

Gynécologue, urologue, sexologue, psy : qui consulter pour quel problème sexuel ?

Éjaculation précoce, sécheresse vaginale ; perte de libido... qui soigne quoi sexuellement ? A qui s'adresser selon les difficultés sexuelles que l'on rencontre et comment trouver les bons praticiens ? Réponses.

Sommaire

- [À qui s'adresser selon les difficultés sexuelles que l'on rencontre ?](#)
- [Un réseau de professionnels complémentaires et capables de vous \(ré\)orienter](#)
- [Comment trouver de bons praticiens en sexologie ?](#)
- [Problèmes sexuels : quand faut-il aller consulter ? A deux ou tout seul ?](#)
- [Ne pas confondre performances et bien-être sexuel](#)

Aller voir « quelqu'un » ce n'est jamais évident, mais ça l'est encore moins si on ne sait pas vers qui se tourner... Pourtant, quel que soit le problème sexuel, on sait que **l'intervention d'un tiers fait souvent grand bien**. La Dre Michèle Bonal, gynécologue et sexothérapeute à la retraite, responsable pédagogique des enseignements de sexologie à l'université de Toulouse, membre de la FNCGM (Fédération nationale des collèges de gynécologie médicale), a accepté de nous répondre.

À qui s'adresser selon les difficultés sexuelles que l'on rencontre ?

Bien sûr, si l'on a une difficulté dite fonctionnelle (troubles de l'érection, [vaginisme](#), etc.), on ira plutôt voir un médecin (gynécologue, urologue, etc.), alors que s'il s'agit d'un problème de libido ou de couple, on consultera plutôt un **psychologue-sexologue**. Cependant, nous le savons bien, du corps à la tête, il n'y a qu'un pas et vice versa. Un problème d'érection, considéré comme mécanique, peut venir d'une **difficulté relationnelle**, de couple. C'est sans doute pour cela qu'il existe un diplôme spécifique pour répondre aux problématiques liées à la sexualité. Quel que soit le soignant choisi, il peut être formé spécifiquement aux questions liées à la sexualité grâce à une

formation interuniversitaire (DIU sexologie et études humaines de la sexualité), destinée à différents professionnels de santé :

« Ce qui est difficile dans la compréhension de la sexologie c'est que le terme sexologue n'est pas protégé, explique Michel Bonal. N'importe qui peut s'autoproclamer sexologue. Pourtant, depuis les années 1990, il existe en France des enseignements universitaires qui forment des médecins et non médecins professionnels de soins aux questions spécifiques à la sexualité. Donc des [gynécologues](#) urologues, andrologues, psychiatres, mais aussi des sages-femmes, infirmières, kinésithérapeute, psychologues, conseillers conjugaux, etc. Le fait d'avoir un diplôme commun en 3 ans nous donne des compétences communes. C'est une formation complémentaire à la formation de base qui permet aux professionnels d'acquérir des compétences transversales et de travailler en réseau. »

Tous les diplômés auront appris, grâce à ces études, à connaître les problèmes en lien avec la sexualité, tant par leurs **aspects psychologiques que médicaux, sociaux et culturels**.

Un réseau de professionnels complémentaires et capables de vous (ré)orienter

C'est donc le soignant qui va savoir vers où vous orienter selon le problème que vous rencontrez : « Peu importe le point d'entrée du patient s'il est tombé sur un professionnel compétent, il saura le rediriger si besoin », explique Michèle Bonal. Si un couple s'adresse par exemple à un conseiller conjugal et que celui-ci se rend compte qu'il y a un [trouble de l'érection](#), il pourra alors le renvoyer vers un urologue. Idem pour une gynécologue qui recevrait une femme pour une [contraception](#) et parlerait d'une difficulté de couple : le médecin doit être capable de la réorienter vers une personne à même de l'aider à résoudre son problème relationnel.

Les difficultés sexuelles sont d'origines très diverses : un professionnel saura mieux faire la différence entre un problème médical, un problème de communication ou une histoire traumatique psycho-sexologique.

Comment trouver de bons praticiens en sexologie ?

« Il me semble qu'aujourd'hui, on peut faire des choix sécuritaires. Je pense qu'on a les moyens de faire un certain nombre de vérifications », tranche notre spécialiste. En effet, de nombreux outils peuvent vous aider :

- Un **annuaire dédié** : [l'annuaire AIUS](#) (Association interprofessionnelle post-universitaire de sexologie). On peut y consulter les curriculums vitae de chaque professionnel.
- Des **sites spécialisés dans les problèmes sexuels** : « Sur internet il existe aussi un service qui concerne les hommes avec centre de consultation à distance : [Charles.co](#). Il traite essentiellement de troubles masculins et plus particulièrement des problèmes d'érection. »
- La possibilité de **se renseigner soi-même** : quelles formations a le soignant ? a-t-il des publications sur Internet ? etc., sont autant de questions auxquelles répondre avant de consulter un soignant. Vous pouvez aussi téléphoner et demander tout simplement au professionnel s'il pense que ce problème est de son ressort et si, le cas échéant, il a une recommandation à vous faire.
- **Le bouche à oreille** peut aussi vous aider à choisir : une recommandation d'un proche en qui on a confiance, dans le ressenti et le jugement, est souvent bienvenu.
- **Le feeling** : cependant, il faut bien sûr que le courant passe ! Un même soignant pourra convenir aux uns et pas aux autres... Eh oui, n'en déplaise à certains, les goûts et les couleurs ne se discutent point.

D'autres praticiens issus des médecines alternatives

Bien sûr, d'autres types de soignants, tels que les **réflexologues**, [hypnothérapeutes](#), etc., qui n'ont pas accès à ce DIU sexologie, peuvent aussi vous aider à résoudre vos problèmes sexuels et/ou affectifs. Il conviendra alors de se renseigner doublement pour être sûr.e de ne pas tomber sur un charlatan.

Problèmes sexuels : quand faut-il aller consulter ? A deux ou tout seul ?

Dans l'ensemble, il y a un problème lorsque nous ne sommes pas heureux, pas bien dans une situation. Mais, comme le souligne Michèle Bonal, **il existe souvent un décalage très important entre les représentations que la société donne de la sexualité et la réalité de ce que vivent les gens**. De fait, ces derniers auront tendance à considérer qu'il y a un problème dès lors qu'ils ne rentrent pas dans les « cases », alors même que la situation leur convient. Dans ces cas-là, il conviendra simplement de parvenir à se libérer de ces injonctions sociétales pour résoudre le problème.

Est-ce qu'on se rend seul.e ou à deux en consultation si c'est un problème de couple ?

Cela dépend du couple et du problème ! A priori une [thérapie de couple](#) se fait le plus souvent avec son.sa partenaire, mais encore une fois, c'est **au cas par cas**. Parfois, un des membres du couple aura davantage besoin de parler ou devra d'abord régler des problèmes personnels. Votre soignant pourra là encore vous aider dans ce choix.



Les troubles sexuels chez l'homme

Ne pas confondre performances et bien-être sexuel

Ce qu'il faut bien comprendre, c'est que quel que soit le professionnel qui vous reçoit, **il n'est pas là pour faire de vous un bon coup ni vous aider à performer sexuellement**. Il vous aide simplement (et c'est l'essentiel) à vous épanouir en tenant compte de votre situation propre : désirs, limites, souhaits éventuels du partenaire, etc.

De l'intérêt de l'honnêteté envers son médecin

Faire appel à un tiers s'avère souvent positif, notamment pour avoir un avis extérieur. Mais dans le cadre d'une consultation médicale ou paramédicale, il convient d'être transparent avec son soignant afin de travailler réellement sur son problème ou sa difficulté.

Ce qu'il faut retenir :

- Quel que soit votre point d'entrée, si c'est un professionnel compétent, il saura vous rediriger.
- Un réseau fort sur lequel vous appuyer et des professions complémentaires.
- La possibilité de recherches personnelles simples sur un professionnel de santé.
- Bouche à oreille et feeling sont aussi à prendre en considération.

À la question, quel professionnel aller voir pour un problème sexuel ? La réponse est donc simple : un bon ! Qu'il soit psychologue ou gynécologue de formation, s'il est compétent, il pourra sans nul doute vous aider. Enfin, ainsi que le rappelle notre experte, « **les difficultés sexuelles sont multifactorielles** ». Un même

problème peut donc être traité de plusieurs façons et/ou par différents types de soignants.

Bien à vous et à votre bien-être sexuel !