



**Dr Dominique Aknin et Dr Jean-François Bezot**

Dr Dominique Aknin. Gynécologue Médicale. CES de Stérilité. DU d'Echographie Gynécologique. DU de Techniques d'Injections et de Comblement. DU de Médecine Anti-Age. Intéressée par une prise en charge globale de la femme, de sa santé intérieure à l'optimisation de son capital beauté.

Docteur Jean-François Bezot est Biologiste médical. Docteur en pharmacie, Faculté de pharmacie de Paris. Ancien interne des Hôpitaux de Paris. Spécialisé depuis 1988 en biologie anti-âge et en protéomique fonctionnelle. Vice-président de la Société Française de médecine anti-âge. Conférencier international.

 [gynecologie-lyon.com/](http://gynecologie-lyon.com/)

 [Docteur-Dominique-Aknin-104526084881090](https://www.facebook.com/Docteur-Dominique-Aknin-104526084881090)

 [dr\\_dominique\\_aknin/](https://www.instagram.com/dr_dominique_aknin/)

 [biopredix.com](http://biopredix.com)

 [jeanfrancois.bezot.12](https://www.facebook.com/jeanfrancois.bezot.12)

Dr Dominique Aknin. Medical gynaecologist. Diploma in Sterility. University diploma in Gynaecological Echography, in Injection and Filler Techniques, and in Anti-aging Medicine. Interested in the overall treatment of women, their inner health and optimising their beauty capital.

Doctor Jean-François Bezot. Medical biologist. Pharmaceutical doctor, Paris Pharmaceutical Faculty. Former house pharmacist in the Paris Hospitals. Has specialised in anti-aging biology and functional proteomics since 1988. Vice-president of the French Society of Anti-Aging Medicine. International conference speaker.

## LA SEXUALITÉ DE LA MATURITÉ MATURE SEXUALITY

*L'amour est déterminant pour notre santé, notre personnalité, et notre vie.*

*Love is a crucial part of our health, our personality and our life.*

**N**ous, humains, agissons dans une logique d'intelligence affective.

Il existe trois grands facteurs, en biologie, impliqués dans l'amour : le facteur sexuel, l'attachement, et la préférence pour un partenaire spécifique.

L'approche neuropsychohormonale est le nouveau paradigme de la médecine anti-âge.

Pendant longtemps, on a pensé que la sexualité était intimement liée à la biologie de la reproduction, en vue d'assurer la survie de l'espèce humaine ; en effet, le pic d'oestrogènes pré-ovulatoire stimule le désir, et donc mène à l'acte.

A l'approche de la ménopause, les répercussions cliniques de la chute de sécrétions hormonales ovariennes et surrénaliennes

We humans act in an emotionally intelligent way.

There are three main biological factors involved in love: the sexual aspect, attachment, and our preference for a specific partner.

The neuro-psycho-hormonal approach is the new paradigm for anti-aging medicine.

For a long time, it was thought that sexuality was closely linked to the biology of reproduction, with a view to ensuring the survival of the human race; indeed, the oestrogen spike just before ovulation stimulates desire and therefore leads to intercourse.

As a woman approaches the menopause, the clinical repercussions of her body's dwindling ovarian and adrenal hormone secretions have a damaging effect on a couple's



« ET MON CŒUR S'EST REMIS À BATTRE,  
IVRE DE VOIR RESSUSCITER LE GÉNIE  
ET L'INSPIRATION, LA VIE, L'AMOUR  
ET LES LARMES ».

POUCHKINE

“IN ECSTASY MY HEART IS BEATING,  
OLD JOYS FOR IT ANEW REVIVE; INSPIRED  
AND GOD-FILLED, IT IS GREETING  
THE FIRE, AND TEARS, AND LOVE ALIVE.”

ALEXANDER PUSHKIN

dans le corps de la femme, vont avoir des effets délétères sur les relations de couple ; non seulement sur le plan physique, avec une chute de la libido, compliquée par une sécheresse et une atrophie vaginales, souvent associée à une prise de poids entraînant la perturbation du schéma corporel, mais aussi sur le plan psychique, car la perturbation du sommeil et les bouffées de chaleur aggravent la fatigue générale. Stress chronique et usure du couple, peuvent venir compliquer l'harmonie nécessaire au climat amoureux. Or la réalité est bien plus complexe, car il existe un autre organe fortement impliqué dans le désir et l'amour. Le cerveau est une zone érogène de premier ordre.

relationship; not only physically, with a loss of libido made worse by vaginal dryness and atrophy, often combined with weight gain which creates body image issues, but also psychologically, with disrupted sleep patterns and hot flushes that lead to a generalised feeling of fatigue. Chronic stress and relationship issues can also get in the way of creating an amorous mood.

In reality, things are even more complex, as there is another organ that plays a huge role in desire and love: the brain. The brain is a major erogenous zone. The impact of sensorial stimulation is well known: visual (art can lead to orgasm or ecstasy), auditory with heightened musical emotions, olfactory with the pheromones, and tactile through the skin.

#### How is this possible?

Via the neurotransmitters, which allow the brain to communicate with the rest of the body. Without them, there would be no muscle contractions, breathing or hormone release, and we would be incapable of seeing, thinking, understanding, remembering, feeling emotions, (to be shared), feeling desire...



Nous connaissons l'impact des stimulations sensorielles : visuelle, l'art peut donner un orgasme, ou extase, auditive pour une forte émotion musicale, olfactive par les phéromones, tactile par la peau.

#### Comment est-ce possible ?

Par l'intermédiaire des neurotransmetteurs qui permettent à notre cerveau de communiquer avec le reste du corps. Sans eux, pas de contraction musculaire, de respiration, de libération d'hormones, et nous serions incapables de voir, penser, comprendre, de nous souvenir, d'éprouver des émotions, (à partager), du désir... La Dopamine trop souvent déficitaire dans nos sociétés stressantes, est le neuromédiateur du plaisir, de l'envie sexuelle, de l'émotion, de la préférence pour un partenaire. La libido est principalement véhiculée par le circuit dopaminergique. La Sérotonine, c'est la « zen attitude » de la bonne humeur, l'envie de donner et de recevoir, tout en évitant de tomber dans les pièges générés par les pulsions. La maturité est une période de la vie où l'on sait ce que l'on veut, et surtout ce que l'on ne veut plus. Il existe un équilibre nécessaire, et ce, sans trop de variance, entre Dopamine et Sérotonine. Nous doserons ainsi les métabolites urinaires de la Dopamine, de la Noradrénaline, et de la Sérotonine (\*), traduisant l'action des neurotransmetteurs sur les récepteurs. Le dosage du métabolite donne une indication quant à l'intensité du message réellement transmis.

#### Comment optimiser sa sexualité :

Tout d'abord traiter les symptômes physiques, en corrigeant les déficits hormonaux quantifiés par des examens biologiques suivis. En l'absence de contre-indications, on privilégiera le traitement hormonal substitutif composé d'oestrogène et de progestérone naturels, adapté et personnalisé, auquel on ajoutera selon les indications, de faibles doses de DHEA. Localement, des injections d'acide hyaluronique et/ou des séances de laser vaginal, seront une thérapeutique très efficace. Des compléments de vitamines et d'oligoéléments personnalisés, prescrits après un bilan spécifique, reboosteront tous les métabolismes.

L'amour ça s'entretient : plus nous faisons d'effort pour stimuler notre partenaire, le séduire, l'étonner, plus la flamme persistera. Développer des centres d'intérêts communs, et échapper à la routine, faisons marcher notre imagination et notre talent de Shéhérazade des temps modernes !

(\*) biopredix.com

Dopamine, which is often deficient in our stressful societies, is the neurotransmitter of pleasure, sexual desire, emotion, our preference for a particular partner. The libido is mainly driven by the dopaminergic system. Serotonin is the “zen” hormone that puts you in a good mood and makes you want to give and receive, while avoiding falling into the traps generated by impulses. Maturity is a time of life when we know what we want and, above, what we no longer want. This requires a delicate balance, without too many dopamine or serotonin fluctuations. We measure the urinary metabolites of dopamine, noradrenaline and serotonin (\*), translating the action of the neurotransmitters on the receptors. Measuring the metabolites gives us an indication of the intensity of the message that is really transmitted.

#### How to optimise your sexuality:

First of all, we need to treat the physical symptoms by correcting any hormone deficiencies identified by way of biological examinations. In the absence of counterindications, we opt for a personalised prescription of hormone replacement therapy made up of natural oestrogen and progesterone. To this, depending on the indications, we might add small doses of DHEA. Locally, hyaluronic acid injections and/or vaginal laser sessions are extremely effective. Personalised vitamin and trace element supplements, prescribed following a specific assessment, will boost all metabolisms.

Love needs regular upkeep: the more effort we make to stimulate our partner, seduce them and surprise them, the longer the flame will burn. Develop shared interests and shake up your routine, use your imagination to keep the passion alive!

