

# Fiches Outils Numériques « Sexualité masculine »

Des outils prêts à l'emploi pour vous aider en consultation

Vous aimeriez aborder la question de la sexualité plus aisément avec vos patients ? Tout en ayant des réponses concrètes à leur apporter ?

Proposez dès aujourd'hui à vos patients des illustrations, des animations et des exercices créés sur mesure par une équipe de sexologues.

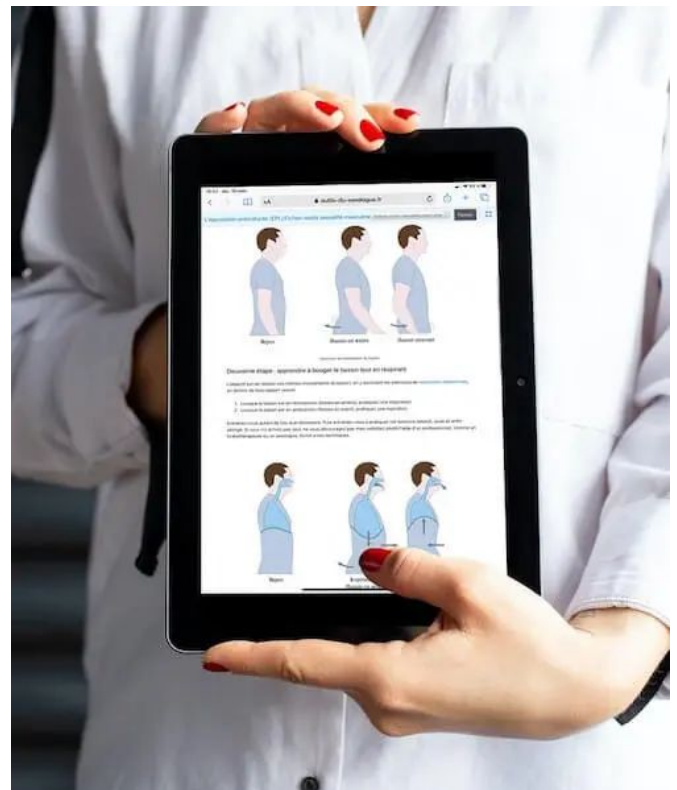
Obtenir mes fiches numériques

## Les fiches-outils numériques sur la sexualité masculine :

- Une interface sobre et professionnelle
- Des fiches numériques interactives
- Un contenu pédagogique
- Des explications simples à fournir aux patients
- Des schémas et des animations accessibles à tous
- Des exercices progressifs à remettre au patient

**Une aide qui vous fera gagner du temps en consultation et qui sera utile aux patients.**

**Disposez dès aujourd'hui de différents supports pédagogiques, utiles à la prise en charge des principaux troubles sexuels de vos patients.**



Dans nos fiches vous retrouverez les principaux outils nécessaires à la prise en charge des troubles sexuels les plus fréquents chez l'homme.

## Sommaire des Fiches-Outils Numériques :

### Rappels anatomiques et physiologiques

*Planches anatomiques, schémas et animations pour aider les patients à comprendre le fonctionnement de leur corps au niveau sexuel*

1. **Organes génitaux externes** : 7 planches (pénis au repos, pénis circoncis, différentes variations de pénis au repos et différentes variations de pénis en érection **pour montrer que « tous les pénis sont normaux »**)
2. **Organes génitaux internes** : 3 planches montrant l'anatomie et l'organisation générale du système sexuel masculin (vue frontale, vue sagittale et vue en 3D)
3. **Le périnée** : une planche qui décrit les muscles principaux entrant en jeu dans la sexualité masculine
4. **La réponse sexuelle masculine** : Une animation du cycle de la réponse sexuelle masculine selon Masters & Johnson et un diagramme expliquant la courbe de l'excitation sexuelle (modulation, imminence, point de non-retour et éjaculation)
5. **Mécanisme de l'érection** : 6 planches anatomiques qui expliquent les 5 phases de l'érection (flaccidité, tumescence, érection complète, érection rigide et détumescence)
6. **Mécanisme de l'éjaculation** : 8 illustrations ainsi qu'une animation didactique qui reprend point par point les étapes de ce mécanisme réflexe souvent difficile à appréhender qu'est le réflexe éjaculatoire, ainsi que les éléments agissant sa modulation

### La Dysfonction Erectile (DE)

*Fiches-outils utiles pour les soignants dans la prise en charge de la dysfonction érectile*

1. **Rappels sur la DE** : une fiche de rappel pour le soignant (diagnostic, classification et prise en charge)
2. **Arbres décisionnels** : les dernières recommandations de l'Association Interdisciplinaire post-Universitaire de Sexologie à l'attention des médecins concernant la prise en charge de la dysfonction érectile
3. **Traitements médicamenteux de la DE** : des fiches pour expliquer à votre patient le mécanisme d'action des différents traitements de la dysfonction érectile afin de

### L'éjaculation prématurée (EP)

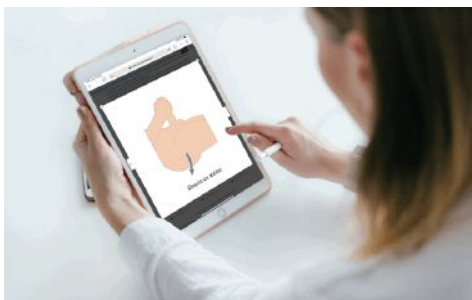
*Fiches-outils utiles pour les soignants dans la prise en charge de l'éjaculation prématurée*

1. **Rappels sur l'EP** : une fiche de rappel pour le soignant (diagnostic, causes, classification et prise en charge)
2. **Traitements médicamenteux de l'EP** : des fiches pour expliquer à votre patient le mécanisme d'action des différents traitements médicamenteux contre l'éjaculation prématurée afin de favoriser l'observance, ainsi que des ordonnances types
3. **Exercices de respiration** : des exercices à donner à votre patient afin de l'aider à abaisser ses tensions nerveuses et musculaires et modérer son système nerveux sympathique, responsable du déclenchement du réflexe éjaculatoire
4. **Exercices périnéaux** : exercices permettant au patient de mieux connaître le fonctionnement de son périnée et de l'aider à le décontracter lors du rapport sexuel
5. **Exercices sexocorporels** : des fiches toutes prêtes à remettre à votre patient qui contiennent un ensemble d'exercices basés sur les techniques sexo-corporelles, approche qui montre très bons résultats dans la prise en charge de l'éjaculation prématurée
6. **Technique du « Stop and Go »** : un exercice en 3 étapes à suivre pas-à-pas, inventé par les célèbres sexologues Masters & Johnson il y a plus de 50 ans
7. **Sensate focus** : des exercices à faire en couple, basés sur le toucher et la complicité, qui vont leur permettre de se concentrer sur le côté sensoriel plutôt que de se focaliser sur la performance ou la finalité de l'acte sexuel



favoriser l'observance, ainsi que des ordonnances types  
[fiche en core en construction]

4. **Exercices de respiration** : des exercices à donner à votre patient afin de l'aider à abaisser ses tensions nerveuses et musculaires et modérer l'activité anti-érectile du système nerveux sympathique
5. **Exercices périnéaux** : exercices permettant au patient de mieux connaître le fonctionnement de son périnée
6. **Sensate focus** : des exercices à faire en couple, basés sur le toucher et la complicité, qui vont leur permettre de se concentrer sur le côté sensoriel plutôt que de se focaliser sur la performance ou la finalité de l'acte sexuel



## Des fiches inédites

Suite à un sondage réalisé auprès de 400 soignants et étudiants en Sexologie, le manque d'outils ainsi que de supports visuels et explicatifs à utiliser en consultation, a été majoritairement soulevé. Les professionnels interrogés, toutes spécialités confondues, sexologues ou non, ont été nombreux à souhaiter avoir à leur disposition des fiches-outils récapitulatives à utiliser en consultation de sexologie.

## Qu'en disent nos consoeurs et confrères ?



« Les schémas sont une valeur ajoutée. Ces fiches sont utiles comme outils pédagogiques »

Dr Pierre Bondil, uro-onco-sexologue, Président de l'association Interdisciplinaire post-Universitaire de la Sexologie (AIUS)



« Fiches très pertinentes, bien réalisées, simples et pédagogiques : excellent outil pour la consultation »

Dr André Corman, Médecin sexologue et andrologue, directeur de l'enseignement de sexologie à la Faculté de Médecine Toulouse III



« Fiches brèves qui vont à l'essentiel. Les graphiques sont clairs et aidant. Je pense pouvoir en utiliser une partie dans mon cabinet »

André Letzel, Sexologue Conseiller conjugal et familial





“

« La prescription pré-remplie est une aide pédagogique inestimable. Elle est aussi très claire. »

Arlette Sulpice-Vainqueur,  
conseillère en vie sexuelle  
et affective – sexologue



“

« Ce sont des fiches très pratiques mais aussi très éducatives. »

Jean-Luc Robert, Médecin  
spécialiste en dermatologie  
et vénérologie



“

« Points positifs de ces fiches : les illustrations et la synthèse des points importants. »

Lucie Prum, Sage-Femme  
Sexologue



## Commander les fiches

Proposez sans plus tarder à vos patients des illustrations et des exercices créés sur mesure par une équipe de sexologues, disponibles dès immédiatement.



Obtenir mes fiches numériques

Du contenu validé par des professionnels

## Charlatans passez votre chemin

Le titre de sexologue n'étant pas réglementé en France, il existe malheureusement des sexothérapeutes auto-proclamés, qui se revendiquent comme tel, avec des méthodes thérapeutiques parfois douteuses ou problématiques, voire dangereuses.

La sexologie ne se pratique pas sans une solide formation, complémentaire d'une formation initiale médicale ou en sciences humaines.

Les fiches-outils que nous avons conçues, ont été relues, corrigées et approuvées par un échantillon de professionnels représentatif de l'ensemble des sexologues, avec des domaines de compétence divers (médecin, sage-femme, kinésithérapeute, psychologue, infirmier, conseiller conjugal).

## Commander les fiches

Proposez sans plus tarder à vos patients des illustrations et des exercices créés sur mesure par une équipe de sexologues, disponibles immédiatement.

Obtenir mes fiches numériques

# Les supports visuels sont plus abordables pour les patients

Prendre rendez-vous et venir consulter n'est pas une chose facile pour la majorité des hommes et nombreux sont ceux qui ont laissé le problème s'installer pendant longtemps. Il n'est pas simple de venir parler de soi, de ses difficultés et surtout de son intimité affective et sexuelle. Cela représente une situation de stress et d'inconfort pour beaucoup, associée à des vécus de honte et d'impuissance.

Dès la première consultation, le praticien a tendance à donner énormément d'informations que le patient ne peut pas retenir ou s'approprier facilement. C'est pourquoi l'aide d'un support visuel ou bien la remise d'un document explicatif en fin de consultation est indispensable.

Par ailleurs, la représentation mentale de son propre corps passe par les images que l'on a pu en voir ; ainsi présenter des schémas anatomiques ou explicatifs et clairs aux patients, les aident à mieux se penser et à mieux se représenter leur propre corps.

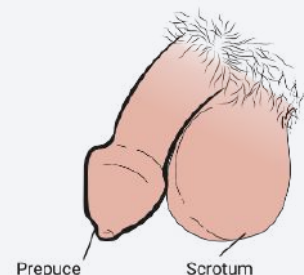


## Les patients ont parfois des attentes irréalistes et de fausses croyances concernant la sexualité et son fonctionnement.

Certains hommes s'imaginent qu'un rapport sexuel doit durer une heure, ou bien s'inquiètent à la moindre panne d'érection... Dans ce contexte, le rôle du soignant est d'informer, d'expliquer et d'éduquer afin de rassurer le patient et de lui permettre de comprendre ce qu'il se passe dans son corps.

## Les schémas simples sont les plus adaptés aux patients

Le travail du soignant (sexologue ou non) sera d'abord de faire des rappels anatomiques et de l'éducation sexuelle en transmettant des informations correctes sur le fonctionnement du corps humain.



## Commander les Fiches-Outils Numériques

Proposez sans plus tarder à vos patients des illustrations et des exercices créés sur mesure par une équipe de sexologues, disponibles immédiatement.

[🛒 Obtenir mes fiches](#)

## Qui sommes-nous ?

Tous deux titulaires du Diplôme Inter-Universitaire de Sexologie (seul diplôme de sexologie français reconnu par l'Ordre des Médecins), le docteur Arnaud Zeler, médecin généraliste et Catherine TROADEC,

psychologue clinicienne, sont également membres titulaires de l'Association Interdisciplinaire post-Universitaire de Sexologie.

Nous exerçons la sexologie en cabinet libéral depuis 2015, en parallèle d'une activité hospitalière pour Catherine.

Nos formations initiales étant complémentaires, particulièrement dans le domaine de la Sexologie, nous avons ouvert une consultation en co-thérapie médecin-psychologue depuis 2016.

---



## Des fiches issues de notre pratique

Malgré les riches enseignements du DIU, nous manquions d'outils concrets et de médiation dans la prise en charge de nos patients. Nous nous sommes également rendu-compte de la méconnaissance du fonctionnement de la sexualité, et du corps en général, chez beaucoup de ceux que nous recevions dans nos consultations de Sexologie.

C'est ainsi au fil de nos expériences cliniques et des rencontres avec les patients que nous avons développé des outils pédagogiques, pratiques et utiles à présenter aux patientes, Nous les avons répertoriés ici sous forme de fiches interactives.

### Comment avons-nous choisis nos illustrations ?

Pour réaliser les illustrations de nos fiches-outils, **nous avons travaillé avec plusieurs illustrateurs** qui ont dessiné des schémas et des planches anatomiques selon nos directives : non stéréotypés, anatomiquement corrects, et pas surchargés d'informations non nécessaires aux patients.



« Thèmes variés, dessins de qualité, textes instructifs, merci pour ce beau travail ! »

Céline Hatlas, Future sexologue



« Point positif de ces fiches : Le fait qu'elles soient synthétiques »

Isabelle Iwanski, Infirmière sexologue



« Point positif de ces fiches : Effort de simplification, utilisation de la couleur à bon escient et surtout sur le fait qu'enfin elles existent ce qui en fait de précieux outils d'aide à la consultation pour les soignants et de compréhension pour les patients »

Dr René Benhaim, Médecin sexologue



« Les fiches et les animations sont très bien, je révise mon examen avec ! Très claires, jolies. »

Barbara Cochet, Psychologue Psychothérapeute

## Comment nos fiches peuvent vous aider ?

Nos fiches consacrées à la sexualité masculine sont polyvalentes et conçues pour tous les soignants, quelle que soit leur horizon théorique ou pratique, car elles traitent des grands thèmes transversaux à chaque discipline spécifique.

### **Des fiches « prêtes à imprimer » à donner aux patients**

Nous nous sommes dit que cela serait très pratique de pouvoir imprimer ces illustrations sous forme de fiches à remettre aux patients.

Les illustrations sont toutes en couleur dans l'interface. Mais pour en faciliter l'impression, nous avons réalisé une version en noir et blanc de certaines fiches (comportant seulement les contours des dessins). Ainsi, cela vous évitera de vider la cartouche d'encre à chaque impression ;).

### **Plus de problèmes de droits d'auteur**

A part les images libres de droit, qui existent mais qui restent limitées, la plupart des images que l'on trouve sur Internet sont soumises à des droits d'auteur et ne peuvent, par conséquent, ni être modifiées ni utilisées à des fins professionnelles.

Quand aux photographies, leur utilisation est encore plus restreinte.

*« Le fait qu'un contenu soit accessible (sur internet, notamment) ne donne pas le droit de le*

### **Des recommandations instantanément à jour**

Comme dans beaucoup de domaines de la santé, les connaissances et les recommandations en matière de santé sexuelle évoluent régulièrement.

Grâce à l'interface que nous avons mise en place, nos fiches-outils seront régulièrement mises à jour en fonction des dernières recommandations !

Elles pourront également évoluer en fonction des retours des utilisateurs.

reproduire ou de le diffuser  
sans autorisation. »

source  
: [economie.gouv.fr](http://economie.gouv.fr)

En achetant nos fiches-outils  
réalisées sur mesure vous serez  
libres de les utiliser dans votre  
travail sans vous préoccuper des  
droits à l'image.

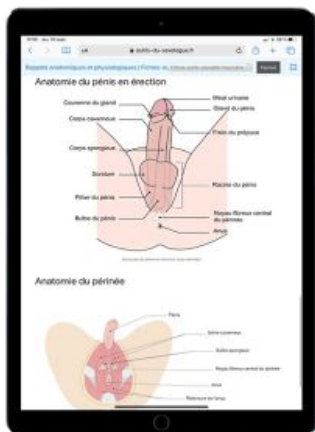
## Commander les Fiches-Outils Numériques

Proposez sans plus tarder à vos patients des illustrations et des exercices créés sur mesure par une équipe de sexologues, utilisables immédiatement.

## Une interface sobre et ergonomique

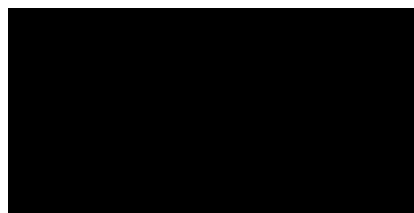
Nos fiches-outils ne contiennent pas uniquement du texte : elles contiennent des illustrations, des vidéos d'animations ainsi que de brefs rappels de notions pour pouvoir expliquer certaines choses qui peuvent être compliquées à comprendre sans un visuel adéquat.

Nous avons travaillé sur une interface sobre qui vous permettra d'accéder et de montrer les illustrations facilement à vos patientes, sans perdre de temps et sans être parasité par tout le contenu de votre bibliothèque ou de votre ordinateur.



Des planches  
faciles à  
comprendre

Les fiches-outils sont composées  
de schémas anatomiquement



Les dernières  
technologies à votre  
service

Dans l'interface vous aurez accès  
à des vidéos d'animations  
pédagogiques visant à expliquer le  
mécanisme des différentes  
réactions sexuelles comme  
l'érection et l'éjaculation et qui  
permettront à vos patients de



Une interface  
intuitive

Les fiches se présentent sous  
forme d'une bibliothèque  
numérique d'images qui possède



corrects et compréhensibles par les patients.

mieux comprendre l'origine de leur trouble.

un sommaire et un moteur de recherche intégré.

Chaque dessin ou animation peut s'afficher en « plein écran », avec la possibilité de zoomer autant qu'on le souhaite.

Les illustrations comportent également des explications qu'il suffit de donner à son patient ; chaque professionnel pouvant bien entendu compléter avec des informations propres à ses connaissances.

## Commander les Fiches-Outils Numériques

Proposez sans plus tarder à vos patients des illustrations et des exercices créés sur mesure par une équipe de sexologues, disponibles immédiatement.

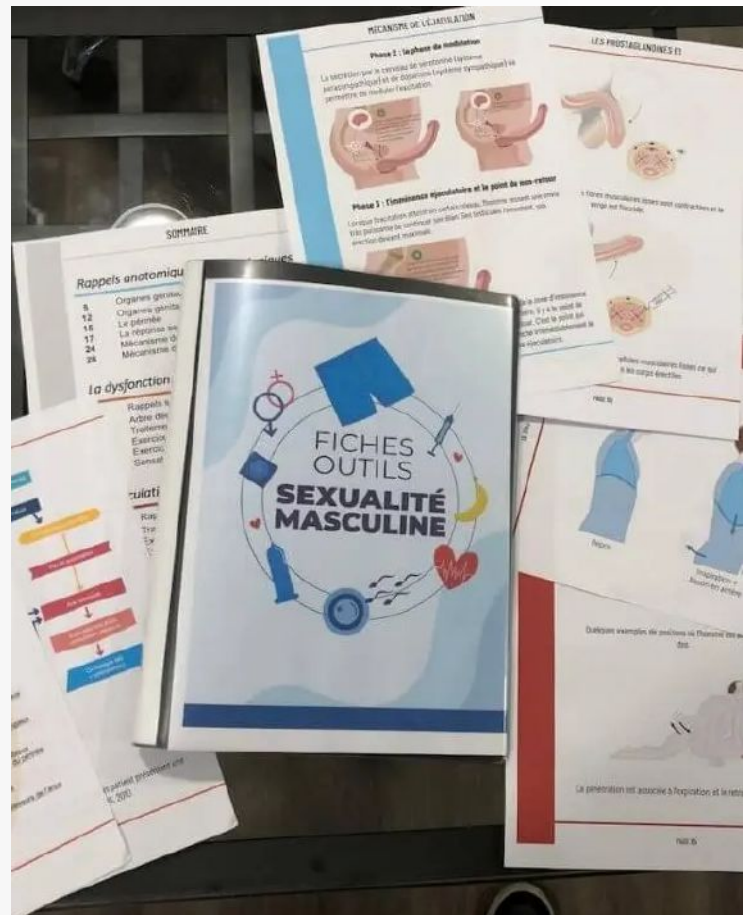
## Version imprimable

Les fiches-outils numériques ont été pensées pour être interactives afin d'être mises à jour au fil des découvertes en sexologie, c'est pourquoi le format numérique reste le plus adapté.

Cependant, conscients que ces outils peuvent également être intéressants à utiliser sous forme de fiches cartonnées, nous mettons à votre disposition une version au format A4 que vous pouvez imprimer afin d'en avoir une copie physique.

Vous retrouverez dans ce pack :

- d'un côté les fiches-praticiens avec les explications texte,
- de l'autre les illustrations à montrer aux patients.
- enfin, les fiches-patients avec les exercices à remettre en fin de consultation, restent inchangées.



## Témoignages



Facile d'accès pour les patientes.  
Elles sont parfaites.

## Dr Céline Causse

*Sexologue psychiatre*



Clares, synthétiques et pratiques.  
Schémas explicites et adaptés aux consultations avec les patientes.  
Bons supports interactifs.  
Petits rappels forts utiles et concis (ciblés sur les motifs de consultation les plus fréquents)

## Nathalie Danion

*Psychologue sexothérapeute*

Vos fiches outils sont formidables, très complètes, très précises, j'adore!

J'ai terminé il y a peu de temps mon Certificat en Sexologie Clinique Appliquée à l'UCL (en Belgique) et j'appréhendais de me lancer dans les consultations en sexologie.

Vos fiches vont me permettre d'avoir un support concret sur lequel m'appuyer et cela m'est d'une grande aide pour débiter en confiance dans ce domaine.

## Juliette Guillaume

*Etudiante en sexologie*



## Vous n'êtes pas encore convaincu ?

Vous avez **30 jours** pour tester nos fiches.

**Si vous n'en êtes pas satisfait, nous vous remboursons sans discuter !**

### 100%

Satisfait ou Remboursé

Si vous n'êtes pas satisfait, vous disposez de 30 jours pour vous faire rembourser sur simple demande par mail.



### Accès illimité

aux mises à jours du produit

Vous bénéficierez toujours des dernières mises à jour (sans frais).

### Paiement sécurisé

### Support Technique

Si vous rencontrez des problèmes techniques avec l'utilisation des fiches, nous ferons de notre mieux pour vous aider !