

PALUCHOPHOBIE Phobie de la masturbation

*Phobie non officielle, non reconnue, non spécifique, non classifiée
en tant que trouble anxieux défini dans le DSM-5 et la CIM-11*

De PALUCHER : se masturber.

En argot français, le verbe **palucher** (et surtout sa forme pronominale **se palucher**) signifie principalement se masturber. Il vient du mot **paluche**, qui est un terme familier désignant la main (dérivé de pale ou palette).

Origine et sens principaux

Le mot a évolué pour donner plusieurs nuances selon le contexte populaire ou professionnel :

- **Sens sexuel ou vulgaire** : Se masturber (pour un homme). Par extension, on l'utilise aussi parfois pour exprimer l'idée de perdre son temps ou de faire des efforts inutiles.
- **Sens de la tâche difficile** : *Se palucher quelque chose* signifie accomplir un travail long, ennuyeux ou pénible à la main, sans aide automatique.
- **Argot policier** : Prendre les empreintes digitales d'une personne (en manipulant ses mains).