****

 **Diabète et sexualité**

L’origine des possibles troubles sexuels liés au diabète peut être neurologique et/ou artérielle, elle est rarement hormonale.

**Troubles rencontrés**

|  |  |
| --- | --- |
| **Chez la femme** | **Chez l’homme** |
| * Mycoses
* Sécheresse vaginale rendant les rapports difficiles et douloureux
 | * Prostatite
* Infections, mycoses
* Troubles de l’érection
* Troubles de l’éjaculation
 |
| Baisse de l’estime de soi, culpabilité et blocage de la libido |

**Quelques conseils**

* En parler à son/sa partenaire dans un climat de confiance et de complicité
* Un très bon équilibre du diabète est nécessaire pour prévenir ces troubles
* Avoir une alimentation équilibrée
* Avoir une bonne hygiène corporelle
* Traiter les pathologies associées (hypertension, hypercholestérolémie…)
* Arrêter le tabac
* Diminuer la consommation d’alcool
* En parler à un professionnel de la santé (médecin, sexologue, psychologue…)