

Complications du diabète : des répercussions sur la sexualité

Infections, mycoses, sécheresse vaginale, prostatite, dysfonction érectile, baisse de la libido... les complications du diabète peuvent affecter la sexualité. Ces troubles sexuels liés au diabète ne sont pas irrémédiables. Des moyens existent aussi pour s'en prémunir.

Certaines complications du diabète (des nerfs, des artères..., les infections), les pathologies associées et leurs traitements (hypertension, cholestérol...), et d'autres pathologies hormonales (ovaires, testicules ou thyroïde) ont des répercussions directes sur la vie sexuelle.

Symptômes des troubles sexuels chez les diabétiques

Chez la femme diabétique, on trouve le plus souvent des problèmes d'**infections par des champignons** (mycoses) et de **sécheresse vaginale**, rendant les rapports difficiles et douloureux. Chez l'homme : **prostatite**, infections, **mycoses**... et surtout **troubles de l'érection et de l'éjaculation** constituent les principales complications.

Sur les 10 à 15 % des hommes (chiffres augmentant avec l'âge) qui présentent une **dysfonction érectile**, 30 à 50 % sont diabétiques. De plus, le diabète, comme d'autres maladies chroniques, entraîne des phases de dépréciation de soi pouvant aller jusqu'à la dépression avec des effets variables chez les deux sexes : **blocage psychologique** (inhibition), **baisse du désir**(libido)...

Que faire ?

Ne négligez pas **les complications qui affectent la vie sexuelle**, elles peuvent révéler d'autres complications du diabète. **Le diabète ne relègue pas la sexualité au second plan.** Chacun a le **droit à la santé sexuelle et au plaisir**. Les complications de la vie sexuelle ne sont pas une fatalité.

On peut vivre une sexualité normale au même titre que les non-diabétiques. À condition d'éviter les facteurs de risque et de jouer la **carte de la prévention et de l'attention** :

- se protéger efficacement des maladies sexuellement transmissibles (risque d'infection),
- réduire la consommation d'alcool,
- stopper le tabac,
- adapter, en accord avec votre médecin, le traitement des médicaments du diabète et des pathologies associées : hypertension, cholestérol,...
- reprendre une alimentation équilibrée et une activité physique régulière,
- retrouver un équilibre glycémique (parfois le seul retour à un Hb1Ac < à 7%, permet de résoudre un trouble de l'érection).

Des traitements efficaces contre les troubles sexuels liés au diabète

Il existe actuellement de **nombreux traitements efficaces** pour traiter les troubles sexuels. Enfin, la sexualité n'est pas seulement une histoire de fonctions organiques ou mécaniques. L'approche psychosexologique ne doit pas être négligée. Pouvoir parler librement de sa sexualité à un professionnel de santé, mais aussi à sa ou son partenaire, pour que la confiance et la complicité remplacent la culpabilisation et la frustration.

Les Mycoses

Les mycoses liées aux champignons sont très **fortement corrélées à l'équilibre du diabète**. Les champignons (*Candida albicans* d'où le nom de "candidoses") adorent le sucre. La glycosurie, (présence de sucre dans les urines) explique donc cette infection. En cas d'infection, il faut absolument **rééquilibrer le diabète pour la guérison**. Mais en cas de nouveau déséquilibre, l'infection repart. C'est le baromètre du diabète ! Ces infections sont aussi favorisées par la prise d'antibiotiques. Si vous avez eu une mycose génitale, il faut toujours le dire au médecin au cas où on devrait vous prescrire des antibiotiques, afin d'envisager un traitement préventif.