



CANCER ET SEXUALITÉ

Les **professionnels de l'oncologie** doivent aborder la question de la sexualité avec leurs patients, même si elle est délicate

 **ligue contre le cancer**



Fondation contre le Cancer



ECL  PATIENT
SUPPORT
WORKING GROUP

La sexualité n'est pas accessoire !

Les troubles de la fonction sexuelle et de la vie intime sont des conséquences courantes des cancers et de leurs traitements: Selon les estimations, ces troubles concerneraient de 20 à 100 % des personnes touchées par le cancer d'un large éventail de populations, de types de cancer et de traitements, et auraient à la fois des origines physiques et psychosociales:

Les effets physiques sur la fonction sexuelle englobent la perte de libido liée au traitement antihormonal, à la chimiothérapie ou à la radiothérapie; les troubles de l'excitation physique (lubrification réduite, dysfonctionnement érectile, limitations sensorielles) liés à des traitements chirurgicaux, chimiothérapeutiques ou radio-oncologiques; l'incontinence ou la stomie; la perte de fertilité; la fatigue.

Les effets psychologiques sur le vécu de la sexualité comprennent notamment la détresse et la dépression, l'anxiété, l'insécurité et les problèmes liés à l'identité de genre, le changement de l'image corporelle, les sentiments de honte, la réduction de l'estime de soi, le retrait et l'apparition de stratégies d'évitement dans le cadre de l'interaction corporelle et de la sexualité;

Les effets sociaux comprennent quant à eux l'évitement du contact corporel avec autrui, l'isolement et la solitude, l'augmentation des conflits relationnels dus à l'insatisfaction dans le cadre de la relation et l'isolement social complet, par exemple en raison d'un changement au niveau de la fonction excrétrice.

Les troubles de la sexualité provoqués par les traitements contre le cancer couramment utilisés peuvent entraîner un sentiment de regret, une dépression, des difficultés relationnelles, etc. Ils peuvent donc induire une baisse considérable de la qualité de vie. Dès lors, il est nécessaire de prendre à bras le corps les conséquences négatives des traitements sur la sexualité et d'aider les patients à y faire face.

Abordez la question de la **sexualité** avec votre patient(e)!

La sexualité constitue souvent un sujet tabou, aussi bien pour les patients que les professionnels de la santé. Les difficultés relatives à la vie intime et sexuelle sont le plus souvent passées sous silence par les patients cancéreux, car la grande majorité d'entre eux, au même titre que leurs partenaires, ressentent un certain malaise à parler de ce sujet délicat. Pourtant, suite à une consultation, ils pourraient regretter d'avoir manqué l'opportunité de discuter de leurs difficultés et préoccupations concernant la sexualité. C'est pourquoi les professionnels de la santé devraient toujours aborder la question, fournir des conseils et apporter un soutien en la matière. En effet, les patients les considèrent comme des experts et s'attendent probablement à ce qu'ils mettent le sujet sur le tapis. Par exemple, il est possible de mettre en exergue l'importance et la pertinence de la question en présentant des brochures et des supports d'informations sur le cancer et la sexualité, dans la salle de consultation.

Il convient de garder à l'esprit que le (la) patient(e) s'exprime probablement pour la toute première fois concernant ses troubles sexuels liés au cancer et qu'en parler peut lui apporter un grand soulagement. Ne vous précipitez pas de prodiguer des conseils lors de la conversation. En effet, il est essentiel de pratiquer une écoute active !

Comment aborder la question des troubles sexuels avec vos patients ?

Préparez la consultation

Ne perdez pas de vue que les discussions qui concernent des problématiques de nature privée et intime peuvent prendre du temps. Dès lors, planifiez la consultation et faites preuve de prévoyance afin de conserver suffisamment de temps pour une discussion approfondie ou renvoyez le (la) patient(e) vers un confrère spécialisé.

Assurez-vous que la consultation ait lieu dans un environnement clos et confortable, afin de garantir la confidentialité de la conversation et d'encourager les patients à parler de leurs troubles sexuels.

Utilisez toujours des termes neutres et inclusifs comme « partenaire » et posez vos questions de façon à ne pas donner l'impression que vous portez un jugement. Évitez d'émettre des suppositions sur votre patient(e) en vous basant sur son âge, son apparence, son état matrimonial ou tout autre facteur démographique. Abstenez-vous tout particulièrement d'émettre des suppositions en vous fondant sur l'orientation sexuelle, les comportements, l'identité de genre ou l'origine culturelle de votre interlocuteur, à moins que ce dernier ne vous en dise plus.

Afin d'établir la relation avec vos patients, entamez la conversation en abordant des sujets généraux et médicaux, avant de passer à des questions personnelles et intimes. À la fin de la séance/consultation, proposez au patient/à la patiente d'inviter et d'amener son/sa (ses) partenaire(s) au rendez-vous ou à la séance lorsque vous prévoyez de discuter de ces questions.

Expliquez pourquoi les troubles de la sexualité sont un problème courant

Il est possible d'aborder les questions de sexualité en soulignant tout d'abord que les plaintes sexuelles sont fréquentes chez les patients cancéreux et que la situation du patient/de la patiente n'est pas unique ou rare :



« Nous savons que de nombreux patients bénéficiant de traitements comparables constatent une incidence sur leur sexualité. Vous sentez-vous également préoccupé(e) par des changements concernant votre sexualité ? »

Si oui : « Nous serions heureux de vous aider à faire face à cette situation. Quelles sont vos préoccupations à cet égard ? »

Si non : « Très bien, n'hésitez pas à nous contacter si vous rencontrez un problème de ce type à l'avenir. Nous pourrions peut-être trouver une solution »

Vous pouvez également expliquer qu'en tant que spécialiste, vous êtes préoccupé(e) par les considérations liées à la qualité de vie et que vous savez, par le biais d'autres patients, que le traitement du cancer peut avoir un impact important sur les relations et la sexualité. Même si vous ne pouvez pas nécessairement répondre à toutes les questions, cela vous permettra de créer un environnement rassurant où les patients se sentiront à l'aise pour parler de leurs préoccupations sexuelles.

Demandez la permission

Compte tenu de la diversité des contextes culturels et religieux, du sexe et de l'âge des patients atteints de cancer, une bonne stratégie pourrait consister à demander au patient/à la patiente une autorisation explicite d'aborder les questions relatives à la sexualité. Par exemple :



« Acceptez-vous d'aborder ces questions plus en détail ? » ou
« Souhaiteriez-vous en parler maintenant ou ultérieurement ? ».

Évitez toute supposition fondée sur des préjugés concernant le rapport qu'entretient le (la) patient(e) avec les troubles de la sexualité.

- Si le (la) patient(e) marque son accord, le fait de donner son autorisation stimule chez lui/elle le sentiment d'être partie prenante et de contrôler la situation, en vue de l'analyse de ce domaine intime de la vie.
- En cas de refus, indiquez au patient/à la patiente que vous restez à sa disposition pour discuter de ses questions et de ses préoccupations à tout moment.

Encouragez le (la) patient(e) à parler de ses préoccupations et de son vécu



Commencez par une question ouverte, par exemple: « **Avez-vous rencontré des troubles de nature sexuelle ou intime depuis le diagnostic de votre cancer/depuis le début de votre traitement ?** ».

Ensuite, posez des questions plus spécifiques (de type « quand ? », « où ? », « quoi ? », « comment ? ») afin d'induire des réponses précises et claires, comme : « **Lors de votre dernier rapport sexuel, avez-vous ressenti des douleurs ou d'autres troubles ?** » et « **Avez-vous ressenti des troubles auparavant ? Que ressentez-vous à ce propos ? Quelle est la réaction de votre partenaire ?** ». Tâchez d'éviter les questions fermées (dont la réponse ne peut être que « oui » ou « non »).

Assurez-vous de partager avec votre patient(e) la même compréhension des termes utilisés afin d'éviter toute confusion. Si vous ne connaissez pas un terme utilisé par votre patient(e), demandez-lui de l'expliquer. Si vous n'êtes pas sûr(e) que le (la) patient(e) comprenne certains termes de manière identique, veillez à prendre le temps de les lui expliquer. Si le (la) patient(e) manifeste de l'embarras à l'idée de se livrer sur certains sujets, respectez sa volonté et proposez-lui d'en discuter éventuellement lors de la prochaine visite ou avec un spécialiste.

Informez le (la) patient(e)

Fournissez des informations concises et claires afin de renseigner le (la) patient(e) sur les questions relatives à l'anatomie, la physiologie, la réponse sexuelle, les effets secondaires possibles des traitements du cancer et d'autres aspects qui peuvent être pertinents pour son ressenti.

Résumez et répétez les préoccupations du patient/de la patiente

Résumez les déclarations du patient/de la patiente relatives à sa/ses plainte(s) et assurez-vous de les avoir bien comprises. Vous contribuez ainsi à valider le ressenti du patient/de la patiente.

Faites bénéficier vos patients de votre expertise et renvoyez-les chez des confrères

Émettez des suggestions et des recommandations pratiques pour aider le (la) patient(e) à traiter sa (ses) plainte(s). Planifiez une nouvelle consultation en vue de la poursuite du traitement/de la thérapie ou conseillez au patient/à la patiente de demander l'aide d'un autre professionnel de la santé, comme un psychothérapeute et sexologue, un physiothérapeute, un conseiller de couple, un thérapeute cognitivo-comportemental, etc. N'oubliez pas d'expliquer en quoi une consultation avec le professionnel de santé concerné serait bénéfique. Vous pouvez également renvoyer vos patients chez un spécialiste du même sexe. En effet, cela peut faciliter les discussions concernant la sexualité et l'intimité.

Si vous ne vous sentez pas à l'aise pour discuter de questions relatives à la sexualité avec vos patients, n'hésitez pas à les orienter vers un confrère qui maîtrise mieux ce domaine. En outre, indiquez à vos patients où ils peuvent trouver des informations fiables sur Internet.

— Découvrez de nouvelles publications sur les troubles de la sexualité chez le (la) patient(e) —

Si vous souhaitez en savoir plus sur l'impact des troubles de la santé sexuelle sur vos patients, vous pouvez consulter les publications et les ressources en ligne ci-dessous. Par ailleurs, n'hésitez pas à conseiller à vos patients de s'informer davantage, lors de la consultation.

Publications spécialisées

- Carter, J. et al. (2018) "Interventions to Address Sexual Problems in People with Cancer: American Society of Clinical Oncology Clinical Practice Guideline Adaptation Summary". *Journal of Oncology Practice*, 10, 36(5), 492-511.
- Guntupalli, S. and Karinch, M. (2017). *Sex and Cancer: Intimacy, Romance, and Love after Diagnosis and Treatment*. Lanham: Rowman & Littlefield.
- Katz, A. (2012) *Prostate Cancer and the Man you Love: Supporting and Caring for your Partner*. New York: Rowman & Littlefield.
- Reisman, Y. and Giannotten, W. (Eds.) (2017) *Cancer, Intimacy and Sexuality: A Practical Approach*. Basel: Springer.
- Schover, L. (1997) *Sexuality and Fertility After Cancer*. New York: Wiley & Sons.

Ressources en ligne

- European Society for Medical Oncology, ESMO (2019) *E-Learning: Sexuality and Intimacy After Cancer*.
- Macmillan UK Cancer Support (2020) *Sex and Side Effects of Cancer Treatment*.
- National Coalition for Sexual Health, NCSH (2019) *Sexual Health and Your Patients: A Provider's Guide*. Washington, DC: Altarum Institute.
- American Cancer Society (2020) *How Cancer and Cancer Treatment Can Affect Sexuality*.
- Canadian Cancer Society (2018) *Sex, Intimacy & Cancer*.