GUSTAVE ROUSSY
CANCER CAMPUS
GRAND PARIS

# Journée de Transition

## Santé sexuelle et vie intime

INTER VAL
by Gustave Roussy

# Sommaire


Santé sexuelle et cancer

Impacts du cancer sur la vie intime

Comment gérer ?

Consultation de santé sexuelle à Gustave Roussy


INTERVAL by Gustave Roussy

# Santé sexuelle et cancer

## Définition OMS (2022) :

État de bien-être physique, émotionnel, mental et social en matière de sexualité […]
possibilité d'avoir des expériences sexuelles agréables […]



**Les difficultés sexuelles sont fréquentes pendant/après un cancer**

Peu importe le type de cancer, l'âge, le sexe, le stade de la maladie…
Important d'en parler pour la majorité des patients

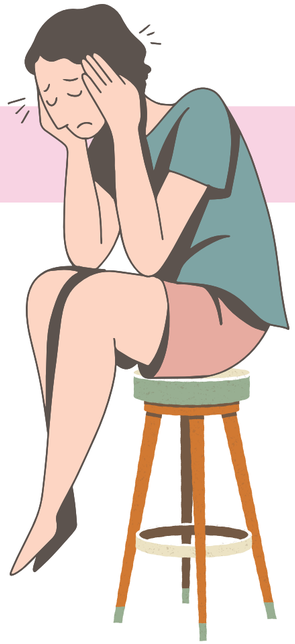
## Partenaires aussi touché.e.s :

- Dynamique du couple impactée
- Plus de dysfonctions sexuelles chez les partenaires

INTER VAL by Gustave Roussy

# Pourquoi on n'en parle pas ?

**Gêne**
**Double tabou**



## FEMMES

- Sexualité au second plan
  - *« Guérison avant tout »*
  - *« Prix à payer »*
- Interlocuteur/lieu pas toujours adapté.s

## SOIGNANTS

- Préjugés / fausses croyances
- Manque de connaissances
- Manque de temps

INTERVAL by Gustave Roussy

# Sommaire

Santé sexuelle et cancer

Impacts du cancer sur la vie intime

Comment gérer ?

Consultation de santé sexuelle à Gustave Roussy

INTERVAL by Gustave Roussy



« Pendant ma chimiothérapie, à chaque fois que je faisais l'amour, je serrais les dents.
Aujourd'hui, le passage à l'acte me fait toujours peur…
Bien que je désire mon mari, une fois couchée, je fais semblant de dormir.
Il n'arrive pas à le comprendre.
Pour lui, puisque je suis maintenant guérie, tout aurait dû revenir comme avant. »

**AM, 51 ans.**
Cancer de l'ovaire en 2014
*Mieux Vivre – Préserver sa sexualité – ARC 2021*

INTER VAL
by Gustave Roussy

# Impact du cancer sur la vie intime

Peurs

Douleurs

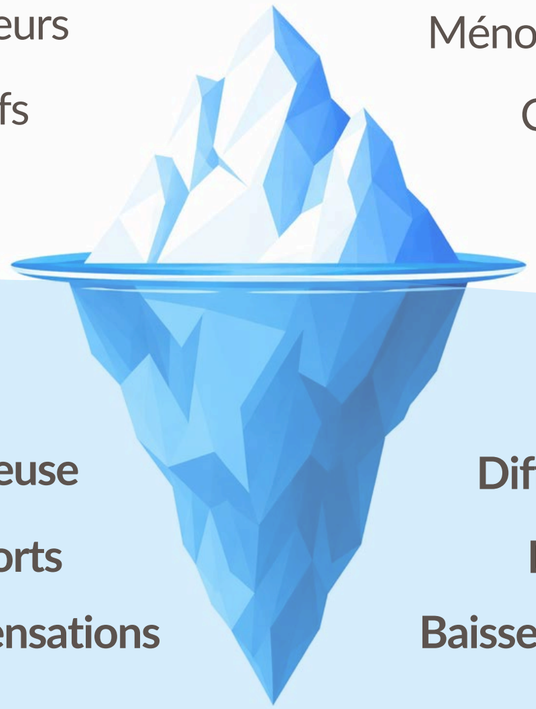
Symptômes dépressifs

Difficultés avec l'image corporelle

Ménopause

Cicatrices

Fatigue



**Sécheresse muqueuse**

**Douleurs pendant les rapports**

**Modifications des sensations**

**Difficultés dans le couple**

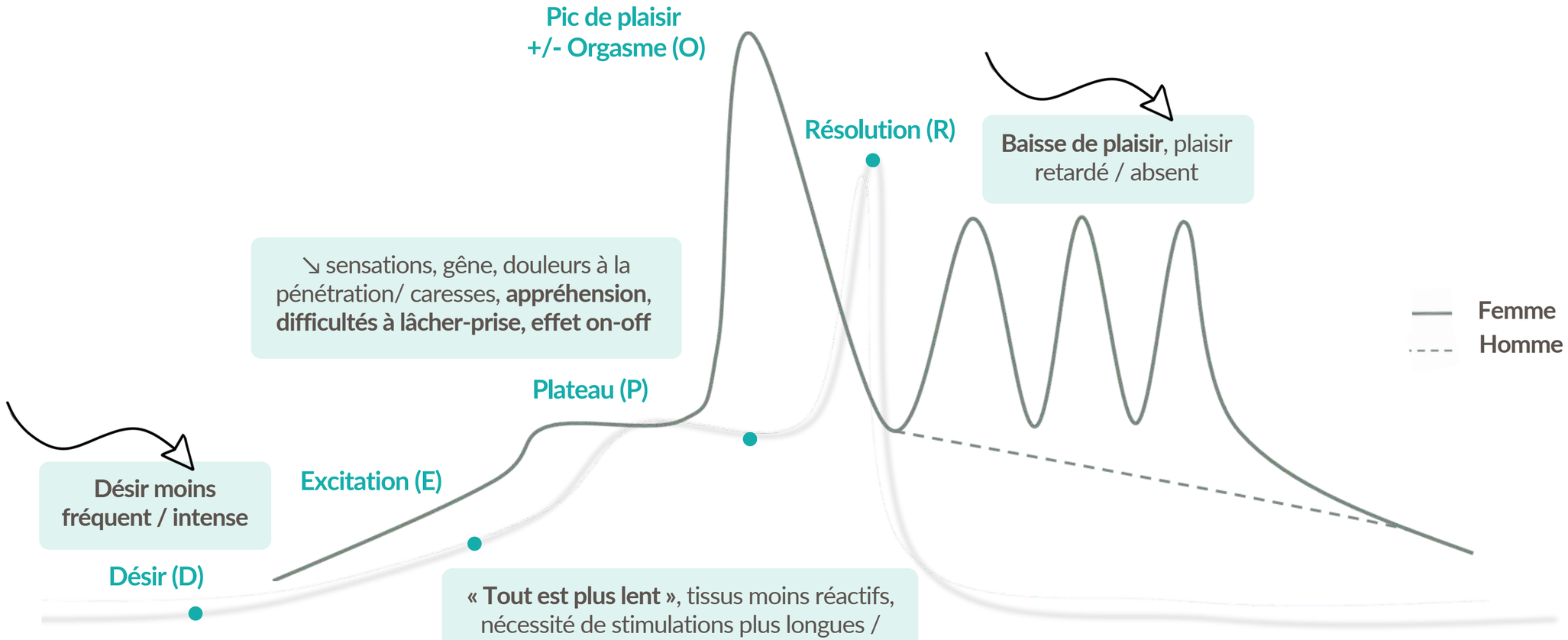
**Difficultés à lacher prise**

**Baisse de plaisir**

**BAISSE DE DÉSIR**

INTERVAL by Gustave Roussy

# Possible altération de la réponse sexuelle




Inspiré du référentiel AFSOS – InCA – Préservation de la santé sexuelle et cancer 2021

INTER VAL by Gustave Roussy

# Sommaire

Santé sexuelle et cancer

Impacts du cancer sur la vie intime

**Comment gérer ?**

Consultation de santé sexuelle à Gustave Roussy

INTERVAL by Gustave Roussy

# Comment gérer ?

## Sécheresse muqueuse

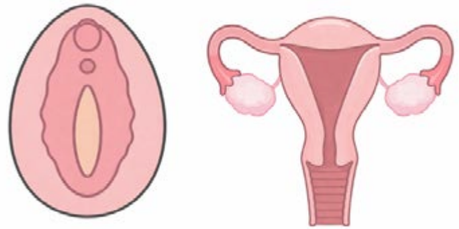


**Ménopause induite** (chimiothérapie, hormonothérapie…)
ou **déjà installée mais aggravée** par les traitements

→ Carence en œstrogènes
→ **Sécheresse**

**Localisation de la sécheresse : vulve** ou **vagin ?**

- Symptômes ++
- Examen gynécologique ±



**Traitement local :**

**Routine : Hydratant non hormonal,** à utiliser régulièrement, en 1e intention :

- **Acide hyaluronique** +++
- Polycarbophiles

**Ponctuel :**

- Au moment des rapports **: Lubrifiant / huile** *à faire glisser*
- Confort : **huiles/beurre de karité, sous-vêtements** adaptés

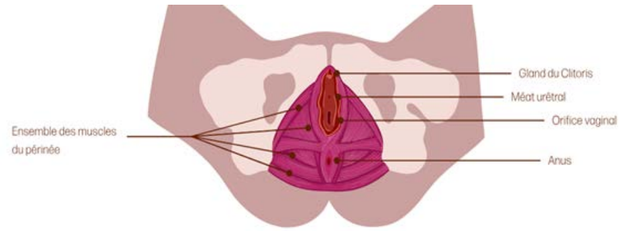
Produits non hormonaux **non remboursés** (voir si aide mutuelle ou grande parapharmacie)

INTERVAL by Gustave Roussy

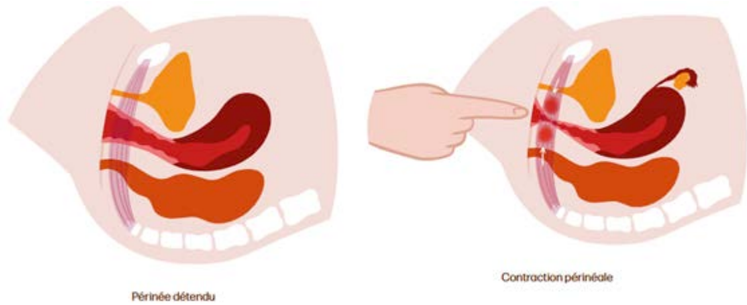
# Comment gérer ?

## Douleurs

**Identifier la cause !**
**Examen gynécologique**



Périnée de face




### Sécheresse muqueuse/ inconfort ?

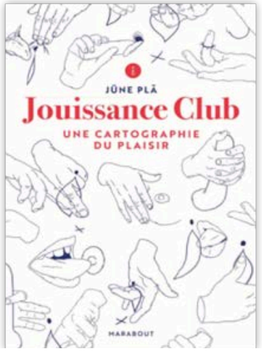
### Contraction périnéale réflexe surajoutée ?

- Mécanisme de défense, **involontaire**
- Explications, planches anatomiques/schéma
- **Relaxation** et rééducation périnéale (kiné/sage-femme) +/- psy ?
- Adaptation de la sexualité, travail en équipe si partenaire

### Cause gynécologique :

- Infection, dermatose, endométriose …






*Illustrations : Senselia.org*

# Comment gérer ?

## Focus troubles de l'image et du désir

### Difficultés image du corps

- **Fréquent**
- Deuil de l'avant – certains changements irréversibles
- **Se réapproprier son corps, en prendre soin**
  - *Miroir, se toucher, sport, danse face au miroir, tatouage…*
- Poser ses **limites** avec le/la partenaire

### Baisse de désir

- Normale, **multifactorielle +++** et fréquente !
- **Dédiaboliser** les traitements nécessaires : « Depuis que je suis sous XXX … »
- **Nombreux ingrédients :** contexte, complicité, moments à 2
- **Ressources** érotiques



S'adresser à un spécialiste
Pas de traitement magique
Temps +++
Travail seul.e
Et à 2 à impliquer partenaire
Communication/équipe

INTERVAL by Gustave Roussy



« Ma femme m'a fait remarquer que je touchais davantage son sein opéré que l'autre. Inconsciemment, je crois que j'essaie de lui montrer que ses cicatrices ne me dérangent pas, que rien n'a changé.
L'avoir vue se battre contre ce cancer l'a rendue encore plus belle »

P, époux d'une patiente ayant eu un cancer du sein en 2019
Mieux Vivre – Préserver sa sexualité – ARC - 2021

INTERVAL by Gustave Roussy

# Sommaire

Santé sexuelle et cancer

Impacts du cancer sur la vie intime

**Comment gérer ?**

**Consultation de santé sexuelle à Gustave Roussy**

INTERVAL by Gustave Roussy

# Consultation de santé sexuelle à Gustave Roussy

## Une consultation de santé sexuelle existe à Gustave Roussy

Dédiée à la sphère gynécologique, intime et sexuelle.

Un **lieu privilégié d'échanges et d'écoute** afin de trouver des solutions ensemble

Pour toute personne ayant des questions ou des difficultés intimes ou sexuelles

**Le/la partenaire est bienvenu.e**

**Dr Marion AUPOMEROL**

Gynécologue Médicale - Sexologue




INTER VAL by Gustave Roussy

# Consultation de santé sexuelle à Gustave Roussy

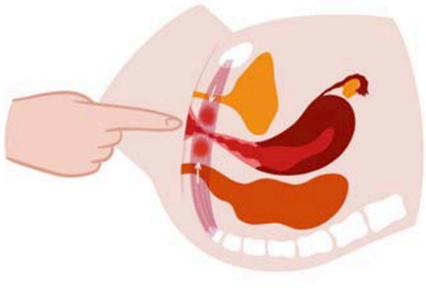




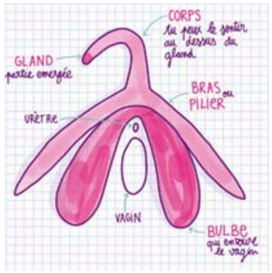





Périnée détendu



Contraction périnéale



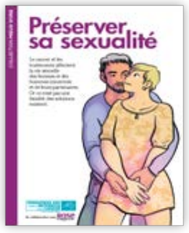
















Lire













Ecouter













Suivre

INTERVAL by Gustave Roussy

# Briser le silence



Les troubles de la sexualité sont **fréquents** pendant et/ou après un cancer…

… ils peuvent être **transitoires** ou **durer** dans le temps…

… il est donc important d'en parler car des **solutions existent !**

INTER VAL
by Gustave Roussy

# Santé sexuelle - Ressources

## Comment trouver un sexologue :

www.trouverunsexologue.fr

www.santesexuelle.org

https://snms.org/doctors/

https://www.snsc.fr/trouver-un-sexologue

## Contenu digital informatif :

Plateforme santé sexuelle Doctical : https://doctical.com/

Clinique digitale en santé sexuelle : https://www.charles.co/

Ressources sur les sites d'associations patients : IMAGYN, ANAMACAP, CerHom…

INTERVAL by Gustave Roussy

# Merci pour votre attention !

## Remerciements