NOUVEAUXPLAISIRS.FR · SANTÉ MASCULINE

Stimulants sexuels, le bon choix

61 % des hommes ont déjà connu un trouble de l'érection. Entre les produits en vente libre et les médicaments, le choix est vite fait.



Seul ou à deux · Avant d'acheter · Chez le médecin

01 Les médicaments sur ordonnance

MOLÉCULE	Efficacité	Prise avant	Durée d'action	Repas copieux
Sildénafil Viagra	84 % environ	30 à 60 min	4 à 6 heures	Retarde l'effet
Tadalafil Cialis	81 % environ	30 min à 2 h	Jusqu'à 36 heures	Sans effet
Vardénafil Levitra	80 % environ	25 à 60 min	4 à 5 heures	Retarde l'effet
Avanafil Spedra	50 à 80 %	15 à 30 min	Jusqu'à 6 heures	Retarde un peu

Pas d'érection automatique

Ces médicaments inhibent l'enzyme PDE5 et favorisent l'afflux de sang. L'érection ne vient qu'avec une excitation sexuelle : ils la soutiennent, ils ne la déclenchent pas.

02 Les produits en vente libre

Composition incertaine

Peu contrôlée, elle change d'un lot à l'autre.

Des substances cachées

75 % des produits analysés par Swissmedic n'avaient pas le bon principe actif ou le bon dosage.

Des interactions

Dangereuses avec d'autres médicaments, surtout en cas de problème cardiaque.

Une efficacité non prouvée

Souvent un effet placebo, ou une croyance populaire.

La yohimbine

Hausse de tension, vertiges, nausées, insomnies, palpitations.

La dépendance

Croire qu'on ne peut plus avoir de rapports satisfaisants sans eux.

☆ *Le conseil*

1. **En parler à son médecin ou à un sexologue, qui peut prescrire.**
2. **Un médicament prescrit n'est pas plus cher qu'un produit sans ordonnance.**
3. **Prudence absolue en cas d'antécédents cardiaques.**
4. **Le risque de dépendance existe aussi avec les médicaments.**

À REMPLIR · SANTÉ MASCULINE

Préparer le rendez-vous

Une page à emporter chez le médecin ou le sexologue.

01 Ce que je remarque

- ☐ Un manque de rigidité pendant le rapport.
- ☐ Du mal à obtenir une érection.
- ☐ Du mal à la garder.
- ☐ Une baisse du désir.

Depuis quand, dans quelles situations :

02 Ma santé

- ☐ Tabac.
- ☐ Diabète.
- ☐ Problèmes cardiaques ou de tension.
- ☐ Stress, fatigue, moral.

Mes traitements en cours :

03 Mes questions

Conçu par Adam pour NouveauxPlaisirs.fr, d'après son article sur les stimulants sexuels · Version novembre 2026
Licence Creative Commons CC BY-NC-ND 4.0 : vous pouvez imprimer et partager cette fiche, en citant l'auteur, sans la modifier et sans usage commercial. Pour tout autre usage : nouveauxplaisirs@gmail.com