

VIVRE APRÈS UN AVC : QUAND LA VIE INTIME REPREND SES DROITS

Toute lésion cérébrale peut avoir un impact sur la sexualité en post AVC.

Cependant, la lésion cérébrale n'est pas la seule à expliquer les dysfonctions sexuelles. Les facteurs de risque vasculaire et leurs traitements, la dépression fréquente au décours d'un AVC et la peur d'une récurrence peuvent aussi intervenir

Les troubles sexuels sont fréquents après un AVC.

Un AVC peut altérer la sexualité de diverses façons :

- ◆ la crainte d'un autre AVC
- ◆ une altération de la mobilité d'un côté du corps, une perte de la sensibilité ou une hypersensibilité, une spasticité, des difficultés de communication,
- ◆ des changements d'humeur : dépression et anxiété
- ◆ une perte de confiance en soi.
- ◆ une vision désobligeante de soi-même
- ◆ les hommes ont dans certains cas des difficultés à avoir une érection et à éjaculer ;
- ◆ les femmes peuvent connaître une sensibilité et une lubrification réduites du vagin.



Comment reprendre une vie sexuelle ?

Sachez tout d'abord qu'il est normal de ressentir de la nervosité ou de l'hésitation lors de la reprise de l'activité sexuelle.

Celle-ci peut être compliquée pour la personne AVC mais également pour la/le partenaire. Il est important de pouvoir évoquer avec elle/lui vos craintes et vos interrogations.

Il peut être également nécessaire d'aborder la question avec un médecin. Celui-ci pourra vous informer, vous rassurer et vous orienter si nécessaire pour une prise en charge adaptée .



Certaines manifestations physiques peuvent être solutionnées par un professionnel de santé

La sécheresse vaginale, les troubles de l'érection peuvent souvent trouver une solution.

SE RÉCONCILIER AVEC L'AMOUR APRÈS L'AVC

Quelques points nécessitant une attention du couple

La spasticité peut survenir ou s'aggraver à la suite d'une stimulation. Dans ce cas, on peut anticiper une position qui soulagerait. Dans certaines positions propres à chacun, la spasticité s'installe plus rarement.

Le patient AVC peut avoir besoin de conceptualiser certains actes, pour laisser place au désir et à la manifestation de la satisfaction.

Reprise d'une vie harmonieuse

Les moments intimes permettent la sécrétion d'hormones comme l'endorphine, la dopamine... qui ont un effet réducteur sur l'anxiété et décuplent l'envie.

La recherche d'une nouvelle intimité du couple est une source d'équilibre, elle permet d'améliorer la confiance en soi.

Se réapproprier l'amour après l'AVC permet de

- ◆ surmonter à deux la peur de la récurrence
- ◆ nous réconcilier avec notre corps
- ◆ apprivoiser nos nouvelles facultés physiques
- ◆ redonner profondément une vie à notre corps
- ◆ nous sentir à nouveau attirants
- ◆ et retrouver un pouvoir de séduction



Aidants

Les lésions cérébrales dues aux AVC peuvent considérablement modifier les relations hommes femmes et nécessiter des consultations spécialisées.

Rassurer quant au risque de récurrences. Il n'y a pas de risque à reprendre une activité sexuelle après un AVC sauf dans de rares cas. N'hésitez pas à aborder franchement la question avec un professionnel de santé.



France AVC IdF

Association d'aide aux personnes victimes d'AVC

Aidez-nous et soutenez nos actions par votre adhésion et vos dons :

<https://franceavc-idf.fr>, france-avc.idf@wanadoo.fr, 07 87 07 40 69

Pour chaque adhésion ou don, vous recevrez un reçu fiscal donnant droit à une déduction de 66% de votre impôt sur le revenu (à hauteur de 20% du revenu net imposable)

