



Guide pratique

Aborder la santé sexuelle en consultation de médecine générale

Sommaire

Les bases pour aborder la santé sexuelle en consultation de médecine générale	2
Santé sexuelle chez les personnes ayant une maladie chronique et/ou un handicap	4
Santé sexuelle chez les jeunes	5
Santé sexuelle chez les personnes migrantes	6
Ressources	7

Guide pratique

Aborder la santé sexuelle en consultation de médecine générale

Les bases pour aborder la santé sexuelle en consultation de médecine générale

Dans quelles circonstances aborder la question ?

- Systématiquement lors d'un premier entretien
- De façon opportuniste (demande de contraception, infection urinaire, effet secondaire d'un traitement, santé mentale,...)



RESPECT

- **Instaurer un environnement de confiance**, dès la salle d'attente
Affichages, brochures,...
- Demander la **permission** d'aborder le sujet
- Garantir la **confidentialité**
Insonorisation, recevoir les personnes seules, explications sur le secret médical,...
- Expliquer l'**objectif** des questions
- Poser des **questions ouvertes**, respecter les silences, reformuler
- Bien choisir son **vocabulaire**
«Relation» plutôt que «couple», grossesses ≠ enfants

La santé sexuelle fait partie de la santé. J'aimerais vous poser quelques questions à ce sujet.
Seriez-vous d'accord pour en parler ?

Je pose ces questions de façon systématique. Vos réponses resteront confidentielles, vous pouvez parler librement.

Les symptômes que vous présentez peuvent être en lien avec la sexualité, êtes-vous d'accord pour aborder le sujet ?



NON JUGEMENT

- Avoir une écoute **empathique et bienveillante**, sans jugement
- **Garder l'esprit ouvert**
Ne pas présupposer du genre, des pratiques sexuelles, de l'orientation sexuelle, du nombre de partenaires.

Avez-vous une activité sexuelle ?

Au cours des 12 derniers mois, combien de partenaires avez-vous eu (ordre de grandeur) ?

Vos partenaires sont des hommes, des femmes, les deux ?



AUTONOMIE

- Partir des représentations **et des besoins** de la personne
- Valoriser **les connaissances et le développement** des aptitudes personnelles
- Respecter la temporalité, la pudeur et **l'intimité de la personne**
- Ouvrir la possibilité de **ne pas répondre**



Vous souhaitez une contraception : quels seraient les critères d'une contraception idéale pour vous ?

Si vous n'êtes pas à l'aise pour aborder le sujet aujourd'hui, vous pourrez si vous le souhaitez m'en reparler une autre fois.



Comment vivez-vous votre sexualité actuellement ?

Éprouvez-vous des difficultés dans votre vie sexuelle ? Lesquelles ?

Le traitement que vous prenez peut avoir des effets sur le plan sexuel, comment ça se passe pour vous ?

Avez-vous été au moins une fois au cours de votre vie victime de violences ?

Comment votre conjoint se comporte-t-il avec vous ?

De quels autres aspects de votre santé sexuelle et de vos pratiques sexuelles devrions-nous discuter pour vous aider à vous assurer d'une bonne santé ?



Si vous avez quelque problème que ce soit avec la sexualité, vous pouvez vous sentir à l'aise de m'en parler.



PRISE EN CHARGE GLOBALE

- Aborder la **satisfaction sexuelle**
- Penser à la qualité de vie sexuelle **en cas de maladie chronique**
Impacts de la pathologie et/ou des traitements
- Aborder la question des **violences**
- En cas de **symptômes sexuels**, explorer les différentes dimensions
Organique, relationnelle, psychologique
- **Se construire un réseau** en santé sexuelle pour orienter si besoin



SUIVI

- **Synthétiser** la consultation
- Rester à **la disposition** de la personne
- Réévaluer **régulièrement**



Sexe, genre, sexualités sont sur un spectre. Les orientations sexuelles, orientations romantiques et pratiques sexuelles sont diverses. **Aborder le genre si et seulement si c'est un point nécessaire.**

IDENTITÉ DE GENRE

Femme ◀ ▶ Homme
Non binaire

ATTIRANCE / ORIENTATION SEXUELLE

Hétérosexuel·le ◀ ▶ Homosexuel·le
Bisexual·le

SEXE BIOLOGIQUE

Femelle ◀ ▶ Mâle
Intersexe

EXPRESSION DE GENRE

Féminine ◀ ▶ Masculine
Androgyne

Santé sexuelle chez les personnes ayant une maladie chronique et/ou un handicap



PRISE EN CHARGE GLOBALE

- **Impacts possibles** de la pathologie, du handicap et/ou des traitements
- Au cours du suivi médical, penser à la **qualité de vie sexuelle**
- Devant des symptômes sexuels, **explorer les dimensions organique, relationnelle et psychogène**
- **Questionner sur l'état psychologique**, la/les relations en cours, l'ambiance à la maison
- Aborder la **question des violences** (vulnérabilité accrue)



AUTONOMIE

- **Ne pas avoir peur** du handicap
- Savoir repérer le « **déni de sexualité** » et l'infantilisation par l'entourage et par soi-même
- Droit au **respect de la vie privée** et à l'exercice de l'autonomie



ACCESSIBILITÉ

- **Des locaux** : configuration du cabinet avec des repères qui ne changent pas
- **De la communication** : adapter son vocabulaire, ses outils et son matériel
Langue des signes, dessins, écriture de taille et couleurs adaptées, modèles en relief,..

Spécificités de l'abord des personnes ayant un handicap cognitif ou mental

- Possibilité d'accompagner en individuel et en couple
- Possibilité d'inclure les tierces personnes accompagnantes si personnes non verbales
- Amorcer l'échange via la parentalité ou la vie sociale et affective
- Rendre en compte les conditions de vie : accès à l'intimité, personnel accompagnant, institution,...
- Mettre la personne à l'aise
- Effet secondaire d'un traitement, santé mentale,...

Santé sexuelle **chez les jeunes**

Particularités du rapport à la sexualité

- Expérience avant tout intime et individuelle, puis relationnelle
- Âge médian du 1^{er} rapport sexuel stable : 17 ans



À PARTIR DE QUEL ÂGE ?

- Quand l'ado le **veut**
- **Demander l'accord** pour aborder le sujet
- Ouvrir la porte pour en parler **plus tard**

C'est un sujet important : on peut en parler si tu veux"



COMMENT ABORDER LA QUESTION ?

- **Adapter** les questions et le vocabulaire. Possibilité de partir **de la courbe de croissance** et de la puberté
- **Élargir** à partir de l'insertion sociale, des relations amicales ou amoureuses
- Faire référence au groupe de pair-es, **partir du collectif**
- Privilégier les **questions ouvertes**
- Ne pas **plaquer une norme**
- Parler désir, plaisir, consentement et **pas seulement de la prévention** des grossesses et IST
- **Explorer le vécu** : **attentes, communication facile avec les partenaires,...**
- **Penser aux consommations** (alcool, cannabis,..) qui peuvent être utilisées pour faciliter les relations sexuelles
- S'appuyer sur **des outils**
Questions d'ados, Santé publique France, Santé BD, Handiconnect, etc.

Est-ce que tu as constaté des changements au niveau de ton corps ? Est-ce que tu as des questions ?

À ton âge la plupart des jeunes ont vu un film porno/se masturbent. Où en es-tu par rapport à ça ?

Spécificités pour les personnes mineures

- Première consultation de santé sexuelle, de contraception et de prévention des IST (CCP), prise en charge à 100 % pour les moins de 26 ans
- Contraception anonyme et gratuite en Centre de Santé sexuelle (ex CPEF) ou via prescription en pharmacie d'officine pour les moins de 26 ans (en précisant sur l'ordonnance « confidentialité < 26 ans »)
- Dépistage IST en Centre de Santé sexuelle, CegiDD, EVARS (espaces vie affective relationnelle et sexuelle)
- Avortement possible sans autorisation des titulaires de l'autorité parentale avec accompagnement par une personne majeure référente choisie par le/la patient-e
- Pour tout autre motif : possibilité de s'appuyer sur la loi du 4 mars 2002 qui laisse aussi la possibilité d'une « autorisation de soin sans autorité parentale » pour n'importe quel soin, avec accompagnement par une personne majeure référente choisie par le/la patient-e

Santé sexuelle chez les personnes migrantes



QUAND ABORDER LA QUESTION ?

- Dès le premier entretien et ouvrir la porte à en parler plus tard
- Lors du bilan de santé d'une personne primo arrivante
- À l'occasion d'un dépistage VIH, y compris hors les murs
- Devant des signes d'alertes
Violences, anxiété,...
- En consultation de préparation à un voyage ou retour de zone de forte endémie d'IST
- Lors d'une consultation de vaccination
- Au cours d'une consultation de grossesse
- Avec toutes les personnes, notamment si facteurs de vulnérabilité
Précarité, prostitution, personnes LGBTQIA+, jeunes,...



En cas de difficultés de compréhension

- Avoir recours à un interprétariat professionnel
- Utiliser des guides avec pictogrammes dédiés
- Travailler avec des médiateur-ices en santé pour aider si le sujet est difficile à aborder.

Spécificités de l'abord des personnes migrantes

- Penser à la PrEP car population particulièrement exposée au VIH, que ce soit pour les hommes ou les femmes
- Repérer les violences ayant pu survenir dans le pays d'origine, sur la route d'exil ou en France, notamment en lien avec la précarité (écouter, soutenir, orienter)
- Repérer les pratiques vaginales à risque : produits pour rétrécir le vagin, pour stimuler les sécrétions vaginales, pratiques de toilette vaginale,...
- Dépister les mutilations génitales féminines ou excisions (pratiquées dans certains pays d'Afrique, d'Europe, dans certaines régions de l'Inde ou de l'Indonésie) :
 - aborder le sujet sans projection positive ou négative
 - utiliser un vocabulaire accessible et non jugeant
 - ouvrir un espace d'échange
 - dépister les complications (infections urinaires, fistules, dyspareunies,...)
 - connaître son réseau pour proposer une prise en charge si souhaitée qui sera multidisciplinaire
 - évaluer les risques chez les enfants, notamment avant un départ dans le pays d'origine (possibilité de signalement au procureur s'il y a un risque que la fille ne soit pas protégée).

Ressources

Les bases pour aborder

la santé sexuelle en consultation de médecine générale

- Guide Aborder la santé sexuelle en consultation : bit.ly/aborder-la-sante-sexuelle
- Guide de premier recours en sexologie : bit.ly/premier-recours-sexologie
- Guide LGBTQI+ pour un meilleur accueil des minorités genrées, sexuelles et sexuées : bit.ly/guide-lgbtqi
- Fiches pratiques HAS pour le repérage des femmes victimes de violences :
 - L'essentiel : bit.ly/violences-guide
 - Repérer : bit.ly/violences-reperer
 - Agir : bit.ly/violences-agir
- Module de formation « Trans-diversité 2 : santé et services sociaux », en ligne et gratuit, adressé aux professionnels de la santé et des services sociaux (Université de Montréal - Québec) : bit.ly/transdiversite
- Association Chrysalide, brochure « Accueil médical des personnes trans » : bit.ly/accueil-trans

Santé sexuelle chez les personnes ayant une maladie chronique et/ou un handicap

- Conseils et fiches pour les professionnels de santé : handconnect.fr
- Outils visuels et BD personnalisables : site de l'association Santé BD : santebd.org
- Ressources du programme Handicap et Alors du Planning Familial : bit.ly/handicap-pf
- Centre de Ressources Handicap et Sexualité : cerhes.org
- Cartographie centres de ressources IntimAgir : monparcourshandicap.gouv.fr/intimagir

Santé sexuelle chez les jeunes

- Site pour les ados, dédié à la sexualité : onsexprime.fr
- Communauté en ligne des 15-24 ans au sujet de la santé sexuelle : sexpairs.fr
- Site et chat en ligne sur vie relationnelle, affective et sexuelle : commentonsaime.fr
- Site pour les 10-14 ans sur la vie relationnelle, familiale, affective : premieresfois.fr
- Brochure première consultation gynéco : bit.ly/premiere-consult-gyneco
- Guide Ton Corps Change, association sparadrap : sparadrap.org/boutique/produit/guide-ton-corps-change
- Carte des centres de santé sexuelle, de dépistage (CeGIDD) et espaces de vie affective, relationnelle et sexuelle : onsexprime.fr/trouver-un-professionnel
- Annuaire des lieux d'écoute gratuits pour les 11-25 ans : cartosantejeunes.org
- Accès aux contraceptifs pour les moins de 26 ans, ANCI/Réseau périnatalité Centre Val de Loire : bit.ly/contraceptifs-26

Santé sexuelle chez les personnes migrantes

- Livrets multilingues "La sexualité parlons en" : parissanssida.fr/campagnes/la-sexualite-parlons-en
- Livrets multilingues du Réseau de santé en périnatalité Est Francilien : perinat-nef.org/public/ivg-contraception/sante-sexuelle
- Fiche Santé Publique France/SPILF/SFLS « Aborder la sexualité et la santé des personnes migrantes » : bit.ly/sexualite-migrants
- Santé Publique France : liste d'outils « Santé sexuelle » - Populations allophones : bit.ly/sexualite-allophones
- Site Santé BD : images multilingues santé primaire et santé sexuelle : santebd.org/je-suis-un-professionnel
- Page Santé Sexuelle association IKAMBERE : bit.ly/violences-et-vih
- Brochure PrEP pour les personnes en situation d'exil en plusieurs langues, COREVIH Arc Alpin : alpesanssida.fr/la-prep-pour-les-personnes-en-situation-dexil-brochure
- Liste des structures de prise en charge des mutilations sexuelles féminines - GAMS : federationgams.org/ressources-complementaires/

Interprétariat :

- COFRIMI : cofrimi.com
- ISM : ism-interpretariat.fr

Orientation, formations :

- COMEDE : comede.org
- CIMADE : lacimade.org

Guide élaboré à partir des travaux de construction de la [plateforme Formasantesexuelle](https://plateforme-formasantesexuelle.org)



Guide pratique

Aborder la santé sexuelle en consultation de médecine générale



Accès à la **version numérique** de ce document



Accès à tous les documents du kit pratique en **version numérique**