



# VIE AFFECTIVE ET MALADIES CARDIOVASCULAIRES

**Il est possible de retrouver (ou de trouver) un épanouissement sexuel après un accident cardiaque.**

## CŒUR SENSIBLE : FAUT-IL S'ABSTENIR ?

En cas de problèmes cardiaques, les troubles érectiles passent souvent au second plan. Pourtant leur impact sur la qualité de vie ne peut plus être ignoré.

“Quand pourrai-je à nouveau faire l'amour ?”

“Mes médicaments ne sont-ils pas à l'origine de mon problème ?”

“Les inducteurs d'érection sont-ils dangereux pour le cœur ?”...

## LE SEPTIÈME CIEL EN DEUX ÉTAGES

L'activité sexuelle représente un effort physique d'intensité modérée, comparable à l'énergie dépensée pour monter deux étages à bon rythme.

## POURQUOI EN PARLER SANS ATTENDRE ?

La survenue de troubles érectiles peut être un important facteur d'alerte pour le médecin. Ils peuvent révéler les premiers stades d'une maladie cardiovasculaire.

## DIABÈTE ET DYSFONCTION ÉRECTILE : LE DUO DIABOLIQUE

Souvent ignoré, le diabète est pourtant la première cause diagnostiquée des troubles de l'érection. Pas moins d'un diabétique sur trois serait touché entre 20 et 60 ans par ce problème, dont beaucoup n'osent pas parler. Les soucis sont d'autant plus fréquents que la maladie diabétique est ancienne et installée, et surtout mal contrôlée.

## LES TROUBLES DU RYTHME CARDIAQUE

On peut les traiter par médication ou appareillage (pacemaker). On peut reprendre, le plus souvent, une activité physique appréciable et les rapports sexuels ne sont donc pas contre-indiqués. Si vous êtes porteur d'un défibrillateur, aucune inquiétude, il ne présente aucun danger pour votre partenaire.

## LES MALADIES CORONARIENNES

Un patient coronarien qui peut supporter une activité physique modérée n'a pas de contre-indication à l'acte sexuel. En cas de doute (crises angineuses répétées, essoufflement facile, tabagisme important, hypertension non contrôlée, etc.), le cardiologue peut faire pratiquer une épreuve d'effort.

En résumé, chez le patient coronarien stable et en dehors d'interaction avec d'autres spécialités, la prise en charge médicamenteuse des troubles érectiles est possible.

## ET LES AUTRES MALADIES CARDIAQUES

Un antécédent récent d'infarctus du myocarde, une insuffisance cardiaque sévère, un angor instable ou une hypotension restent des contre-indications formelles, tout comme l'association de dérivés nitrés aux inhibiteurs de la phosphodiesterase de type 5 (Levitra®, Cialis® et Viagra®).

Outre les artères irriguant le cœur, d'autres artères peuvent être également plus ou moins abîmées par la maladie athéromateuse. Si les artères qui irriguent la verge le sont, l'érection peut être de mauvaise qualité ; cela est fréquent dans le cas de l'infarctus du myocarde ou de l'angine de poitrine. Il est alors tentant d'utiliser le Viagra ou équivalent.

Les facteurs de risque des maladies cardiovasculaires comme l'hypertension, l'âge, le tabac, le diabète, l'hypertension, le stress... abiment les artères. Celles-ci sont moins souples, plus épaisses avec parfois aussi des plaques de cholestérol qui diminuent leur lumière. Le passage du sang dans les poches vasculaires de la verge se fait alors moins bien avec une érection de moins bonne qualité voir impossible.

**Attention, certains traitements sont absolument incompatibles avec le Levitra®, Cialis® et Viagra®. Plutôt que de s'exposer à un risque d'accident cardiovasculaire grave, il est indispensable de consulter son médecin.**

Attention à la mauvaise observance !

De nombreux médicaments peuvent avoir un impact sur la sexualité des patients.

*"J'ai arrêté tous les médicaments pour traiter mon hypertension, ils me rendaient impuissant"*

Le trouble érectile n'est pas une fatalité. Osez en parler à votre médecin, il existe des solutions.

N'arrêtez jamais un traitement sans l'avis de votre médecin.

## EXISTE-T-IL DES FACTEURS DE RISQUE DE L'ACCIDENT CARDIOVASCULAIRE "SEXUEL" ?



- Sédentarité
- Drogues illicites (cocaïne...)
- Nouveau partenaire
- Partenaire plus jeune



- Partenaire habituel
- Ergonomie sexuelle :
  - Pas de position à privilégier
  - Garder ses habitudes posturales

## 7 RÈGLES À RESPECTER

1. Modifier son hygiène de vie : activité physique régulière et arrêt du tabac.
2. Ne jamais arrêter seul son traitement devant des troubles sexuels.
3. Ne pas hésiter à en parler au médecin.
4. Diminuer la consommation d'alcool.
5. Perdre du poids si nécessaire.
6. Diminuer ou arrêter les anxiolytiques, somnifères, antidépresseurs qui aggravent les troubles de l'érection et la libido.
7. Penser à dépister une apnée du sommeil. L'apnée est une cause fréquente de troubles de l'érection.