



## 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 demeure longtemps présent dans l'organisme sans aucun traitement, il peut évoluer vers la phase la plus dangereuse appelée syndrome d'immunodéficience acquise (SIDA). Durant cette période, le système immunitaire est tellement faible que des infections rares ou des cancers peuvent se développer.

### Comment se transmet le VIH?

On trouve le VIH dans le sang, le liquide pré-éjaculatoire, le sperme, 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
- D'un parent infecté à son enfant pendant la grossesse, l'accouchement et l'allaitement

*\* Toute infection transmissible sexuellement (ITS) bactérienne, notamment la chlamydie, la gonorrhée et la syphilis, peut accroître le risque d'avoir le VIH. Passer des tests régulièrement 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'assoyant 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 changez le condom chaque fois qu'ils passent d'une personne à l'autre
- Faites-vous tester régulièrement pour les ITS

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

- Partager des aiguilles, des seringues ou d'autre équipement utilisé pour s'injecter des drogues (réchauds, filtres, etc.) ou du matériel servant à renifler ou à fumer des drogues, comme des tiges, des billets de banques ou des pailles
- Ne partagez jamais votre matériel de consommation, même avec votre partenaire sexuel
- Rendez-vous à un site d'injection supervisé pour vous procurer du nouveau matériel et obtenir des soins

## **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 prophylaxie pré-exposition (PrEP). Vous pouvez obtenir un complément d'information sur cette prophylaxie auprès de Santé publique Ottawa ou sur le site Web Zone gaie. Pour en savoir plus, rendez-vous à [www.sexequitallume.ca/prep](http://www.sexequitallume.ca/prep).

## **Qu'est-ce que la PPE?**

La prophylaxie post-exposition (PEP) est le fait qu'une personne séronégative prend des médicaments contre le VIH après une exposition potentielle ou connue au VIH. La

prise de tels médicaments doit commencer dans les 72 heures suivant l'exposition et se poursuivre tous les jours pendant 28 jours. Vous pouvez vous procurer ces médicaments dans une salle d'urgence ou à la Clinique de santé-sexualité, où une infirmière évaluera votre niveau de risque, avant le début du traitement. Pour en savoir plus, rendez-vous à [www.sexequitallume.ca/ppe](http://www.sexequitallume.ca/ppe).

## Comment diagnostique-t-on le VIH?

La seule façon de savoir si vous avez le VIH est de subir un test sanguin de 6 à 12 semaines après avoir eu des relations sexuelles ou partagé du matériel associé à la consommation de drogues.

### Que se passera-t-il si le résultat de mon test est positif (indiquant une infection au VIH)?

- 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 contre le VIH, les services communautaires ou des travailleurs sociaux.
- L'ISP vous aidera aussi à informer vos partenaires sexuels et ceux avec qui vous avez partagé du matériel pour l'utilisation de drogues, pour qu'ils puissent passer des tests et aussi recevoir du soutien.
- 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 doivent 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 du dévoilement de votre diagnostic, veuillez vous rendre sur le site Web de HALCO (HIV/AIDS Legal Clinic), à l'adresse [www.halco.org](http://www.halco.org), ou composer le 416-340-7790.*

Appelez la **Ligne d'info de santé sexuelle de l'Ontario** au 1-800-668-2437 si vous avez des questions ou avez besoin d'aide.

### Pour de plus amples renseignements :

- PPE, PrEP, VIH/ITS : [www.sexequitallume.ca](http://www.sexequitallume.ca)
- Dépistage des ITS, contraception : [www.lesexeetmoi.ca](http://www.lesexeetmoi.ca)
- Services juridiques liés au VIH : [www.halco.org](http://www.halco.org) ou composez le 416-340-7790
- Information sur le VIH : [www.catie.ca](http://www.catie.ca) ou composez le 1-800- 263-1638.

### **Clinique de santé-sexualité**

179, rue Clarence, Ottawa (Ontario)

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

[SantePubliqueOttawa.ca](http://SantePubliqueOttawa.ca)

### **Clinique Zone Gaie**

420, rue Cooper, Ottawa (Ontario)

[www.gayzonegaie.ca](http://www.gayzonegaie.ca)

### **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 ON K1N 5P7

613-580-2424, poste 29047

De 9 h à 21 h tous les jours

#### **Fourgonnette du programme SITE – Services de réduction des méfaits**

De 17 h à 23 h 30 tous les jours

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

Pour plus de renseignements sur les ressources locales, consultez la page intitulée [Services de réduction des méfaits à Ottawa.](#)