

L'éjaculation prématurée - 1/2

L'éjaculation prématurée n'est pas une maladie à proprement parler, mais un phénomène "réflexe" qui toucherait plus de 30 % des hommes. Quelles en sont les causes ?

Il est important de rappeler que les termes "*éjaculation précoce*" et "*éjaculation prématurée*" sont équivalents, et qu'ils peuvent être employés indifféremment.

Quand parle t-on d'éjaculation prématurée ?

On parle d'éjaculation prématurée quand l'éjaculation survient trop vite. La notion d'un temps minimum n'a pas cours. Que l'éjaculation ait lieu avant la pénétration ou 5 minutes après, le problème est le même, il n'y a pas de contrôle.

"L'on peut ainsi parler d'éjaculation prématurée lorsque l'orgasme se produit en tant qu'acte réflexe, c'est-à-dire lorsqu'il échappe au contrôle volontaire du sujet une fois que, chez ce dernier, l'excitation sexuelle a atteint une certaine intensité" déclare Helen Kaplan.

Ce n'est pas une maladie

L'éjaculation prématurée n'est pas une maladie à proprement parler. L'homme qui éjacule rapidement fonctionne sexuellement bien, même trop bien. Ses réactions sexuelles sont rapides et dans notre monde c'est souvent une qualité d'avoir des réflexes rapides...

Cependant, la sexualité est une relation à deux et pour partager du plaisir il peut être important pour l'homme de pouvoir retarder le moment de l'éjaculation.

L'éjaculation prématurée peut être primaire ou secondaire

- L'éjaculation prématurée est primaire si elle a toujours été présente dans la sexualité de l'homme ;
- L'éjaculation prématurée secondaire, comme son nom l'indique, survient secondairement après un temps de sexualité sans problème.

Mais ce n'est pas si simple. Parfois, sans avoir le contrôle du moment de l'établissement du réflexe éjaculatoire, l'éjaculation ne survient tout de même pas trop vite.

Pendant longtemps ces hommes ne s'estiment pas éjaculateurs prématurés. C'est seulement dans un second temps, quand l'éjaculation survient trop rapidement, qu'ils pensent avoir une éjaculation précoce.

Le non-contrôle de l'éjaculation dès le début de leur vie sexuelle permet de les définir comme éjaculateurs prématurés primaires, si l'on considère qu'est éjaculateur prématuré tout homme qui ne décide pas du moment de son éjaculation.

Est-ce fréquent ?

Dans l'enquête réalisée en 1992 sur le comportement sexuel des Français*, 37 % des hommes affirment avoir une éjaculation rapide souvent ou parfois.

L'éjaculation prématurée - 2/2

* *Les comportements sexuels en France* : Alfred Spira, Nathalie Bajos et le groupe ACSF, Documentation Française 1993

La plupart des hommes présentent une éjaculation rapide lors de leurs premiers rapports sexuels. Pour une grande majorité d'homme, le contrôle de l'excitation et donc du moment de l'éjaculation va se faire au fil des expériences sexuelles. Pour les autres (30 % environ), le contrôle ne sera pas possible.

Pourquoi un homme a une éjaculation rapide ?

Les hommes souffrant d'éjaculation prématurée ont une excitabilité plus importante que les autres, ce qui les empêche d'apprendre par eux même à gérer leur excitation sexuelle. Ils n'arrivent pas à repérer les sensations prémonitoires de l'orgasme, qui sont à la base du contrôle.

Pourquoi en est-il ainsi : causes psychologiques ? Susceptibilité physiologique ? Actuellement, il reste des interrogations sur ce point.

Des recherches ont démontré une action des neurotransmetteurs centraux.

L'éjaculation est dépendante du niveau d'excitation sexuelle. Quand on parle de contrôle de l'éjaculation, ce n'est pas tout à fait exact ; en fait, c'est l'excitation sexuelle que l'homme doit contrôler.

L'apprentissage du contrôle de l'éjaculation passe par le repérage des sensations prémonitoires de l'orgasme et la maîtrise de l'excitation sexuelle.

Ne pas confondre sensations prémonitoires de l'orgasme et inévitabilité éjaculatoire, moment où le réflexe de l'orgasme se déclenche.

Y a-t-il des facteurs favorisants ?

Le stress favorise l'établissement rapide de l'éjaculation et souvent un cercle vicieux s'instaure : l'homme craint cet échec et le stress généré par cette appréhension favorise l'éjaculation rapide.