

Journée régionale des SOS
Amélioration de l'accès aux SOS dans
les Hauts-de-France

Péronne

Sexologie et cancer

« Café-sexo »

Gil Morand, sexologue

*Association Perspectives
contre le cancer*

Beauvais

Jeudi 28 mars 2019

ONCO

HAUTS-DE-FRANCE
RÉSEAU RÉGIONAL DE CANCÉROLOGIE



Perspectives contre le cancer

Sexologie dans le dispositif

- Le but premier de l'association est d'informer, soutenir et accompagner, bref, de réduire les inégalités face aux cancers
- Par des actions de préventions sur site, dépistages, sensibilisations, accompagnement psy, psycho-corporel, dans les démarches administratives, par des permanences, et des soins de support en socio-esthétique, APA, alimentation, art thérapie, sophrologie à l'hôpital et surtout hors hôpital
- C'est ainsi qu'en 2017, un apéro-sexo s'est créé suite à une demande (Grande majorité de femmes avec cancer du sein). Ce besoin de faire entendre une plainte sexuelle non prise en compte par le milieu médical a donné naissance à une pièce de théâtre, puis à raison d'une rencontre mensuelle, à un groupe de paroles régulier...

Pourquoi parler de sexualité

Tabou déjà sans difficultés

- Au moins 40% des cancers sont génitaux ou en lien avec des parties en jeu dans les rapports sexuels et quasiment tous et/ou leur traitement ont un impact sur la vie intime, à la fois du patient et du couple, ce qui fait environ 3 millions de français.
- L'anxiété, la fragilité face à la maladie, entraîne perte de confiance et de désir, ou remettent en questions les places de chacun dans la relation, ou son propre accès au plaisir pour les personnes seules.
- Selon l'OMS, la santé sexuelle est un état de bien-être physique, mental et social dans le domaine de la sexualité...
- Cette santé sexuelle est donc altérée par la maladie, et nécessite un ajustement

Pourquoi en parler

Même avec ou après un cancer

- Le réajustement nécessite un temps d'intégration et de réadaptation.
- Pour rester ancrer dans la réalité, pour garder ou restaurer son identité, ses repères.
- Pour lâcher prise, aller à SON rythme.
- Pour prendre conscience que la sexualité n'a pas que pour aboutissement le coït, mais la redécouverte du corps de plaisir, de la féminité ou la masculinité.
- Faire la différence entre excitation sexuelle (réaction/stimulation) et plaisir sexuel (perception/excitation)
- Travail sur les émotions, pensées, croyances, imaginaire, l'érotisme....

L'utilité... suite

Pas juste mettre des mots sur des maux

- Ne pas être seul(e), briser les tabous, car beaucoup de non dits dans le couple.
 - Pour envisager des solutions, ouvrir des portes
 - Redynamiser après un blocage
 - Elaborer, penser, rêver sa sexualité...
 - Réhabiliter l'auto-érotisme, la masturbation, la redécouverte
 - Evacuer des fausses croyances (ex: contagion sexuelle lors de l'échange sexuel)
- **Et vous, vous en pensez quoi?**

La force du groupe est de libérer la parole

Caisse de résonance

- Le groupe est très permissif, mature et autorégulateur. Sa capacité de contenance est énorme. Il diffuse de l'énergie. Le partage d'expérience fait s'ouvrir les plus résistants qui viennent « juste pour écouter » et qui finalement se livrent à cœur ouvert.
- On y met en avant l'émotion, le partage, l'humain, dans un cadre respectueux des différences. Information se conjugue avec réflexion. On vise l'autonomie. L'idée est que la personne soit en autonomie, dans un cadre autre que celui où elle désigné comme patiente, mais concernée et responsable d'elle-même plus que « prise en charge ». Il y a transmissions d'expériences et même transfert de compétences. Parfois le conjoint vient et c'est extrêmement important.

Les thèmes abordés

Non exhaustif

- Les modifications du corps, de l'humeur
- Etre en adhésion avec le présent
- Faire le point sur son histoire sexuelle, ses traumas, viols ...etc
- La rapport à la sexualité dans les différentes cultures
- Les sensations sur le sein reconstruit
- La fidélité au conjoint décédé
- Le sexe comme antidépresseur
- Les influences des médias, du porno, de toutes les injonctions à la performance
- Les incompréhensions du conjoint (rien ne sera comme avant)
- Dyspareunie, anorgasmie.....

Extraits

Texte des participantes



Discussion

A vous de jouer..

- Que ce soit chez l'homme ou la femme les troubles psychologiques et fonctionnels peuvent s'intriquer et s'aggraver .Les troubles fonctionnels dépendent des types et des stades du cancer, de la localisation, et des traitements.
- **Cas1:** Cancer du sein, le curage ganglionnaire va amener des douleurs au niveau du bras. La femme n'est pas ménopausée, le traitement va l'induire brutalement avec des conséquences bien plus grave que celle physiologique
- **Cas2:** Cancer de la prostate, la chirurgie conservatrice des nerfs érecteurs a été réalisée mais entraine des dysfonctionnement érectiles depuis 2 ans après l'opération. Les traitements génèrent une forte baisse de libido..

Pour conclure

Car ça doit être l'heure de manger...

- L'énergie physique et psychique étant limitée, la plupart des patients vont la consacrer à lutter contre la maladie et faire face aux traitements. Cette situation de passivité, ou de détachement du corps, va souvent entraîner un retour sur soi, un retour à l'histoire personnelle, une tendance à l'isolement.
- D'où l'intérêt du groupe de parole car la relation est première, et seule la relation soigne la relation
- La *relation* sexuelle
- La place du conjoint
- Le sensate Focus

Péronne le 28/03/19

**Merci de votre attention. Merci au
rapporteur.**