

Série «Habitudes de vie»

Amour et sexualité pour les personnes vivant avec une stomie



Hollister et son logo, Adapt, C3Life.com, ainsi que «Attention au détail. Attention à la vie», sont des marques de commerce de Hollister Inc.

LLycra est une marque de commerce d'INVISTA, pour des fibres et tissus extensibles de première qualité. ©2013

Hollister Limitée. 2007
Imprimé au Canada
907534-208

Hollister Limitée
95 Mary Street
Aurora, Ontario L4G 1G3
1.800.263.7400

www.hollister.com



Attention au détail. Attention à la vie.



Table des matières

Amour et sexualité.....	1
Être inquiet : c'est naturel et normal	2
Relations personnelles et confiance en soi	3-4
Vous et votre partenaire	5
Faire l'amour.....	6
La contraception.....	7
Questions pour les hommes.....	8-10
Questions pour les femmes	11-12
L'homosexualité.....	13
En terminant.....	14
Lexique	15-16

Des ressources supplémentaires sont inscrites sur la couverture arrière

Veillez prendre note que ce fascicule n'offre qu'un complément d'information et ne remplacera en aucun cas votre professionnel de la santé ainsi que les avis et conseils qu'il pourra vous donner.

Amour et sexualité

Si vous avez une stomie ou subirez sous peu une opération en ce sens, vous vous demandez certainement comment les aspects les plus intimes de votre vie personnelle seront affectés.

Ce fascicule traitera d'amour et de sexualité chez les personnes ayant une stomie et comment il est possible, pour elles, d'inclure ces aspects dans leur nouveau style de vie. Vous y trouverez des conseils concernant la sexualité et d'autres sujets connexes qui vous aideront à reprendre un style de vie adapté à vous et à votre partenaire. Un style de vie dans lequel la sexualité jouera son juste rôle. Si vous avez un ou une partenaire, encouragez-le ou la à lire ce document avec vous.

Les renseignements que vous y trouverez vous aideront, tous les deux, à trouver de nouvelles façons de vous adapter positivement aux changements provoqués par la stomie. Nous voulons répondre à vos interrogations et vous donner des suggestions profitables qui vous aideront à traiter de sujets que l'on n'aborde pas dans des conversations régulières. À cet égard, le contenu de certaines sections de ce fascicule portera sur la sexualité.

Vous retrouverez, à la fin du présent fascicule, un lexique vous donnant la définition des mots que vous ne connaissez pas ou que vous n'aurez peut-être pas reconnus.



Être inquiet : c'est naturel et normal

Lorsqu'on doit se faire à l'idée que nous aurons une stomie, ou que nous observons notre sac collecteur à même notre lit d'hôpital, il est normal de se sentir seul et d'être inquiet.

Que faire si mes amis me voient différemment et me rejettent ? Comment se déroulera ma vie sexuelle si je dois porter un sac collecteur ? Pourrais-je avoir des enfants ? Dites-vous que des questions et inquiétudes comme celles-ci sont tout à fait normales.

Vos réponses à ces questions varieront, selon : la nature de votre maladie, le genre d'opération que vous avez subi, votre âge, votre sexe, votre attitude ainsi que la nature des relations que vous avez entretenues avec les autres, jusqu'ici.

Bonne nouvelle : après leur chirurgie, plusieurs personnes ont une vie heureuse et remplie et continuent à entretenir d'excellentes relations avec les autres. Il est possible, même après l'opération, d'améliorer sa vie sexuelle. Plusieurs personnes vivant avec une stomie ont également réussi à avoir des enfants.

La sexualité, c'est quelque chose d'unique, que chacun met en pratique à sa façon, en fonction de ses relations personnelles et de son style de vie. Le type de vie sexuelle que vous adopterez se verra refléter de la nature de la relation que vous entretenez. Après l'opération, vous devrez trouver un style de vie qui satisfera autant vous que votre partenaire.

Il est normal pour des personnes qui n'ont jamais été malades, qui n'ont jamais subi d'opération ou qui n'ont pas de stomie, d'avoir des difficultés ou des problèmes d'ordre sexuel à un point ou l'autre dans leur vie. Alors, ne pensez surtout pas que les personnes qui ont de telles difficultés, après la chirurgie, les vivent spécifiquement en raison de l'opération. Celles-ci peuvent avoir vécu certains problèmes avant la chirurgie, même si la stomie devient, à leurs yeux, la principale source de leurs difficultés. C'est pour cette raison que ce fascicule traite autant de l'importance des relations interpersonnelles que du côté purement physique de la sexualité.

Il existe, bien sûr, de nombreuses causes physiques pouvant entraîner des problèmes d'ordre sexuel après l'opération et nous en discuterons plus loin dans ce fascicule.

Relations interpersonnelles et confiance en soi

Si vous êtes vêtu, personne n'a besoin de savoir que vous avez une iléostomie, une colostomie ou une urostomie. Vous pouvez choisir à qui vous souhaitez en faire part et n'avez pas à le révéler à qui que ce soit d'autre. Cela jusqu'à ce que vous soyez prêt à vous dévêtir et avoir des relations sexuelles ! Sans vêtements, le sac collecteur est bien là, on ne peut l'ignorer.

Si vous avez un partenaire stable, il ou elle vous a certainement accompagné dans la maladie ainsi que dans le processus opératoire. La présence du sac collecteur ne sera donc pas une surprise. Cependant, la première fois que vous serez ensemble au lit après la chirurgie et ce, même si vous n'avez pas l'intention d'avoir de relations sexuelles, vous devrez en tenir compte. Pour les couples engagés dans une relation stable, aimante et affectueuse, l'aspect nouveauté du sac collecteur disparaîtra rapidement et le couple viendra même à en oublier sa présence.

Toutefois, quoi faire si vous avez un nouveau partenaire qui ne sait rien de votre chirurgie ? Plusieurs personnes se demandent, à juste titre, comment faire face à cette situation.

Si la relation devient sérieuse, cela vaut la peine d'en discuter avant que tout contact physique ne s'établisse. Si vous attendez à la dernière minute, au milieu d'un moment passionné, cela pourra paraître assez bizarre et embarrassant.

Préparez une courte explication que vous pratiquerez à l'avance. Vous pouvez peut-être commencer en annonçant à votre partenaire que vous avez eu une maladie grave nécessitant une opération chirurgicale et qu'en raison de cette chirurgie, vous devez maintenant porter un sac collecteur. Dès que vous aurez décidé comment vous aller aborder la question, choisissez le temps où il sera plus facile, pour vous, d'expliquer la situation à votre partenaire en devenir.

Bien sûr, il est possible que la relation sexuelle, avec un nouveau partenaire, survienne peu de temps après que vous l'avez rencontré. Peut-être même avant que vous n'ayez eu le temps de bien connaître la personne et d'aborder le sujet avec elle.

Il se peut qu'une personne ne veuille pas poursuivre la relation après qu'il ou elle ait appris que vous avez une stomie. Voilà une expérience que personne ne veut vivre. Si cela devait survenir, rappelez-vous que bien des

gens n'ayant pas de stomie sont rejetés, eux aussi, pour diverses raisons. De fait, si un partenaire potentiel perd de l'intérêt envers vous, il se peut que ce soit pour autre chose que votre stomie. Toutefois, si la stomie devait s'avérer un obstacle au développement de la relation, il est fort probable que cette relation n'aurait pas duré de toute façon.

Même si vous avez subi une chirurgie, vous avez toujours le choix des types de relations que vous voulez mener. Cela inclut les relations sexuelles avec des partenaires de longue date ou de nouveaux partenaires, ou des relations sans activités de nature sexuelle, avec des amis, des membres de votre famille ou des collègues de travail.

Si vous ne présentez de vous que l'image d'une personne ayant une stomie, vous laisserez entrevoir que la seule chose qui importe, pour vous, est votre stomie. Si vous faites cela, il y a de bonnes chances que les gens de votre entourage ne vous traitent pas comme une personne à part entière.

D'autre part, vous pouvez démontrer l'image d'une personne qui a été malade, qui a maintenant une stomie et que celle-ci, bien que très présente, n'est qu'un aspect parmi tant d'autres de votre vie. Dites-leur que d'autres aspects, vous concernant, sont beaucoup plus importants que votre stomie : votre personnalité, votre emploi, votre famille et l'intérêt que vous portez envers les autres.

Si vous démontrez que votre style de vie n'est pas uniquement basé sur votre stomie et que cette dernière ne gère pas votre vie, alors c'est ce qui arrivera et votre entourage s'inspirera de vous.



Vous et votre partenaire

Si vous êtes au cœur d'une relation stable et durable, votre partenaire devrait être impliqué dès que vous apprendrez que vous devrez être opéré. Il se peut qu'il ou elle s'interroge sur la place qu'occupera, dans l'avenir, la sexualité au sein de votre couple. Assurez-vous que votre partenaire puisse rencontrer, seul à seul, votre chirurgien et l'infirmière stomothérapeute, ce qui lui permettra d'obtenir plus facilement des réponses à ses questions et, par le fait même, le ou la rassurera.

Comme votre partenaire est une personne aimante qui s'inquiète pour vous, il importe de lui faire confiance et de l'inclure dans le processus. Plusieurs couples avouent, d'ailleurs, que cette expérience a eu pour effet de les rapprocher et de solidifier leur union.

Plusieurs personnes mentionnent que c'est important, pour elles, que leur partenaire s'implique dès le départ, alors que les changements de sacs collecteurs s'effectuent encore à l'hôpital. Votre partenaire pourra mieux observer la stomie, ce qui éliminera les craintes qu'il pourrait avoir. Il ou elle sera là et, tout comme vous, il ou elle profitera de la présence de l'équipe soignante pour apprendre et obtenir des réponses à ses questions. Pour plusieurs, la réalité quotidienne de la stomie est moins difficile à supporter que les appréhensions qui précèdent la chirurgie.

La récupération, après une si importante opération, peut prendre du temps. Comme vous aurez probablement été affaiblis avant l'opération, le processus de guérison risque d'être plus long. Ne vous attendez donc pas à reprendre vos activités sexuelles dès votre retour à la maison.

De fait, il n'y a pas de date précise ou préférable, après l'opération, pour la reprise des activités sexuelles. En règle générale, si une personne peut marcher une distance d'un kilomètre sans aide et sans perdre son souffle ou sans douleur, elle peut alors considérer la possibilité de reprendre une vie sexuelle complète. Il serait toutefois préférable de voir, avec votre chirurgien, quand vous pourrez le faire. Lorsque vous recommencerez, allez-y doucement.

Avant de se lancer dans la pratique d'actes sexuels complets, certaines personnes commenceront par se masturber ou demanderont à leur partenaire de le faire pour eux. Cela les aidera à bâtir leur confiance et à réduire les craintes qui existent, à savoir si des sentiments d'ordre sexuel sont toujours possibles. Si la masturbation vous apparaît immorale ou peu attrayante, oubliez cette option; toutefois, certains couples pensent qu'il s'agit d'une bonne façon de commencer.

Les premières fois que vous ferez l'amour, assurez-vous que le sac collecteur est installé de façon sécuritaire. Et surtout, videz toujours votre sac avant de commencer. N'essayez jamais de faire l'amour quand votre sac est plein ou à moitié rempli.

Faire l'amour

Comment une personne ayant une stomie peut-elle faire l'amour ? La réponse est simple : comme le font toutes les personnes n'ayant pas de stomie. Il est presque toujours possible, pour ceux et celles désirant avoir des relations sexuelles, de recourir aux positions conventionnelles. C'est une question de goût et de confort.



Souvenez-vous que l'amour, le baiser et le toucher sont des éléments très importants de la sexualité. Allez-y doucement : vaut mieux commencer avec tendresse et attention, ces deux aspects étant primordiaux dans le plaisir sexuel.

Les personnes ayant une stomie s'inquiètent à savoir si leur sac collecteur sera un obstacle et empêchera leur liberté de mouvement. Si le sac est vidé avant d'amorcer la relation sexuelle, il pourra être plié et maintenu de façon sécuritaire, contre votre corps, à l'aide d'un adhésif, ce qui l'empêchera de bouger à chaque mouvement du corps.

Si le sac n'est pas déjà recouvert d'un morceau de tissu, certaines personnes décident de le recouvrir d'une bande de coton lors de l'activité sexuelle. Cela empêchera le sac de frotter contre votre peau et celle de votre partenaire. Si vous portez habituellement un sac opaque, le couvert du sac cachera son contenu. Certaines femmes choisiront de porter un haut de corps en soie ou en coton qui pourra couvrir le sac et leur torse. Il existe aussi de plus petits sacs, ou des « couvres-stomie », qui sont discrets et peuvent être portés spécifiquement pour de telles occasions.

La contraception

Plusieurs personnes vivant avec une stomie ont des enfants après leur opération. Si, malgré votre stomie, vous êtes actifs sexuellement et ne voulez pas avoir d'enfants, vous voudrez utiliser des contraceptifs ou adopter une autre forme de contrôle des naissances.

Vous pouvez utiliser n'importe laquelle des méthodes normalement disponibles, que ce soit le condom, le stérilet, la pilule ou un contraceptif par injection. Plusieurs hommes utiliseront la vasectomie comme moyen permanent de contrôle des naissances.

Des études prouveraient que l'effet de l'agent contraceptif présent dans la pilule pourrait être diminué chez les femmes ayant subi une iléostomie. On croit que le médicament passe rapidement par le système digestif sans être absorbé par le corps, ce qui fait que la protection que doit offrir la pilule disparaît ! Parlez-en à votre médecin ou à votre spécialiste de la clinique de contrôle des naissances.

Si la personne vivant avec une stomie est déjà infertile, que ce soit en raison d'une maladie, d'une vasectomie ou d'une stérilisation, l'utilisation de contraceptifs devient donc inutile, surtout si le but de ceux-ci est d'éviter une grossesse. Si la protection contre les maladies transmises sexuellement devient une priorité, l'emploi de méthodes contraceptives appropriées devrait être pris en considération. Parlez-en à votre médecin.



Questions concernant les hommes

La possibilité de souffrir d'impuissance représente le défi le plus commun et, par le fait même le plus ardu, auquel les hommes doivent faire face après l'opération. Il s'agit de l'incapacité, pour l'homme, d'avoir ou de maintenir une érection suffisamment longtemps pour éjaculer ou atteindre l'orgasme.

L'incapacité de se rendre jusqu'au bout de la relation sexuelle peut causer beaucoup de tension chez un couple. Même si la femme ne vit aucune frustration au niveau sexuel, elle peut se dire que son amoureux ne la trouve plus attirante et que c'est pour cette raison qu'il ne lui fait plus l'amour.

La communication entre les partenaires est la clé permettant à un couple de rester uni et de maintenir une saine compréhension. Gentillesse, tendresse et relaxation, ainsi que le maintien d'une image positive de soi-même, sont des éléments essentiels à une vie sexuelle saine et agréable.

Souffrir d'impuissance temporaire n'est pas quelque chose d'inhabituel chez les personnes venant d'être opérées pour une stomie. Alors ne pensez surtout pas que tout est perdu si, deux ou trois mois après l'opération, vous n'avez pas encore commencé à avoir des relations sexuelles. Le processus de guérison peut parfois être long et cela peut prendre jusqu'à deux ans avant de savoir si vous êtes atteint d'impuissance permanente ou si toutes vos fonctions sexuelles reviendront à la normale. Si vous devez subir des traitements plus poussés, comme la chimiothérapie ou la radiothérapie, cela peut aussi affecter votre désir sexuel et votre capacité d'avoir des relations sexuelles.

L'impuissance est un phénomène d'une grande complexité. Elle peut survenir à tout âge et avoir de nombreuses causes pouvant ne pas être en lien direct avec la chirurgie. C'est assurément un problème qui ne touche pas seulement les personnes ayant une stomie.

Des facteurs psychologiques, autant que physiques, peuvent provoquer l'impuissance. Elle peut parfois être causée par le simple fait que l'homme pense ou vient à penser qu'il ne peut avoir une érection ou éjaculer. Cela peut donc devenir un cercle vicieux basé sur un échec, la perte de confiance ou des échecs répétés. Parlez-en à votre médecin.

Questions concernant les hommes

(suite)

Le style de vie peut aussi être la cause de l'impuissance ou contribuer à son développement. Cela peut donc n'avoir aucun lien avec l'opération. Quand on parle de style de vie, cela inclut :

- Faire l'amour quand on est fatigué
- Faire usage de drogue ou d'alcool
- Fumer
- Trop s'en faire au sujet de sa performance au lit

Il est possible que de simples changements à votre style de vie puissent aider à changer les choses. Si ces solutions n'ont pas d'effet, un avis médical serait approprié.

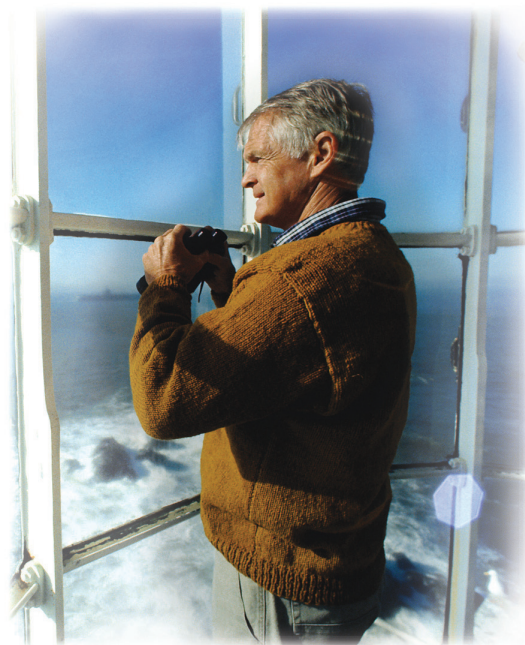
L'impuissance peut être de nature physique. Chez les hommes, il est possible que les nerfs gérant l'érection et l'éjaculation puissent être endommagés lors de l'opération. L'érection survient lorsque des stimuli passent par des terminaisons nerveuses situées près du rectum. Si les nerfs sont endommagés lors de la chirurgie, la capacité d'avoir une érection peut être perdue en partie, ou complètement.

L'éjaculation dépend aussi du système nerveux. Ces terminaisons nerveuses sont également vulnérables lors de l'opération. L'impuissance peut être plus commune chez les hommes ayant subi une colostomie que chez ceux ayant eu une iléostomie, car la chirurgie en vue de créer une colostomie peut endommager les tissus et terminaisons nerveuses responsables de l'érection et de l'éjaculation. Une opération visant à traiter un cancer de l'intestin est compliquée et peut, là aussi, s'avérer dommageable.

Des données démontrent que l'âge s'avère également un important facteur pouvant causer l'impuissance, les hommes âgés ayant plus de problèmes. Cela peut arriver parce qu'ils ont moins d'intérêt pour la sexualité ou parce qu'ils sont plus susceptibles d'avoir une colostomie qu'une iléostomie, notamment parce qu'ils sont plus susceptibles de développer

un cancer de l'intestin. Il est également possible qu'une combinaison de facteurs soit en cause, mais c'est loin d'être clair. Une fois de plus, n'ayez pas peur d'en parler à votre médecin.

En cas d'impuissance permanente, il existe des solutions pour vous venir en aide. Au cours des dernières années, la médecine moderne a permis le développement de techniques d'intervention venant en aide aux hommes impuissants, incluant ceux ayant une stomie. Ce type de chirurgie est hautement spécialisé et si vous êtes intéressé, la première chose à faire est d'en parler à votre infirmière stomothérapeute, à votre chirurgien ou à votre médecin de famille.



Questions pour les femmes

En dehors des considérations d'ordre sexuel, les femmes ayant une stomie peuvent également avoir des questions au sujet d'éventuelles grossesses. Un accouchement naturel est non seulement possible, c'est même commun en autant que le système reproducteur de la femme n'est pas endommagé et qu'il fonctionne normalement. Le fait d'avoir une stomie ne devrait donc avoir aucun effet bien que la maladie, déjà présente, peut entraîner certains problèmes ou complications. Si vous devez subir des traitements plus poussés comme la chimiothérapie ou la radiothérapie, cela peut affecter votre désir sexuel et votre capacité à avoir des relations sexuelles.

En ce qui a trait à la mécanique de l'acte sexuel, différents problèmes peuvent se dresser devant la femme ayant une stomie. Le premier concerne la plaie périnéale suite à l'enlèvement du rectum, pendant une chirurgie rectale ou lors d'une chirurgie intestinale basse. Cette plaie peut demeurer sensible pendant une longue période de temps, suivant l'opération, et peut donc rendre l'acte sexuel douloureux.

Un deuxième problème vient du fait qu'il se crée un espace, après l'enlèvement du côlon, ce qui entraîne un déplacement de l'utérus vers l'arrière : cela peut provoquer des douleurs lors de la relation sexuelle. Troisièmement, certaines femmes ayant une stomie notent une baisse ou une perte de sensibilité du clitoris. Cela peut s'expliquer par le fait que les terminaisons nerveuses menant au clitoris ont été endommagées lors de l'opération.

Un autre problème que l'on voit est la sécheresse de la paroi vaginale, qui rend l'acte sexuel plus difficile et inconfortable. Enfin, la pénétration peut être douloureuse et inconfortable tout simplement en raison de la cicatrisation des tissus suivant le retrait du côlon ou de la vessie.

Le type d'opération pratiqué peut différer d'une femme à l'autre et plusieurs de ces problèmes dépendent de la nature et de l'importance de la chirurgie pratiquée.

Questions pour les femmes (suite)

Des solutions existent. Pour contrer la sécheresse vaginale, vous pouvez utiliser un gel lubrifiant. Si votre partenaire porte un condom lubrifié, cela peut aider. Il est aussi possible de subir une opération permettant la reconstruction de la plaie périnéale, particulièrement s'il y a présence de sinus. Il importe de se souvenir que la sécheresse de la paroi vaginale peut aussi être un effet secondaire d'un médicament que vous prenez et si tel était le cas, votre médecin pourra vous aider et bien vous conseiller.

Si la pénétration est douloureuse, il existe des positions sexuelles alternatives que vous pouvez essayer. Si le rectum a été enlevé, la position du missionnaire (la femme est sur le dos et son partenaire est au-dessus d'elle) peut s'avérer inconfortable. Une option possible est de permettre à l'homme de pénétrer sa partenaire par l'arrière : cette dernière est agenouillée, les genoux écartés, alors que le partenaire est lui aussi à genoux, derrière elle. Une autre position à essayer est celle où la femme s'assoit à califourchon sur son partenaire, qui est couché sur le dos, guidant ensuite le pénis vers le vagin.

Il pourrait être utile, pour vous, de consulter un physiothérapeute. Ce dernier peut vous apprendre des exercices qui aideront à renforcer le plancher pelvien. Ces exercices, lorsque effectués correctement, permettent au pelvis de conserver toute sa vigueur, ce qui est aidant la femme lors des relations sexuelles.



L'homosexualité

Les problèmes pour les gais et lesbiennes ayant une stomie ne diffèrent pas vraiment de ceux vécus par les hétérosexuels.

Si un homosexuel pratique la pénétration anale, des problèmes peuvent survenir si le rectum est enlevé de façon chirurgicale. Si tel était le cas, une guérison complète de la blessure devra avoir lieu avant que toute pénétration anale ne soit tentée. L'enlèvement du rectum et de l'anus dépend du processus opératoire, du type d'opération pratiquée et de l'étendue de la maladie, sans oublier du risque pour la vie du patient.

La décision d'enlever une partie du rectum est une question de jugement clinique. Ce faisant, il est portant pour les homosexuels de discuter de la question avec le chirurgien, avant l'opération. De cette façon, tous deux pourront regarder la possibilité de garder le rectum en place et d'évaluer les risques entourant cette décision.

Important avertissement s'adressant autant aux homosexuels qu'aux hétérosexuels : la stomie ne doit jamais être considérée comme un point de pénétration lors des relations sexuelles. Si tel était le cas, vous risquez d'endommager la stomie et cela devrait résulter, inévitablement, en une nouvelle opération.

En terminant

Ce fascicule vous offre une vue d'ensemble des problèmes et difficultés d'ordre sexuel auxquels les personnes vivant avec une stomie doivent faire face, en plus de fournir des suggestions permettant à ceux-ci d'y remédier. Si vous désirez obtenir plus de renseignements sur l'un de ces sujets, vous pourrez le faire en discutant avec votre infirmière stomothérapeute, votre médecin, ou encore en consultant d'autres fascicules.

En tenant compte de la nature personnelle de la sexualité, les possibilités sont presque infinies. Si vous souhaitez retrouver une vie sexuelle active comme celle que vous aviez avant l'opération, ou peut-être même encore meilleure, il y a des chances que vous pourrez le faire et que cela vous arrivera. Le fait d'avoir une stomie ne veut pas dire que vous devez cesser de profiter des avantages physiques de la vie.

Si votre vie sexuelle n'est plus la même qu'avant l'opération, cela peut s'avérer dérangeant et frustrant. Le fait de ne pas être capable de faire l'amour n'est pas la fin du monde en soi, bien que cela puisse paraître ainsi, à l'occasion. Plusieurs personnes font ce choix librement et vivent une vie pleine et heureuse par la suite.

Voici un avis qui peut s'adresser à tout le monde : gardez en perspective l'aspect sexuel de votre vie. Vous êtes une personne ayant toutes sortes de traits et caractéristiques qui vous sont propres, des talents et des intérêts, des amis. La sexualité peut être agréable, mais ce n'est qu'une partie de vous.

Lexique

Acte sexuel

Activité d'ordre sexuel impliquant un ou plusieurs partenaires

Association de stomisés

Association ou regroupement s'adressant spécialement aux personnes ayant une stomie.

Clitoris

Région très sensible du corps de la femme, située en haut de l'entrée du vagin, qui est souvent responsable de l'orgasme.

Colostomie

Ouverture pratiquée dans le grand intestin.

Conception

Le moment où la femme devient enceinte

Condom

Contraceptif masculin qui couvre le pénis.

Contraception

Méthode utilisée pour empêcher la grossesse.

Diaphragme/capuchon

Dispositif de contraception féminine

Dispositif intra-utérin/stérilet

Dispositif placé dans l'utérus à des fins contraceptives.

Iléostomie

Ouverture pratiquée dans le petit intestin

Infirmière stomothérapeute

Infirmière qui a suivi une formation spécialisée dans les soins à apporter aux personnes vivant avec une stomie et dispose d'une grande expertise en la matière.

Masturbation

Plaisir que l'on donne à son organe sexuel, ou à celui d'autres personnes, afin de provoquer un orgasme en dehors d'une relation sexuelle.

Lexique

Orgasme

Aussi connu sous l'appellation de jouir.

Périnée

Région située entre l'anus et le vagin

Rectum

La dernière section du tube digestif, avant l'anus. Les selles s'y accumulent avant d'être évacuées.

Sac collecteur

Sac spécialement conçu pour recueillir les matières corporelles s'écoulant de la stomie.

Stérilisation

Procédure visant à prévenir la conception.

Stomie

Ouverture artificiellement pratiquée dans le corps humain, spécialement au niveau du système digestif. Vient d'un mot grec signifiant bouche ou ouverture.

Urostomie

Stomie urinaire. Aussi connue sous l'appellation de diversion urinaire ou, encore plus souvent, du conduit urinaire (ou iléal).

Utérus

Endroit où le fœtus se développe, avant de naître.

Vagin

Passage reliant l'utérus à la vulve, chez la femme.

Vasectomie

Processus de stérilisation, chez l'homme.

Vulve

Organes externes de la femme, incluant les lèvres, le clitoris et l'ouverture du vagin.