

## **Douleur lors du rapport sexuel chez la femme - 1/2**

**Parfois la cause est banale : si l'on n'a pas envie du rapport, si on accepte la pénétration avant d'être bien excitée, avant d'avoir bougé et obtenu la détente des muscles du bas-ventre, d'avoir bien lubrifié le vagin, la pénétration sera désagréable ou douloureuse...**

L'origine de la douleur peut être organique (gynécologique, urinaire, vasculaire, dermatologique, ligamentaire) ou psychologique.

Souvent les causes sont intriquées, car on perd la confiance en soi et le corps se bloque si les causes organiques ont beaucoup duré.

### **Les causes organiques**

Une femme a d'abord intérêt à s'examiner pour voir si sur les lèvres ou sur l'entrée du vagin il y a une cicatrice, une modification de la surface de la peau :

- Mettre un doigt dans le vagin pour déceler un point douloureux, un muscle trop tendu ou en contracture ;
- Repérer si la douleur est le seul symptôme ou si elle est accompagnée de brûlures, de démangeaisons, de pertes sales ;
- Noter si elle est en liaison ou non avec les règles, avec une position particulière ;
- Signaler si elle dure tout le temps de l'acte ou existe seulement au début, ou à la fin, ou même n'apparaît que dans les heures qui suivent voire le lendemain.

### **Douleurs présentes au début de la pénétration**

Le médecin consulté retrouvera sans doute une cause infectieuse (souvent une cystite, une mycose, une MST), dermatologique (comme un eczéma), ou anatomique.

Un examen dévoile vite les cas rares d'hypertonie des ligaments, d'hymen trop serré ou de malformation vaginale.

### **Douleurs profondes**

Elles sont dues à des maladies gynécologiques : le plus souvent, fibromes utérins et kystes ovariens volumineux, endométriose (avec stérilité et douleurs importantes lors des règles), traitement chirurgical ou hormonal, lésions du col de l'utérus, salpingite (inflammation d'une trompe).

### **Les causes non organiques**

Une certaine appréhension avant la pénétration peut empêcher le relâchement musculaire et la lubrification, rendant ainsi la tentative de pénétration douloureuse : le cercle de la douleur s'installe, puisque l'appréhension grandit, et la douleur devient plus forte.

L'inquiétude peut venir de la peur des maladies, de la croyance que le sexe de l'homme est trop gros pour son vagin, du sentiment de ne pas être à la hauteur.

## **Douleur lors du rapport sexuel chez la femme - 2/2**

*Par ses explications et ses conseils, le médecin, généraliste, gynécologue ou sexologue, aidera à dédramatiser bien des situations.*