

# Homme, 46 ans, je souffre d'éjaculation précoce

## La question :

Comme nombre d'autres hommes, je "souffre" de problèmes liés à l'éjaculation précoce. J'ai tenté plusieurs méthodes jusqu'ici sans succès (hypnose - psychanalyse qui sur ce plan, n'a rien donné - usage de préservatifs à effet dit prolongé). Ne devrais-je pas commencer par consulter un sexologue ou andrologue ? Cette consultation permet-elle de diagnostiquer l'origine du problème et de mettre au point une thérapie ? Laquelle donne aujourd'hui les meilleurs résultats ?

## La réponse de Gonzague de Larocque, Sexologue :

Le terme d'éjaculation précoce est un mauvais terme. En effet, l'éjaculation est un réflexe lié à la contraction de la prostate, il n'est donc pas question de pouvoir contrôler un réflexe. Le problème n'est pas celui de l'éjaculation mais de celui d'une difficulté à moduler son excitation.

Par ailleurs, l'adjectif "précoce" pose le problème de la référence utilisée ; précoce par rapport à quoi ? Il est vrai que pour les sexologues américains Master et Johnson, la définition de l'éjaculation précoce se fait en fonction des orgasmes de la partenaire. Ainsi, dans l'énoncé même « d'éjaculation précoce » se trouve un des leviers du traitement, interroger et calmer l'angoisse de performance imposée par nos sociétés modernes.

Le traitement est donc double. Premièrement, il est important répondre à la question du pourquoi. Pourquoi est-il important de contrôler cette éjaculation ? Pourquoi cela intervient-il à un moment donné du rapport ? Quel sens a ce symptôme ? Quelles représentations cela engage-t-il de notre sexualité ? Une prise en charge psychothérapeutique peut tenter d'apporter des réponses.

Deuxièmement, il faut répondre à la question du comment. Comment moduler son excitation ? Comment apprendre à relâcher ses muscles pour contrôler l'excitation ? Cette prise en charge peut se faire en couple ou en individuelle. Les thérapie de couple dite "masteriennes" (car inventé par Master et Johnson) sont sans doute les plus efficaces. Les thérapies comportementales (hypnose ou sexo-corporelle) peuvent aussi être très efficaces.

Parfois associée à ces thérapies, une prescription médicamenteuse peut être faite. Les antidépresseurs sont les molécules les plus utilisées pour leur effet secondaire sur le retard d'éjaculation. Pour autant, ces médicaments sont une aide au traitement, mais ne sont pas le traitement. Du reste, à l'arrêt du médicament, l'éjaculation précoce revient si elle n'a pas été correctement prise en charge.

*Modifié en juillet 2009*