulez entendre, mais cela pourrait vraiment prolonger, voire sauver votre vie.

Vous trouverez peut-être utile de participer à un programme tel que [Life on ADT](#) ou [Feel+®](#) pour vous aider, vous et vos proches, à gérer les effets secondaires du traitement, à améliorer votre qualité de vie et à maintenir des relations intimes solides pendant l'hormonothérapie.

Il est important de savoir que vous n'êtes pas seul. Si vous avez des difficultés, parlez à votre médecin des groupes de soutien locaux ou psychologiques qui pourraient vous être utiles, à vous et à vos proches.

### Pendant combien de temps devrai-je suivre un traitement hormonal ?

Certains hommes ont besoin d'une hormonothérapie continue ; d'autres prennent le traitement pendant un certain temps, puis l'arrêtent et font une pause, ce qu'on appelle un traitement intermittent. Votre médecin déterminera avec vous si vous avez besoin d'une hormonothérapie à vie ou de façon intermittente. Cela dépend en grande partie du degré de maîtrise de votre cancer et de l'évolution de votre taux de PSA au fil du temps.

L'hormonothérapie intermittente peut potentiellement limiter les effets secondaires du traitement tout en maintenant un bon contrôle global du cancer. Cependant, l'hormonothérapie intermittente nécessite une surveillance régulière de votre taux de PSA. Votre médecin conviendra avec vous d'un taux de PSA qui, une fois atteint, signifie que vous devrez recommencer l'hormonothérapie. Les périodes d'arrêt du traitement peuvent également devenir plus brèves au fil des années.



L'élaboration de ce chapitre a été financée par Ferring Pharmaceuticals. Son contenu a été développé de manière indépendante et approuvé par le Patient Office de l'EAU.

**European Association of Urology**

PO Box 30016

NL-6803 AA ARNHEM

The Netherlands

e-Mail: [info.patientinformation@uroweb.org](mailto:info.patientinformation@uroweb.org)

Website: [patients.uroweb.org](http://patients.uroweb.org)