

Santé sexuelle

Comment promouvoir et prendre en charge la santé sexuelle de nos
patient.e.s/ usager.e.s

Comment parler de sexualité

Le concept de santé sexuelle

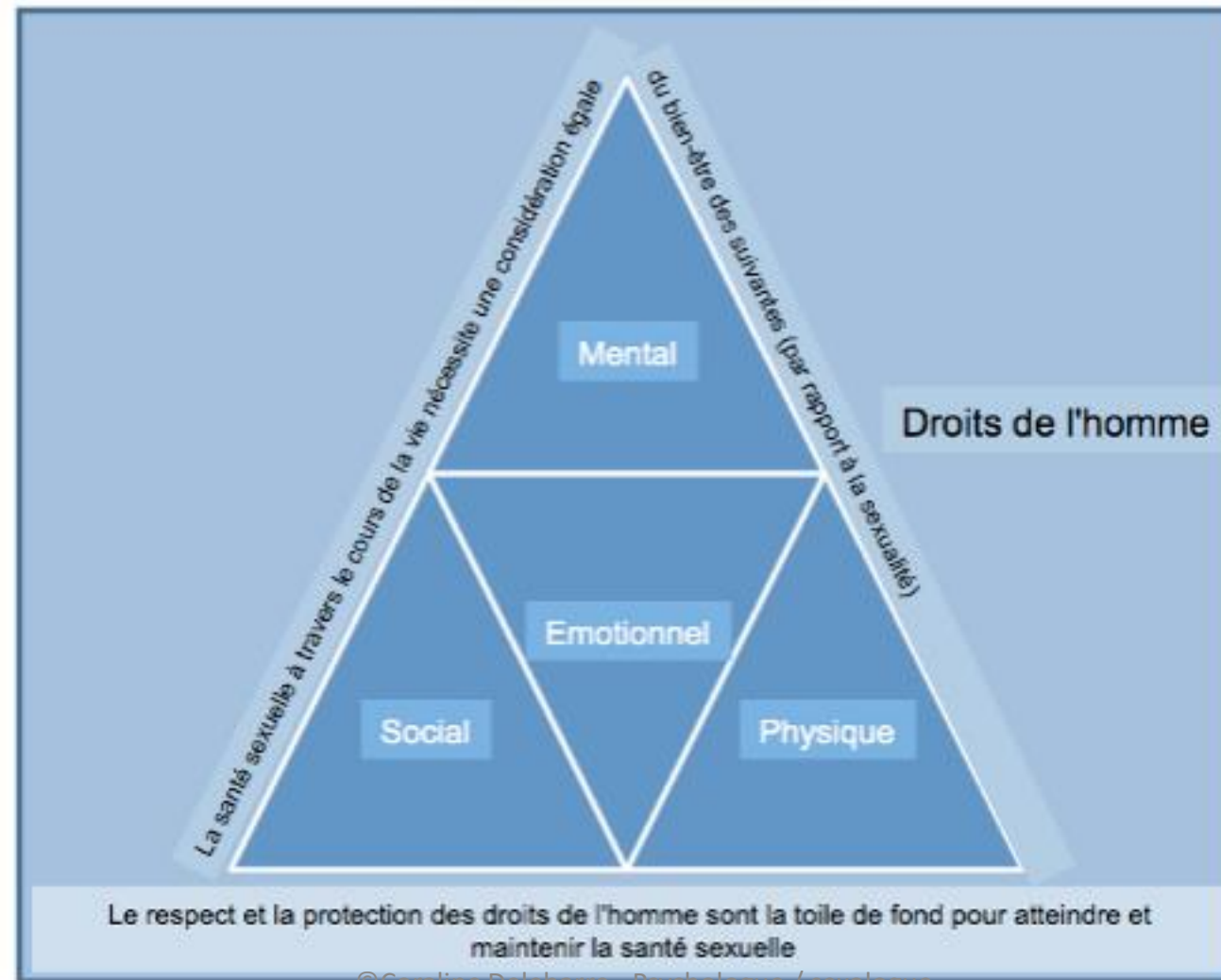
« la santé sexuelle est un état de bien-être physique, émotionnel, mental et sociétal relié à la sexualité. Elle ne saurait être réduite à l'absence de maladie, de dysfonctionnement ou d'infirmité. La santé sexuelle exige une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, ainsi que la possibilité d'avoir des expériences plaisantes et sécuritaires, sans coercition, discrimination et violence. Pour permettre la santé sexuelle et la maintenir, il faut protéger les droits sexuels de chacun. »

OMS 2002

Positions actuelles de l'OMS sur la santé sexuelle

- La santé sexuelle ne signifie pas seulement l'absence de maladie, mais aussi le respect et l'absence de violence, et le lien avec les droits humains.
- Le concept de santé sexuelle reste pertinent tout au long de la vie. Il intègre la notion de diversité sexuelle.
- La santé sexuelle est par ailleurs influencée par les questions de genre et par les manifestations du pouvoir : elle s'appréhende ainsi dans son contexte socio-économique et politique, toute réflexion restant subordonnée au respect des droits individuels humains.

Ce cadre d'analyse de la santé sexuelle intègre donc les dimensions mentales, émotionnelles, sociales et physiques. Le respect des droits humains est ainsi la condition d'une bonne santé sexuelle.



Droits sexuels

(WHO-convened international technical consultation on sexual health, 2002)

- le droit de jouir du meilleur état de santé sexuelle possible grâce notamment à l'accès à des services médicaux spécialisés en matière de santé sexuelle et de reproduction;
- le droit de demander, d'obtenir et de transmettre des informations ayant trait à la sexualité;
- le droit à une éducation sexuelle;
- le droit au respect de son intégrité physique;
- le droit au choix de son partenaire;
- le droit de décider d'avoir une vie sexuelle active ou non;
- le droit à des relations sexuelles consensuelles;
- le droit à un mariage consensuel;
- le droit de décider d'avoir ou de ne pas avoir des enfants, au moment de son choix;
- le droit d'avoir une vie sexuelle satisfaisante, agréable et sans risque.

L'exercice responsable des droits humains exige de chacun qu'il respecte les droits des autres.

La sexualité comme élément du bien-être

- La sexualité est un aspect central de la personne humaine tout au long de la vie et comprend le sexe biologique, l'identité et le rôle sexuel, l'orientation sexuelle, l'érotisme, le plaisir, l'intimité et la reproduction.
- La sexualité est vécue sous forme de pensées, de fantasmes, de désirs, de croyances, d'attitudes, de valeurs, de comportements, de pratiques, de rôles et de relations. Alors que la sexualité peut inclure toutes ces dimensions, ces dernières ne sont pas toujours vécues ou exprimées simultanément.
- La sexualité est influencée par des facteurs biologiques, psychologiques, sociaux, économiques, politiques, culturels, éthiques, juridiques, historiques, religieux et spirituels.

Une prise en charge pluridisciplinaire :

réunir et intégrer dans une analyse et une réflexion commune toutes les données des différentes sciences qui abordent chacune un aspect limité la sexualité

Médecins

Kinésithérapeutes

Patient.e.s/ usager.e.s

Infirmier.e.s

Proctologues

Association de patient.e.s

Sage-femmesDermatologues

Travailleur/euse.s sociaux

Psys

Infectiologues

Gynécologues

Sexologues

Addictologues

Expert.e.s de la prévention

Urologues

Associations communautaires

...

Le/ la sexologue comme professionnel.le associé.e :

- Une approche positive, non-jugeante, non-pathologisante et non-normative
- Une écoute active bienveillante et centrée sur l'expertise des patients
- Une recherche collaborative de solutions
- Une valorisation de ce qui fonctionne
- Une mise en avant des compétences psycho-sociales des patients
- Une approche pédagogique pour informer et amener aux modifications comportementales
- Un travail centré sur les émotions, les sensations et l'aspect psychologique
- Une prise en compte de l'intrapsychique, l'interpersonnel et le scénario culturel dans la sexualité et les troubles des patient.e.s

Quelles consultations ?

- Des consultations d'information
 - Des consultations de soutien
 - Des consultations d'évaluation
 - Des consultations d'orientation
-
- Format bref, intégratif et inscrit dans une approche transdisciplinaire

Parler de sexualité : freins, leviers et cadre

Quels freins nous empêche de parler de sexualité ?

- Manque de temps
- Manque de formations/ connaissances
- Sentiment de ne pas être légitime
- Peur d'être intrusif/ déranger le patient
- Culture, éducation et représentations du soignant
- Gêne qui renvoi à notre propre intimité
- Croyance que si le/ la patient.e a besoin d'en parler, il ou elle en parlera d'elle-même

Et pourtant ...

Meystre-Agustoni G, Jeannin AJ, de Heller K, Pécoud A, Bodenmann PK, Dubois-Arber F. *Talking about sexuality with physician: are patients receiving what they wish?* Swiss Med Wkly. 2011 , Lausanne, N= 1452 (18-70 ans)

- seuls 40% ont déclaré qu'un médecin avait évoqué la question de la sexualité en général avec eux
- 95% des patients estimaient qu'il était normal que leur médecin aborde les problèmes sexuels avec eux et les conseille à ce sujet.
- 90% des patients auraient souhaité que leur médecin réalise une anamnèse sexuelle complète.
- 85% des patients ont déclaré qu'ils ne seraient pas du tout embarrassés par des questions au sujet de leur sexualité.
- Seul 15% des patient.e.s ayant des troubles sexuels ont consulté un médecin de leur propre initiative

Dans quel cadre parler de sexualité?

- Parce qu'il y 'a une demande, une question ou une souffrance cliniquement significative;
- Parce que vous avez repérer un comportement, des pensées, ou des fantasmes nécessitant plus d'information;
- Parce que vous avez une mission de repérage et de prise en charge des violences et du mal-être;
- pour informer, diagnostiquer, traiter, ou orienter

Pourquoi parler de sexualité ou orienter vers un.e sexologue ?

- Information / éducation à la sexualité
- Problèmes sexuels fonctionnels (dyspareunies, vaginismes, troubles du désir, du plaisir, de l'excitation...)
- Conduites sexuelles à risques (IST, IVG, RSNP à répétition...)
- Pathologie chronique ou trouble psy (TCA, névroses, dysmorpho-phobies...) impactant la sexualité
- Phobies ou angoisses liées à la sexualité
- Ménopause, andropause
- Questionnement liés à l'orientation sexuelle, l'identité de genre
- Antécédents de violences sexuelles, viols et/ou traumatismes sexuels
- Difficultés de couple
- ...

Quelques leviers pour parler de sexualité avec les patient.e.s et les usager.e.s

Avoir une posture d'ouverture

Eviter les attitudes néfastes :

- Attitudes moralisatrices
- Jugement
- Apports de conseils personnalisés et injonctifs
- Conseils projectifs (à votre place moi...)
- Attitudes maternantes et consolantes
- Minimisation du problème
- Apport de réponses trop rapides ou inadéquates

Conséquences de ce type d'attitudes :

- Maintien l'écouté-e dans une position de dépendance,
- Ne permet pas à l'écouté-e de réfléchir pour trouver ses solutions,
- L'écouté-e n'a plus envie d'échanger,
- Soit l'écouté-e se soumet (mutisme et passivité),
- Soit il/elle se révolte (défense et agressivité).

Repères pour aborder la sexualité :

- Etre bienveillant.e, respecter la parole de l'autre et l'écouter;
- Respecter l'expression de genre de votre patient.e
- Ouvrir et dégenrer vos discours pour éviter le piège de l'hétérosexualité supposée
- Ne pas présupposer des pratiques sexuelles et s'adapter à aux patient.e.s

Repères pour aborder la sexualité (2) :

- Ne pas se laisser envahir par la curiosité et poser uniquement les questions en lien avec la problématique des patient.e.s
- Ne pas « psychologiser » les troubles, surtout les troubles féminins, et faire une anamnèse complète pour vérifier les causes organiques ou fonctionnelles (selon vos compétences)
- Connaître ses représentations et ses stéréotypes concernant la sexualité pour mieux les tenir à distance
- Comprendre que les patient.e.s eux/elles mêmes ont des attentes, des projections et des représentations par rapport à eux memes et par rapport aux professionnel.le.s de santé.

Repères pour aborder la sexualité (3) :

- Identifier ses propres limites personnelles, pratiques et théoriques
- Savoir mettre à distance en conservant un cadre.
- Travailler en réseau et orienter son patient vers un.e autre praticien.ne si besoin: psychologue, sexologue, kiné...
- Etre convaincu.e de sa légitimité en tant que professionnel.le de santé à aborder la sexualité et considérer que la sexualité est un domaine d'écoute et de soin comme un autre.

A VOS QUESTIONS !

MERCI A VOUS