

Qu'est-ce que le VIH ?

Le VIH (virus de l'immunodéficience humaine) est un virus qui détruit le système immunitaire de l'être humain. On peut le combattre par des médicaments.

Comment le VIH se transmet-il ?

Le VIH peut se transmettre par un contact avec le sperme, les sécrétions vaginales et anales, le sang ou le lait maternel (alors que la sueur, les larmes, la salive et l'urine ne le transmettent pas). Le risque d'infection diffère selon les situations : tout rapport anal ou vaginal présente un risque de transmission du virus, mais le risque est le plus élevé quand on reçoit du sperme dans le vagin ou l'anus. En ce qui concerne le sexe oral (excitation des organes sexuels avec la langue ou la bouche), la science peut, depuis quelques années, rassurer la population : le risque de contamination est extrêmement faible.

Les personnes porteuses d'une autre infection sexuellement transmissible ayant provoqué des lésions des muqueuses ont un risque accru d'infection par le VIH. Le partage de seringues entre consommateurs de drogue par injection est également un vecteur de transmission du VIH. Enfin, les mères infectées par ce virus risquent de contaminer leur enfant pendant l'accouchement ou l'allaitement.

Quels sont les symptômes et les conséquences ?

Les premières semaines de l'infection constituent la primo-infection [[lien vers Primo-infection sur lovelife.ch]]. Des symptômes de type grippal, tels que fièvre, fatigue, sueurs nocturnes, ganglions enflés, maux de gorge ou éruptions cutanées, peuvent apparaître quelques jours et jusqu'à quatre semaines après la contamination. Cette première phase se caractérise par la prolifération rapide du virus et un risque de transmission très élevé.

Elle est normalement suivie d'une période qui peut durer des mois, voire des années, pendant laquelle la personne ne présente aucun symptôme et a l'impression d'être en bonne santé. Mais pendant cette « phase de latence », le virus continue de se multiplier et attaque son système immunitaire. La personne peut aussi présenter des symptômes tels qu'épuisement, amaigrissement, fièvre, sueurs nocturnes, diarrhée, insuffisance respiratoire ou éruption cutanée.

Durant la dernière phase, quand le système immunitaire est très affaibli, on parle de sida (acronyme de « syndrome d'immunodéficience acquise », en anglais AIDS : *acquired immunodeficiency syndrome*). Avoir le sida signifie que les défenses immunitaires ne fonctionnent plus. La personne peut alors mourir de maladies qui ne seraient pas dangereuses pour une personne n'ayant pas le sida.

Quand faut-il faire un test de dépistage du VIH ?

Après une **situation à risque**, on devrait demander à un professionnel s'il convient de faire un test et, si des symptômes de type grippal apparaissent dans les quatre semaines suivant ladite situation, se rendre dans les plus brefs délais dans un centre de dépistage et de conseil [[lien vers les adresses des centres]] ou chez son médecin de famille. En effet, ces symptômes peuvent indiquer qu'il y a eu contamination et il est donc important de faire un test.

Selon l'Office fédéral de la santé publique, deux personnes qui entament une nouvelle relation amoureuse devraient faire un test avant d'abandonner les préservatifs.

Comment diagnostique-t-on le VIH ?

Pour savoir si on a été infecté par le VIH, il faut effectuer un test sanguin (recherche des anticorps anti-VIH).

Une infection récente peut théoriquement être dépistée après quatorze jours. Mais si le test est négatif, il devrait être répété six semaines après l'exposition, une infection ne pouvant être exclue avec certitude qu'à l'issue de ce délai. Il existe aussi des tests pouvant être réalisés à domicile. Pour ceux-ci, le temps d'attente entre la situation à risque et le moment où l'on peut avec certitude exclure une infection au VIH est de trois mois au minimum. En raison du risque de contrefaçons, il est préférable de se procurer ces tests dans le commerce spécialisé plutôt que sur internet.

Comment traite-t-on le VIH ?

Il est très important de diagnostiquer et de traiter une infection au VIH le plus rapidement possible, de façon à ce que le système immunitaire soit moins affaibli et que la personne atteinte ne puisse plus en contaminer d'autres. L'infection au VIH reste une infection chronique grave dont le traitement doit être pris au sérieux. Celui-ci fait appel à des médicaments antirétroviraux, qui doivent être pris tous les jours et, d'après les connaissances actuelles, probablement à vie. Aujourd'hui, heureusement, ce traitement n'entraîne presque plus d'effets secondaires.

Les personnes traitées pour une infection par le VIH peuvent-elles se passer de préservatifs ?

Quand une infection au VIH a été bien traitée (autrement dit, quand le virus n'est plus mis en évidence dans le sang), le VIH ne peut plus se transmettre lors de rapports sexuels. De ce fait, les rapports sexuels sous un traitement anti-VIH efficace peuvent être considérés comme étant du safer sex. Si un traitement peut être considéré comme étant du safer sex et si on peut renoncer à l'usage du préservatif, doit être discuté avec un médecin.

Suite à la page suivante

Comment éviter une infection ?

L'utilisation correcte de préservatifs de bonne qualité (de préférence ceux qui portent un label) et de la taille qui convient (voir mysize.ch) protège d'une infection par le VIH. Depuis peu, on peut aussi se protéger en prenant des médicaments (comprimés) ; on parle alors de prophylaxie pré-expositionnelle (PrEP). Les personnes intéressées par cette possibilité devraient se rendre dans un centre de dépistage et de conseil.

De même, toute personne ayant vécu une situation à risque devrait consulter dans les 24 heures les urgences d'un hôpital ou un « checkpoint » [[lien vers les adresses]]. Le risque est élevé, par exemple, quand le préservatif utilisé lors d'un rapport sexuel se déchire ou glisse, alors que le partenaire est VIH-positif et ne suit pas un traitement efficace.

Le respect systématique des règles du safer sex permettent de se protéger du VIH :

1. Pénétration vaginale ou anale avec préservatif
2. Parce que chacun(e) l'aime à sa façon : faites votre safer sex check personnel sur lovelife.ch.



Pendant la grossesse, il est important de faire régulièrement des contrôles chez le gynécologue qui, en cas d'infection, prendra des mesures pour protéger l'enfant.

