

ÉJACULATION DIFFICILE

UN PROBLÈME FRÉQUENT

L'**éjaculation** précoce, tout le monde en a entendu parler et environ 30% des hommes en ont souffert !

Mais l'éjaculation tardive, difficile, voire impossible, paraît un souci plus inattendu.

Pourtant, les hommes souffrant d'éjaculation difficile sont relativement nombreux à venir en consultation de sexologie.

Un homme peut consulter un **sexologue** pour une impossibilité à éjaculer (anéjaculation totale), ou pour une éjaculation difficile à déclencher et qui tarde à venir.

Éjaculation difficile : que se passe-t-il ?

Tout d'abord, il se peut qu'un médicament soit à l'origine de cette **éjaculation** tardive, voire absente. En effet, certaines substances, notamment certains antidépresseurs, ralentissent le réflexe éjaculatoire. Le médecin ne prévenant pas forcément de cet effet, on peut en souffrir sans réaliser qu'il s'agit d'un effet secondaire à son traitement. Alors quand un homme observe qu'il a des difficultés à éjaculer, le premier réflexe, c'est de lire la notice des médicaments qu'il prend, en particulier les effets indésirables.

Si ce n'est pas le cas, il peut s'agir d'une difficulté d'excitation, c'est-à-dire que cet homme a du mal à faire monter son excitation à un niveau suffisant pour déclencher l'éjaculation.

Nous ne sommes plus alors devant un problème chimique ou mécanique, mais plutôt psychique.

Cet homme n'arrive pas à stimuler érotiquement son mental suffisamment puissamment pour parvenir de manière active jusqu'à l'orgasme. Il ne se connaît peut-être pas bien et n'arrive pas à s'y retrouver dans les chemins de son plaisir. Cela doit alors s'apprendre, par soi-même, en expérimentant.

C'est la raison pour laquelle certains hommes très jeunes souffrent d'éjaculation retardée. Ils n'ont pas, comme d'autres, de souci d'éjaculation précoce !

Troisième cas de figure, cet homme éjacule normalement, sauf lors de la fellation ou de caresses manuelles. Certains hommes ont en effet une retenue psychique lors de pratiques de ce type. C'est comme s'ils se sentaient gênés et ne parvenaient pas à lâcher prise. C'est d'ailleurs parfois aussi le cas pour une éjaculation intravaginale. Certains hommes lors d'une relation de couple avec pénétration vaginale ont du mal à se laisser aller au plaisir et freinent la survenue de leur éjaculation.

Et puis, certains hommes plus âgés, opérés de la **prostate**, n'observent pas d'**éjaculation**. Leur orgasme est pourtant bien présent. Il s'agit ici d'une éjaculation appelée rétrograde, où le sperme est produit, éjaculé, mais sort par une autre issue : il remonte dans la vessie. Ce changement de fonctionnement est dû à une atteinte des

muscles de la vessie qui n'en bloquent plus complètement l'entrée lors de la poussée éjaculatoire. Celle-ci réussit donc à en forcer l'entrée.

Certaines maladies neurologiques peuvent être en cause. Une maladie susceptible d'atteindre le système nerveux peut bloquer l'éjaculation. Cela peut se produire par exemple pour un diabète existant depuis longtemps, ou bien une sclérose en plaque... En cas de maladie entraînant une atteinte neurologique, il est donc important d'en parler au médecin. Le fonctionnement sexuel fait partie de la santé.

Éjaculation difficile : quelles solutions ?

- Arrêter un médicament s'il est en cause et peut être remplacé par un autre ou bien choisir d'attendre tranquillement que ce traitement soit terminé. Tout dépend s'il s'agit d'un médicament essentiel pour la santé ou d'un médicament de confort.
- Chercher à se comprendre pour trouver les chemins de son plaisir et les éléments favorisant la montée de l'excitation, de manière à les utiliser.
- Travailler sur ses fantasmes pour les activer au bon moment.
- Apprendre à se laisser aller physiquement dans la confiance.
- S'informer, quand on doit passer par une opération urologique, sur les conséquences, de manière à assumer les changements plus facilement.
- Et ne jamais hésiter à consulter pour demander un avis spécialisé.

Mis à jour par Dr Catherine Solano - médecin sexologue le 02/11/2015

Créé initialement par Dr Catherine Solano - médecin sexologue le 13/03/2006