

ABORDER LA SEXUALITÉ, C'EST POSSIBLE

Zoé Vourantoni, M.A.
Sexologue clinicienne et psychothérapeute
Centre de réadaptation Lucie-Bruneau
14 novembre 2014

OBJECTIFS DE LA RENCONTRE

- ① Nommer et valider les difficultés à aborder la sexualité avec la clientèle SLA
 - Obstacles sur le terrain
 - Réticences personnelles
- ① Réfléchir à diverses stratégies en cas de besoin
 - Pour accueillir la détresse d'un client qui n'est plus désiré
 - Pour aider un couple à trouver des moyens pour vivre son intimité

MON EXPERTISE VERSUS VOTRE EXPERTISE

- ◎ Invitation pour venir aujourd'hui
 - Je n'ai rien à dire, rien à offrir
 - Les intervenants en connaissent plus que moi
 - Il n'y a pas de pistes miracles

- ◎ On m'a répondu
 - Si c'est difficile pour toi...
 - Si tu ne te sens pas outillé...
 - Imagine les intervenants!!

- ◎ Donc...

Ouvrir ou ne pas ouvrir?

- ⦿ Quelle est la place de la sexualité en réadaptation?
- ⦿ Quelle place laissez-vous à la sexualité en tant qu'intervenant?
- ⦿ Questionnez-vous d'emblée la sphère sexuelle?

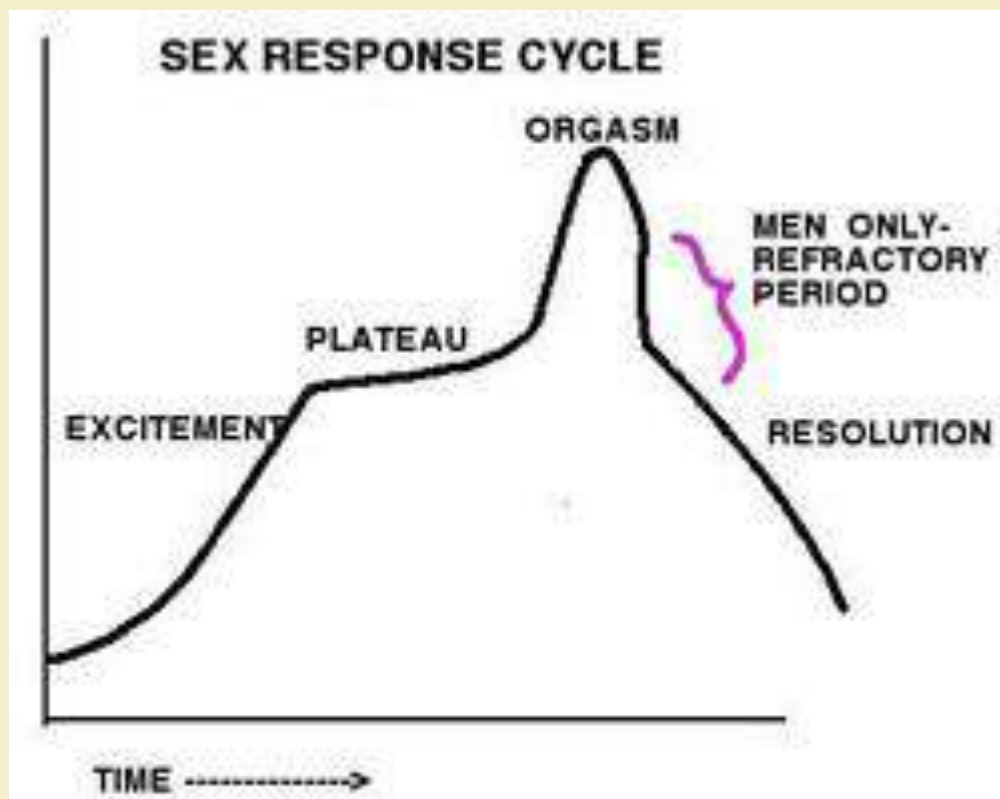
LA SEXUALITÉ, UN BESOIN

- ① Sexualité : partie intégrante de tout être humain
(Couldrick, 1998)
- ① Sexualité : composante importante dans le bien-être global de l'individu
(Davis, 2006; Sengupta, 2008)

- ⦿ Nombre de cas où la sexualité est abordée?
- ⦿ Personnes qui ouvrent sur le sujet?
- ⦿ Obstacles observés pour les clients?
- ⦿ Difficultés que vous avez vécues?
- ⦿ Peurs?

LA RÉPONSE SEXUELLE

- ⦿ Désir
- ⦿ Excitation
- ⦿ Plateau
- ⦿ Orgasme
- ⦿ Réfractaire
(hommes uniquement)
- ⦿ Résolution



Les conséquences sur la sexualité proviennent :

- ⊙ des modifications corporelles
 - ⊙ du traitement offert
 - ⊙ des réactions psychologiques de l'individu
 - ⊙ de l'effet sur le couple
 - ⊙ **de la vitesse d'évolution rapide au niveau de SLA**
- et de l'interaction de tous ces facteurs

COMMENT LES MALADIES ÉVOLUTIVES AFFECTENT L'ÉROTISME?



COMMENT LA SLA MODIFIE LA SEXUALITÉ?

Sur le plan physique

- ⊙ Conséquence du diagnostic
 - Fatigue/douleur
- ⊙ Traitement
 - Effets secondaires de la médication
- ⊙ Modification de la capacité physique/niveau d'énergie
- ⊙ Perte de mobilité
 - Répertoire sexuel préféré devenu impossible/désagréable
 - Répertoire préféré impossible

COMMENT LA SLA MODIFIE LA SEXUALITÉ? [SUITE]

Sur le plan physique (suite)

- ◎ Diminution sensorielle/Diminution force musculaire
 - Modifications de la réponse sexuelle
 - Déclenchement orgasmique difficile/impossible
 - Diminution de la qualité de l'orgasme
 - Perte de la réponse de tumescence (érection, lubrification)

COMMENT LA SLA MODIFIE LA SEXUALITÉ? [SUITE]

Sur le plan psychologique

- ⊙ Atteintes cognitives
- ⊙ Sentiment de culpabilité de l'effet sur la famille
- ⊙ Diminution de l'estime de soi/sentiment d'incompétence
 - Perte des repères de l'identité personnelle
 - Impression de n'avoir rien à offrir
- ⊙ Peurs
 - État physique/douleur/Incontinences
 - Rejet
 - Échec

COMMENT LA SLA MODIFIE LA SEXUALITÉ? [SUITE]

Sur le plan psychologique (suite)

- ⊙ Repli sur soi/isolement
- ⊙ Altération de l'image corporelle
 - Aides techniques, aides à la marche
 - Modification corporelle
 - Perte de l'élégance/athlétisme dans les mouvements
- ⊙ Diminution du désir sexuel
- ⊙ Dépression

COMMENT LA SLA MODIFIE LA SEXUALITÉ? [SUITE]

Sur le plan relationnel

- ⊙ Déséquilibre
- ⊙ Rôle de soignant/soigné
- ⊙ Sentiment de dépendance
- ⊙ Frictions dues à l'irritabilité
- ⊙ Distance entre les conjoints (physique et émotionnelle)
- ⊙ Amplification des problématiques présentes antérieurement

- ◎ Trouble du désir
- ◎ Trouble de l'excitation
 - Difficultés érectiles
 - Lubrification insuffisante
 - Engorgement insuffisant des organes génitaux donc diminution de la sensibilité
- ◎ Difficulté orgasmique
 - Éjaculation précoce
 - Anéjaculation, éjaculation anhédonique
 - Anorgasmie
 - Diminution de la qualité de l'orgasme
- ◎ Douleur à la pénétration (vaginisme, dyspareunie)

LES DYSFONCTIONS SEXUELLES PRÉDOMINANTES

- ◎ Trouble du désir
- ◎ Trouble de l'excitation sexuelle
 - Trouble érectile
 - Insuffisance de la lubrification vaginale
- ◎ Trouble orgasmique
 - Diminution de la qualité de l'orgasme
 - Difficulté/impossibilité à atteindre le déclenchement

Questionner directement la sexualité

- ⊙ L'inclure comme toutes les autres habitudes de vie
- ⊙ Trop souvent ignorée par réticence et peurs personnelles

Face à la SLA...

- ⊙ Peu de pistes de solutions
- ⊙ Partenaire aidant naturel fatigué, peu dans le désir
- ⊙ Alors, je ne sais plus

Si vous n'ouvrez pas la question

- ⊙ Vous questionner pourquoi
- ⊙ Demeurer attentif à cette sphère

ACCUEILLIR LA SEXUALITÉ ET INTERVENIR

DIFFICULTÉS VÉCUES OU ANTICIPÉES?

- ⊙ Peur d'intimider
- ⊙ Malaise/inconfort
- ⊙ Jugement (bien intentionné)
 - Pas la priorité pour l'instant
 - Trop vieux
 - Célibataire, donc non nécessaire
- ⊙ Peur de ne pas avoir de solutions
- ⊙ Manque de temps
- ⊙ Sentiment d'être inadéquat/déplacé
- ⊙ Autres

◎ Poursuivre comme d'habitude

- Si c'est souhaité par les deux, mais pas possible
 - Qu'est ce qui bloque?
 - Modification position, jouets sexuels, gestion des énergies...
 - Mais c'est vrai qu'il y a peu de solutions, donc ne pas paniquer de ne pas trouver

- Si c'est souhaité par un des partenaires uniquement
 - Inacceptable de l'imposer à l'autre
 - Besoins de l'aidant vs besoins de la personne atteinte
 - ✓ Les aider à entendre les limites de l'autre
 - ✓ Les aider à se centrer sur la présence et comment le partenaire est présent
 - Vous pouvez accueillir la détresse, la peine, le deuil...
 - ✓ Ça, vous le faites déjà

- ◎ Se rappeler
 - L'homme est un être sexué
 - La SLA affecte la fonction sexuelle directement ou indirectement
 - Si l'usager aborde le sujet avec vous, c'est signe d'une bonne alliance de travail et de la confiance qu'il vous accorde
- ◎ Entendre la souffrance, accueillir le client
- ◎ Légitimer, normaliser la plainte
- ◎ Avoir des propos clairs, non ambigus
 - Information simple et claire
 - Bons termes

- ◎ Être authentique et transparent
- ◎ Nommer ses limites
 - Pas son domaine d'intervention
 - Difficulté à entendre les détails...
- ◎ Se rappeler qu'il n'est pas gênant d'aborder la fonction d'élimination, mais le sexe, oui. Pourquoi?
- Si vous êtes gêné(e), IMAGINEZ l'utilisateur!

- ◎ Oublier qu'il s'agit de sexualité et retourner à ses bases
 - Communication
 - Affirmation de soi
 - Écoute active
 - Développement de l'identité personnelle/de genre
 - Estime de soi
- ◎ Travailler en multidisciplinarité
 - Consulter un collègue
 - Demander de la supervision
- Se rappeler qu'il s'agit d'une problématique comme les autres

- ◎ Un malaise est acceptable
- ◎ Vous n'avez pas à avoir toutes les réponses
 - Les avez-vous toujours?
 - Comment gérez-vous l'absence de solutions claires ailleurs?
- ◎ Clarifiez, ne restez pas dans le flou

🕒 Intervention matérielle

■ Médication

- Viagra, Cialis, Lévitra, antidépresseur contre l'éjaculation précoce
- Antidote
- Modification de la molécule ou du dosage



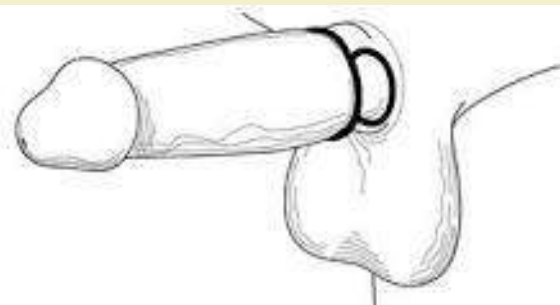
SOLUTIONS POUR L'INDIVIDU (SUITE)

	Viagra	Cialis	Lévitra
Dosages	25, 50, 100mg	10, 20mg	5, 10, 20mg
Temps d'absorption	40min	20min	40min
Durée d'efficacité	4h	36h	8-12h
Effets secondaire	Congestion, diarrhé, rougeurs au visage, maux de tête, infections urinaire, et vue bleuâtre	Maux de tête, courbatures, problème de digestions	Maux de tête, rougeurs du visage, problèmes de digestion, nez bloqué.
Contre indications	Meds base nitrates, insuffisance cardiaque sévère et antécédents récents d'infarctus du myocarde	Meds à base nitrates, angine pectorale, hyper/hypotension artérielle	Meds à base nitrates

⦿ Aides techniques

- Injection intra caverneuse
- muse
- Pompe à vide,
- Manche de masturbation
- Lubrifiant
- Éros CTD
- Garrot pénien
- Vibromasseur
- Avoir les piles
- Etc.

SOLUTIONS POUR L'INDIVIDU (SUITE)



Standard
Tension
Medium "C"



SOLUTIONS POUR L'INDIVIDU (SUITE)

- ⊙ Responsabilisation
- ⊙ Réapprivoisement corporel
- ⊙ Techniques de relaxation
- ⊙ Permission de l'erreur et de l'imperfection
- ⊙ Flexibilité/créativité
- ⊙ Connaissance des facteurs aidants
- ⊙ Maximisation de son bien-être (pertes urinaires)
- ⊙ Humour

SOLUTIONS POUR LE COUPLE

- ⊙ Communiquer (avant, pendant et après) au « JE »
- ⊙ Séduire, réintroduire la sensualité
- ⊙ Explorer/faire différemment
- ⊙ S'offrir un répertoire sexuel large
- ⊙ Utiliser l'humour
- ⊙ Préparer/planifier
- ⊙ Prévoir un plan B

SOLUTIONS POUR L'INDIVIDU ET LE COUPLE

- ◎ Redéfinir les objectifs
 - Plaisir (non orgasme!!!!!!)
 - Intimité/connexion
 - Temps de qualité

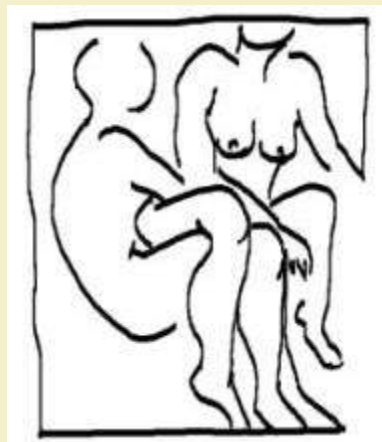
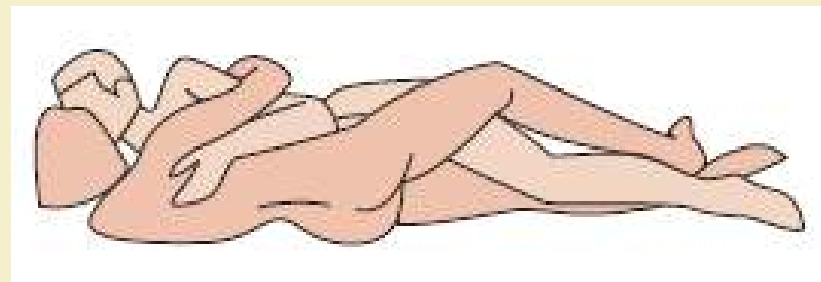
SOLUTIONS POUR MODIFIER L'ENVIRONNEMENT

- ① Utiliser un support
 - Oreillers, serviettes
- ① Choisir le meilleur lieu
 - Lit, chaise, divan, plancher

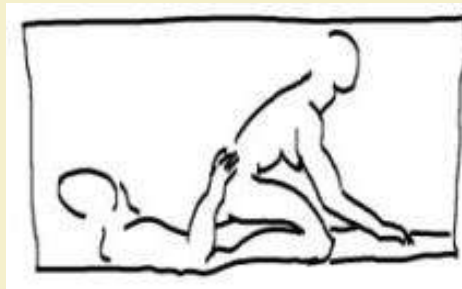
SOLUTIONS POUR MODIFIER L'ENVIRONNEMENT [SUITE]



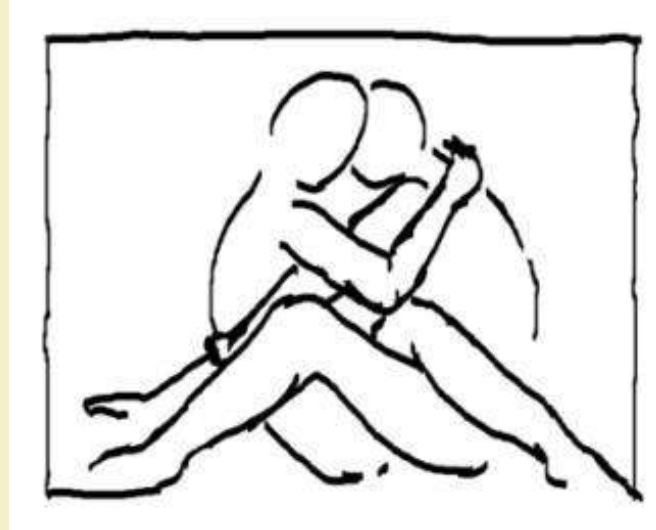
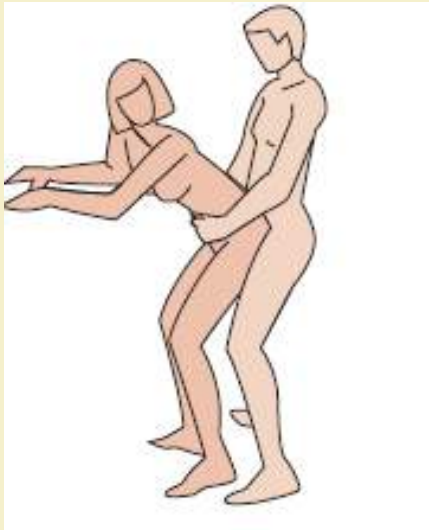
SOLUTIONS POUR MODIFIER L'ENVIRONNEMENT [SUITE]



SOLUTIONS POUR MODIFIER L'ENVIRONNEMENT [SUITE]



SOLUTIONS POUR MODIFIER L'ENVIRONNEMENT [SUITE]

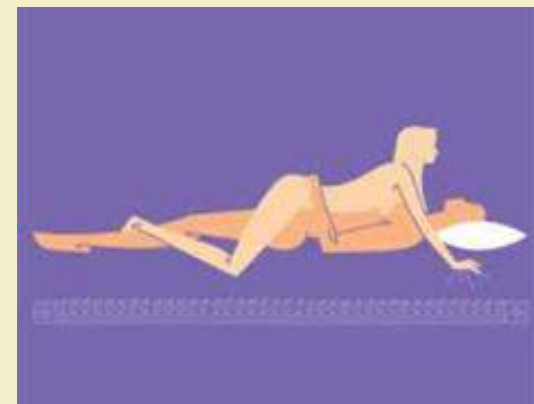


- Tranquillement, réapprendre à être érotique avec soi et avec l'autre
- Choisir le moment
- Varier les positions, positions passives
- Faire preuve de courage
- Essayer et réessayer

STRATÉGIES D'INTERVENTION POUR VIVRE SA SEXUALITÉ

⦿ Modifications des positions

- Viser le confort
- S'inspirer de ce qui marche ailleurs (pour dormir)
- Se soutenir (oreillers, serviettes roulées)
- Meilleur lieu



CONCLUSION

- ⦿ Ce n'est pas parce que ce n'est pas nommé que ce n'est pas un problème
- ⦿ Il est presque impossible d'imaginer que la sphère sexuelle ne sera pas atteinte à un certain niveau
- ⦿ Si vous demeurez dans le silence, questionnez votre motif:
 - Je respecte le client? Ou je me protège?

QUESTIONS ET COMMENTAIRES

- ⦿ Blackmore, D. E.; Hart, S. L.; Mohr, D.C. (2011) Improvements in Partner Sexual Satisfaction Among Individuals with Multiple Sclerosis; *Rehabilitation Psychology*, 56(2), 117-122
- ⦿ Bronner, G.; Elran, E.; Golomb, J.; Korczyn, A. D. (2010) Female Sexuality in Multiple Sclerosis: the Multidimensional Nature of the Problem and Intervention; *Acta Neurologica Scandinavica*; 121, 289-301
- ⦿ Christopherson, J. M.; Moore, K.; Foley, F. W.; Warren, K. G. (2006) A Comparison of Written Materials vs. Materials and Counseling for Women With Sexual Dysfunction and Multiple Sclerosis; *Journal of Clinical Nursing*; 15, 742-750
- ⦿ Hutchison, J. (2006) Multiple Sclerosis, Body Image and Sexuality; *nursing times*, 102(19), 53-55

RÉFÉRENCES [SUITE]

- Kralik, D.; och, T.; Eastwood, S. (2003) The salience of the body: transition in sexual self-identity; *Journal of Advanced Nursing*; 42(1), 11-20
- McCabe, M.; McKern, S. (2003) Changes Over Time in Sexual Relationship Functioninf of Peoples with Multiple Sclerosis; *Journal os Sex and Marital Therapy*; 29 (4) 305-321
- McCabe, M. P. (2004) Exacerbation of Symptomes Among People With Multiple Sclerosis: Imapct on Sexuality and Relationships Over Time; *Archives of Sexual Behavior*; 33(60, 593-601
- Moore, L. A. (2007) Intimacy and Multiple Scleriosis; *Nursing clinics of North America*; 42, 605-619