

NOVEMBRE 2023

CANCER INFO

FICHES PATIENTS

PRÉSERVATION DE LA SANTÉ SEXUELLE ET CANCERS

SOMMAIRE

- 03** INTRODUCTION
- 04** POURQUOI LA SEXUALITÉ EST-ELLE IMPORTANTE ?
- 04** QUELLES SONT LES CAUSES DES TROUBLES SEXUELS ?
- 05** QUELLES SONT LES CONSÉQUENCES ET LES SOLUTIONS POSSIBLES ?
- 09** À QUI EN PARLER ?
- 10** LE RÔLE DU PARTENAIRE
- 11** SOURCES DE RÉFÉRENCE



Cette fiche a été publiée avec le soutien financier de la Ligue contre le cancer.

REMARQUE

Afin de ne pas alourdir le texte de cette fiche, nous avons employé le masculin comme genre neutre pour désigner aussi bien les hommes que les femmes.

Du fait de la détention, par des tiers, de droits de propriété intellectuelle, toute reproduction intégrale ou partielle, traduction, adaptation des contenus provenant de ce document (à l'exception des cas prévus par l'article L122-5 du code de la propriété intellectuelle) doit faire l'objet d'une demande préalable et écrite auprès de la direction de la communication de l'INCa.

Ce document est téléchargeable sur e-cancer.fr.

INTRODUCTION

La survenue d'un cancer et ses traitements peuvent avoir des conséquences physiques, psychologiques et sociales qui affectent la sexualité et la vie intime en modifiant notamment le désir et la satisfaction sexuelle, l'image et l'estime de soi ainsi que la relation avec le partenaire.

Ces difficultés sont le plus souvent temporaires, parfois définitives. Un peu de temps est nécessaire pour les intégrer et pour s'y adapter. Il est important d'en parler très tôt et tout au long du parcours de soins. Des moyens efficaces existent pour les surmonter et retrouver une vie sexuelle et intime satisfaisante.

Se soucier de la vie sexuelle et intime fait partie intégrante des soins de support. Des professionnels de santé, médecins et soignants, vous accompagnent ainsi que votre partenaire dès le début de vos traitements.



Les soins de support

concernent tous les soins et soutiens complémentaires qui permettent de gérer les conséquences de la maladie et des traitements pour une meilleure qualité de vie.

POURQUOI LA SEXUALITÉ EST-ELLE IMPORTANTE ?

La sexualité fait partie du domaine de l'intime et des besoins fondamentaux de l'être humain. Elle ne se limite pas aux rapports sexuels : elle englobe l'affection, l'intimité, la tendresse, la parole. Elle occupe une place importante, variable selon les individus, dans la vie de tous les jours. Selon les périodes de la vie, elle peut être impactée notamment par des modifications de l'environnement et de l'état de santé ainsi que l'évolution de la maladie.

Il n'y a pas de normes pour une sexualité parfaite. Une des clés pour une sexualité satisfaisante est de déterminer ce qui convient le mieux à chacun dans sa relation à soi et à son partenaire. La santé sexuelle se définit comme « un état de bien-être physique, émotionnel, mental et social associé à la sexualité » (OMS). Elle contribue notamment à :

- améliorer la qualité de vie et le bien-être général ;
- réduire le stress ;
- améliorer la confiance en soi ;
- renforcer les relations intimes avec le partenaire.

QUELLES SONT LES CAUSES DES TROUBLES SEXUELS ?

Les problèmes sexuels qui peuvent être rencontrés par certains patients sont multiples : troubles du désir, problèmes d'érection ou de l'excitation, troubles du plaisir, troubles orgasmiques, douleurs... Ils peuvent être liés aux facteurs suivants :

- la maladie elle-même ;
- les effets secondaires de certains traitements ;
- les séquelles sexuelles ;
- des aspects plus personnels ou relationnels comme une baisse de l'estime/confiance en soi ;
- des changements de mode de vie ;
- un déficit de connaissances dans le domaine de la vie sexuelle/intime.

Certaines maladies comme le diabète, une insuffisance cardiaque ou encore une dépression peuvent également être en cause. De même, une consommation excessive de tabac, d'alcool ou l'usage de drogues augmentent les risques.

QUELLES SONT LES CONSÉQUENCES ET LES SOLUTIONS POSSIBLES ?

Les troubles sexuels sont très variables d'un patient à l'autre. Ils dépendent à la fois :

- de la maladie cancéreuse et d'autres pathologies éventuelles ;
- des traitements (chirurgie, radiothérapie, chimiothérapie, hormonothérapie, antidouleurs...);
- de la temporalité et de la façon dont vous et votre partenaire vivez votre sexualité et de sa qualité avant la survenue du cancer.

Que vous soyez ou non en couple, si ces troubles sexuels entraînent un impact négatif sur votre qualité de vie, des solutions peuvent vous être proposées. C'est pourquoi, il est important d'en discuter dès que possible avec votre partenaire et l'équipe soignante.

Les conséquences des traitements sur la sexualité et les réponses qui peuvent être apportées varient selon le type de cancer. Pour en savoir plus, consultez le guide Cancer info dédié au cancer qui vous concerne. Vous pouvez le commander gratuitement ou le télécharger sur le site e-cancer.fr.

Les troubles généraux que l'on peut retrouver chez les femmes et les hommes

Baisse du désir sexuel

La fatigue, la douleur, le stress, l'anxiété... et les traitements peuvent entraîner une baisse du désir sexuel ou un comportement d'évitement des rapports sexuels. Ces réactions sont normales, généralement temporaires et disparaissent souvent avec la fin des traitements.

BON À SAVOIR

Une **séquelle** est une conséquence désagréable et/ou invalidante qui persiste alors que la maladie est guérie ou le traitement terminé.

**QUEL EST L'IMPACT SUR LA FERTILITÉ ?**

Les traitements du cancer peuvent affecter la fertilité. Si vous avez un projet de parentalité, il est important de discuter des options de préservation de la fertilité avec votre

médecin avant le début des traitements. Pour en savoir plus, consultez la fiche «Préservation de la fertilité et cancers», disponible sur le site e-cancer.fr.

Modifications de l'image corporelle et de l'estime de soi

Certains changements physiques (modification du poids ou de la pilosité, cicatrices, ablation d'un ou des deux seins, stomie digestive...) peuvent entraîner une altération de l'image corporelle et de l'estime de soi. Ces changements peuvent influencer votre perception et votre vécu en tant que partenaires de vie sexuelle et/ou intime.

Chez la femme**Douleurs lors des rapports sexuels**

La douleur pendant les rapports sexuels peut être due à la sécheresse vulvo-vaginale, à des modifications anatomiques ou à des cicatrices, notamment suite à une chirurgie, ou à une crainte de la douleur.

Sécheresse vulvo-vaginale

La radiothérapie, la chirurgie ou les traitements hormonaux pour certains cancers peuvent provoquer une sécheresse vulvo-vaginale et une diminution de la lubrification naturelle. Cela peut entraîner des rapports sexuels douloureux, moins agréables voire un évitement des rapports.

Un traitement local vulvo-vaginal (hydratant en traitement de fond, lubrifiant au moment des rapports) peut être prescrit par le médecin pour soulager les symptômes. D'autres traitements sont parfois possibles comme un traitement hormonal local.

Ménopause précoce

Certains traitements peuvent induire une ménopause précoce qui se manifeste par l'arrêt des règles et des désagréments de type bouffées de chaleur, sécheresse vaginale, baisse de la libido, troubles du sommeil et de l'humeur. Certains types d'hormonothérapie qui agissent par suppression de la fonction ovarienne, notamment dans le cancer du sein, peuvent également induire ce climat hormonal, mais de façon transitoire.

Lorsqu'il n'y a pas de contre-indication, un traitement hormonal substitutif (THS) peut être prescrit, dans certaines situations, pour compenser la diminution des hormones.

Chez l'homme**Dysfonction érectile**

Les hommes peuvent rencontrer des difficultés à obtenir ou à maintenir une érection. Les traitements du cancer, notamment ceux qui touchent les organes pelviens, génitaux ou digestifs (prostate, vessie, testicule, pénis, anus, côlon, rectum), provoquent souvent des troubles de l'érection. Ils peuvent entraîner une souffrance voire une frustration notamment lorsque le désir persiste, ce qui est souvent le cas.

Les corps érectiles, les nerfs, les vaisseaux sanguins et les hormones impliqués dans l'érection sont affectés, rendant difficile l'obtention ou le maintien d'une érection satisfaisante. En revanche, l'éjaculation et la sensation de plaisir et/ou d'orgasme restent possibles la plupart du temps.

Les médecins qui vous suivent peuvent vous conseiller en fonction des traitements disponibles et de ceux que vous avez reçus pour traiter le cancer : médicaments par voie orale, crèmes locales, injections intracaverneuses, anneau pénien, pompe à vide ou plus rarement implant pénien. Ces traitements par voie orale ou locale sont utilisés de préférence assez tôt après les traitements du cancer afin de faciliter le retour d'érections spontanées.

PRÉSERVATION DE VOTRE SANTÉ SEXUELLE : VOS DIFFÉRENTS INTERLOCUTEURS



SOINS DE SUPPORT

VOTRE ONCOLOGUE/HÉMATOLOGUE,
VOTRE ÉQUIPE HOSPITALIÈRE,
VOTRE MÉDECIN TRAITANT

GROUPES DE PAROLE



ASSOCIATIONS DE PATIENTS

À QUI EN PARLER ?

L'équipe médicale qui vous accompagne tout au long de votre parcours de soins peut répondre à vos interrogations sur les conséquences sexuelles du cancer et des traitements :

- votre médecin généraliste ;
- l'équipe oncologique ;
- l'équipe infirmière.

Selon vos besoins et vos souhaits, vous pourrez être également orienté vers d'autres professionnels de santé diplômés en sexologie (médecin, psychologue, sage-femme, infirmier, kinésithérapeute, pharmacien, psychomotricien).

Vous pourrez aussi vous rapprocher :

- des groupes de parole pour discuter avec d'autres personnes ayant vécu des expériences similaires ;
- des associations de patients impliquées dans les soins de support.

Le soutien psychologique s'adresse aussi aux partenaires pour lesquels un besoin d'accompagnement se fait ressentir.

BON À SAVOIR

Il existe, dans certains établissements, des consultations d'oncosexologie menées par des professionnels de santé spécialistes des questions de la sexualité pendant et après la maladie.



COMMENT ABORDER LE SUJET DE LA SEXUALITÉ AVEC MON ÉQUIPE MÉDICALE ?

N'attendez pas que l'on vous questionne sur le sujet de votre santé sexuelle et de votre vie sexuelle et intime. Vous ne devez pas vous sentir gêné d'évoquer vos préoccupations avec le personnel soignant. Il pourra vous proposer des solutions pour vous aider ou vous orienter vers les soins de support.

Lui parler de vous, de ce que vous ressentez face à la maladie et aux

traitements et aussi de votre sexualité est le meilleur moyen de vous aider dans cette période de changement. Vous pouvez préparer ces échanges à l'avance.

Pensez à :

- noter vos questions par écrit ;
- décrire le plus précisément possible les difficultés rencontrées ;
- demander des éclaircissements si cela est nécessaire.

Dès le début des traitements, vous et votre partenaire pouvez solliciter un rendez-vous avec le psychologue de l'établissement de soins dans lequel vous êtes suivi.

LE RÔLE DU PARTENAIRE

Comme avec le professionnel de santé, n'hésitez pas à aborder avec votre partenaire vos craintes, vos difficultés, vos questions ou encore vos ou ses appréhensions concernant votre sexualité et votre vie intime. Partager ses préoccupations permet d'assurer la communication et l'équilibre entre partenaires.

Votre partenaire n'a pas systématiquement les mêmes perceptions que vous face aux effets du cancer et des traitements. En ayant connaissance de vos inquiétudes, il peut aussi vous rassurer et vous aider à dédramatiser vos réactions face à la diminution de votre désir sexuel, de votre peur de ne plus être désirable à ses yeux ou d'une peur de mal faire.

Se rendre en consultation d'oncosexologie accompagné de son partenaire est souvent souhaitable. Cela permettra également de vous donner mutuellement les moyens de vous aider à affronter les difficultés. La sexualité est basée sur le vécu, le bien-être et la satisfaction de chacun des partenaires et de celui du couple.

SOURCES DE RÉFÉRENCE

- Guides patients, collection « Cancer info », INCa, et contenu **e-cancer.fr**, rubrique Patients et proches
- *Préservation de la santé sexuelle et cancers*, Thésaurus et synthèse, Collection « Recommandations et référentiels/Recommandations de pratique clinique », INCa, mai 2021
- *Préservation de la santé sexuelle et de la fertilité en cas de cancer*, Collection « Outils pour la pratique des médecins généralistes », INCa, mai 2022

RESSOURCES

- Trouver des lieux d'accueil et d'accompagnement près de chez vous : **ligue-cancer.net**
- La brochure *Sexualité et cancer*, Ligue contre le cancer, janvier 2020
- En savoir davantage sur les soins de support et ceux liés à la sexologie :
 - Association francophone des soins oncologiques de support (AFSOS), **afsos.org**
 - Société française et francophone de psycho-oncologie (SFFPO), **sffpo.fr**
 - Association interdisciplinaire post-universitaire de sexologie (AIUS), **aius.fr**
 - Association française d'urologie (AFU), **urofrance.org**
 - Association nationale des malades du cancer de la prostate (ANAMACAP), **anamacap.fr**

ONT PARTICIPÉ À L'ÉLABORATION DE CE DOCUMENT

- **Dr Pierre BONDIL**, urologue, sexologue, cancérologue, Chambéry
- **Dr Carol BURTÉ**, médecine sexuelle, Cannes et Monaco
- **Mehdi DIMPRE**, AFIC, infirmier de coordination, Gustave Roussy, Villejuif

- **Eliane MARX**, psychologue, sexologue, Strasbourg
- **Pr Marie-Eve ROUGÉ BUGAT**, médecin généraliste, Toulouse
- **Dr Christine ROUSSET-JABLONSKI**, gynécologue, Centre Léon Bérard, Lyon
- **Dr Carine SEGURA-DJEZZAR**, oncosexologue, Centre François Baclesse, Caen
- **Astrid SENETERRE**, patiente, Saint-Étienne

INSTITUT NATIONAL DU CANCER

- **Nadia KRIM**, chargée de mission, département Bonnes Pratiques, direction des Recommandations et du Médicament
- **Marianne DUPERRAY**, directrice, direction des Recommandations et du Médicament

UNE COLLECTION À VOTRE DISPOSITION POUR VOUS INFORMER

Les fiches

- **Préservation de la fertilité et cancers** (2023)
- **Emprunter après un cancer** (2023)
- **Le lymphœdème après traitement d'un cancer** (2023)
- **La biopsie de la prostate** (2023)
- **La biopsie percutanée du sein** (2023)
- **La biopsie chirurgicale du sein** (2023)
- **La coloscopie ou endoscopie digestive basse** (2023)
- **La gastroscopie ou l'endoscopie digestive haute** (2023)
- **L'endoscopie des voies aériennes et digestives supérieures** (2023)
- **L'endoscopie bronchique ou bronchoscopie souple** (2023)
- **La résection transurétrale de vessie ou RTUV** (2023)
- **L'imagerie par résonance magnétique (IRM)** (2021)
- **Le scanner ou tomographie par émission de positons (TDM)** (2021)
- **La scintigraphie osseuse** (2021)

- **La tomographie par émission de positons - tomographie par émission de positons (TEP-TDM)** (2021)
- **La stomie digestive** (2021)
- **La chambre à cathéter implantable** (2021)
- **Le cathéter central à insertion périphérique ou PICC** (2021)
- **Les soins palliatifs en fin de vie** (2021)
- **La consultation d'oncogénétique** (2021)

Les guides

Mieux comprendre la maladie et les traitements

- **La leucémie lymphoïde chronique** (2023)
- **Les traitements des cancers invasifs du col de l'utérus** (2022)
- **Les traitements des cancers de la thyroïde** (2021)
- **J'ai un cancer, comprendre et être aidé** (2020)
- **Les traitements du cancer du pancréas** (2020)
- **Les traitements des cancers du côlon** (2020)
- **Les traitements des cancers de l'ovaire** (2020)
- **Les traitements des cancers du rectum** (2020)
- **Comprendre le lymphome non hodgkinien** (en partenariat avec Ensemble Leucémie Lymphomes Espoir) (2019)
- **Les traitements des cancers des voies aérodigestives supérieures** (2018)
- **Les traitements des cancers du poumon** (2017)
- **Les traitements des cancers de la prostate** (2016)
- **Les traitements du mélanome de la peau** (2016)
- **Qu'est-ce qu'une thérapie ciblée ?** (2015)
- **Participer à un essai clinique en cancérologie** (2015)
- **Comprendre le lymphome hodgkinien** (en partenariat avec Ensemble Leucémie Lymphomes Espoir) (2015)
- **Comprendre le myélome multiple** (2015)
- **Les traitements des cancers de l'œsophage** (2015)
- **Les traitements des cancers de l'estomac** (2014)
- **Les traitements des cancers de la vessie** (2014)
- **Les traitements des cancers du testicule** (2014)
- **Les traitements des cancers du sein** (2013)
- **Les traitements du cancer du rein** (2013)

- **Les traitements du cancer de l'endomètre** (2013)
- **Comprendre la chimiothérapie** (2011)
- **La polypose adénomateuse familiale** (2011)
- **Les traitements du cancer du foie** (2011)
- **Les tumeurs du cerveau** (2010)
- **Comprendre la radiothérapie** (2009)

La vie avec un cancer

- **Fatigue et cancer** (2023)
- **Vivre pendant et après un cancer** (2023)
- **Vivre auprès d'une personne atteinte d'un cancer** (2023)
- **Démarches sociales et cancer** (2018)
- **Traitements du cancer et chute des cheveux** (2009)
- **Comprendre la nutrition entérale** (2007)
- **Douleur et cancer** (2007)

Les cancers chez l'enfant

- **Mon enfant a un cancer : comprendre et être aidé** (en partenariat avec la Société française de lutte contre les cancers et leucémies de l'enfant et de l'adolescent [SFCE]) (2014)
- **La participation de mon enfant à une recherche clinique sur le cancer** (en partenariat avec la SFCE et l'Espace éthique - Région Île-de-France) (2016)

À TÉLÉCHARGER OU À COMMANDER GRATUITEMENT

@ **e-cancer.fr**, rubrique « Catalogue des publications ». Accédez à notre catalogue en ligne en quelques clics en scannant le QR code.



Pour en savoir plus et télécharger/commander gratuitement cette fiche :



INFORMATION

Vos données peuvent être réutilisées pour contribuer à la lutte contre les cancers. Dans cet objectif, l'Institut national du cancer a développé La Plateforme des données en cancérologie.

Pour consulter les études, pour plus d'informations et exercer vos droits : <https://lesdonnees.e-cancer.fr>

Délégué à la protection des données : dpo@institutcancer.fr



Imprimé sur papier
100 % recyclé

Édité par l'Institut national du cancer (INCa)
Tous droits réservés - Siren 185512777
Réalisation : INCa
Illustrations : Pierre Bourcier
Impression : CIA GRAPHIC

ISBN : 978-2-38559-056-7
ISBN net : 978-2-38559-057-4

DEPÔT LÉGAL FÉVRIER 2024

0 805 123 124 Service & appel gratuits

Préservation de la santé sexuelle et cancers

Cette fiche fait partie de Cancer info, la plateforme d'information de référence à destination des malades et des proches développée par l'Institut national du cancer en partenariat avec la Ligue contre le cancer.

Les contenus de Cancer info sont élaborés à partir des recommandations destinées aux professionnels de santé et relus par un groupe de travail pluridisciplinaire associant professionnels et usagers.

Pour vous informer sur la prévention,
les dépistages et les traitements des cancers,

consultez **e-cancer.fr**

