

INFORMATIONS EXPRESS SUR LE SIDA

Qu'est-ce que le VIH ?

Les initiales VIH désignent le « virus de l'immunodéficience humaine ». Ce virus attaque les cellules du corps qui luttent contre les infections et maintiennent le corps en bonne santé. Lorsque le VIH a détérioré le système immunitaire d'une personne, on dit qu'elle a le sida, ou le syndrome d'immunodéficience acquise. A mesure que l'infection par le VIH progresse, le corps fabrique des anticorps pour tenter de combattre le virus.

Où se trouve le VIH ?

On peut trouver le VIH dans les fluides corporels d'une personne infectée : le sang, le sperme, les fluides vaginaux et le lait maternel.

Comment le VIH se transmet-il ?

Le VIH peut être transmis :

- ➔ lors de rapports sexuels non protégés avec une personne infectée (avec pénétration vaginale ou anale et, dans une moindre mesure, lors de rapports sexuels buccaux) ;
- ➔ lors de l'utilisation de seringues, d'aiguilles ou d'autres instruments pointus ou tranchants contaminés ;
- ➔ par une mère infectée à son enfant pendant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement au sein ;
- ➔ lors d'une transfusion de sang faite avec du sang contaminé.

Tous ces modes de transmission du VIH peuvent être évités.

Puis-je savoir si une personne est séropositive d'un simple regard ?

Non. Une personne infectée par le VIH peut avoir l'air en bonne santé et se sentir bien, comme vous. Le test sanguin est le seul moyen pour une personne de savoir si elle est infectée par le VIH.

Puis-je être infecté(e) par le VIH en serrant la main d'une personne infectée ou en ayant tout autre contact social avec elle ?

Non. Le VIH ne se transmet pas lors de contacts quotidiens non sexuels. On ne peut pas être contaminé en serrant la main de quelqu'un, en prenant quelqu'un dans ses bras, en utilisant les mêmes toilettes ou en buvant dans le même verre qu'une personne séropositive. Le VIH ne se transmet pas par la toux ou les éternuements, contrairement à certaines maladies. Il n'y a donc aucune raison de redouter d'avoir des contacts avec des personnes séropositives.

Quel est le risque de contamination par le VIH lors d'un baiser ?

Le risque de transmission en embrassant sur la bouche est pratiquement nul ; aucune preuve n'a été apportée indiquant que le virus se propage par la salive lors d'un baiser.

Les piqûres de moustiques risquent-elles de transmettre le VIH ?

Le VIH ne se transmet pas par les piqûres de moustiques ou d'autres insectes. Même si le virus entre dans le moustique ou un autre insecte suceur ou piqueur, il ne peut se reproduire dans cet insecte. Dans la mesure où les insectes ne peuvent pas être contaminés par le virus, ils ne peuvent pas le transmettre aux personnes qu'ils iront sucer ou piquer ultérieurement.

Le VIH affecte-t-il seulement des groupes à risque, tels que les hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes et les consommateurs de drogues injectables ?

Non. Toute personne ayant des rapports sexuels non protégés, utilisant un matériel d'injection contaminé ou recevant une transfusion de sang contaminé peut être infectée par le VIH. Les nourrissons peuvent être infectés par leur mère pendant la grossesse, au cours de l'accouchement ou après celui-ci, lors de l'allaitement au sein.

Que faut-il faire si vous pensez avoir été exposé(e) au VIH ?

Vous devez immédiatement prendre contact avec un membre du personnel soignant local pour recevoir des conseils et vous soumettre à un test de dépistage du VIH ou pour envisager de suivre un traitement de « prophylaxie post exposition du VIH ». N'oubliez pas que si vous venez d'être infecté(e) par le VIH, vous êtes hautement infectieux (-se) pendant cette période initiale.

Qu'est-ce que la prophylaxie post exposition ?

Des médicaments antirétroviraux peuvent être prescrits dans les 48 heures suivant une exposition au VIH pour protéger de l'infection à VIH. Ce traitement est appelé prophylaxie post exposition (PEP). Toutefois, ce traitement n'est pas efficace à 100 % et ce, même lorsqu'il est commencé très rapidement après l'exposition. Il est donc vital d'essayer de prendre toutes les mesures pour prévenir en premier lieu la transmission du VIH.

Comment peut-on limiter le risque d'être infecté par le VIH lors de rapports sexuels ?

- ➔ S'abstenir d'avoir des rapports sexuels ;
- ➔ Rester fidèle dans le cadre d'une relation avec un partenaire également fidèle et non infecté n'ayant pas d'autre comportement à risque tel que la consommation de drogues injectables ;
- ➔ Utiliser des préservatifs masculins ou féminins de manière correcte à chaque rapport sexuel.

Quelle est l'efficacité des préservatifs dans la prévention du VIH ?

Les préservatifs masculins et féminins sont très efficaces en matière de protection contre les infections sexuellement transmissibles, y compris le VIH. Ils doivent être utilisés à chaque rapport sexuel avec pénétration vaginale ou anale. Pour profiter de l'effet protecteur des préservatifs, il faut les utiliser correctement à l'occasion de chaque rapport sexuel. Une utilisation incorrecte peut entraîner un glissement ou une rupture du préservatif, ce qui en diminue l'effet protecteur.

Comment les consommateurs de drogues injectables peuvent-ils réduire leur risque de contracter le VIH ?

Le VIH peut être transmis par l'utilisation de matériel d'injection contaminé. Il existe cependant certaines mesures que les consommateurs de drogues injectables peuvent prendre pour réduire ce risque :

- ➔ Si vous ne pouvez pas arrêter votre consommation, passez d'une consommation de drogues injectables à une consommation de drogues sans injection (par exemple, fumer ou consommer des drogues par voie orale).
- ➔ Ne pas réutiliser ou utiliser les mêmes aiguilles ou seringues, la même eau ou le même matériel de préparation de l'injection que d'autres personnes.
- ➔ Utiliser à chaque fois une seringue neuve (obtenue auprès d'une source fiable, par exemple une pharmacie ou un programme d'échange de seringues) pour préparer et se faire l'injection.
- ➔ Utiliser un tampon d'alcool neuf pour se nettoyer la peau avant l'injection.

Comment peut-on prévenir la transmission mère-enfant ?

La transmission du VIH d'une mère infectée à son enfant peut avoir lieu pendant la grossesse, l'accouchement ou après celui-ci, lors de l'allaitement au sein. Le risque de transmission mère-enfant peut être réduit par les moyens suivants :

- ➔ Administration, pendant une brève période, d'antirétroviraux à la femme enceinte avant l'accouchement et au nourrisson après l'accouchement.
- ➔ Accouchement par césarienne.
- ➔ Demander conseil à un professionnel de santé sur l'allaitement au sein. Éviter, si possible, l'allaitement au sein, si vous êtes séropositive, mais uniquement lorsque l'alimentation de remplacement est acceptable, possible, accessible financièrement, durable et sûre.

Peut-on avoir un rapport sexuel avec une personne séropositive au VIH sans jamais rien risquer ?

Le risque d'infection est moindre si la personne séropositive a des niveaux indétectables ou faibles de virus dans ses fluides corporels du fait d'une bonne observance du traitement. Toutefois, il est conseillé de pratiquer une sexualité sans pénétration ou d'utiliser des préservatifs.

Quel est le risque de contamination par le VIH lors d'un piercing ou d'un tatouage ?

Il existe un risque de transmission du virus si l'on utilise des instruments non stériles. Les instruments destinés à pénétrer sous la peau doivent être stérilisés et utilisés une seule fois, puis jetés ou stérilisés à nouveau.

La circoncision masculine peut-elle prévenir la transmission du VIH ?

La circoncision masculine réduit le risque de contamination par le VIH lors de rapports sexuels non protégés. Toutefois, elle réduit mais n'élimine pas le risque de contamination lors de rapports sexuels.