



Fiche conseils

La Dermatite Atopique & la sexualité

Une vie intime épanouie est l'un des piliers du bien-être personnel. Si la dermatite atopique peut être source d'inquiétude et d'inconfort, elle n'empêche pas d'avoir une vie sexuelle et affective réussie.

1 L'importance de la peau ¹

La peau est un organe essentiel de la vie relationnelle, affective et sexuelle. Elle est en effet à la croisée des regards : le regard intime, celui de soi sur soi et le regard extérieur, des autres sur soi. C'est la peau du visage, qui exprime tant de choses de soi, sur sa personnalité, ses pensées, ses émotions. C'est la peau des mains, par lesquelles passent les premiers **contacts**, les premiers échanges. C'est la peau du corps, qui une fois déshabillé, met véritablement à nu, permet la rencontre et nourrit celle-ci. C'est l'organe qui fait être « bien dans sa peau », avec soi, avec l'autre.



2 S'aimer pour aimer ¹

Une peau agréable à regarder et à toucher constitue un élément clé de l'estime de soi, de la valeur que l'on s'attribue. Se sentir en sécurité dans les limites de sa peau, s'estimer et avoir une bonne image de soi forment ce que l'on appelle le narcissisme, c'est-à-dire la capacité à s'aimer. Or, il faut d'abord s'aimer, s'estimer pour s'engager **dans une démarche amoureuse**.



3 Bien se traiter ^{1, 2}

Une **peau marquée** par des lésions peut constituer un véritable fardeau. Des lésions qui surviennent de façon imprévisible, qui grattent, suintent, pèlent, forment des croûtes, font mal... Surtout, ces **lésions peuvent altérer le toucher et l'image que l'on a de soi**. Face à cela, le premier conseil, c'est avant tout de soigner sa maladie. En restant enfermé dans une forme de fatalisme et de découragement, il est difficile de conserver ou retrouver de l'estime de soi.

Il faut donc aller **consulter un dermatologue**, avec lequel on s'entend bien, et qui prend en compte l'ensemble des difficultés que l'on rencontre. Avec un traitement adapté et bien suivi, reposant notamment sur une **bonne hydratation régulière** de la peau saine et l'application de produits spécifiques sur les lésions, il est possible de limiter les répercussions de la maladie et donc de conserver ou retrouver une peau agréable pour soi et pour l'autre.



4 Parler avec son dermatologue ^{1, 2}

Il est important de parler de **sexualité** et des éventuelles difficultés que l'on rencontre à son dermatologue. La **prise en charge** qu'il propose ne s'arrête pas stricto sensu aux lésions cutanées mais concerne l'ensemble des répercussions de la dermatite atopique. Cela fait partie de son travail. Il n'y a pas de honte à parler de sexualité avec lui. Elle est un des plaisirs de la vie et le dermatologue est là aussi pour aider à résoudre **les difficultés** qui peuvent se présenter sur ce plan.

