

LA SEXUALITÉ APRÈS UN AVC

Jusqu'à 75 % des survivants d'un AVC connaîtront un changement dans leur capacité et/ou leur désir de reprendre leurs activités intimes/sexuelles.

Après un AVC, plusieurs facteurs peuvent entraîner une baisse de l'activité sexuelle :

- prise de certains médicaments (p. ex. antidépresseurs, antihypertenseurs ou sédatifs)
- crainte de subir un autre AVC
- force physique et coordination affaiblies
- incontinence (perte de contrôle de la vessie ou des intestins)
- difficultés à communiquer ou à penser
- changements à l'humeur et aux émotions
- fatigue

IL N'EXISTE AUCUNE PREUVE QUE L'ACTIVITÉ SEXUELLE PEUT PROVOQUER UN AUTRE AVC.

CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE

Il existe des moyens de faire face aux changements qui surviennent après votre AVC et qui peuvent vous permettre de reprendre les activités sexuelles qui sont importantes pour vous.



Parlez avec votre partenaire de vos craintes et sentiments quant à la reprise de l'intimité.



Renseignez-vous auprès de votre médecin ou infirmière sur l'incontinence ou les effets secondaires de vos médicaments.



Envisagez de nouvelles façons d'exprimer votre amour et votre affection.



Apprenez à gérer la fatigue : reconnaissez les moments où votre énergie est optimale et planifiez en conséquence.



Découvrez différentes positions et/ou appareils d'assistance qui peuvent aider à faire face aux changements physiques.

POUR EN SAVOIR PLUS, PARLEZ À VOS PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ.