

SANTÉ SEXUELLE

Vous êtes traité par chimiothérapie....

Lutter contre la fatigue

Si vous êtes trop fatiguée pour avoir une relation sexuelle, faites d'abord une sieste ensemble. Essayez différentes positions qui ne requièrent pas autant d'énergie ou qui durent moins longtemps. Si vous vous sentez fatigué ou faible, demandez à votre partenaire de jouer un rôle plus actif lors de la relation sexuelle.

Nausées:

au besoin prendre un anti nauséeux 30 à 60 mn avant rapport

Risque infectieux

Une infection peut se manifester si le nombre de vos globules blancs est bas (neutropénie). Prévenir les infections est important pour les personnes sous chimiothérapie. Avoir une bonne hygiène, protéger sa peau et maintenir un bon état général de santé sont quelques façons d'aider à prévenir les infections. Attention aux manipulations orales, génitales ou anales, du fait du risque de propagation de microbes

Avec la chimiothérapie, la libido peut être modifiée pendant le traitement et quelque temps après. Les effets indésirables des médicaments comme la fatigue, les nausées et les vomissements peuvent en effet diminuer temporairement le désir ou la capacité physique. De même, le stress et l'inquiétude entraînent souvent une baisse de désir. La sexualité ne se limite pas aux rapports sexuels ; elle englobe l'affection, la tendresse, la parole... Avec le temps, lorsque le traitement est terminé et que les effets indésirables disparaissent, le désir revient petit à petit à son niveau habituel. Les modifications de l'image corporelle (perte de cheveux,...) fragilisent psychologiquement, vous pouvez vous sentir moins désirable.



Communiquer, avec votre partenaire, avec l'équipe médicale, et être patiente sont essentiels !

La santé sexuelle est un droit, n'hésitez pas à nous en parler, nous sommes là pour vous aider !

A SAVOIR:

Le cancer n'est pas contagieux

Les traitements ne sont pas nocifs pour votre partenaire

Les rapports sexuels n'entraînent pas une rechute de votre cancer

Les rapports sexuels ne sont pas contre-indiqués, ils contribuent à une qualité de vie