



Dr Ali Beddouche

Chirurgien urologue · Andrologie · Sexologie

TÉMARA · MAROC

INFORMATION PATIENT · FICHE COMPLÉMENTAIRE · C033 · FR

Sexualité du jeune marié

01 Comprendre

Le début de la vie de couple peut s'accompagner d'excitation, de gêne ou d'anxiété. Il n'existe pas de performance obligatoire ni de calendrier imposant une pénétration. Le consentement, le confort et la communication concernent chaque partenaire.

02 Comment faire le bilan ?

Une difficulté persistante peut être discutée ensemble ou individuellement : douleur, peur, érection, désir ou contraception. Le médecin ne déduit pas la santé sexuelle du nombre de rapports.

03 Que peut-on faire ?

Avancer progressivement, parler des limites et privilégier les gestes confortables réduit la pression. Un lubrifiant adapté peut aider. Pas de stimulant acheté pour « réussir à tout prix » et pas de rapport forcé pour surmonter une douleur.

PRÉCAUTIONS ET SIGNES D'ALERTE

Douleur importante, blessure ou saignement persistant : consultez. Une situation de pression ou de violence nécessite une aide adaptée.

QUESTIONS À POSER

Demandez : comment réduire l'anxiété ? Quel bilan est réellement utile et quelle contraception choisir ?

RÉFÉRENCES · CONSULTÉES LE 04/10/2026

NHS · Santé sexuelle



الصحة الجنسية في بداية الزواج

01 لنفهم الحالة

قد تصاحب بداية الحياة الزوجية إثارة أو حرج أو قلق. لا توجد نتيجة إلزامية أو مهلة تفرض الإيلاج. يهتم رضا كل شريك وراحته والحوار بينهما.

02 كيف نقيّم الحالة؟

يمكن مناقشة الصعوبة المستمرة معًا أو منفردين: الألم أو الخوف أو الانتصاب أو الرغبة أو منع الحمل. لا يقاس الوضع الصحي بعدد العلاقات.

03 ما الذي يمكن فعله؟

يساعد التدرج والحديث عن الحدود واختيار ما هو مريح على تخفيف الضغط. قد يفيد مزلق مناسب. لا تستعملوا منشطًا مجهولًا للنجاح بأي ثمن، ولا تفرضوا علاقة لتجاوز الألم.

الاحتياطات وعلامات الإنذار

الألم الشديد أو الإصابة أو النزف المستمر يستدعي استشارة. الضغط أو العنف يحتاج مساعدة مناسبة.

أسئلة للاستشارة

اسألوا: كيف نخفف القلق؟ ما التقييم المفيد فعلاً؟ وما وسيلة منع الحمل المناسبة؟