

# Sexologie

## Éjaculation difficile, un problème fréquent

L'**éjaculation précoce**, tout le monde en a entendu parler et 30% des hommes en ont souffert ! Mais l'**éjaculation tardive**, difficile, voire impossible, paraît un souci plus inattendu. Pourtant, il est fréquent en

Un homme peut consulter un sexologue pour une impossibilité à éjaculer (une 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 vous prévenant pas forcément de cet effet, vous pouvez en souffrir sans réaliser qu'il s'agit d'un effet secondaire à votre traitement. Si ce n'est pas le cas, il peut s'agir d'une **difficulté d'excitation**, c'est-à-dire que l'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 de manière active jusqu'à l'orgasme. Il ne se connaît peut-être pas suffisamment 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 pourtant très jeunes n'ont aucun problème d'**éjaculation précoce**, mais plutôt retardée ! Troisième cas de figure, cet homme éjacule tout à fait normalement, sauf si on le fait sauter, 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 n'arrivaient pas à se laisser aller. C'est d'ailleurs parfois aussi le cas pour une **éjaculation intravaginale**. Certains hommes ont du mal à se laisser aller à leur plaisir et le freinent, involontairement bien sûr ! 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.

### Éjaculation difficile : quelles solutions ?

- Arrêter un médicament s'il est en cause et peut être remplacé par un autre ou bien attendre tranquillement que ce traitement soit terminé. - Chercher à se comprendre pour trouver les chemins de son plaisir et les éléments qui favorisent 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 03/03/2011

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