

## Nombre de fois par nuit

Homme, 26 ans

**Question :** Bonjour , je suis un jeune homme 26 ans , mon problème est le suivant : avant avec ma femme on pouvait faire l'amour plus qu'une fois dans la nuit , une fois c'était aller à 6, mais cela fait 6 mois , que je peux plus le faire plus qu'une fois dans la nuit et si ça m'arrive de le faire deux fois le temps entre les deux est très long, je me fait beaucoup de soucis est je demande est ce que j'ai besoin d'aller voir un médecin , merci d'avance pour votre réponse.

**Réponse :** Tout d'abord, lorsque vous dites que vous ne pouvez plus faire l'amour plusieurs fois par nuit, voulez-vous dire que vous n'arrivez pas à obtenir une érection après la première relation sexuelle? Car ce que vous me décrivez semble être l'évolution normale de la période réfractaire. Cette période, c'est le temps durant lequel il n'est pas possible d'obtenir une deuxième érection suite à une première relation sexuelle. À l'adolescence, cette période est très courte et peut même sembler inexistante. Toutefois, elle devient plus longue avec le temps pour parfois atteindre une journée ou même plus après 60 ans. Chaque corps étant différent, il n'est pas possible de dire quelle est la durée moyenne de la période réfractaire selon l'âge. De plus, il existe une période réfractaire non seulement pour l'érection mais également pour l'éjaculation, ces deux périodes étant indépendantes l'une de l'autre. Ainsi, un homme pourrait après un certain temps obtenir une deuxième érection sans pouvoir avoir une deuxième éjaculation aussi rapidement.

Cette évolution se fait graduellement, et tout changement qui survient drastiquement devrait attirer notre attention. Ainsi, lorsque vous dites que cela fait 6 mois que vous ne pouvez pas avoir plus d'une relation sexuelle par nuit, est-ce que ce changement est apparu graduellement ou plus soudainement? Pour vous, une nuit correspond à combien d'heures? Et lorsque vous dites que c'est long avant de pouvoir obtenir une deuxième érection, combien de temps est-ce que cela représente concrètement? Il ne faut pas oublier que l'absence de désir sexuel peut aussi être une cause de cette absence d'érection. Effectivement, après avoir eu une première relation sexuelle, il est possible que votre désir soit rassasié. En vous questionnant sur pourquoi vous souhaitez avoir d'autres relations sexuelles plus tard dans la même nuit, vous pourrez peut-être trouver quelques explications à ce que vous vivez. Parfois, on peut vouloir avoir une relation sexuelle car on veut « performer » ou qu'on a l'impression que c'est ce que notre partenaire souhaite ou encore que c'est ce qui est normal pour notre âge. Ces raisons ne représentent pas un réel désir sexuel. J'espère que cela répond à votre question. Si votre inquiétude persiste tout de même, n'hésitez pas à en parler à votre médecin.