

Rhumatismes inflammatoires chroniques et sexualité : parlons-en !

Le site du Docteur Djamila DELAMBRE

Adresse du site : www.docvadis.fr/djamila-delambre



Validé par
le Comité Scientifique Rhumatologie

Etre atteint d'un rhumatisme inflammatoire entrave le plus souvent la vie sexuelle. Pourtant cette dernière contribue à la qualité de la vie. D'où l'importance de conserver une activité sexuelle satisfaisante sous réserve de certaines précautions.

J'ai un rhumatisme inflammatoire chronique et ma vie sexuelle est devenue difficile. Est-ce normal ?

Les rhumatismes inflammatoires sont souvent source de fatigue, de douleurs et de raideurs articulaires. Autant de symptômes qui peuvent, on le comprend, entraver la vie sexuelle en rendant certaines positions inconfortables et douloureuses. De plus, les rhumatismes inflammatoires et leurs traitements (en particulier le méthotrexate) peuvent abaisser la libido.

Quelles sont les solutions pour améliorer cette situation ?

En ce qui concerne les troubles de l'érection, il existe des médicaments qui peuvent pallier ces problèmes. En ce qui concerne la fatigue et les douleurs,

c'est le traitement du rhumatisme qui est le plus à même de diminuer les troubles. De plus, certaines astuces de bon sens ne doivent pas être oubliées : éviter les situations de grande fatigue, privilégier des positions non douloureuses, prendre un antalgique avant les rapports sexuels...

Faut-il que j'en parle à mon médecin ?

Oui, sans hésitation. Votre médecin pourra vous prescrire les médicaments susceptibles d'améliorer une sécheresse vaginale, une dysfonction érectile éventuelle, des antalgiques supplémentaires avant les rapports. Parfois, la consultation d'un autre membre de l'équipe soignante, comme le (a) psychologue clinicien (ne), ou la consultation d'un sexologue peut également apporter une aide précieuse.

Faut-il que j'en parle à mon partenaire ?

Oui, car le dialogue est essentiel pour mener à bien une vie sexuelle, tout particulièrement lorsque l'un des partenaires souffre d'une maladie chronique. Les difficultés rencontrées ne sont en effet pas forcément comprises par l'autre, qu'il s'agisse d'une image défailante de soi, de la peur d'avoir mal ou d'une baisse de moral.

Puis-je prendre une contraception ?

Oui, et cela est même vivement conseillé, dans la mesure où certains traitements du rhumatisme inflammatoire peuvent provoquer des malformations fœtales. Il est aussi important de savoir que cette recommandation ne s'adresse pas qu'aux femmes atteintes d'un rhumatisme inflammatoire, mais aussi à celles qui ont un partenaire souffrant de rhumatisme inflammatoire chronique, car certains médicaments altèrent les spermatozoïdes et peuvent également induire des malformations.

Y a-t-il des précautions particulières à prendre vis-à-vis des infections sexuellement transmissibles ?

La prévention des infections sexuellement transmissibles (préservatif et dépistage régulier lorsque l'on a plusieurs partenaires) concerne tout le monde ! Il faut toutefois signaler que certaines infections sexuellement transmissibles

comme l'hépatite B ou le VIH peuvent avoir une portée particulière quand on est atteint d'un rhumatisme inflammatoire car elles peuvent constituer une contre indication absolue ou relative à la prise de certains traitements immunomodulateurs ou biologiques.

Les rhumatismes inflammatoires sont des maladies qui nécessitent une évaluation globale dite pluridisciplinaire par plusieurs professionnels de santé. Cette évaluation permettra en particulier d'aborder la présence éventuelle de troubles sexuels. Ces derniers ne sont pas une fatalité et ils ne doivent pas être mis de côté. Il est important d'en parler au soignant de son choix et d'aborder aussi cette question avec son partenaire. Des solutions existent.