

16<sup>E</sup> CONGRÈS  
MÉDECINE  
GÉNÉRALE  
FRANCE



VOYAGEZ DANS L'UNIVERS DE LA MÉDECINE GÉNÉRALE

Organisé par COLLÈGE  
de la MÉDECINE  
GÉNÉRALE



23 - 25  
MARS  
2023  
PARIS  
PALAIS DES CONGRÈS

congresmg.fr  
f t in y #CMGF2023

En partenariat avec leGeneraliste

# Un outil d'aide à la consultation pour aborder la santé sexuelle en médecine générale.

Dr Laetitia Meyer, Dr Vincent Huberland  
Département de médecine générale  
Université Libre de Bruxelles

# Introduction

<sup>(1)</sup>  
93 à 95  
%

des patient·e·s ont un ressenti neutre ou positif à l'abord de la santé sexuelle avec leur médecin / trouvent normal d'en parler

<sup>(1)</sup>  
81 à 91  
%

des patient·e·s étaient favorables à l'intégration de la santé sexuelle aux consultations de médecine générale

<sup>(2)</sup>  
40 %

des patient·e·s ont déjà pu échanger sur ce sujet avec leur médecin

**Objectif** : créer un outil d'aide à la consultation **inclusif** et dans une vision **positive** de la sexualité pour faciliter l'abord de la santé sexuelle en consultation de médecine générale

# Méthode

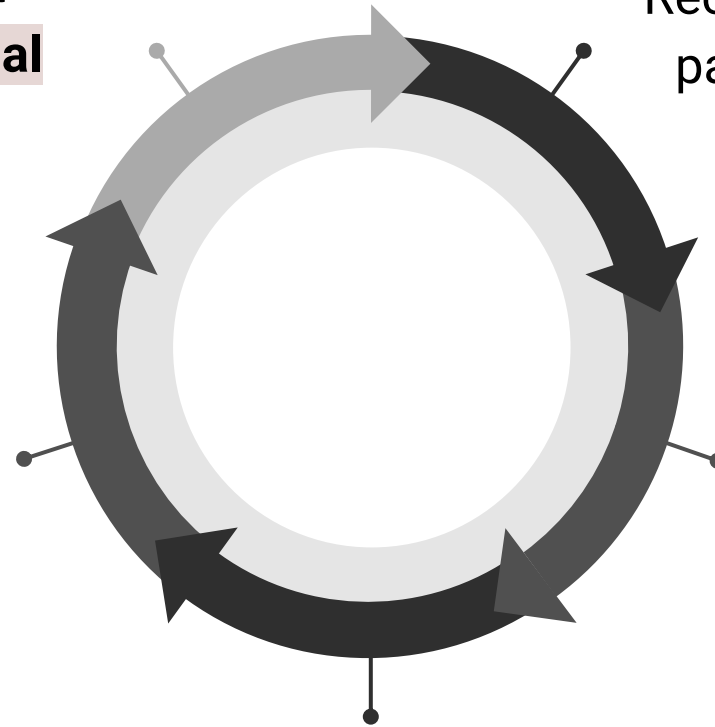
Analyse des données et création du **prototype final**

Recrutement des participant·e·s

Récolte des données  
**2ème réunion**

Récolte des données  
**1ère réunion**

Analyse des données et création du **prototype provisoire**



# Résultats

## Résultats du recrutement :

6500 médecins généralistes



0,05%

3 médecins généralistes

8 sexologues



62,5%

5 sexologues

8 associations



50%

4 associations

# Résultats

Débats et consensus : Certains sujets ont généré plus de débat. Notamment la question des préjugés versus la prévalence.

*“ Quand on a intégré qu'il y a un groupe qui présente des vulnérabilités, des risques plus forts, on peut se permettre d'aller creuser là-dedans “. (P1)*

Résultats de la récolte et de l'analyse des données :

Un outil d'aide à la consultation de **7 pages** comprenant différentes parties.

## Outil d'aide à la consultation : comment intégrer la santé sexuelle en consultation de médecine générale

### **Avant d'aborder la santé sexuelle**

- se montrer bienveillant-e et non jugeant-e
- expliquer notre démarche et nos questions
- demander le consentement du/de la patient-e
- rappeler le principe de confidentialité
- valider l'inconfort du/de la patient-e

### **Pour aborder la santé sexuelle on peut :**

- poser des questions directes, ouvertes de préférence, avec des mots simples
- utiliser une échelle sur 10 pour évaluer le bien-être sexuel
- rebondir sur la plainte du/de la patient-e quand elle s'y prête
- informer le/la patient-e
- trianguler à partir des traitements ou pathologies chroniques
- partir des questions du/de la patient-e

### **Pour aller un peu plus loin :**

- invitez le/la patient-e à vous donner plus d'informations
- évaluer l'impact de sa plainte sur son quotidien et ses relations
- évaluer ses ressources

### **Après avoir abordé la santé sexuelle :**

- normaliser et rassurer le/la patient-e sur sa plainte
- si c'est pertinent, finir sur une note positive
- valoriser le courage du/de la patient-e d'aborder ce sujet
- le/la remercier pour sa confiance
- le/la référer si nécessaire

Pour plus de détails, des exemples concrets et des idées de thèmes à aborder c'est par ici.



## Outil d'aide à la consultation : comment intégrer la santé sexuelle en consultation de médecine générale

### Avant l'échange..

- **Dans la salle d'attente:** affiches inclusives et non genrées sur le thème de la santé sexuelle
- **Dans le cabinet:** voir le/la patient-e seul-e dans un premier temps (sans parents, conjoint ou enfants)
- **Dans le temps:** si le temps manque, proposer une seconde consultation dédiée à cette thématique
- **Dans l'attitude:** se montrer proactif-ve, bienveillant-e, non jugeant-e, inclusif-ve, sans présupposé (genre, orientation sexuelle, ethnie, désir d'enfant d'un couple d'hommes, besoin de dépistage d'une patiente en couple etc)
- **Dans notre esprit:**
  - Poser uniquement des questions ayant un intérêt pour pouvoir prendre en charge ou référer le/la patient-e
  - Pas besoin d'être un expert pour aborder la santé sexuelle. Faire appel à des structures relais et avoir une approche multidisciplinaire
  - Il n'y a pas toujours de réponses ou solutions, parfois juste notre empathie, notre écoute active et notre humanité sont thérapeutiques.
- **Dans nos mots:**
  - Utiliser des termes simples et adaptés au/à la patient-e pour une meilleure compréhension
  - Réutiliser les mots du/de la patient-e pour ne pas faire d'impair mais si besoin vérifiez qu'on entend bien la même chose (ex: prise de risque)
  - Utiliser des questions ouvertes de préférence et non genrées pour plus de nuances
  - Utiliser des exemples pour montrer le champ des possibles et notre ouverture
  - Eviter de parler de "troubles sexuels" et poser des diagnostics pour éviter que cela ne devienne identitaire

La santé sexuelle est un aspect de la santé globale. Il est donc important de l'aborder avec tout les patients, y compris les adolescents, personnes âgées, femmes enceintes, jeunes parents, personnes souffrants de maladie chronique, en situation de handicap physique ou mental

### Pour commencer

- **Expliquer** votre démarche et l'intérêt de vos questions pour ne pas paraître intrusif ou à côté
  - " J'attache une importance à la santé globale de mes patients donc si vous désirez qu'on évoque votre vie intime sachez que ce n'est pas un tabou pour moi. "
  - " Vous savez j'ai posé cette question parce que la qualité de votre intimité fait vraiment partie de votre santé. "
- Rappeler le principe de **confidentialité**
- Demander **consentement** du/de la patient-e (révocable)
  - " Est-ce que je peux vous poser des questions sur votre sexualité ? "
  - " Le joker est là donc si il y a un truc que vous ne pouvez pas répondre maintenant ou vous voulez jamais répondre vous me dite joker et c'est fini, on ne devra pas aller plus loin. "
- **Valider** l'inconfort du/de la patient-e :
  - " Je sais que c'est difficile de parler de la vie intime. "



## Stratégies possibles

### L'échelle d'évaluation de la santé sexuelle

" Sur une échelle de 0 à 10, comment évaluez vous votre bien-être sexuel ? Pourquoi ? "



### Questions directes: ouvertes ou non en fonction de ce que préfère le/la patient-e

" Est ce que vous préférez raconter ou est ce que c'est plus facile pour vous si c'est moi qui questionne ? "

" Comment ça va lors de vos rapports sexuels ? "

" Et sinon, comment ça va au niveau de la sexualité ? "

" Comment ça se passe au niveau de la sexualité ? "

" Comment vous vous sentez dans votre intimité et dans votre sexualité ? "

" Comment vous définiriez la qualité de votre vie sexuelle ? "

" Est-ce que vous êtes bien dans votre sexualité ? "

" Est-ce que vous avez une sexualité seule, à plusieurs, en couple ? "

" Avez-vous une vie sexuelle active? Que ce soient des rapports oraux, pénétratifs ou non pénétratifs, avec des sex toys etc. "

**Rebondir:** quand le sujet s'y prête (contraception, désir d'enfant, plaintes urinaires, problèmes relationnels, stress, déprime, assuétudes etc.). Par exemple:

-> Si le/la patient-e est **stressé-e**: " Comment ça se passe au travail / école ? Comment ça se passe dans le couple? Comment ça se passe dans votre vie intime ? "

-> En **post partum**: " Est-ce que vous avez repris une activité sexuelle? Comment ça se passe ? "

**Informer:** Pour ouvrir la porte dans un premier temps, puis éventuellement trianguler dans un second temps.

" Vous souffrez de \* pathologie ou maladie chronique \*, sachez que ça peut donner \* effets indésirables impactant la santé sexuelle \*. "

" D'autres personnes qui ont ce type de pathologie ou de maladie chronique ont subi ou subissent des violences sexuelles. "

" Je vois que vous prenez \* médicament \*, vous savez que ce médicament peut donner des \* effets indésirables impactant la santé sexuelle \* ? "

**Trianguler:** à partir du traitement, d'une pathologie, d'une maladie chronique etc.

" Les personnes dans votre situation peuvent avoir des problèmes en sexologie. Est-ce votre cas ? "

" D'autres personnes qui ont le même \* traitement ou problème de santé \* que vous ont des répercussions au niveau de leur vie intime. Est-ce que c'est votre cas ? "

### Partir du/de la patient-e:

" Est-ce que vous avez des questions par rapport à votre sphère intime? A vos rapports sexuels ? "

" Est-ce que vous avez besoin d'information par rapport à quelque chose qui pose difficulté ou question dans votre sexualité? "

## Pour aller plus loin..

### Pour plus de détails

" Seriez-vous d'accord de m'expliquer plus précisément ce qui est problématique ? "

" Ça ne va pas à quel niveau ? "

" Est-ce que ça vous concerne vous ou est-ce que ça concerne votre partenaire ? "

### Pour évaluer l'impact

" En quoi est-ce que ça affecte votre vie de couple? votre moral ? "

" Quel est l'impact sur les différents aspects de votre vie ? "

### Pour évaluer les ressources

" Est-ce que vous en avez parlé à votre partenaire? A un ou une amie ? "

" Est-ce que vous avez été sur internet ? "

" Qu'est-ce que vous avez déjà essayé comme solution par vous-même ? "

## Après l'échange..

**Normaliser et rassurer :** " Est-ce que c'est normal de ne pas avoir envie ? Bah oui ça arrive et c'est ok de ne pas avoir de libido. "

**Si c'est pertinent, finir sur une note positive :** " Qu'est-ce que vous pouvez me citer de positif dans votre sexualité ? " " Quand vous êtes satisfait sexuellement sur quoi d'autre ça peut avoir des répercussions dans votre vie ? "

**Valoriser :** " Je vous félicite d'avoir osé en parler. Vous avez fait preuve de courage parce que ce ne sont pas des sujets faciles à aborder. "

**Remercier :** " Je vous remercie de m'avoir fait confiance et de m'avoir confié ça. "

**Parfois référer :** " Je vous remercie de m'avoir dit ça mais là je vous propose de vous orienter vers quelqu'un parce que je suis à la limite de mes compétences. "

**Pour rappel :** l'idée est d'ouvrir la discussion et dépister d'éventuelles problématiques.

Si le temps vient à manquer, vous pouvez proposer une seconde consultation.

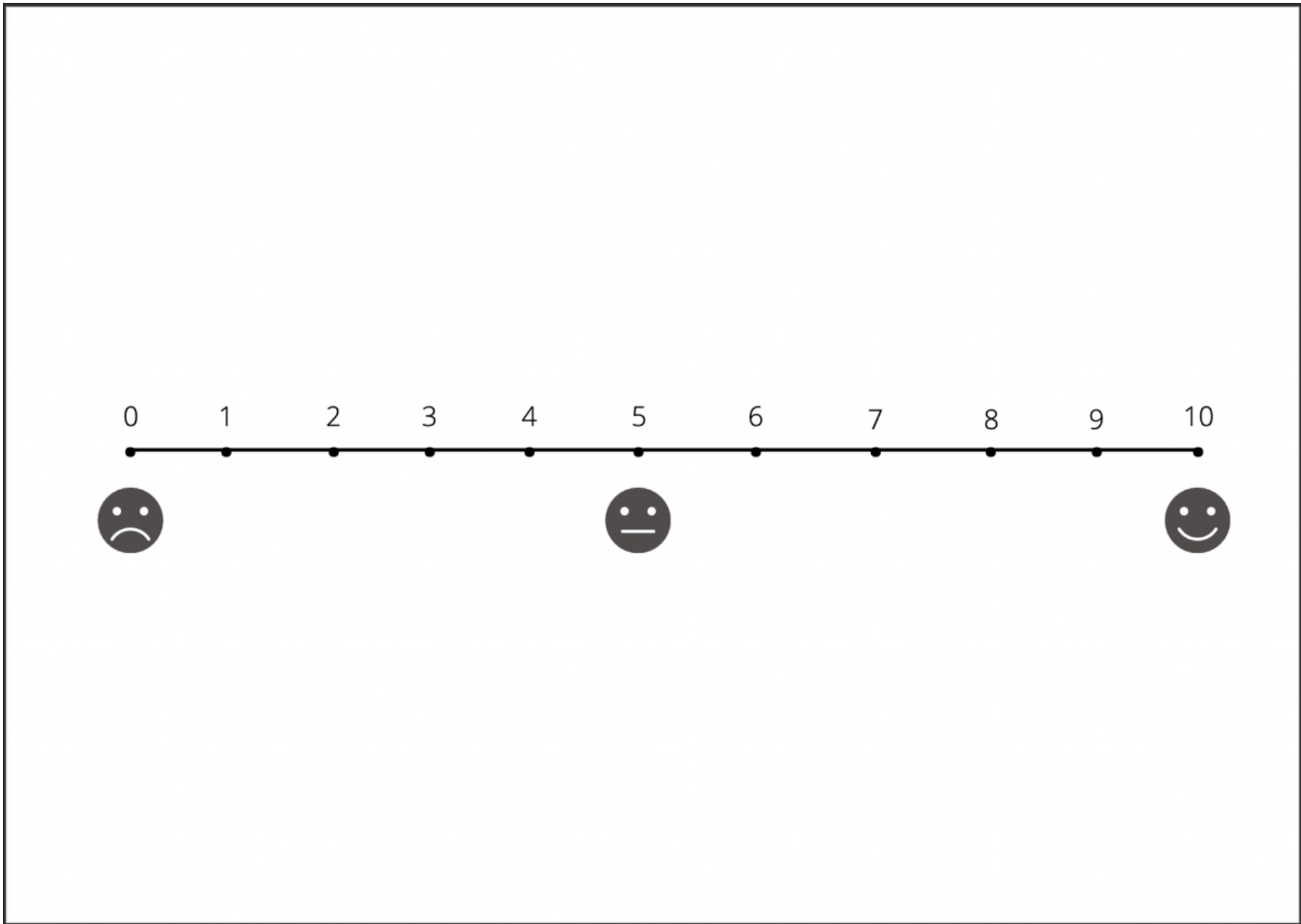
Si vous avez atteint vos limites, vous pouvez référer le/la patiente.

Si cette thématique vous intéresse, vous pouvez vous former davantage.

	<u>On pense</u>	<u>On peut demander:</u>
<b>MALADIES SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES</b>	<p>prévention carré et gants de latex préservatif interne et externe</p> <p>partenaire(s) comportements à risque</p> <p>dépistage traitement post exposition</p> <p>stratégie de réduction des risques</p> <p>prophylaxie pré-exposition</p> <p>sexe sous influence de produits</p>	<p>" Avez vous fait un dépistage récemment ? "</p> <p>" Avez vous un nouveau ou une nouvelle partenaire ? "</p> <p>" Quels sont vos rapports avec l'utilisation du préservatif ? "</p> <p>" Est ce que quand vous consommez des produits c'est aussi dans un contexte sexuel ? "</p>
<b>VIOLENCES</b>	<p>violences sexuelles</p> <p>mutilations génitales</p> <p>cyberharcèlement</p> <p>consentement</p> <p>mariage forcé</p>	<p>" Désolé de poser la question mais est-ce que vous avez été coupée ? "</p> <p>" Est-ce qu'il vous arrive de vous forcer à faire l'amour avec votre partenaire ? Et si oui, comment vous vous sentez ? "</p> <p>" Est ce qu'il y a déjà eu de la violence précédemment dans votre intimité ou dans votre sexualité ? "</p>
<b>REPRODUCTION</b>	<p>désir d'enfant</p> <p>procréation médicalement assistée</p> <p>sexe-périnatalité</p> <p>moyens de contraception</p> <p>charge contraceptive partagée</p> <p>interruption volontaire de grossesse</p>	<p>" Avez-vous un désir d'enfant ? "</p> <p>" Est-ce que ce moyen de contraception sera facile ou pratique d'usage pour vous à la maison ? "</p>
<b>LGBTQIA+</b>	<p>orientation sexuelle</p> <p>lesbienne gay bisexuel·le asexuel·le</p> <p>genre</p> <p>intersexe transexuel·le</p> <p>non binaire queer</p> <p>expression de genre</p>	<p>" Quelles sont vos organes génitaux? Est-ce que vous avez une vulve, un pénis, un utérus ? "</p> <p>" Vous êtes plutôt attiré·e par les femmes, les hommes ou les deux ? "</p> <p>" Est-ce que vous vous sentez bien dans votre identité de femme / d'homme ? "</p>

	<u>On pense</u>	<u>On peut demander:</u>
<b>RELATIONS et déterminants de santé</b>	<p>influence culturelle, sociale, familiale</p> <p>orientation amoureuse (aromantisme, polyamour etc)</p> <p>partenaires multiples</p> <p>couple sexfriends relation tarifée</p> <p>relation exclusive</p>	<p>" Avez-vous une mutuelle ? Une carte d'identité ? "</p> <p>" Est-ce que vous avez déjà reçu quelque chose en échange d'un rapport ? "</p> <p>" Avez-vous un homme ou une femme dans votre vie ? Comment ça se passe entre vous en dehors de la sexualité ? "</p>
<b>PRATIQUES ET PLAISIR</b>	<p>zones érogènes orgasme</p> <p>désir plaisir libido</p> <p>pornographie masturbation</p> <p>préliminaires sextoys paraphilies</p> <p>sexe à plusieurs</p> <p>kinky sexe</p> <p>sexe sous influence de produits</p> <p>sexe pénétratifs ou non</p>	<p>" Si vous deviez coter votre libido sur 10 vous diriez combien ? "</p> <p>" A quel point êtes vous à l'aise ou satisfait avec votre sexualité ? "</p> <p>" Comment est ce que ça se manifeste le désir ? "</p>
<b>CORPS</b>	<p>anatomie</p> <p>virginité</p> <p>puberté</p> <p>hygiène</p> <p>complexes</p> <p>rapport au corps</p>	





# Take home messages

- La santé sexuelle ne se résume pas à l'absence de risque / violences.
- La santé sexuelle concerne tous/toutes nos patient·e·s.
- Pas besoin d'être un/une expert·e pour aborder ce sujet.

## Quelques idées pour passer à l'action:

- télécharger cet outil
- le lire une première fois à tête reposée
- choisir une des stratégies et un jour de consultation pour l'essayer
- en discuter avec un/une collègue dans les jours qui suivent
- etc.

---

Merci pour votre attention.

Des questions ?

---



Pour télécharger directement  
l'outil en PDF, il n'y a qu'à  
scanner ce QR code ou me  
contacter par mail  
[laetitia.meyer@ulb.be](mailto:laetitia.meyer@ulb.be)

# Bibliographie

- (1) Zeler A, Troadec C. Ressenti des patients lorsque la sexualité est abordée par un médecin généraliste : étude qualitative sur 96 patients adultes du Languedoc-Roussillon, France. Sexologies. 2017;26(3):136-145.
- (1) Meystre-Agustoni G, Jeannin A, De Heller K et al. Talking about sexuality with the physician: are patients receiving what they wish?. Swiss Medical Weekly; 2011

# Définitions de l'Organisation Mondiale de la Santé

La **santé sexuelle** est « un état de *bien-être* physique, émotionnel, mental et social en relation avec la sexualité, et non *pas simplement l'absence de maladies, de dysfonctionnements ou d'infirmités*. La santé sexuelle requiert une approche *positive* et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, ainsi que la possibilité d'avoir des expériences sexuelles *agréables* et sûres, sans contrainte, discrimination et violence » .<sup>(1)</sup>

La **sexualité** est « un aspect central de l'être humain tout au long de la vie, qui englobe le sexe, les identités de genre et les rôles y afférents, l'orientation sexuelle, l'érotisme, le plaisir, l'intimité et la reproduction. La sexualité est vécue et exprimée sous forme de pensées, de fantasmes, de désirs, de croyances, d'attitudes, de valeurs, de comportements, de pratiques, de rôles et de relations. La sexualité regroupe ainsi de nombreuses dimensions mais chaque personne ne ressent pas ou ne vit pas nécessairement chacune d'entre elles. La sexualité est influencée par l'interaction de facteurs biologiques, psychologiques, sociaux, économiques, politiques, culturels, juridiques, historiques, religieux et spirituels » .<sup>(2)</sup>

- 1) Organisation Mondiale de la Santé. Santé sexuelle [Internet]. Who.int. 2006 [cited 27 April 2022]. Available from: [https://www.who.int/fr/health-topics/sexual-health#tab=tab\\_2](https://www.who.int/fr/health-topics/sexual-health#tab=tab_2).
- 2) Organisation Mondiale de la Santé. Sexualité [Internet]. Who.int. 2006 [cited 27 April 2022]. Available from: [https://www.who.int/fr/health-topics/sexual-health#tab=tab\\_2](https://www.who.int/fr/health-topics/sexual-health#tab=tab_2)



# Méthodes de consensus classiques

## Delphi <sup>(3)</sup>

Procédure itérative et interactive durant laquelle plus de 15 à 60 participants répondent **individuellement** (anonymat) à un questionnaire utilisant des **échelles de Likert**.

## Groupe nominal <sup>(3)</sup>

Fonctionnement du groupe **standardisé** : énoncé de la question > réponses individuelles > énoncé des réponses > clarification > **votes individuels** > compilation des résultats.

# Discussion

## Limites

- biais de recrutement
- avis d'expert
- nombre de participant·e·s
- méthode d'obtention de consensus

## Forces

- répond à un besoin
- pluridisciplinaire avec implication de représentant·e·s de patient·e·s
- flexible et personnalisable
- pragmatique et concret
- original et inclusif
- vision positive de la sexualité

## Avenir

- utilisations
- études complémentaires
- évolution sur le fond et sur la forme