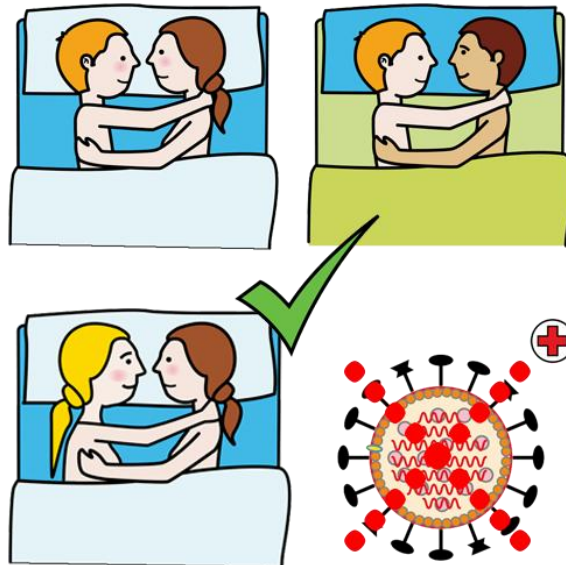




Visa pour le net



Vie relationnelle affective et sexuelle



14. La santé sexuelle

<http://www.visapourlenet.be/vie-relationnelle/la-sante-sexuelle/>

Table des matières

1.	L'examen gynécologique	3
2.	L'examen urologique	7
3.	Les Maladies Sexuellement Transmissibles	10
4.	Les signes de la maladie	12
5.	Le sida	14
<hr/>		
6.	Dictionnaire : pour bien comprendre	19
7.	Partenaires	25
8.	Références	26
9.	Auteurs du texte.....	26

14. La santé sexuelle

1. L'examen gynécologique

L'examen gynécologique
est important pour la **santé**.
C'est pour les femmes.
On va le faire chez un **gynécologue**.

C'est un **médecin** spécialiste
des **organes génitaux** de la femme
un peu comme le **dentiste**
est le spécialiste pour les dents.
Le gynécologue est un homme
ou une femme.



L'examen gynécologique, c'est une
visite chez un docteur spécialiste des
organes génitaux de la femme

C'est un examen qui peut faire peur
parce qu'il faut se déshabiller
et que le **médecin** touche
les **parties intimes**.

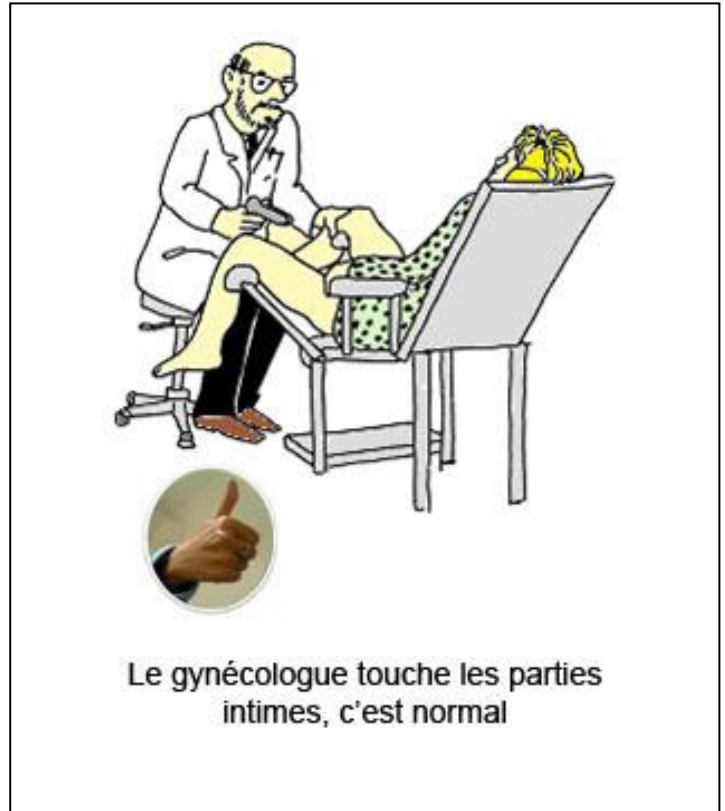
Mais c'est normal,
le **gynécologue** est obligé
de vérifier si tout va bien
à l'intérieur de vous.



Quand on va chez le gynécologue,
il faut se déshabiller

Quand devons-nous aller
chez le **gynécologue** ?

Les femmes vont chez le gynécologue
1 fois par an
pour savoir si elles sont
en bonne **santé**.



Les femmes peuvent aussi demander
un rendez-vous chez le **gynécologue** :

- quand elles ont mal aux **seins**,
- aux **organes génitaux**,
- quand elles ont des
sensations inhabituelles,
- des changements visibles,
- des difficultés lors
des **relations sexuelles**,
- elles y vont aussi
quand elles sont **enceintes**,
- pour demander
un moyen de **contraception**.



Il faut d'abord prendre rendez-vous avec un gynécologue.

Comment se passe le rendez-vous?

- On se présente.
- On explique pourquoi on vient.
- On se déshabille.
- On se couche sur le dos sur la table d'examen.



Les étriers

La table d'examen gynécologique et les étriers

Pour examiner les **seins**, le **médecin** touche les seins avec ses mains.

C'est normal, c'est pour vérifier que tout va bien.



Pour examiner les seins, le gynécologue les touche avec ses mains. C'est normal

Pour examiner les **organes génitaux**,
on doit se coucher sur la table
avec les fesses
près du bord de la table.

On doit mettre les pieds
dans les **étriers**.



Pour examiner les organes génitaux,
le gynécologue les touche avec ses mains.
C'est normal

Le **médecin** examine la **vulve**
avec des gants.
Il doit écarter les **grandes lèvres**.

Il examine le **col de l'utérus**
avec un objet qui s'appelle le **spéculum**.

C'est un objet avec une sorte de bec
qui peut se fermer et s'ouvrir.

Il est soit en plastique soit en métal.
S'il est en métal on sentira que c'est froid.



Le spéculum



Le gynécologue examine la vulve, l'utérus, ...
à l'aide d'un spéculum

Le **médecin** entre le **spéculum** dans le **vagin**.

Il ouvre le bec pour regarder le **col de l'utérus**.

Il fait cela doucement et cela ne fait pas mal.

Il va aussi examiner l'intérieur :

- **l'utérus**,
- les **ovaires**,
- et les **trompes de Fallope**.

Pour cela, il met un gant et entre 2 doigts dans le vagin.

Avec l'autre main, il touche le ventre.



Pour examiner les organes génitaux, le gynécologue les touche avec ses mains. C'est normal

2. L'examen urologique

L'examen urologique

est une visite chez le **médecin** spécialiste des **voies urinaires** et des **organes génitaux** de l'homme un peu comme le **dentiste**

est le spécialiste pour les dents.

Ce **médecin** s'appelle **l'urologue**.

L'urologue est un homme ou une femme.



Voici un cabinet urologique, le patient s'allonge sur le fauteuil

C'est un examen qui peut faire peur parce qu'il faut se déshabiller et que le **médecin** touche les **parties intimes**.

Mais c'est normal, **L'urologue** est obligé de vérifier si tout va bien chez vous.

C'est plus souvent l'homme qui va chez l'urologue.



Quand doit-on aller chez **l'urologue** ?

Quand on a une **infection** urologique, C'est à dire une infection des **voies urinaires** ou des **organes génitaux** masculins à l'intérieur ou à l'extérieur.

On peut aussi y aller pour un examen de contrôle mais ce n'est pas aussi **obligatoire** que l'examen gynécologique pour les femmes.



L'homme peut aller chez **l'urologue** :

- s'il a mal au **pénis** ou aux **testicules**,
- quand il a des sensations **inhabituables**,
- des changements visibles,
- des difficultés lors des **relations sexuelles**,
- quand il a un problème de **prostate**,
- ou encore quand il veut demander un moyen de **contraception**.

Le femme peut aussi aller chez **l'urologue** si elle a par exemple. des problèmes d'**incontinence urinaire**.



On va chez l'urologue quand on a mal à l'intérieur quand on fait pipi, quand on a mal aux organes génitaux, quand les organes génitaux sont bizarres ou quand on veut un moyen de contraception

Il faut d'abord prendre un rendez-vous.
Comment se passe l'examen urologique ?

- On se présente.
- On explique pourquoi on vient.
- L'homme enlève son pantalon et son slip.



Il faut se déshabiller, c'est normal

Le **médecin** examine le **pénis** et les **testicules** en les touchant.

Pour l'examen de la **prostate**, on se couche sur le côté, sur la table d'examen, les jambes pliées.

Le médecin met un doigt dans **l'anus**.



3. Les Maladies Sexuellement Transmissibles

Qu'est-ce que les **MST** ?

MST veut dire

maladies sexuellement transmissibles.

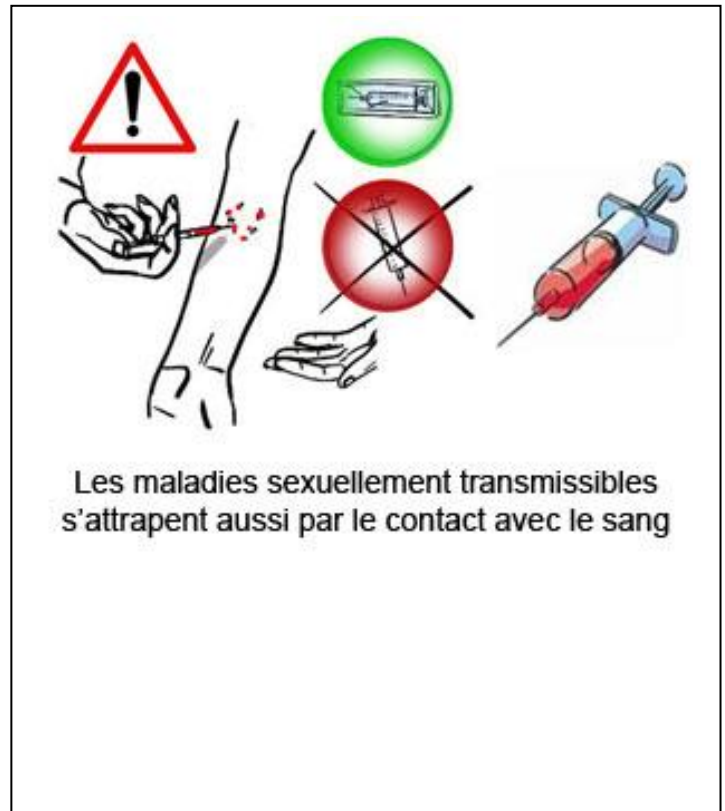
Ce sont des **maladies** qui s'attrapent pendant une **relation sexuelle**,



Elles s'attrapent aussi quand les **sexes** de l'homme et de la femme se touchent même si il n'y a pas de **pénétration**.

Elles peuvent aussi s'attraper par le **contact** avec le **sang** d'une autre personne.

Elles ne s'attrapent pas comme une grippe ou un rhume.

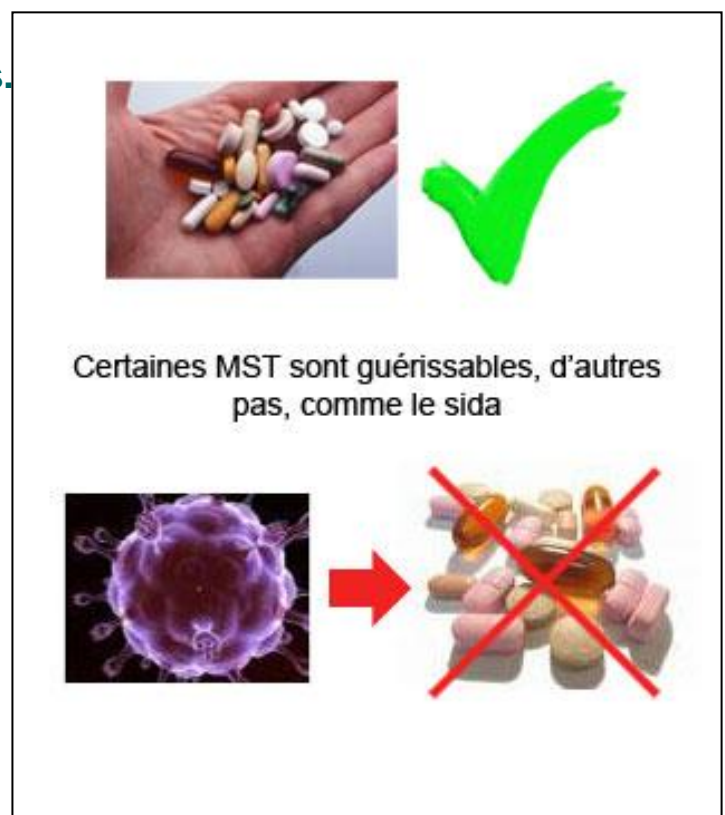


Il y a plusieurs **maladies sexuellement transmissibles**.

Certaines ne sont pas graves. On peut les guérir facilement.

D'autres sont graves comme le **Sida**.

Parfois on ne sait pas guérir ces **maladies**.



Parfois, on peut mourir
à cause d'une de ces **maladies**.

Le **sida**, par exemple est mortel.
Il est donc important
de s'en **protéger**
en utilisant des **préservatifs**
quand on a une **relation sexuelle**.

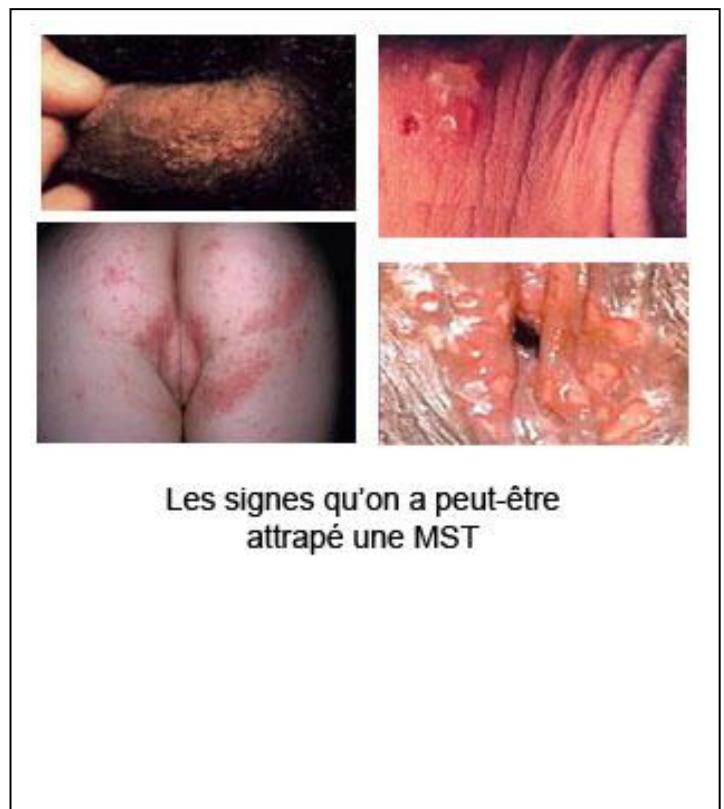


4. Les signes de la maladie

Si on a une **maladie**
sexuellement transmissible,
on ressent des **sensations**.

Pour la femme au niveau de la **vulve**
ou du **vagin**.

Pour l'homme, au niveau du **pénis** .
Mais ce n'est pas parce
qu'on ressent des sensations
qu'on a obligatoirement une **MST**.
C'est le **médecin** qui nous le dira.



Exemples de signes qui pourraient indiquer qu'on a peut-être attrapé une **MST** :

- cela brûle quand on **urine**,
- cela chatouille,
- cela coule,
- cela sent mauvais,
- c'est rouge ou gonflé,
- il y a des boutons,
- cela fait mal quand on a une **relation sexuelle**.



Les signes qu'on a peut-être attrapé une MST

Qu'est-ce qu'il faut faire si on ressent ces signes ?

- Il faut en parler à quelqu'un.
- Il faut aller chez un **médecin**.
- Il faut lui dire tout de suite où cela fait mal.
- Il faut en parler à son **partenaire** pour qu'il se soigne aussi.

Les soins donnés par le **médecin** ne font pas mal.

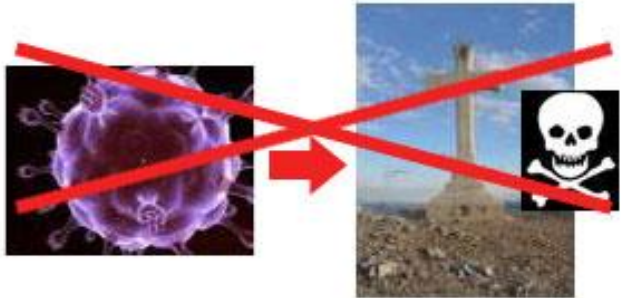


Si on pense qu'on a peut-être une de ces maladies, il faut aller voir un médecin


Comment se protéger de ces **maladies** ?

Pour se **protéger** des **MST**,
c'est à dire pour éviter
d'attraper ces maladies,
il faut mettre un **préservatif**
lors des **relations sexuelles**.

Si vous voulez en savoir plus
sur comment mettre un préservatif,
vous pouvez aller dans la partie
« **La contraception** » en cliquant ici.



On peut mourir de certaines MST.
Pour s'en protéger, il faut employer des
préservatifs lors des relations sexuelles



5. Le sida

Le **sida**, c'est quoi ?

Le sida est une
maladie sexuellement transmissible
très grave.



Le virus du sida se trouve dans le sang et
détruit petit à petit tout l'intérieur du corps

Comment s'attrape le **sida** ?

Comme toutes les **MST**,
le sida s'attrape
pendant une **relation sexuelle**.



Le **sida** peut aussi s'attraper
par le **contact**
avec le **sang** d'une autre personne.



On n'attrape pas le **sida** :

- en se donnant la main,
- en allant à la toilette,
- en embrassant quelqu'un sur la joue, ou sur la bouche,
- en allant chez le **dentiste**.



Pourquoi le **sida** est une **maladie** grave ?

Parce que cette maladie est mortelle.
On finit par en mourir.
On ne connaît pas encore de médicaments qui guérissent du Sida.

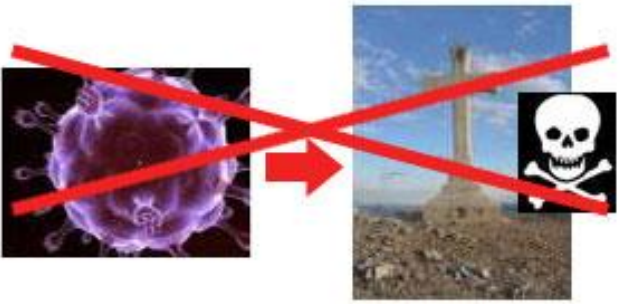
Les médicaments retardent le développement de la maladie.
Ils rallongent **l'espérance de vie** du malade.




Comment se protéger du **sida** ?

Il faut mettre un **préservatif**
quand on a une **relation sexuelle**.

Et changer de préservatif
à chaque nouvelle relation sexuelle.




On peut mourir de certaines MST.
Pour s'en protéger, il faut employer des
préservatifs lors des relations sexuelles



Si votre **partenaire**
ne veut pas utiliser de **préservatif**,
vous devez refuser
d'avoir une **relation sexuelle** avec lui.

- On peut toujours refuser
d'avoir une relation sexuelle.
- On ne doit pas accepter
d'avoir une relation sexuelle
sans préservatif.

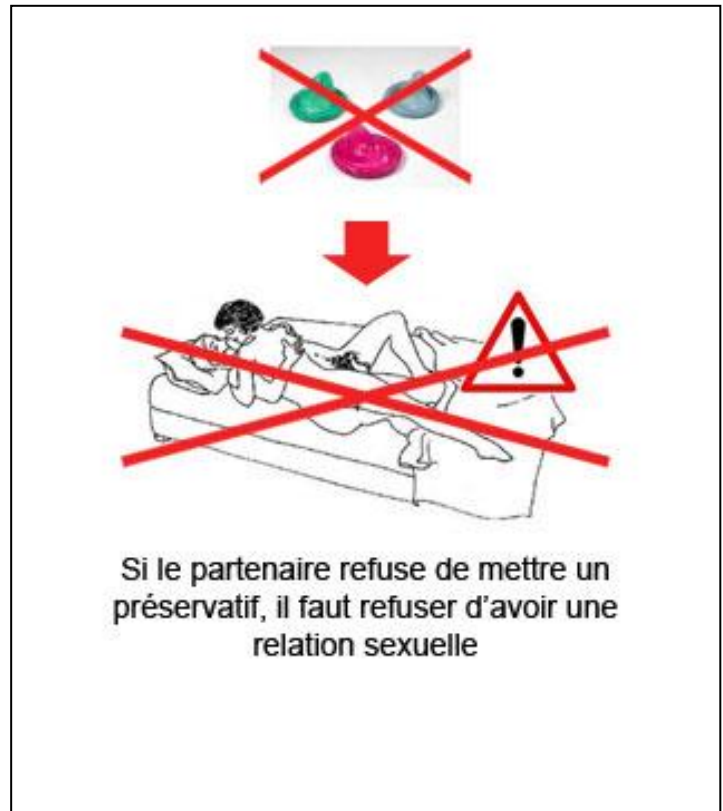


Si le partenaire refuse de mettre un
préservatif, il faut refuser d'avoir une
relation sexuelle

Si votre **partenaire**
ne veut pas utiliser de **préservatif**,
vous devez refuser
d'avoir une **relation sexuelle** avec lui.

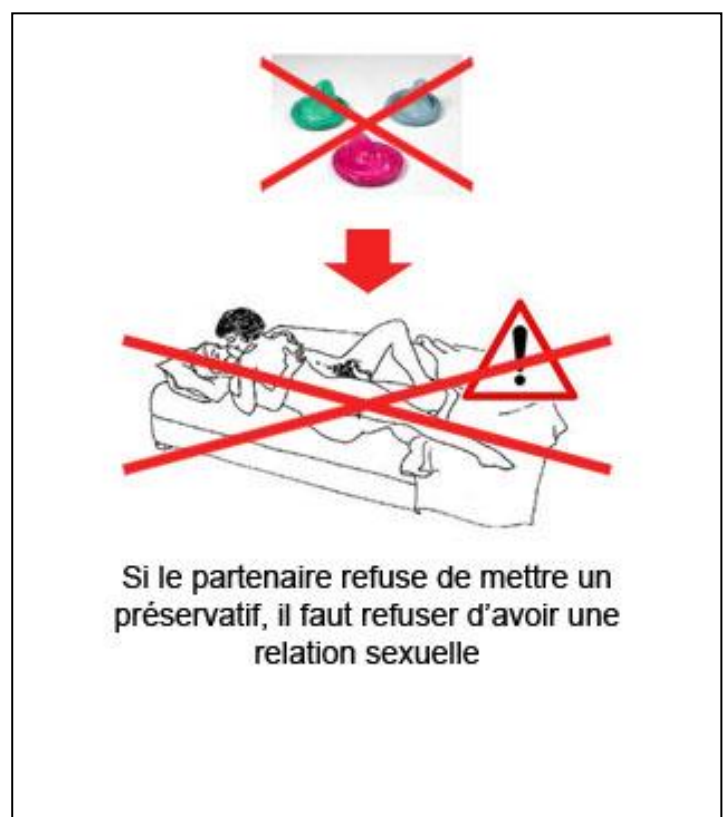
Même s'il vous propose de vous donner
un cadeau en échange
de la relation sexuelle.

Même si l'autre dit que cela sera fini
si on refuse.



Refuser une **relation sexuelle**
ne veut pas dire
qu'on n'a pas **confiance** en l'autre.
Cela veut dire qu'on veut être **prudent**,
qu'on veut rester en bonne **santé**
et qu'on veut que l'autre reste
en bonne santé.

Cela veut aussi dire qu'on se **respecte**,
qu'on respecte l'autre
et qu'on agit en **adulte responsable**.
C'est très bien, et on peut
en être très **fier**.



6. Dictionnaire : pour bien comprendre

Vous pouvez retrouver ici les explications des mots en couleur dans le texte, pour mieux comprendre.



A

Adulte : L'âge adulte, c'est la période de vie après l'adolescence et avant la vieillesse. Les adultes ont plus de **responsabilités** et ne peuvent plus se comporter tout le temps comme des enfants ou des adolescents. En Belgique, on est considéré comme adulte à partir de 18 ans.

Anus : L'anüs, c'est le trou entre les fesses par lequel on fait caca.

B, C

Col de l'utérus : Le col de l'utérus c'est une partie du corps de la femme qui se trouve au fond de son **vagin** jusque dans son ventre. C'est dans l'utérus que le bébé va grandir.

Confiance : Avoir confiance en quelqu'un c'est croire que cette personne ne nous fera pas de mal par méchanceté et qu'on peut lui confier des choses importantes, comme un secret, par exemple, ou des choses qui appartiennent à notre intimité.

Contact : Le contact c'est un autre mot pour dire toucher ou être en relation avec quelqu'un.

Contraception : La contraception c'est un moyen utilisé pour pouvoir faire l'amour sans risquer d'être **enceinte**. Exemples : la pilule, le préservatif, etc.

D

Dentiste : Le dentiste est la personne dont le métier consiste à s'occuper de la bonne **santé** de nos dents et de notre bouche. Nous devons aller voir le dentiste au moins une fois par an.

E

Enceinte : Etre enceinte c'est avoir un enfant dans le ventre. C'est attendre un enfant.

Espérance de vie : L'espérance de vie d'un malade, c'est une idée du temps qui lui reste à vivre.

Etrier : Quand une femme est couchée sur la table d'examen chez le **gynécologue**, elle doit mettre ses pieds dans des anneaux en métal, les étriers, qui soutiennent ses jambes levées et écartées pour que le **médecin** voie mieux l'intérieur de son **vagin**.

F

Fier : La fierté c'est un sentiment que l'on **ressent** lorsqu'on est content de ce qu'on a fait, ou de ce qu'on est. On peut aussi être fier de quelqu'un.

G

Grandes lèvres : Les grandes lèvres sont un des **organes sexuels** extérieurs de la femme qui composent la **vulve**.

Gynécologue : Un gynécologue, c'est un médecin spécialiste des **organes génitaux** de la femme comme le **dentiste** est le spécialiste pour les dents.

H, I

Incontinence urinaire : L'incontinence urinaire, c'est un problème qui arrive parfois aux femmes quand elles vieillissent. Elles ne savent plus se retenir d'uriner, de faire pipi. Cela leur arrive sans qu'elles s'en rendent compte et qu'elles sachent le contrôler. Dans ce cas, elles doivent aller consulter un urologue.

Infection : Une infection, c'est quand des microbes se développent et entraînent des troubles, des **maladies**. Les microbes sont des êtres vivants très petits. On ne sait pas les voir à l'œil nu. Ils transmettent des maladies.

Inhabituel : Inhabituel, cela veut dire anormal, différent de ce que c'est d'habitude.

J, K, L

Liquide séminal : Le liquide séminal c'est le liquide contenu dans la prostate chez l'homme.

M

Maladie : On a une maladie quand on est plus tout à fait en bonne **santé**. On peut être malade au niveau du corps mais aussi au niveau de l'esprit.

MST / Maladies sexuellement transmissibles : Les maladies sexuellement transmissibles ou **MST** sont des maladies qui se transmettent quand on a une **relation sexuelle** sans se **protéger** avec un **préservatif**. Il y a le **sida**, la syphilis, l'hépatite B, C,...

Médecin : Un médecin, c'est un autre mot pour dire un docteur.

N, O

Obligation : Obliger quelqu'un à faire quelque chose, c'est ne pas lui laisser le choix de faire autrement. On ne peut pas obliger quelqu'un à faire quelque chose d'illégal. Tout comme nous sommes tous obligés d'obéir aux lois de notre pays.

Organes génitaux / sexuels : Les organes génitaux de l'homme s'appellent le **pénis**, les **testicules**, la **prostate**,... Les organes génitaux de la femme se séparent en deux parties, les organes sexuels extérieurs (la **vulve**, le clitoris,...) et les organes intérieurs (le **vagin**, les **ovaires**, les **trompes de Fallope**,...).

Ovaire : L'ovaire, c'est une partie des organes génitaux de la femme, il y en a 2. Chaque ovaire produit un ovule par mois qui, une fois libéré, arrive dans l'utérus. Quand un spermatozoïde entre dans l'ovule, la femme est **enceinte**.

P

Partenaire : Le partenaire, c'est l'autre personne avec laquelle on forme un couple. On peut avoir un partenaire amoureux ou un partenaire de travail, par exemple.

Parties intimes : Les parties intimes c'est une autre manière d'appeler les **organes sexuels**. Les parties intimes sont les parties que tu ne peux pas montrer en public, mais que dans certaines circonstances et certains lieux.

Pénétration : La pénétration c'est quand le **pénis** de l'homme entre dans le **vagin** de la femme lors d'une **relation sexuelle**.

Pénis : Le pénis c'est le mot scientifique que l'on emploie pour dire « zizi » c'est un des **organes sexuels** de l'homme. C'est l'organe qui permet de faire l'amour et d'uriner, de faire pipi.

Préservatif : Le préservatif est un objet pour la femme ou pour l'homme qui se vend en pharmacie. On peut en avoir gratuitement dans les plannings familiaux. Utilisé correctement lors des **relations sexuelles**, il permet d'éviter que la femme soit **enceinte** et les **MST**.

Prostate : La prostate est un des **organes génitaux** masculins à l'intérieur du corps. Elle sert à contenir le **liquide séminal** qui, mélangé aux spermatozoïdes, va former le sperme dans les **testicules**.

Protéger : Protéger, c'est prendre soin de quelqu'un, c'est veiller à ce qu'il ne lui arrive pas de mal, c'est veiller à sa sécurité.

Prudent : Etre prudent, c'est faire attention à ne pas courir de risques ou de dangers. C'est se **protéger** des risques et dangers.

Q, R

Relations sexuelles / rapports sexuels : Avoir une relation sexuelle, c'est quand deux personnes décident d'avoir du plaisir ensemble ou d'avoir un enfant. Leurs **organes sexuels** se touchent. On parle aussi de **pénétration**.

Respecter : Respecter quelqu'un ou quelque chose, c'est bien se comporter avec lui, être poli, tenir compte de ses droits, de ses envies, de ses besoins,... Tout le monde doit être respecté. Toi aussi, tu as le droit au respect.

Responsable : Quelqu'un qui est responsable, c'est quelqu'un qui est capable de prendre ses responsabilités ou qui a la responsabilité de certaines choses.

Ressentir : Ressentir quelque chose, c'est le vivre à l'intérieur de sa tête, c'est le sentir dans son corps.

S

Sang : Dans notre corps, le sang est le liquide rouge qui circule dans nos artères et dans nos veines. Le sang transporte des éléments importants à travers tout le corps.

Santé : La santé, c'est quand on est bien dans notre corps et dans notre tête. C'est quand on n'a pas de **maladie**.

Seins : Les seins d'une femme, c'est sa poitrine, c'est par là que la femme peut nourrir son bébé. Quand la femme vient d'avoir un bébé ses seins se remplissent de lait pour le nourrir.

Sensation : Une sensation, c'est quelque chose que l'on **ressent** dans son corps.
Exemple : une sensation de froid, de faim,...

Sexe : Le sexe c'est un mot qui veut dire **organe sexuel**.

Sida : Le sida est une **maladie** causée par un virus et qu'aucun médicament ne sait soigner à ce jour. Cette maladie se transmet par le sang et les **rapports sexuels**. On en meurt. Il est donc important de s'en **protéger** en utilisant des **préservatifs** lors des **rapports sexuels**.

Spéculum : Le spéculum c'est un objet employé par le **gynécologue** pendant l'examen des **organes génitaux** de la femme.

I

Testicules : Les testicules font partie des **organes génitaux** des hommes. Ils sont comme deux petits sacs rassemblés dans une grande poche : le scrotum. Les testicules contiennent le sperme et les spermatozoïdes.

Trompes de Fallope : Les trompes de Fallope, c'est une partie des **organes génitaux** de la femme qui ressemblent à deux petits canaux qui relient l'utérus aux **ovaires**. L'ovule est libéré à la surface de l'ovaire et est dirigé vers une des **trompes de Fallope** pour arriver à l'utérus.

U

Urine : L'urine est un autre mot pour dire le pipi.

Urologue : L'urologue est un spécialiste des organes urinaires et des **organes génitaux** des hommes un peu comme le **dentiste** est le spécialiste des dents.

V

Vagin : Le vagin, c'est un **organe sexuel** féminin qui ressemble à un petit trou entre ses jambes et qui sert à faire l'amour. C'est par là que la femme a ses règles, mais

ce n'est pas par là que la femme fait pipi. C'est aussi par là que sort le bébé si la femme est **enceinte**.

Voies urinaires : Les voies urinaires sont les organes qui nous permettent d'uriner, de faire pipi.

Vulve : La vulve est l'ensemble des **organes sexuels** extérieurs féminins. Elle se compose du pubis, des **grandes lèvres**, des petites lèvres et du clitoris.

W, X, Y, Z

Pour voir plus de définitions,
rendez-vous sur www.visapourlenet.be.

7. Partenaires

Le projet visa est soutenu financièrement par la Wallonie.

L'élaboration de la rubrique VRAS a été principalement soutenue par :



Certains symboles pictographiques utilisés proviennent de la banque d'images et sont la propriété de CATEDU (<http://catedu.es/arasaac/>).

Ils sont sous licence Creative Commons: CC (BY-NC-SA).

Ils ont été créés par Sergio Palao
et transformés pour illustrer encore plus précisément le texte.

8. Références

Livre : Delville, J., Mercier, M., & Merlin M., (2000) Des femmes et des hommes.
Belgique : Presses Universitaires de Namur.

9. Auteurs du texte

Les professionnels qui ont aidé à faire ce texte sont :

Rédacteur : Stéphanie Marchal, Travailleur social, Itinérïs (anciennement Aphaad), SAC, (Dinant, Belgique), 2007-2008.

Illustrateur : Laëtitia Jacoby, psychologue, Projet Visa pour le net, asbl Inter-Actions, service d'accompagnement (Hannut, Belgique), 2007-2008.

Correcteurs :

Vérification des informations (2010 -2013) : OASIS FAMILIALE, Planning familial de Hannut : Niina Maria Mattila (Coordinatrice de l'opération); Céline Van Heeswyck (Juriste); Delphine Bourdhouxhe et Cécile Virgo (Docteurs en médecine).

Actualisé en 2015 par : Séverine Legros, assistante sociale, asbl Inter-Actions, service d'accompagnement (Hannut, Belgique).

Les Experts Visa qui ont vérifié la juste accessibilité de ce texte sont :

Ariane D, Ariane S, Didier V, David A, Daniel C, Marc L, Mihaëla L, Françoise N.

Dernière actualisation du texte le : 02/02/2016



Les Experts Visa



Ils révisent des textes, des outils
et la facilité d'utilisation de sites Internet dont Visa.

Ils testent l'accessibilité d'OIP
et donnent leurs avis sur comment
rendre les choses toujours plus accessibles à tous.

Ce texte a été rédigé
et corrigé
avec la collaboration
de l'OASIS Familiale
et d'Itinériss



Plus d'infos sur :
www.visapourlenet.be



Projet Visa pour le net
Asbl Inter-Actions
Rue de Tirlemont, 52/1
4280 HANNUT
019/51.40.77.
visapourlenet@gmail.com

