



Votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

Les problèmes sexuels chez les hommes

La plupart des hommes éprouvent des problèmes sexuels à l'occasion. En fait, un récent sondage effectué par le Conseil canadien de la santé sexuelle des hommes a révélé que l'an dernier seulement, un homme sexuellement actif sur trois avait souffert d'un problème de dysfonction érectile, un terme



scientifique désignant l'impuissance. Par ailleurs, au cours de cette même période, un homme sur quatre a déclaré s'être inquiété au sujet de ses capacités sexuelles.

Les problèmes sexuels chez les hommes sont souvent associés à l'anxiété de performance, résultant de l'idée erronée que toute activité sexuelle doit mener à un rapport sexuel, à l'orgasme et à l'éjaculation. Lorsque ces attentes sont déçues, un grand nombre d'hommes qualifient l'acte sexuel d'échec. La peur de l'échec a souvent par la suite un impact sur le rapport sexuel suivant, et c'est ainsi que s'enclenche le cercle vicieux.

La consommation de drogues et/ou d'alcool peut avoir des répercussions négatives sur votre performance sexuelle. Cependant, si ce n'est pas votre cas, mais vous éprouvez des problèmes érectiles depuis quelque temps, consultez un médecin.

Les problèmes sexuels habituels comprennent, entre autres :

- **La dysfonction érectile** : l'incapacité d'avoir ou de maintenir une érection.
- **L'éjaculation précoce** : l'incapacité de retarder l'orgasme et l'éjaculation; par conséquent, l'éjaculation peut se produire au tout début de la relation sexuelle, causant l'insatisfaction du partenaire.
- **Les troubles de l'orgasme chez l'homme** : il s'agit ici du retard ou de l'absence de l'orgasme qui se produit normalement à la phase d'excitation sexuelle; comme dans le cas d'autres troubles sexuels, ils pourraient se manifester plus tard dans la vie ou avoir été toujours présents; ou encore être particuliers à certaines ou à toutes les situations.
- **L'absence de désir sexuel** : elle comprend l'absence totale ou partielle de fantasmes sexuels.
- **L'érection constante** : elle n'est pas associée au désir sexuel.

Si l'un ou l'autre de ces problèmes se manifeste souvent, parlez-en à un médecin. Ne soyez pas gêné – les problèmes sexuels sont normaux et peuvent se résoudre.

Selon le diagnostic, le médecin pourrait vous recommander de consulter un urologue, un endocrinologue, un neurologue, un sexothérapeute, un psychiatre ou un conseiller conjugal. Communiquez avec un médecin dès aujourd'hui. Vous n'avez rien à perdre.

© 2026 Morneau Shepell Ltée. Votre programme ne comprend pas nécessairement tous les services décrits dans ce site. Veuillez consulter la documentation de votre programme pour plus d'information. Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.