

LE CONDOM est toujours de mise. C'EST UN EXCELLENT MOYEN DE PREVENIR LES ITS.



Tu as le droit de te demander si tu veux vraiment avoir des relations sexuelles. Non, tu n'as pas un problème si tu décides de ne pas avoir de relations avant un certain âge. Toi, c'est toi, et les autres, c'est les autres! Si tu ne désires pas avoir une relation sexuelle, tu as toujours le droit de dire « non » et il n'est jamais trop tard pour le dire! Le consentement, ça doit se traduire par un oui enthousiaste, pas par un « noui ». Si tu décides d'avoir des relations, il est important que tu aies du respect pour ton partenaire et que tu connaisses ses limites.

ANTICIPER

Lorsque l'on devient sexuellement actif, il est important d'anticiper les choses et de ne pas attendre qu'un problème se pointe le bout du nez.

- ♦ On doit penser d'avance à se protéger contre les maladies transmises sexuellement.
- ♦ C'est rarement une bonne idée de devenir enceinte à l'adolescence. Le fait d'avoir des relations sexuelles suite à une prise d'alcool ou de drogues n'est peut-être pas le moment idéal car il y a un risque réel de ne pas être pleinement protégé(e) à ce moment.

CE BESOIN DE PLANIFICATION A UN SENS PARTICULIÈREMENT IMPORTANT CHEZ LA JEUNE DIABÉTIQUE. POURQUOI?

Parce que le fait d'être diabétique chez une fille peut engendrer des risques sérieux si une grossesse survient sans planification. Les mères diabétiques ont 3 à 10 fois plus de risques de voir des malformations congénitales apparaître chez le bébé.

Ces événements malheureux sont directement reliés au contrôle glycémique. Plus le contrôle est mauvais, pires sont les risques. Il faut avoir un contrôle glycémique quasi parfait lors de la grossesse. Cet excellent contrôle est tout à fait possible lorsque nous sommes motivés et que la grossesse est planifiée. De mettre au monde un bébé en bonne santé est habituellement une excellente motivation! Quand le temps sera venu à l'âge adulte, ton médecin t'aidera pour que tout se passe bien.

PRÉVENIR UNE GROSSESSE

Le condom est toujours de mise. C'est un excellent moyen de prévenir les ITS (infections transmises sexuellement), mais ce n'est pas un moyen absolu pour prévenir une grossesse. Oui, une fille avec diabète peut prendre la pilule : il n'y a pas de contre-indication. Parles-en à ton médecin, il pourra te prescrire la pilule la plus appropriée ou te suggérer un autre moyen contraceptif. Si tu le désires, la conversation que tu auras avec ton médecin peut demeurer confidentielle.

TU DÉCIDES D'AVOIR UNE RELATION SEXUELLE

Tu es protégé(e) et tu es pleinement consentant(e)? Maintenant, il ne faut pas oublier que tu es diabétique... Donc :

- ♦ As-tu informé ton partenaire? S'il ne sait pas que tu es diabétique, tu risques de te retrouver dans des situations pas mal plus embêtantes que le fait de lui révéler que tu es diabétique! Est-ce qu'il saura quoi faire si tu fais une hypoglycémie sévère « pendant »?
- ♦ Considère la relation sexuelle comme une activité physique intense et utilise les mêmes réflexes que si tu avais une partie de soccer à planifier!
 - J'ai vérifié ma glycémie avant?
 - J'ai une petite provision de glucides pas loin?
 - J'ai déconnecté ma pompe?
 - J'ai refait mes réserves de sucres après en prenant une collation?

Savais-tu que ?

Les garçons qui ont un mauvais contrôle de leur diabète sont plus à risque d'avoir éventuellement des problèmes d'érection. C'est une des complications possibles du diabète.

Lors des menstruations, il est possible que les glycémies soient plus élevées en raison de l'augmentation de certaines hormones durant cette période.

Si tu as 14 ans et plus, toute conversation que tu auras avec ton médecin peut demeurer privée, tout comme la prescription de la pilule!

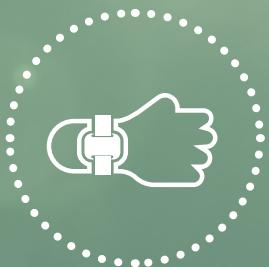
Des conseils qui pourraient t'aider :



Ton médecin n'est jamais autorisé à révéler tes confidences



Protège-toi des ITS avec un condom



Informe ton partenaire que tu es diabétique



Prévient une grossesse non désirée



L'activité sexuelle est une dépense d'énergie, alors agis comme si tu faisais du sport

Le diabète chez l'adolescent

Sexualité et grossesse

**LA SEXUALITÉ
ça concerne
AUTANT LES GARÇONS
QUE LES FILLES
ET CE N'EST PAS
SEULEMENT
une question
DE TUYAUTERIE**

Section Diabète
CHU Sainte-Justine
Le centre hospitalier
universitaire mère-enfant

Université
de Montréal

Préparé et produit par :
L'équipe de la section
Diabète du CHU Ste-Justine