

LES TROUBLES SEXUELS CHEZ LES HOMMES ATTEINTS D'UNE SEP

Quelle est la fréquence des troubles sexuels dans la SEP ?

Les troubles sexuels sont fréquents et touchent aussi bien l'homme que la femme.

Selon les études épidémiologiques, 50 à 90 % des hommes et 45 à 70 % des femmes atteints de Sclérose En Plaques rapportent des troubles sexuels.⁽¹⁾

Les troubles sexuels sont plus fréquents chez les hommes atteints d'une SEP que dans la population générale ou dans d'autres maladies chroniques.

Quelles sont les causes des troubles sexuels dans la SEP ?

Les mécanismes mis en cause dans les troubles sexuels chez les patients atteints de SEP ne sont pas encore bien connus.

Il existe plusieurs voies neurologiques qui sont impliquées dans la sexualité :

- les voies de la sensibilité,
- les voies des commandes musculaires,
- les voies des commandes vasculaires.

Les plaques de démyélinisation présentes dans la SEP peuvent être localisées sur ces voies neurologiques et entraîner des troubles sexuels.

Des troubles sous-diagnostiqués :

Les troubles sexuels sont encore aujourd'hui sous diagnostiqués, et cela pour plusieurs raisons.

La sexualité est un sujet tabou dans notre société. Les personnes atteintes de troubles sexuels ont souvent des difficultés à en parler en consultation.

Parmi les patients SEP, peu sont au courant qu'il existe un lien entre leur SEP et leurs troubles sexuels.

Les troubles sexuels sont souvent liés à d'autres troubles comme par exemple les troubles urinaires qui nécessitent une prise en charge multidisciplinaire.



La sexualité ne doit pas être un sujet tabou, parlez-en à votre médecin

A quel moment de la maladie ces troubles apparaissent-ils ?

Les troubles sexuels peuvent apparaître à tout moment de la maladie.

Ils peuvent apparaître précocement dans la maladie. En effet, l'annonce du diagnostic est une étape difficile qui peut générer stress, baisse de l'estime de soi voire dépression. Ces troubles psychiques peuvent avoir un impact sur votre sexualité.

Les troubles sexuels peuvent aussi apparaître plusieurs années après le diagnostic, à cause de symptômes liés à la SEP (fatigue, troubles urinaires, spasticité...), et notamment lors d'une poussée. Mais ne vous inquiétez pas, lors de la phase de récupération, les troubles sexuels se corrigent souvent d'eux-mêmes.

Quels sont les impacts des troubles sexuels ?

Les troubles sexuels peuvent avoir un impact important sur votre vie émotionnelle, sentimentale et sociale. Ils indiquent une perte de qualité de vie.

Ils peuvent être associés à une baisse de l'estime de soi et entraîner l'abstinence, qui peut être une source de conflit dans votre couple.

Le dialogue avec votre partenaire est donc primordial.

Même si les troubles sexuels ont un impact sur votre vie, nous verrons dans la suite de cette brochure que plusieurs solutions peuvent vous être proposées.

Quels sont les impacts des troubles sexuels sur votre couple ?

Les répercussions sur votre couple peuvent être importantes.

Nous observons que près d'un patient sur 4 est abstinent soit 5 fois plus que dans la population générale.⁽²⁾



N'hésitez pas à parler de vos troubles sexuels avec votre partenaire !

La SEP provoque-t-elle des troubles de la fertilité ?

Les problèmes de fertilité ne sont jamais directement liés à la SEP.

La SEP n'altère pas la qualité des spermatozoïdes. En revanche, les troubles sexuels, qu'il s'agisse de troubles de l'érection ou de l'éjaculation, rendent les rapports sexuels plus difficiles.

Si vous désirez un enfant, mais que vous avez ces troubles sexuels, une prise en charge spécifique pour votre couple est possible.

Vous pouvez en parler à votre neurologue, qui pourra vous orienter vers un médecin sexologue.



LES TROUBLES SEXUELS CHEZ LES HOMMES ATTEINTS D'UNE SEP

Quels sont les troubles sexuels chez les hommes atteints d'une SEP ?

Les troubles sexuels varient selon l'évolution de la maladie, la localisation des lésions, la fréquence des poussées et la présence de troubles urinaires et ano-rectaux.

Ils sont complexes car ils mettent en jeu des composantes psychologique, physiologique, sociale et culturelle.

Pour mieux les comprendre, on les classe dans 3 catégories : les troubles sexuels primaires, secondaires et tertiaires.

Classification des troubles sexuels masculins

1 Primaires

Liés aux atteintes neurologiques caractéristiques de la SEP.

2 Secondaires

Liés aux symptômes de la SEP, à l'atteinte physique, aux effets secondaires des traitements.

3 Tertiaires

Liés aux troubles psychosociaux, émotionnels, sociaux et culturels.

1 Troubles sexuels primaires

Ils sont liés à la pathologie neurologique et induits par une atteinte du système nerveux central. Les plaques présentes au niveau du cerveau et de la moelle épinière peuvent altérer le désir et les fonctions sexuelles.

Ces troubles sexuels primaires sont :

- les troubles de la sensibilité génitale (positifs ou négatifs),
- les troubles de l'érection,
- les troubles de l'éjaculation ,
- les troubles de la libido (absence de désir), de l'orgasme

2 Troubles sexuels secondaires

Ils sont liés aux symptômes de la SEP, à l'atteinte physique et aux effets secondaires des traitements.

Parmi les symptômes de la SEP qui affectent indirectement votre sexualité, il y a :

- la fatigue (diminue l'envie),
- la raideur musculaire et les crampes
- les tremblements,
- la spasticité (complique certaines positions),
- les troubles urinaires (crainte d'uriner pendant l'acte),
- les troubles intestinaux,
- les troubles de la coordination motrice,
- les troubles sensitifs (brûlures, inconfort...),
- les troubles cognitifs (diminution des relations sociales, troubles de mémoire, désorientation..),
- la raideur musculaire,

3 Troubles sexuels tertiaires

Ils sont liés aux troubles psychosociaux, à l'impact de la maladie sur l'estime de soi, à l'image corporelle et à la relation de couple. Ces troubles sexuels sont liés au retentissement qu'a la SEP sur la sphère psychologique, émotionnelle, sociale et culturelle. Ils contribuent à altérer votre envie et votre plaisir.

Ces troubles sexuels tertiaires sont :

- la perte d'estime de soi,
- les troubles de l'humeur et la dépression,
- l'irritabilité,
- l'impact de la maladie sur la relation de couple (sentiment de dépendance, inquiétude à propos de aptitudes à satisfaire sa partenaire...)
- le changement de l'image corporelle,
- la peur du rejet.

EVALUATION ET PRISE EN CHARGE DES TROUBLES SEXUELS MASCULINS

Comment dépister les troubles sexuels ?

Le dépistage des troubles sexuels se fait lors d'une consultation.

Vous pouvez engager la discussion autour de vos troubles sexuels avec l'un de vos soignants avec qui vous vous sentez à l'aise pour aborder ce sujet. Ce dernier pourra vous orienter vers un médecin sexologue, plus à même de vous prendre en charge.

L'interrogatoire est le premier outil diagnostique des troubles sexuels. Votre médecin discute avec vous et pose des questions pour comprendre les difficultés que vous rencontrez. Cet interrogatoire lui permettra de vous comprendre, d'adapter ses conseils et votre prise en charge.

Parmi les questions qu'il vous posera, ne soyez pas surpris par les thématiques abordées. En effet, il vous questionnera sur la présence éventuelle de symptômes évocateurs de troubles sexuels, sur votre relation avec votre partenaire ou encore sur la qualité de votre vie sexuelle.

Afin qu'il comprenne votre situation et trouve une solution la plus adaptée à vos besoins, n'hésitez pas à lui expliquer les difficultés que vous rencontrez.

Généralement, l'interrogatoire suffit pour diagnostiquer les troubles sexuels. Mais il existe aussi des questionnaires spécialement conçus pour les dépister chez les patients atteints de SEP. S'il le juge nécessaire, votre médecin vous demandera de répondre à un questionnaire.

Avant d'initier une prise en charge, il faut toujours rechercher des pathologies. Ne soyez pas surpris si votre médecin vous questionne sur la présence potentielle de troubles urinaires et d'infections urinaires répétées.

Testez-vous ✓



**Manquez-vous
d'intérêt ou de désir
sexuel ?**

Oui Non

**Avez-vous des difficultés
obtenir et/ou garder une
érection satisfaisante ?**

Oui Non

**Vos orgasmes sont-ils
plus longs à venir
et moins intenses
qu'avant ?**

Oui Non

**Êtes-vous inquiet de
la satisfaction de
votre partenaire ?**

Oui Non

**Avez-vous peur
d'être rejeté par
votre partenaire ?**

Oui Non

Si vous avez répondu "Oui" à au moins une de ces questions,
parlez-en avec votre médecin.

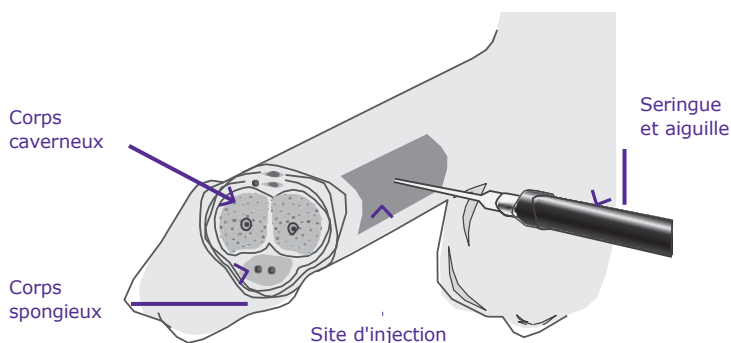
EVALUATION ET PRISE EN CHARGE DES TROUBLES SEXUELS MASCULINS

Quelle est la prise en charge des troubles sexuels chez les hommes atteints de SEP ?

La prise en charge de vos troubles sexuels sera adaptée à votre situation et à vos motivations.

Prise en charge des troubles de l'érection :

- Votre médecin peut vous proposer en première intention, un inhibiteur de la phosphodiesterase de type 5, les fameuses petites pilules bleues. Dans la majorité des cas, elles permettent de faciliter l'érection, mais peuvent ne pas suffire. Ces pilules ne sont pas prises en charge par l'assurance maladie.
- Si cela n'est pas suffisant, votre médecin peut vous proposer un traitement de seconde intention tel qu'un inducteur de l'érection comme les injections intra-caverneuses. Ces injections permettent d'obtenir rapidement une érection. Ces injections sont prises en charge par l'assurance maladie dans le cadre de la SEP. L'urologue vous montrera comment les faire



Technique de l'injection intracaverneuse

Prise en charge des troubles de l'éjaculation :

La prise en charge des troubles de l'éjaculation sont plus complexes.

Pour stimuler l'éjaculation, vous pouvez utiliser des sextoys (anneau vibrant).

Prise en charge générale :

- In ne faudra pas oublier que la bonne santé artérielle est indispensable pour une érection correcte et donc l'arrêt du tabac, le contrôle du diabète, de l'hypertension et du cholestérol est primordial !
- Le médecin verra aussi avec vous les médicaments qui pourraient être délétères

Prise en charge sexologique :

Elle consiste à vous informer, vous écouter, vous accompagner et dédramatiser.

En effet, la prise en charge des troubles sexuels doit être accompagnée d'une écoute spécifique, d'informations et de conseils sexologiques.

Prise en charge relationnelle :

Le contexte familial et conjugal est important dans la prise en charge.

Un entretien en couple peut être envisagé pour comprendre votre situation sexuelle dans sa globalité et mesurer l'impact que la SEP a eu sur votre vie sexuelle. L'enjeu est de savoir quelle était votre sexualité avant la SEP, pour trouver la prise en charge la plus adaptée pour vous et votre partenaire.

Cette discussion peut être faite avec votre neurologue, mais aussi avec un médecin sexologue.

Le médecin vous aidera à dialoguer avec votre partenaire, et prendra aussi le temps d'expliquer le traitement.

Si votre traitement ne convient pas à votre situation ou s'il est mal expliqué, vous n'aurez peut être pas envie de le prendre. N'hésitez pas à poser toutes vos questions pour que votre prise en charge soit la plus adaptée possible.

L'objectif thérapeutique n'est pas seulement de rétablir une érection mais de rétablir aussi une sexualité satisfaisante, il faut donc que le traitement soit adapté à l'intimité de votre couple.

CONCLUSION

L'apparition d'une pathologie chronique telle que la Sclérose En Plaques peut modifier les relations de couple. Au même titre que d'autres difficultés rencontrées dans la SEP, les troubles sexuels doivent être abordés.

Le dialogue s'avère être essentiel. Que ce soit avec votre professionnel de santé ou avec votre conjoint(e), discuter de vos problèmes est important pour trouver des solutions adaptées à votre situation.

Suite au diagnostic, votre professionnel de santé pourra vous proposer différentes solutions pour vous permettre d'avoir une prise en charge adaptée, à la fois pour vous mais aussi pour votre conjoint(e). Ainsi, vous pourrez retrouver une vie sexuelle satisfaisante.

La sexualité prend une place importante dans une relation amoureuse, il s'agit d'un besoin pour vous et votre partenaire.

Une vie sexuelle épanouie contribue à l'état de bien-être et améliore la qualité de vie.

La sexualité n'est pas réservée aux hommes et aux femmes en bonne santé, n'hésitez donc pas à en parler.

L'OMS a défini : « L'individu possède des droits fondamentaux, dont le droit à la santé sexuelle et au plaisir, et le pouvoir de contrôler son activité sexuelle en fonction d'une éthique sociale personnelle. »

La santé sexuelle existe et fait partie d'un tout... La santé !