

Stop and Go

Définition

Le stop and go est une technique utilisée pour traiter l'éjaculation précoce.

Principe

- Dès que l'homme ressent l'imminence de l'éjaculation, il doit stopper tout mouvement de va-et-vient de façon à retarder l'éjaculation.
- Les mouvements peuvent reprendre dès que l'éjaculation s'est éloignée.
- Cette méthode impose une parfaite collaboration du couple et demande à la femme l'abnégation de son plaisir tant que le trouble persiste.
- Le stop and go est rarement suffisant pour aboutir seul à de bons résultats.
- Il faut en général l'accompagner d'autres méthodes enseignées par un sexologue : le squeeze, le déconditionnement ou l'hypnose par exemple.

Déconditionnement

Définition

Le déconditionnement in vivo est une technique utilisée pour traiter l'éjaculation précoce.

Principe

On injecte dans le gland un produit (la prostaglandine E1) dont le rôle est de maintenir l'érection quoi qu'il arrive. Cette injection est répétée à chaque séance. On fait en tout 6 séances. Pendant ces 6 séances, le couple va se fixer comme but d'augmenter sa tolérance à des degrés d'excitation de plus en plus forts.

Le couple va retrouver tout ce qu'il a perdu en capacité d'érotiser au moyen de caresses et de l'expression de fantasmes. Ainsi l'homme va apprendre à conserver le contrôle de son éjaculation et donc s'affirmer dans une relation sexuelle réussie.

Les séances

On pratique 1 séance par semaine :

- 1^{ère} séance : caresses, préludes amoureux mais aucune pénétration malgré une érection rigide.
- 2^{ème} séance : la femme se met en position d'Andromaque (à califourchon sur l'homme), mais la pénétration ne se fait pas au delà du gland.
- 3^{ème} séance : toujours en Andromaque, la femme seule fait des mouvements de va et vient. Après ce sera le tour de l'homme.
- 4^{ème} séance : la femme se couche sur le côté et l'homme pénètre son vagin par derrière. Le pénis rentre entièrement.
- 5^{ème} séance : l'homme pénètre la femme de façon classique.

Ces séances sont préparées par le sexologue et répétées par le couple chez lui en dehors des séances, sans l'injection de prostaglandines. Ces thérapies aidées du **squeeze** ou du **stop and go** donnent généralement de très bons résultats. Le suivi sur 3 mois permet en général une amélioration très nette de l'éjaculation précoce.