



Dans quelles situations y a-t-il un risque d'infection ? Comment puis-je me protéger ?

Voies de transmission du VIH et des IST

Le VIH se transmet principalement lors de rapports sexuels. Il existe aussi d'autres infections sexuellement transmissibles (IST): les chlamydias, l'herpès, la gonorrhée ("chaude-pisse"), l'hépatite B ou la syphilis.

Prise de risques potentiels :

- Rapports sexuels par voie vaginale non protégés (pour les deux partenaires)
- Rapports sexuels par voie anale non protégés (pour les deux partenaires)
- Rapports sexuels par voie orale: sperme ou sang menstruel dans la bouche.

Certaines IST (mais pas le VIH!) peuvent aussi se transmettre lors de rapports oraux, même en l'absence de sperme ou de sang menstruel dans la bouche, lors de baisers avec la langue et, plus rarement, au contact de la peau infectée.

Mesure:

Respecter les règles de précaution d'usage (safer sex) :

- Pénétration – toujours avec un préservatif.
 - Un préservatif offre une excellente protection contre l'infection du VIH en cas de pénétration. Un préservatif fait aussi nettement baisser le risque de contracter une autre maladie sexuellement transmissible. Les préservatifs féminins offrent une protection plus efficace.
 - Attention également aux lubrifiants : n'utilisez que des crèmes lubrifiantes hydrosolubles ou à base de silicone; les crèmes grasses attaquent le latex. Choisir la taille convenable pour le préservatif : www.mysize.ch.
- Pas de sperme ni de sang dans la bouche et ne pas avaler.
- Démangeaison, brûlure, écoulement ? Parlez-en à votre médecin.
Il peut s'agir de symptômes d'une IST. Plus le diagnostic est précoce, plus le traitement est efficace.

Partage de seringue

Le VIH se transmet par le sang et peut donc se contracter à la suite du partage de seringue en cas d'injection de drogue par intraveineuse. D'autres virus comme l'hépatite C peuvent également se transmettre.

Mesure:

Toujours employer des seringues stérilisées.

Afin de prévenir ces risques, utiliser sa propre seringue neuve pour chaque injection, mais aussi son propre filtre, cuillère et eau.

Transmission de la mère à l'enfant

Le VIH et certaines IST peuvent se transmettre de la mère à l'enfant lors de la grossesse

et pendant l'accouchement ou l'allaitement. Aujourd'hui en Suisse, des mesures permettent toutefois d'abaisser le risque pratiquement à zéro.

Mesure:

En parler à son médecin s'il n'aborde pas la question de lui-même.

Transmission par le sang (en cas de transfusion sanguine, etc.)

Une transmission du VIH par le sang ou des produits sanguins dans un environnement médical n'est guère à craindre aujourd'hui en Suisse. Le sang et les produits sanguins font l'objet de contrôles très stricts.