

## COMMENT CONCILIER LLC ET VIE AFFECTIVE ?

*Préserver ou retrouver une sexualité et une vie affective épanouie est un facteur de bien-être. Même avec une maladie telle que la LLC, il faut continuer de vivre et de ne pas vous imposer d'interdiction.*

### **Au-delà des idées reçues...**



Quel que soit l'âge et le stade de la maladie, l'amour et la vie affective sont des dimensions à préserver : il s'agit de réelles composantes de la vie et de la santé. Cela est aussi bien validé au niveau national par l'Institut National du Cancer (INCa) qu'au niveau international par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS).

La sexualité est une composante aussi importante à prendre en charge que les autres telles que la fatigue ou la détresse psychologique.

La vie intime peut aider à mieux supporter le fardeau de la maladie. La vie intime ce n'est pas que l'acte sexuel, ce sont aussi les moments partagés, la complicité, les caresses, les baisers...

### **Quelques conseils pour établir le dialogue**



#### **Au sein du couple**

Lorsque vous êtes atteint d'une LLC, vous pouvez rencontrer des difficultés à communiquer au sein de votre couple, par pudeur, par peur de vexer, ou parfois parce que vous ne trouvez pas les mots.

Cela peut être source de frustrations et d'incompréhension...

Ouvrir le dialogue avec votre partenaire dès l'annonce du diagnostic peut être bénéfique pour :

**Mieux prendre conscience  
des conséquences possibles  
de votre maladie**

**Choisir les questions à poser aux  
professionnels de santé**

**Appréhender les changements  
qui s'annoncent**

**Éviter aux membres du couple  
de se sentir rejetés ou ignorés**

**Communiquer vos éventuelles angoisses  
et les dépasser**



### Quelques conseils pour établir le dialogue



#### Avec vos soignants (médecin, infirmiers, etc.)

Vos soignants peuvent aussi être de bon conseil sur l'aspect affectif.  
Sentez-vous pleinement autorisé à :



#### Leur poser toutes vos questions :

Ils peuvent vous conseiller et vous orienter vers des professionnels compétents, afin de limiter l'impact des choix thérapeutiques sur votre intimité et votre sexualité.

Ces problématiques n'ont rien de honteuses :  
n'attendez pas nécessairement que vos soignants les abordent en premier.



#### Aborder le sujet le plus tôt possible :

Plus tôt ils sont connus, mieux les dysfonctionnements sexuels peuvent être évités, atténués et/ou traités efficacement.

#### Bibliographie :

- La ligue contre le cancer. La prise en charge de la leucémie lymphoïde chronique.
- La ligue contre le cancer. Les soins de support.

Vous pouvez également consulter les articles complets sur ce sujet sur le site dédié pour les patients atteints de LLC « Mon suivi LLC » via ce lien : <https://www.mon-suivi-llc.fr> ou en flashant ce QR code



Ces fiches ont été relues et validées par l'association ELLyE ainsi que par un comité d'experts :



Docteur Emmanuelle Ferrant,  
Hématologue, Centre hospitalier  
Lyon-Sud, Hospices civils de Lyon



Docteur Anne Lok,  
Hématologue, Centre  
hospitalier universitaire Nantes



Docteur Cédric Rossi, Hématologue,  
Centre hospitalier universitaire Dijon