

COSY coPD and Sexuality

Ouvrons le dialogue !*

Important :

Interrogez TOUTE personne, indépendamment de son âge, de son sexe, du degré de gravité de sa BPCO et de son orientation sexuelle, sur d'éventuelles limitations dans sa sexualité et sur sa motivation à agir. Vous devez évaluer la limitation (au moins une fois par an).

Introduction : aborder le sujet et demander la permission

« Nous n'avons encore jamais parlé de sexualité.

Certaines personnes atteintes de BPCO se disent limitées dans leur sexualité en raison de phénomènes de toux, d'expectoration et de gêne respiratoire. Peut-être vous trouvez-vous dans cette situation.

Peut-être y a-t-il autre chose qui vous empêche d'avoir une sexualité épanouie ?

Souhaitez-vous que nous en parlions ? »

Évaluation de la limitation


« Sur une échelle de 0 à 10, à combien évalueriez-vous la limitation dans votre sexualité (0 = pas du tout, 1-3 = peu, 4-7 = assez, 8-10 = fortement limité-e) due à

<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <p>Niveau 1</p> </div> </div>	<p>...vos symptômes de BPCO (gêne respiratoire, toux, expectoration) ?»</p>	<p>Motivation à agir Sur une échelle de 0 à 10</p>
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <p>Niveau 2</p> </div> </div>	<p>...des limitations physiques générales ? » (p. ex. douleurs de l'appareil locomoteur, pathologies cardiovasculaires décompensées, incontinence, limitations sexuelles)*</p>	<p>Motivation à agir Sur une échelle de 0 à 10</p>
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <p>Niveau 3</p> </div> </div>	<p>...des facteurs de stress externes ? » (p. ex. problèmes psychosociaux, problèmes relationnels, stress dans la vie privée ou professionnelle, anxiété)*</p>	<p>Motivation à agir Sur une échelle de 0 à 10</p>
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <p>Niveau 4</p> </div> </div>	<p>...votre perception de vous-même ? » (p. ex. problème avec la séduction, pudeur, blocages)*</p>	<p>Motivation à agir Sur une échelle de 0 à 10</p>

*Aide concrète pour l'utilisation, voir COSY : mode d'emploi de la feuille d'information Communication

COSY

Niveau 1 Limitation dans la sexualité en raison de symptômes de BPCO : dyspnée, toux, expectoration

	1-3 peu limité(e)	4-7 assez limité(e)	8-10 fortement limité(e)
Stratégie 	Établir et entretenir le dialogue Laisser de l'autonomie Proposer de l'information	Établir et entretenir le dialogue Laisser de l'autonomie Cibler les problèmes Évoquer les connaissances et ressources existantes Conseiller Soutenir	Établir et entretenir le dialogue Laisser de l'autonomie Cibler les problèmes Évoquer les connaissances et ressources existantes Conseiller Soutenir
Action	Proposez de l'aide si vous constatez une volonté de changement	Concentrez-vous sur les symptômes et les troubles concrets	Concentrez-vous sur les symptômes et les troubles concrets
Questions	« Puis-je vous remettre du matériel d'information ? » « Lors de notre prochaine consultation, si vous le souhaitez, nous pourrions revenir sur ce sujet. Ou préférez-vous m'en parler lorsque vous serez prêt(e) ? »	« Qu'est-ce qui vous gêne concrètement ? » Pouvez-vous me décrire une situation quotidienne où vous êtes gêné(e) par un problème d'expectoration ? Y a-t-il eu une évolution ? Qu'est-ce qui vous aide au quotidien ? »	« Qu'est-ce qui vous gêne concrètement ? » Pouvez-vous me décrire une situation quotidienne où vous êtes gêné(e) par un problème d'expectoration ? Y a-t-il eu une évolution ? Qu'est-ce qui vous aide au quotidien ? »
Mesures et options individuelles	En cas de besoin	Proposition d'action concrète p. ex. inhalation, techniques de respiration et de toux, frein labial ou positions facilitant la respiration, oxygène, etc.	Proposition d'action concrète p. ex. inhalation, techniques de respiration et de toux, frein labial ou positions facilitant la respiration, oxygène, etc.
Proposer un coaching dans le cadre de « Mieux vivre avec une BPCO »	Référence au programme d'autogestion « Mieux vivre avec une BPCO » www.liguepulmonaire.ch/bpcocoaching	Proposer le guide du programme Indiquer les pages pertinentes (utilisation autonome par la patiente ou le patient, mise en place d'un conseil ou délégation)	Proposer le guide du programme Indiquer les pages pertinentes (utilisation autonome par la patiente ou le patient, mise en place d'un conseil ou délégation) Évaluation de l'urgence et prise en charge du suivi, mise en place ou adaptation de traitements médicamenteux et non médicamenteux
Planification et accompagnement proactif	Prise conjointe de décisions	Consultations (téléphoniques) de suivi : prise de contact trois mois plus tard ou à une date convenue	Consultation (téléphonique) de suivi en fonction de l'urgence Mise en relation avec des spécialistes et experts

Graphisme / mise en page : atelier de graphisme Manuel Ort, www.manuelort.ch

Version 1.0_2020 / auteurs : Dalla Lana Kaba¹ et Steurer-Stey Claudia¹, Borgmann Michèle², Brun del Re Ursina³, Burri Andrea⁴, Gonin-Spahnli Stefanie² Haas Sebastian⁵, Sarasin Eliane⁶, ¹Institut d'épidémiologie, de biostatistiques et de prévention de l'Université de Zurich ; ²division Psychologie de la santé et médecine comportementale, institut de psychologie, Université de Berne ; ³Zürcher Institut für klinische Sexologie und Sexualtherapie, ZISS ; ⁴Institute for Sex Counselling and Sexual Sciences (ISCSS), Zurich ; ⁵Clinique de psychiatrie, de psychothérapie et de psychosomatique Hohenegg ; ⁶Centre du sein de Zurich et Swiss Breast Care, service d'endocrinologie reproductive de l'hôpital universitaire de Zurich