



La sexualité ne se limite pas au rapport sexuel ! Les câlins, la tendresse, les caresses sont des éléments importants de la vie intime, il est important pour le couple de les maintenir pendant ces temps difficiles.

### Types de troubles sexuels

Enlever un testicule par chirurgie, soit une orchidectomie, ne devrait pas affecter votre capacité d'avoir une érection et d'éjaculer puisque le testicule qui reste peut produire suffisamment de testostérone et de spermatozoïdes.

Certains traitements du cancer du testicule risquent de causer des troubles sexuels. L'éjaculation rétrograde et l'absence de sperme au moment de l'orgasme peuvent être causés par un curage ganglionnaire rétropéritonéal. Le dysfonctionnement érectile peut se produire en cours de chimiothérapie puisque les médicaments sont susceptibles de réduire le taux de testostérone. Il peut aussi être causé par le curage ganglionnaire rétropéritonéal et la radiothérapie si des nerfs et des vaisseaux sanguins ont été endommagés, ce qui risque d'affecter votre capacité à avoir une érection.

### Troubles urinaires

pensez à vider votre vessie avant tout rapport

### Désir

La perte de désir, aussi appelée libido, est fréquente et normale. Il est courant d'éprouver moins d'intérêt pour le sexe après avoir reçu un diagnostic de cancer et pendant le traitement. Les traitements risquent particulièrement de réduire votre désir sexuel, car ils diminuent le taux de testostérone. Votre désir sexuel peut aussi être faible après le traitement si vous vous sentez diminué ou mal dans votre corps.

Pour retrouver un peu de désir: pensez à créer des moments à deux, en dehors du cadre habituel, des moments de tendresse. Communiquez. Massez vous mutuellement, ce qui va déjà permettre détente et plaisir. Prenez votre temps. La sophrologie, la méditation ou toute forme de relaxation, peut vous aider à diminuer l'anxiété et retrouver peut être du désir. Des lectures, des films... érotiques peuvent parfois aussi raviver le désir.

**Nausées:** au besoin prendre un anti nauséeux 30à60mn avant rapport

### A SAVOIR

Le cancer n'est pas contagieux

Les traitements ne sont pas nocifs pour votre partenaire

Les rapports sexuels n'entraînent pas une rechute

**La santé sexuelle est un droit, n'hésitez pas à nous en parler, nous sommes là pour vous**

### Attention au risque infectieux lié à la baisse des globules blancs

### Fertilité

Les traitements peuvent avoir des effets sur votre fertilité. Ces effets ne sont pas systématiques et pas nécessairement définitifs mais ils imposent de prendre des précautions pour préserver la possibilité d'une paternité après le cancer. Une conservation de sperme vous est ainsi systématiquement proposée avant d'enlever le testicule atteint (sauf exception comme les situations qui nécessitent un traitement contre le cancer en urgence).

Avant de démarrer les traitements contre le cancer, un rendez-vous au CECOS le plus proche de chez vous peut être programmé. Vous serez reçu par un praticien du centre qui vous expliquera comment se déroule la préservation du sperme. N'hésitez pas à lui poser toutes vos questions sur ce sujet.

**Si vous effectuez un traitement par chimiothérapie, une contraception est nécessaire**

### Image du corps

Votre chirurgien peut vous proposer de mettre en place une prothèse testiculaire. La pose d'une prothèse peut se faire en même temps que l'ablation du testicule atteint ou dans un second temps, après l'intervention. Si ce n'est pas le cas, des difficultés peuvent surgir comme la peur d'être dévalorisé aux yeux de l'autre, un sentiment d'atteinte de sa virilité, une perte d'estime de soi et des doutes sur ses capacités de séduction. Ces difficultés peuvent avoir des conséquences relationnelles et sexuelles. Aborder le sujet au sein du couple peut contribuer à une meilleure communication et à la reprise d'une vie affective et sexuelle épanouie après la maladie..