



La clinique de santé-sexualité s'engage à utiliser un langage pertinent qui s'adresse à tout le monde. Les gens emploient différents termes pour décrire leur corps. Dans ce texte, nous utilisons des termes médicaux comme vagin et seins pour décrire les organes génitaux. Certaines personnes utilisent d'autres termes tels que parties intimes, trou avant ou poitrine. Nous reconnaissons et respectons le fait que les gens utilisent des mots avec lesquels ils sont à l'aise.

Le virus de l'immunodéficience humaine (VIH)

Qu'est-ce que le virus de l'immunodéficience humaine (VIH)?

Le virus de l'immunodéficience humaine (VIH) est une infection qui peut affaiblir le système immunitaire d'une personne et sa capacité de lutter contre l'infection. Avec le temps, les personnes atteintes peuvent tomber malades, et même gravement malades. Les symptômes du VIH peuvent inclure douleurs musculaires, sensation de fatigue, sueurs nocturnes, mal de gorge, fièvre, perte de poids et enflure des ganglions lymphatiques, mais, en général, les gens ne présentent aucun symptôme.

Lorsque le VIH se trouve dans l'organisme pour une longue période sans traitement, il peut évoluer vers la phase la plus dangereuse appelée syndrome d'immunodéficience acquise (SIDA). À ce stade, le système immunitaire est si faible que des infections rares et des cancers peuvent se développer.

Comment le VIH se transmet-il?

Le VIH est présent dans le sang, le sperme (y compris le liquide pré-éjaculatoire), les sécrétions vaginales, les sécrétions anales et le lait maternel des personnes infectées.

Il existe deux principaux modes de transmission du VIH d'une personne à une autre :

- Les relations sexuelles anales ou vaginales sans condom
- Le partage d'aiguilles et de seringues servant à l'injection de drogues (y compris les stéroïdes)

Parmi les autres modes de transmission du VIH, il faut noter les suivants :

- Les relations sexuelles orales sans condom ni digue buccale
- Le partage d'accessoires sexuels
- Le partage de matériel associé à l'utilisation de drogues, entre autres les récipients, les filtres et les pipes
- Le partage d'aiguilles, d'encre ou de bijoux servant au tatouage, au perçage corporel ainsi qu'aux modifications corporelles
- Le partage d'aiguilles servant à l'acupuncture
- Une grossesse, un accouchement ou l'allaitement.

** Toute infection transmissible sexuellement (ITS) bactérienne, notamment la chlamydie, la gonorrhée et la syphilis, peut accroître le risque d’avoir le VIH. Le dépistage régulier pour toutes les ITS fait partie intégrante des pratiques sexuelles à moindre risque.*

Le VIH ne se transmet pas :

- Par une simple poignée de main
- Par les câlins et les baisers
- Par la toux ou les éternuements
- Par le partage de brosses à dents, d’ustensiles, etc.
- En s’asseyant sur les sièges de toilette ou en buvant dans les fontaines
- Par les insectes ou les animaux

Comment peut-on réduire les risques d’infection pendant les relations sexuelles?

- Utilisez un condom interne ou externe chaque fois que vous avez des relations sexuelles vaginales ou anales.
- Utilisez un condom externe ou une digue buccale, chaque fois que vous avez des relations sexuelles orales.
- Utilisez uniquement des lubrifiants à base d’eau ou de silicone.
- Si vous partagez des accessoires sexuels, couvrez-les d’un condom et nettoyez-les après chaque utilisation.
- Faites-vous tester régulièrement pour les ITS.

Comment peut-on réduire les risques d’infection liés à la consommation de drogues?

- Utiliser du matériel neuf à chaque injection, y compris les aiguilles, les seringues et toutes les autres fournitures (comme les réchauds, les filtres et l’eau).
- Ne partagez jamais votre matériel de consommation, même avec votre partenaire sexuel.
- Faites appel aux programmes d’échange d’aiguilles et de seringues ou aux services de consommation supervisée afin d’obtenir du nouvel équipement et de profiter de services de réduction des méfaits.

Qu’est-ce que la PrEP?

La prophylaxie préexposition (PrEP) est un moyen par lequel une personne séronégative peut réduire son risque d’infection par le VIH en prenant des médicaments contre le VIH. Dans le cadre de la PrEP, il faut prendre les médicaments tous les jours et consulter tous les trois mois un fournisseur qui verra au suivi et aux tests. Discutez

avec votre professionnel de la santé de l'accès à la PrEP. Vous pouvez obtenir un complément d'information sur la PrEP auprès de Santé publique Ottawa.

Pour en savoir plus, consultez le site <http://sexequitallume.ca/prep/>.

Qu'est-ce que la PPE?

La prophylaxie post-exposition (PPE) est le fait qu'une personne séronégative prend des médicaments contre le VIH après une exposition potentielle ou connue au VIH. Ce traitement doit être administré immédiatement, idéalement dans les 24 à 48 heures suivant l'exposition potentielle. Il doit être commencé dans les 72 heures et pris tous les jours pendant 28 jours au total. On peut se procurer la PPE au service d'urgence des hôpitaux ou à la Clinique de santé-sexualité de Santé publique Ottawa.

Pour en savoir plus, consultez le site <http://sexequitallume.ca/ppe/>.

Comment diagnostique-t-on le VIH?

Le moyen le plus fiable de dépister le VIH est de procéder à un test sanguin sérologique 3 et 6 semaines après un rapport sexuel ou le partage de matériel de consommation de drogue. Une autre méthode consiste à effectuer un test rapide ou un test d'autodépistage 12 semaines après un rapport sexuel ou le partage de matériel de consommation de drogue. Toutefois, un résultat positif à un test rapide ou à un test d'autodépistage doit être confirmé par un test sérologique afin de s'assurer que le résultat est réellement positif (les tests rapides ou d'autodépistage peuvent en effet donner lieu à de faux positifs).

Que se passe-t-il en cas de résultat positif à un test sérologique?

Une infirmière de la santé publique (ISP) communiquera avec vous pour vous offrir des ressources, des conseils, du soutien ainsi que de l'information afin de vous aider à orienter vos soins. Elle vous mettra, entre autres, en contact avec un fournisseur de soins de santé spécialisé dans le VIH, des services communautaires ou des travailleurs sociaux.

L'ISP vous aidera aussi à informer vos partenaires sexuels et les personnes avec lesquelles vous avez partagé du matériel pour l'utilisation de drogues, pour qu'ils puissent se faire dépister et recevoir du soutien eux aussi.

Les personnes vivant avec le VIH ont accès à des médicaments qui permettront de réduire le niveau de virus dans leur sang. Cela peut diminuer le risque de transmission de l'infection à d'autres partenaires.

Les personnes vivant avec le VIH peuvent être amenées à informer tous leurs partenaires de leur diagnostic de VIH, avant d'avoir des relations sexuelles ou de partager des aiguilles et du matériel associé à la consommation de drogues. *Si vous avez des questions ou avez besoin de soutien en ce qui a trait à la divulgation de votre*

diagnostic, veuillez consulter le site Web de HALCO (HIV/AIDS Legal Clinic), à l'adresse www.halco.org, ou composer le 416-340-7790.

Si vous avez des questions ou avez besoin d'aide, vous pouvez également appeler la **Ligne d'info de santé sexuelle de l'Ontario** au 1 800 668-2437.

Pour de plus amples renseignements :

PPE, PrEP, VIH/ITS : sexequitallume.ca

Dépistage des ITS, contraception : www.sexandu.ca/fr

Services juridiques liés au VIH : www.halco.org ou composez le 416-340-7790

Information sur le VIH : www.catie.ca/fr ou composez le 1 800 263-1638.

La clinique de santé-sexualité

179, rue Clarence

Ottawa, Ontario, K1N 5P7

613-234-4641 | ATS : 613-580-9656

Le Programme de réduction des méfaits SITE

Bureau du Programme SITE (échange d'aiguilles et de seringues et services de consommation supervisée)

179, rue Clarence

Ottawa (Ontario) K1N 5P7

613-580-2424, poste 29047

Tous les jours, de 9 h à 17 h

Fourgonnette du Programme SITE – Service de réduction des méfaits

De 17 h à 23 h 30 tous les jours

613-232-3232 (appels à frais virés acceptés)

Consultez la page santepubliqueottawa.ca/reductiondesmefaits pour obtenir de plus amples renseignements sur les ressources locales en matière de réduction des méfaits.