

# IMPACT DU CHEMSEX DANS LE QUOTIDIEN

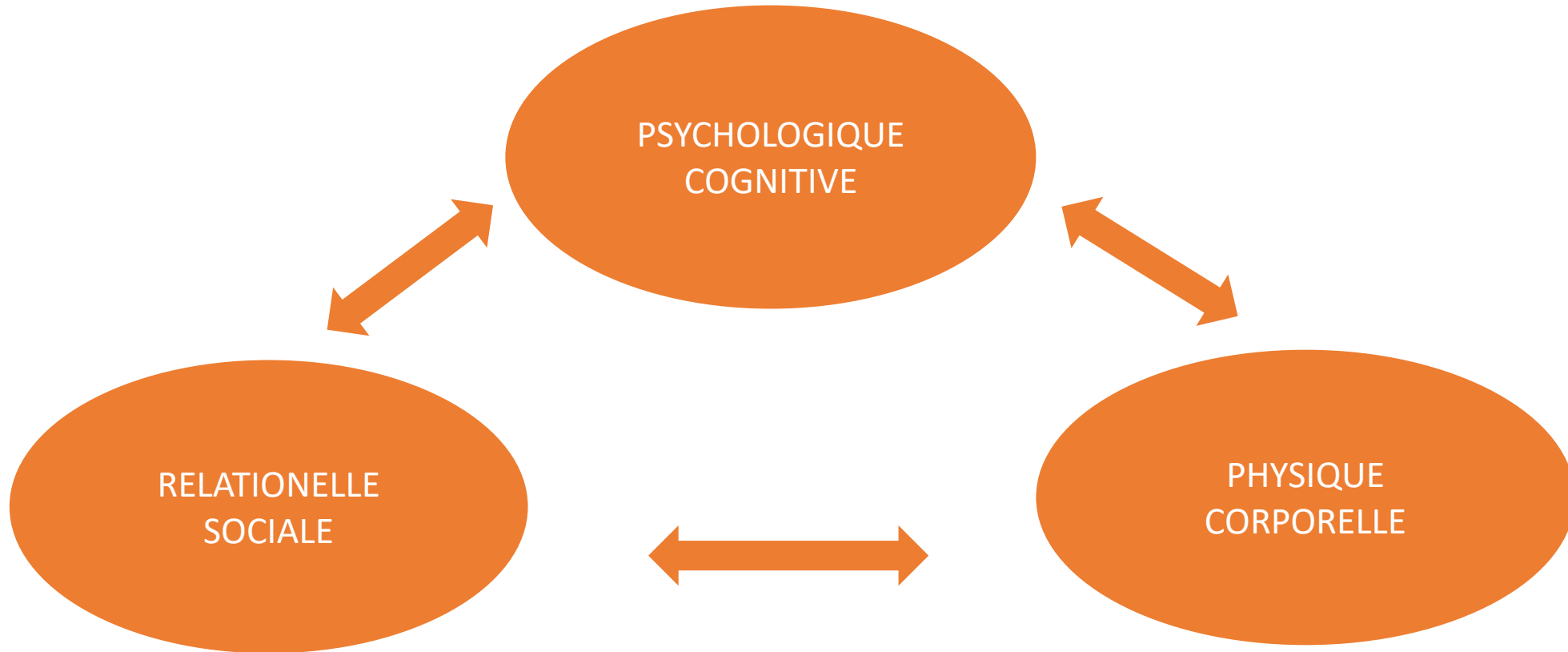
Approche sexologique

Nolwenn KEREBEL

IDE et Sexologue

CeGIDD CHRU BREST

# LES 3 DIMENSIONS DE LA SEXUALITE



- CHEMSEX impacte la sexualité dans ses trois dimensions

# Impact psychologique et cognitif

- Amélioration de la **confiance en soi**
  - Libération des injonctions
  - Prise de distance avec les normes de performance
  - Réduction de la crainte de l'échec
- Favorise l'accès au **désir**
  - Imaginaire érotique plus riche
  - Fantômes plus diversifiés, plus excitants
  - Accès au dépassement des limites / attrait de l'interdit
- Diminution du **stress et de l'anxiété**
  - Favorise le lâcher-prise et donc augmente excitation et plaisir

# Impact physique / corporel

- Association de deux sources de plaisir physique
  - Plaisir lié aux **drogues**
  - Plaisir lié aux **pratiques sexuelles**
- Exacerbation des sensations  
Intensification des **perceptions sensorielles** (sur les 5 sens)
- **Expérimentation de nouvelles pratiques**
  - Pouvoir vasodilatateur et myorelaxant de certains produits favorise certaines pratiques sexuelles
  - Fist-fucking, BDSM

# Impact relationnel / social

- Produits empathogènes
  - Facilités à aller vers l'autre
  - Partage des émotions, d'une sensibilité extrême
- Sentiment fort d'intimité partagée
  - Connexion intime. « coup de foudre »
  - Moments de sociabilités vécus de façon intense
  - Renforcement du sentiment de partage avec le groupe / appartenance communautaire

# Après la « lune de miel »

- La face sombre des plaisirs
- La recherche du plaisir lié à la consommation de produit prend le pas sur le plaisir lié aux échanges sexuels
- *« En fait, ce qui est fou ... c'est que le meilleur s'est transformé en pire. Je me suis dit « waouh c'est génial » ... et au bout d'un moment « p. aidez moi, je n'arrive pas à arrêter » (Etienne, 37 ans)*

# Plaisir intensifié mais ...

- Les produits stimulent à ce point le désir qu'il **devient impossible à assouvir**.
- Absence d'orgasme et d'éjaculation malgré une stimulation sexuelle importante pouvant générer de l' **insatisfaction sexuelle**.
- **Frustration** physiquement et mentalement


# Du plaisir partagé au plaisir égoïste

- Suivant la quantité de produits et/ou les mélanges absorbés, les effets ne seront pas les mêmes.
- La recherche de contact, le sentiment de connexion, le partage de l'intimité, font place à une **expérience beaucoup plus consumériste**
  - Sentiment de consommation des corps
  - Absence de relations interpersonnelles
  - Recherche de la satisfaction de son propre désir égoïste
  - Échanges déshumanisés



*« On a perdu notre sexualité et notre moment de plaisir pour partir vers quelque chose de beaucoup plus consommation, dans le sens large du terme. Consommation de drogues, consommation de mecs. Quantité plutôt que qualité » (Georges, 25 ans)*

# Processus vers la dépendance

- 
- Consommations de produits hors contexte sexuel
  - Perte de contrôle
  - La drogue devient un obstacle aux interactions qu'elle a un temps favorisé
  - Plus de sexualité sans produits
  - Dépendance

# AMBIVALENCE des plaisirs

**Plaisirs inédits**



**Dommages  
physiques /  
Dépendance**

**Echanges intimes,  
émotionnels,  
amoureux**



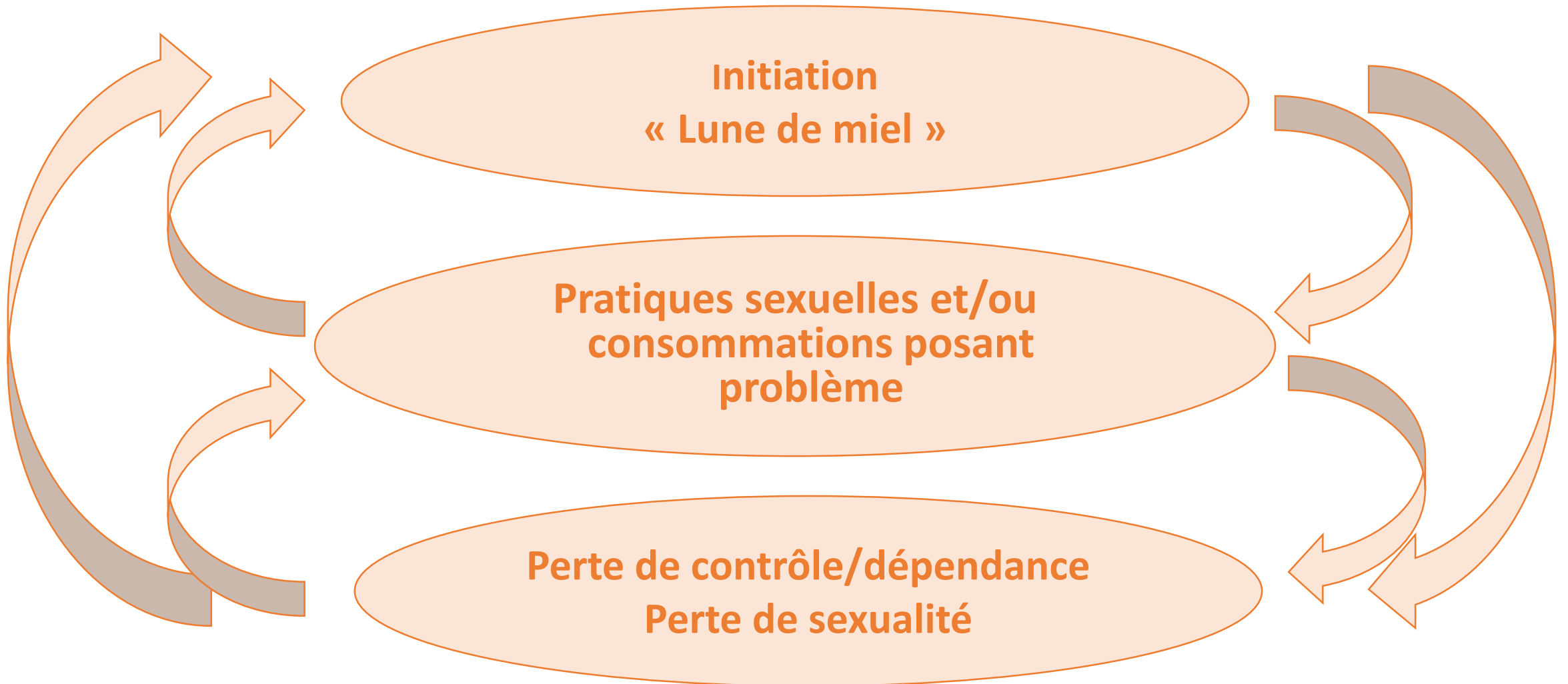
**Déconvenues  
affectives /  
Abus.  
Vulnérabilité**

**Sociabilité**



**Isolement**

# Parcours de CHEMSEX : 3 phases non linéaires



- Multiples allers-retours entre phases globalement positives (satisfaction, contrôle) et périodes plus difficiles
- Parfois il existe des périodes de pauses, puis des rechutes
- Il n'y a pas de profil type mais autant de trajectoires que d'histoires individuelles
  - « Happy chemsexer » : celui qui maîtrise consommation et sexualité et garde une expérience positive, avec parfois mauvaises expériences (peur, descente difficile, plans problématiques)
  - Parcours de perte de contrôle rapide avec dommages et conséquences négatives

# Troubles sexuels associés au CHEMSEX

- Anéjaculation / Anorgasmie.
  - L'orgasme et l'éjaculation ne sont pas recherchés, volonté de prolonger la session
  - Les produits consommés retardent éjaculation
- Dysfonction érectile.
  - Nécessitant modification des rôles sexuels (passivité anale)
  - Association de produits facilitateurs de l'érection (type viagra, Kamagra) et risques d'interactions avec Poppers
- Troubles du désir
- Abus sexuels. Consentement sous produit? Risque d'en être victime ... ou auteur

# Prise en charge multidisciplinaire

- Réduction des risques : importance de l'accompagnement communautaire
- Prise en compte des difficultés psychologiques et/ou sociales
- Prise en charge en addictologie : contrôle des consommations / sevrage
- Prise en charge en sexologie : maintenir ou restaurer une sexualité satisfaisante sans produits

# Prise en charge sexologique

- PEC de **longue durée**.  
Entretiens répétés, maintien du lien thérapeutique
- **Définir objectifs avec la personne** :
  - Maîtrise des consommations
  - Arrêt du chemsex
  - Maintenir ou retrouver satisfaction sexuelle sans les produits
- Garder à l'esprit **l'ambivalence vécue** par la personne et prendre en compte les plaisirs et l'expérience heureuse.  
Ne pas focaliser sur les aspects négatifs sans toutefois les nier.



- Renforcer les **moments d'exception** et prendre appui sur **ces ressources** pour accompagner
- **Restaurer le plaisir.** (Réactivation du circuit de récompense)
  - « petits » plaisirs. Stimulation des 5 sens
  - Pour patient en couple : reconnexion sensuelle avec le partenaire par le « Sensate Focus »
- Accompagner le deuil de la sexualité sous produits (si objectif est arrêt complet)
  - Renoncement à expérience de vie d'une grande intensité
  - Acceptation que la sexualité n'apporte plus ces sensations et émotions extrêmes
  - Tout en valoriser la liberté retrouvée

- S'appuyer sur les **expériences sexuelles épanouissantes** pour ré-ouvrir sur sensualité et recherche de plaisirs sans produits.
- S'appuyer sur **l'imaginaire érotique** du patient et l'encourager à l'enrichir.
- Renforcer **l'estime de soi**, la **confiance en soi**
- Restaurer le **désir** et **l'excitation**

- Craintes de ne plus être performant, endurant. Prise en compte et traitement d'une éventuelle dysfonction érectile et/ou éjaculation prématurée.
- Crainte de l'isolement : si arrêt des applis de rencontre par crainte de la sollicitation au chemsex, difficultés à rencontrer des partenaires.  
Nécessite de réinvestir d'autres modalités de rencontre, plus incertains.
- Travail Motivationnel . TCC . Hypnose

# Bibliographie

- Faucon J., « *Chemsex et sexualité des hommes gays* », Sexualités Humaines, n°41, pp54-61, 2019
- Foureur N., et al. (2013) *Slam. Première enquête qualitative en France*, Pantin, AIDES [www.aides.org/actu/evenement/slam-premiereenquete-qualitative-en-france-1873](http://www.aides.org/actu/evenement/slam-premiereenquete-qualitative-en-france-1873)
- Groupe de travail Santé sexuelle et addictions du RESPADD, « *Chemsex :livret pour les professionnel(le)s et les intervenant(e)s de santé* » 2016
- <https://www.santepubliquefrance.fr/les-actualites/2017/etude-prevagay-2015-premiers-resultats-sur-le-vih>
- Laroque-Latour G., « *Chemsex :exploration des extrêmes sexuels* » Sexualités Humaines, n°42, pp 26-34, 2019
- Milhet M., et al. (2017) *Chemsex, Slam. Renouvellement des usages de drogues en contexte sexuel parmi les HSH*. Saint-Denis, OFDT, Coll. Théma TREND, 32p.
- Mihet M., et al. (2019) *APACHES, Attentes et Parcours liés au CHEmSex*. epxmmz5.jpg OFDT, 98 p.
- Pachankis JE., et al. (2015) *Hidden from health: structural stigma, sexual orientation concealment, and HIV across 38 countries in the European MSM Internet Survey*. *AIDS*. 2015;29(10):1239–1246. doi:10.1097/QAD.0000000000000724