



CANCER et SEXUALITÉ

Si on en parlait !

• De l'adolescence à l'âge adulte •

LA LIGUE

CONTRE LE CANCER

Sébastien Landry

Préface du Pr Jacqueline Godet,
Présidente de la Ligue contre le cancer

• EDITIONS IN PRESS •

CANCER ET SEXUALITÉ, SI ON EN PARLAIT !

DE L'ADOLESCENCE À L'ÂGE ADULTE

ÉDITIONS IN PRESS

127, rue Jeanne d'Arc – 75013 Paris

Tél. : 09 70 77 11 48

E-mail : inline75@aol.com

www.inpress.fr

CANCER ET SEXUALITÉ, SI ON EN PARLAIT!

ISBN : 978-2-84835-496-5

© 2018 ÉDITIONS IN PRESS

Création couverture : Élise Ducamp

Création maquette intérieure : Élise Ducamp

Mise en pages : Christian Millet

Photo de couverture : Dashk-Fotolia.com

Toute représentation ou reproduction, intégrale ou partielle, faite sans le consentement des auteurs, ou de leurs ayants droit ou ayants cause, est illicite (loi du 11 mars 1957, alinéa 1^{er} de l'article 40). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du Code Pénal.

CANCER ET SEXUALITÉ, SI ON EN PARLAIT !

DE L'ADOLESCENCE À L'ÂGE ADULTE

Sébastien Landry

Préface du Pr Jacqueline Godet

SOMMAIRE

L'auteur	7
Préface	11
Introduction	13
Partie 1 : Quand le cancer bouleverse la sexualité de l'adolescent(e)	
· Une construction identitaire	19
· Le rôle des pairs.....	21
· Le cancer n'empêche pas la sexualité	23
· La sexualité comme gage de « normalité »	25
· Questions fréquentes de jeunes patient(e)s	28
Partie 2 : Impacts des traitements sur l'intimité et la sexualité du jeune	
· La prise en charge en onco-sexologie	37
· Les différents traitements du cancer chez les jeunes	40
· Effets secondaires des traitements sur l'intimité et la sexualité.....	42
· Questions fréquentes de jeunes patient(e)s	47
Partie 3 : Principaux motifs de consultation d'onco-sexologie	
· Image du corps et séduction.....	57
· Inhibition du désir sexuel : libido, imaginaire, fantasmatique... ..	62
· Difficulté à atteindre l'orgasme, anorgasmie	68
· Dyspareunies.....	74

· Vaginisme	80
· Dysfonction érectile	85
· Masturbation	91
· La masturbation est-elle utile lors d'une sexothérapie?.....	96
· Fertilité, enfants.....	101
· Questions fréquentes de jeunes patient(e)s	105

Partie 4 : Qu'en est-il chez l'adulte ?

· Les différents traitements du cancer chez les adultes.....	113
· Les problématiques intimes et sexuelles de l'adulte.....	125
· Questions fréquentes	126

Conclusion.....

133

Bibliographie

137

L'AUTEUR



↳ Sébastien Landry est psycho-sexologue / sexothérapeute spécialisé en cancérologie. Il exerce à l'AASM-Clinique Victor-Hugo, Centre Jean-Bernard ainsi que pour la Ligue contre le cancer (comités 44, 49 et 72). Il enseigne à Le Mans-Université ainsi qu'à l'université de Poitiers dans un diplôme universitaire spécialisé en cancérologie. Il est l'auteur du livre *Onco-sexologie, quand le cancer bouleverse la vie intime et sexuelle* et le co-auteur de l'ouvrage *Psycho-oncologie : 12 cas cliniques* (dir. Sophie Lantheaume), Éditions In Press, 2018.

*La sexualité, c'est beau, c'est fort, c'est la liberté.
Pour bien vivre la sexualité, il faut d'abord bien
en parler. Et ça, la société judéo-chrétienne ne
nous le permet pas encore, malgré 1789, malgré
les avancées de la laïcité...*

Sam TOUZANI, 2006

PRÉFACE

« Une boîte à outils et une révolution culturelle »

Pr Jacqueline Godet

↳ **Cet ouvrage est une boîte à outils et une révolution culturelle.**

Le cancer est encore trop souvent un sujet tabou, « une longue maladie » que l'on cache ou qui est à l'origine d'idées reçues ou de peurs parfois d'un autre âge.

Mais ce que l'on appelle l'image sociale du cancer est, heureusement, en train de changer. Sauf pour ce qui concerne la sexualité des personnes malades ou ayant été malades !

C'est pourquoi un tel ouvrage est aujourd'hui indispensable : il participe à l'amélioration des conditions de vie des personnes malades, de leurs proches et à leur considération dans leur qualité d'êtres humains à part entière, toujours en vie, vraiment en vie, pour « les autres » et la société dans son ensemble.

Avoir une sexualité épanouie, c'est être pleinement vivant et, sauf pour des raisons thérapeutiques le plus souvent temporaires, nul ne doit en être privé. Pour cela, il convient de battre en brèche quelques représentations inappropriées. Il est aussi utile de proposer des solutions, des « trucs » qui facilitent la reconquête de ses désirs, de son corps. Outiller le dialogue que l'on aura avec sa ou son partenaire peut s'avérer très constructif.

Sébastien Landry s'y est attelé avec humanité, humour parfois, rigueur toujours. Après un traitement lourd, une chirurgie qui ampute parfois, des rayons qui fatiguent, chacune et chacun peut s'interroger sur son pouvoir

de séduction, sur les mots à employer ; chacune et chacun peut douter même d'avoir le droit à une sexualité.

Or, si le cancer reste une maladie très grave, les guérisons sont de plus en plus nombreuses, comme les rémissions qui permettent aux personnes concernées d'envisager une vie pendant et après la maladie. Les effets secondaires des traitements sont de mieux en mieux contenus, facilitant le respect, parfois partiel, de l'intégrité des personnes.

Le cancer et l'expérience de la maladie restent pour toutes et tous, une expérience traumatisante. Il convient de ne pas ajouter à cette épreuve celle de la négation de soi ou de la relégation de sa ou son partenaire. La mise entre parenthèses de sa vie au sens complet du terme doit être la plus courte possible, parfois nécessaire en raison de cures épuisantes.

↳ La Ligue ne ménage pas ses efforts pour accompagner et aider les personnes malades et pour chercher à leur garantir «une continuité de vie» la plus épanouie possible. C'est la raison pour laquelle je salue le travail très complet de l'auteur qui connaîtra, à n'en pas douter, le succès mérité auprès des personnes malades, de leurs proches, mais aussi des soignants et de toute la société.

Cancer et sexualité : ce n'est pas un sujet secondaire. Il est central dès la suspicion de la maladie jusqu'à sa conclusion.

Cet ouvrage contribuera durablement à en favoriser l'émergence.

C'est pourquoi je suis honorée d'écrire cette préface en ma triple qualité de chercheur, femme et présidente de la Ligue contre le cancer.

Professeuse Jacqueline GODET
Présidente de la Ligue contre le cancer

INTRODUCTION

Un livre pour les patients et pour les professionnels

Cancer et sexualité, deux mots qui semblent totalement opposés, et pour cause : là où l'un renvoie à l'idée de mort, de perte, l'autre s'apparente à l'idée de vie, de bonheur. Les personnes atteintes de cancer, ou en rémission de celui-ci, recherchent les moments de bien-être, d'où l'importance de parler de sexualité en cancérologie. « La santé sexuelle se définit comme étant la naissance, le développement, l'interaction et l'harmonisation de toutes composantes de la sexualité » (M. El Feki, 2010) [1]. La santé sexuelle défend l'idée que la sexualité ne se réduit pas à la reproduction, ni à l'acte sexuel. Celle-ci participe à une meilleure santé, au bien-être et à l'épanouissement de la vie intime.

Les effets secondaires des traitements sur l'intimité et la sexualité des malades sont nombreux. Bien qu'ils ne soient pas systématiques, ils peuvent être présents et altérer le quotidien, la qualité de vie des personnes. Il est courant de rencontrer, chez les patient(e)s en traitement, une diminution de leur libido pouvant aller jusqu'à un désintérêt total pour toute forme de sexualité. Une atteinte de l'image de soi, avec un corps devenu un corps de soin et parfois « altéré » par les interventions chirurgicales, peut être également rencontrée. Nous retrouvons aussi des dysfonctions érectiles, des difficultés à atteindre l'orgasme, des sécheresses vaginales importantes, des dyspareunies (douleurs à la pénétration) pouvant engendrer un vaginisme secondaire (incapacité à être pénétrée), etc.

Ces effets secondaires ne sont surtout pas à nier pendant les traitements. Il est vraiment important de mettre des mots, apporter des pistes pour des solutions, afin d'atténuer ces difficultés et d'éviter que ces troubles ne s'installent dans le temps. En effet, il n'est pas rare de voir perdurer ces difficultés une fois les traitements terminés, lors de la phase de rémission.

Alors que l'on connaît ces possibles répercussions intimes et sexuelles, la sexualité est hélas peu abordée dans les centres de soins. Or, chaque professionnel peut avoir un rôle important et utile pour le patient présentant des difficultés sexuelles (médecins, infirmier(e)s, aides-soignant(e)s, psychologues, sexologues, éducateurs, etc.). Aujourd'hui certains soignants – qui ne sont pas toujours formés pour aborder ce type de sujet – considèrent que cela ne relève pas de leurs compétences ou pensent, à tort, que tout reviendra à la « normale » une fois les traitements terminés. Bien souvent, le temps leur manque pour s'attarder sur la vie intime et sexuelle de leurs patient(e)s étant donné le nombre important de consultations qu'ils doivent réaliser quotidiennement. De leur côté, les malades, ou les anciens malades, ne posent guère de questions non plus. Cela peut s'expliquer soit par la pudeur, soit parce qu'ils ont peur de parler de sexualité alors qu'ils sont en lutte contre une maladie grave. Et pourtant, parler de leur sexualité les aiderait à traverser cette épreuve, à préserver et à entretenir le lien affectif. Une sexualité seule ou en couple est une source de plaisir non négligeable face à des traitements qui mettent à mal le corps et l'esprit.

Je souhaite, à travers cet ouvrage, aborder les difficultés rencontrées face au cancer et aux possibles répercussions intimes et sexuelles que celui-ci peut engendrer. En aucun cas ce livre n'a pour intention de se substituer à un professionnel.

↳ **Le livre s'adresse d'une part aux patients** : il a pour premier objectif d'aider les patient(e)s à mieux comprendre ce qu'ils traversent et apporte des pistes de réflexion.

↳ **Ce livre s'adresse d'autre part aux professionnels**. Son deuxième objectif est d'apporter des connaissances aux étudiants et professionnels de santé afin de les aider à aborder la sexualité avec les patient(e)s.

L'information est une étape importante afin d'engager un cycle de changement. Pour se prendre en main, faire le nécessaire pour aller vers un mieux-être, il est primordial de comprendre ce qui nous arrive mais aussi de savoir qu'il existe des solutions.

PARTIE

1

QUAND LE CANCER
BOULEVERSE
LA SEXUALITÉ
DE L'ADOLESCENT(E)

UNE CONSTRUCTION IDENTITAIRE

L'identité d'un individu est un concept assez complexe constitué de nombreuses dimensions. Dans la littérature psychologique, nous rencontrons le terme d'identité avec deux conceptions légèrement différentes. Dans la première, celle-ci est vue comme une « entité » que le jeune parvient, avec le temps et progressivement, à dégager de l'ensemble de ses comportements et de ses sentiments. Dans l'autre cas, l'identité est le résultat d'une série d'identifications à des personnes extérieures (les pairs, les personnalités connues, les images que certaines personnes véhiculent, etc.) et d'appropriation de rôles, de statuts et de fonctions dans la société dans laquelle il évolue ou qu'il souhaiterait intégrer. La construction identitaire personnelle est un processus qui demande de la part de tout adolescent(e) un long travail d'élaboration psychique, un cheminement personnel. Des phases bien distinctes peuvent être mises en avant lors de ce processus. Pour certain(e)s adolescent(e)s, le travail de construction identitaire est plus complexe à réaliser que pour d'autres. Le cheminement étant personnel, les événements de la vie, les expériences influencent ce travail.

Quels impacts le cancer peut-il avoir sur la construction identitaire de l'adolescent(e) ?

Lorsque le cancer touche le jeune à cette période de la vie, l'adolescent(e) se trouve devant plusieurs situations difficiles à traverser. Tout d'abord celle de l'adolescence puis celle de la maladie. Le cancer vient bouleverser le quotidien du jeune dans tous les aspects de sa vie. Il va devoir jongler entre les consultations, les examens, les hospitalisations, les traitements quotidiens, etc. Tout cela va engendrer des répercussions physiologiques et psychologiques chez l'adolescent(e) ou le jeune adulte. Les répercussions narcissiques peuvent être importantes et le regard des pairs, si important

à cette période de la vie, est fondamental. D'où les résultats de l'étude de Wasserman (1987) [2] qui doivent attirer l'attention du personnel de santé afin d'encadrer l'adolescent(e) ou le jeune adulte atteint d'un cancer. Cette étude nous informe que «40 % des patients ayant été traités pour maladie de Hodgkin, disaient que lorsqu'ils étaient sous traitement leurs pairs se moquaient d'eux à propos de leur maigreur ou de leur aspect maladif et les rejetaient par peur de la contagion».

Dans leur vie quotidienne, forcément médicalisée, reste-t-il une place pour une vie affective et sexuelle pour ces adolescent(e)s et jeunes adultes ?

Dans le Plan cancer 2 (2009-2013), avec la contribution de l'association Jeunes Solidarité Cancer ce problème est abordé : «L'adolescence est communément définie comme une phase de transition entre l'enfance et l'âge adulte, où s'effectue la prise d'indépendance tant affective que sociale et financière. La survenue du cancer durant cette période de bouleversements physiques et émotionnels empêche cette prise d'autonomie.» Durant l'adolescence, le jeune doit construire son identité en apprivoisant son corps qui change si rapidement. Les bouleversements physiques rapides perturbent le jeune dans la vision qu'il a de lui-même. Pour autant, les dimensions affectives et sexuelles sont présentes ainsi que le questionnement qui va avec. L'adolescent(e) atteint(e) d'un cancer reste un(e) adolescent(e). La sexualité reste une dimension importante dans la vie du jeune. Il est important que la famille, l'entourage et les professionnels de santé permettent le maintien de moment d'intimité pour le jeune. La masturbation étant fréquente chez l'adolescent(e), celui-ci (ou celle-ci) ne devrait pas être stressé(e), quand il/elle s'y adonne, par le manque d'intimité, par la peur d'être surpris(e), par l'entourage ou le personnel soignant. La vie sexuelle et affective peut être conservée (excepté en cas de contre-indication par le personnel médical) si nous le permettons.

➔ Briser le tabou, délier la parole

L'image sociale du cancer est heureusement en train de changer. Mais la sexualité des personnes malades reste un sujet tabou. Psycho-sexologue, sexothérapeute spécialisé en cancérologie, l'auteur accompagne au quotidien des patients confrontés aux difficultés intimes et sexuelles que peut engendrer le cancer. Avec ce livre, il partage son expérience, informe, propose des solutions, délie la parole... pour entamer une véritable révolution culturelle.

➔ À qui s'adresse ce livre ?

Aux patients adultes et adolescents pour les aider à mieux appréhender ce qu'ils traversent : reconstruire l'image de son corps, renouer avec la séduction, reconquérir ses désirs, savoir gérer les douleurs... avoir une sexualité épanouie.

Aux soignants pour les sensibiliser à la question centrale de la sexualité, leur fournir des clés, leur permettre de répondre aux questions des patients : inhibition du désir, dysfonctionnements, fertilité, enfants...

L'information est une étape essentielle pour engager le cycle du changement. Pour aller vers un mieux-être, il est primordial pour les patients comme les soignants de mieux comprendre. Et de savoir qu'il existe des solutions.

« Une boîte à outils et une révolution culturelle. »

« Un tel ouvrage est aujourd'hui indispensable : il participe à l'amélioration des conditions de vie des personnes malades, de leurs proches et à leur considération dans leur qualité d'êtres humains à part entière, toujours en vie, vraiment en vie, pour "les autres" et la société dans son ensemble. »

Pr Jacqueline Godet

Sébastien Landry est psycho-sexologue, sexothérapeute spécialisé en cancérologie. Il exerce pour la Ligue contre le cancer et l'AASM-Clinique Victor Hugo au Mans. Il enseigne à Le Mans Université. Il est l'auteur du livre *Onco-sexologie, quand le cancer bouleverse la vie intime et sexuelle* et co-auteur du livre *Psycho-oncologie : 12 cas cliniques*.



9 782848 354965

17,50 € TTC – France

ISBN : 978-2-84835-496-5

www.inpress.fr

Image de couverture : © Dashk – Fotolia.com