



SPERMIOLOGIE

ON M'A PRESCRIT UN SPERMOGRAMME, OÙ DOIS-JE PRENDRE RENDEZ-VOUS ?

Notre groupe de biologie médicale a réparti des laboratoires de spermioLOGIE dans l'ensemble de la région des Hauts-de-France pour faciliter l'accès aux différents examens dédiés à l'infertilité masculine. Pour la réalisation de vos spermogrammes, vous pouvez prendre rendez-vous dans les laboratoires suivants :

Abbeville	Adresse : 15 boulevard Vauban 80100 Abbeville Tel : 03.22.20.70.00	Horaires : Du lundi au vendredi de 7h à 18h30 Le samedi de 7h à 14h30 Fermé les jours fériés	> RDV Doctolib
Arques	Adresse : 1 Bis avenue Léon Blum 62510 Arques Tel : 03.21.38.21.39	Horaires : Du lundi au vendredi de 7h à 19h Le samedi de 7h à 13h Fermé les jours fériés	> RDV Doctolib
Carvin	Adresse : 40 rue Edouard Plachez 62220 Carvin Tel : 03.21.37.06.67	Horaires : Du lundi au vendredi de 7h à 18h30 Le samedi de 7h à 12h Fermé les jours fériés	> RDV Doctolib
Grande-Synthe	Adresse : 38 rue d'Artois 59760 Grande-Synthe Tel : 03.28.21.62.90	Horaires : Du lundi au vendredi de 7h à 12h30 et de 13h30 à 18h Le samedi de 7h30 à 12h Fermé les jours fériés	> RDV Doctolib



SPERMIOLOGIE

Lille-Wazemmes

Adresse :
274 rue Léon Gambetta
59000 Lille
Tel : 03.20.12.76.70

Horaires :
Du lundi au vendredi
de 6h30 à 19h
Le samedi de 6h30 à 15h
Le dimanche de 6h30 à 14h
Ouvert les jours fériés

[> RDV Doctolib](#)

Saint-Martin-Boulogne

Adresse :
173 route de Desvres
62280 Saint-Martin-
Boulogne
Tel : 03.21.10.33.50

Horaires :
Du lundi au vendredi
de 7h à 19h
Le samedi de 7h à 17h
Fermé les jours fériés

[> RDV Doctolib](#)

Saint-Saulve

Adresse :
Polyclinique du Parc
48 rue Henri Barbusse
59880 Saint-Saulve
Tel : 03.66.20.04.79

Horaires :
Lundi au vendredi
de 6h30 à 19h
Le samedi de 6h30 à 12h
Fermé les jours fériés

[> RDV Doctolib](#)

Roubaix

Adresse :
49 boulevard du Général
Leclerc
59100 Roubaix
Tel : 03.20.12.76.70

Horaires :
Du lundi au vendredi
de 6h30 à 18h
le samedi de 6h30 à 13h
Fermé les jours fériés

[> RDV Doctolib](#)

Le jour du recueil, il est nécessaire de respecter les consignes suivantes :

- > *abstinence sexuelle de 3 à 5 jours,*
- > *la vessie doit être pleine le matin du recueil,*
- > *les parties génitales et les mains doivent être nettoyées.*



SPERMIOLOGIE

Lorsqu'une grossesse tarde à venir, c'est-à-dire quand le délai de conception est supérieur à un an ou quand l'âge de la femme est supérieur à 35 ans, différents examens médicaux permettent de déterminer l'origine de l'infertilité et la conduite à tenir pour augmenter les chances de concevoir un enfant.

Aujourd'hui, parmi les 15% de couples touchés par l'infertilité, l'origine provient :

- à 30% de la femme
- à 30% de l'homme
- à 30% des deux sexes
- et 10% de l'origine reste inconnue.

C'EST QUOI AU JUSTE UN SPERMOGRAMME ?

Le spermogramme est généralement prescrit en première intention chez l'homme en cas de troubles de l'infertilité. Il peut également être prescrit dans le cadre d'une vasectomie*. C'est un examen médical permettant d'évaluer la qualité et l'aspect du sperme notamment en appréciant sa vitalité, sa forme, sa mobilité et le nombre de spermatozoïdes présents. Après le recueil du sperme effectué par le patient dans l'un de nos laboratoires dédiés à la spermologie, ces observations sont réalisées sur place.

En plus du spermogramme, des examens complémentaires, réalisables sur le même recueil, peuvent être prescrits pour :

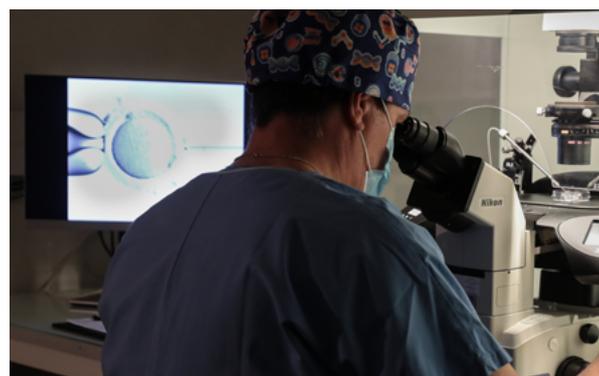
- La spermoculture qui permet de rechercher une infection (présence de

*Dans ce cas, le spermogramme permettra à l'urologue de confirmer l'absence de spermatozoïdes.

bactéries comme les entérobactéries chlamydias, gonocoques, mycoplasmes, etc.) dans le sperme. Celle-ci peut potentiellement responsable des troubles de la fertilité,

- Le test de migration survie (TMS) qui permet au gynécologue et au biologiste de choisir la technique d'Assistance Médicale à la Procréation (AMP) la plus appropriée à la situation du couple.

Dans la mesure où les résultats du spermogramme peuvent fluctuer dans le temps, le médecin peut demander des contrôles réguliers du spermogramme en cas de prise en charge en AMP. Ces résultats peuvent orienter les médecins vers des techniques différentes en AMP.



LES BONS GESTES

Il est possible d'influencer positivement sa fertilité en adoptant certaines habitudes. Il est conseillé de :

- Boire au moins 1,5L d'eau par jour. S'hydrater correctement permet d'éliminer par l'urine les bactéries dans le canal situé entre la prostate et le méat urétral,



SPERMIOLOGIE

- Stimuler la spermatogenèse* grâce à une éjaculation fréquente (au moins 3 fois par semaine),
- Pratiquer une activité physique sans excès, en privilégiant les sports sans impact et en évitant ceux qui génèrent des mini traumatismes au niveau des testicules (course à pied, cyclisme, etc.)
- Éviter les sources de chaleur (jacuzzi, sauna) qui provoquent une hyperthermie au niveau des testicules,
- Ne pas laisser le téléphone dans la poche du pantalon.

Il existe également des contre-indications, particulièrement concernant le tabac et le cannabis qui nuisent fortement à la fertilité. Que ce soit le tabagisme actif ou passif, l'arrêt du tabac est primordial. Il est prouvé que le tabac provoque :

- Une diminution du nombre de spermatozoïdes, de leur mobilité et de leur durée de vie,
- Une augmentation des anomalies morphologiques et des dommages génétiques au sein des spermatozoïdes (fragmentation de l'ADN, anomalies chromosomiques),
- Des problèmes d'érection,
- Un ralentissement du démarrage de la grossesse. En consommant 20 cigarettes par jour, il multiplie par 2 la durée moyenne nécessaire pour démarrer une grossesse. Ce phénomène est accentué par le nombre de cigarettes et la durée du tabagisme.

**La spermatogenèse désigne le processus de développement des spermatozoïdes.*

À noter que l'arrêt du tabagisme a des effets positifs car il permet de retrouver un niveau de fertilité normal après un an d'arrêt complet !

Le cannabis a des effets aussi néfastes que la cigarette, car il :

- Engendre une baisse de la libido et de ce fait le nombre de rapports sexuels,
- Diminue la production de spermatozoïdes et leur durée de vie,
- Altère la mobilité des spermatozoïdes,
- Réduit la production des hormones qui contrôlent la spermatogenèse*.

Même s'il n'est pas toujours facile pour les hommes de réaliser un spermogramme, il reste l'examen médical indispensable pour débuter un parcours en AMP.

NOS CENTRES D'AMP :

Centre d'AMP de Saint-Saulve

Polyclinique du Parc
48, Rue Henri Barbusse
59880 Saint-Saulve
Tél. : 03.27.23.16.66 (RDV gynécologique)
03.66.20.04.79 (RDV spermologie)
secretariat.amp.st-saulve@biopath.fr
ampsaintsaulve@biopath.fr
www.pma-stsaulve.fr

Centre d'AMP du Littoral - CMCO Côte d'Opale

173, Route de Desvres
62280 Saint-Martin-Boulogne
Tél. : 03.66.25.91.09 (CMCO Côte d'Opale)
03.21.99.82.86 (CH Boulogne)
03.21.10.33.50 (RDV spermologie)
ampboulogne@biopath.fr