

VIH / SIDA : LES BASES POUR COMPRENDRE

Le VIH est le virus responsable du sida et il s'appelle le Virus de l'Immunodéficience Humaine (VIH ; HIV en anglais).

Le VIH se transmet par voie sexuelle, sanguine et de la mère à l'enfant.

Il détruit les lymphocytes T4 (cellules du système immunitaire - les défenses naturelles du corps contre les maladies).

Le sida est une **maladie grave** dont le virus VIH est responsable. Sida, ça veut dire :

- **Syndrome** (ensemble de signes qui caractérisent une maladie),
- **Immuno Déficience** (les défenses de l'organisme sont affaiblies),
- **Acquise** (rencontrée au cours de la vie).

Etre séronégatif(-ve), ça veut dire qu'il n'y a pas de virus VIH dans le corps.

Quelques semaines après la contamination par le VIH, **on devient séropositif**.

L'infection par le VIH peut rester invisible ou inapparente plusieurs années. Dès la contamination, les personnes séropositives peuvent transmettre le virus, mais ne présentent **aucun signe apparent** de la maladie.

Le seul moyen de savoir si l'on est séronégatif ou séropositif au VIH, c'est de faire un **test de dépistage**.

DANS LA VIE QUOTIDIENNE: AUCUN RISQUE

- Se faire piquer par un moustique.
- Approcher ou caresser des animaux (chats, chiens, etc.).
- Serrer la main d'une personne séropositive.
- Partager les toilettes d'une personne séropositive.
- Prêter ou échanger des vêtements.
- Partager la nourriture d'une personne séropositive.
- Nager dans la mer, une rivière ou une piscine.
- Se laver dans une douche publique ou dans celle d'une personne séropositive.
- Embrasser une personne séropositive.
- Visiter ou toucher une personne séropositive ou malade à l'hôpital.

Aucun risque: Le SIDA NE SE TRANSMET PAS comme ça.

COMMENT EVITER LES RISQUE DANS LES RELATIONS SEXUELLES

..

- Pénétration vaginale avec préservatif.
- Masturbation.
- Echange d'objet (sex toy) ou de godemiché avec préservatif.
- Pénétration anale (sodomie) avec préservatif et gel.
- Fellation (bouche-pénis) avec préservatif.

Aucun risque: Le SIDA NE SE TRANSMET PAS comme ça.

RISQUE : LE SIDA SE TRANSMET COMME CA DANS LES RELATIONS SEXUELLES

- Fellation (bouche-pénis) sans préservatif et sans éjaculation.
- Echange d'objet (sex toy) ou de godemiché sans préservatif.

RISQUE IMPORTANT : LE SIDA SE TRANSMET COMME CA DANS LES RELATIONS SEXUELLES

- Pénétration vaginale sans préservatif.
- Pénétration anale (sodomie) sans préservatif.
- Fellation (bouche-pénis) sans préservatif et avec éjaculation.

VIH : Que faire après une PRISE DE RISQUE ?

LE TRAITEMENT D'URGENCE

Le traitement d'urgence peut être demandé en cas de rupture ou d'oubli de préservatif, de blessure ou de coupure avec un objet souillé de sang, de partage de matériel d'injection de drogues. Dans ces situations, vous pouvez suivre un traitement (traitement d'urgence – traitement post exposition) qui peut vous éviter d'être contaminé par le VIH.

RÉAGISSEZ TRÈS VITE ! Dès les heures qui suivent et en tout cas moins de 48 heures après la prise de risque. Passé ce délai, le traitement est inefficace.

Contactez l'hôpital le plus proche. ALLEZ AUX URGENCES et dites que vous venez pour un **accident d'exposition au VIH**. Si vous le pouvez, mieux vaut venir avec votre partenaire.

S'il y a réellement un risque de contamination, le médecin vous donnera un TRAITEMENT (une trithérapie) d'une durée de **quatre semaines**.

Les médicaments sont délivrés par la pharmacie de l'hôpital ; ils sont gratuits. Les médicaments sont les mêmes que pour une personne séropositive. Ils sont généralement bien supportés, mais peuvent entraîner des **effets indésirables**. Si vous prenez déjà un autre traitement ou si vous avez une hépatite, signalez-le au médecin.

LE TEST DE DEPISTAGE

Si 48 heures sont passées depuis la prise de risque, vous devrez attendre 10-15 jours pour faire un **test de dépistage** et savoir si vous êtes ou non contaminé(e).

Vous pouvez faire le test dans une **Consultation de Dépistage Anonyme et Gratuit (CDAG)** ou dans un laboratoire d'analyses médicales (dans ce cas, avec une ordonnance).

1/ On vous fait une prise de sang

2/ Vous revenez et on vous remet le résultat de votre test.

3/ Que vous soyez séronégatif ou séropositif, il faut continuer à vous protéger (préservatifs, matériel d'injection à usage unique)

Test positif ou négatif, qu'est-ce que cela veut dire ?

Résultat négatif

S'il s'est écoulé trois mois depuis le risque : on est certain qu'**on n'a pas été contaminé par le VIH**. On reste séronégatif.

Résultat indéterminé ou partiellement positif

Il est nécessaire d'en parler avec le médecin et, généralement, de **refaire un test de dépistage**. Cela peut être provoqué par une autre maladie ou parce qu'on a été contaminé récemment par le VIH.

Résultat positif

Cela veut dire qu'**on est séropositif**, porteur du VIH. Il est alors très important d'aller **consulter un médecin spécialiste du VIH** pour bénéficier d'une prise en charge médicale. **Cela permet de préserver sa santé et d'avoir un traitement si nécessaire**. Aujourd'hui, on peut vivre très longtemps avec le VIH, mais il faut bien se faire suivre médicalement. Être séropositif pour le VIH signifie que l'**on est contaminé par le VIH** et que l'**on peut le transmettre** à une autre personne.

Que se passe-t-il dans le corps ?

Lorsqu'il pénètre dans le corps, le VIH infecte les lymphocytes T4 (ou CD4). Les T4 sont des globules blancs : ils appartiennent au système immunitaire, les défenses naturelles de notre corps contre les maladies.

Une fois infecté, le T4 est transformé en "usine" à fabriquer de nouveaux virus, ce qui va l'épuiser et le détruire. Les nouveaux virus vont à leur tour attaquer d'autres T4.

Dès les jours qui suivent la contamination, le VIH se multiplie rapidement et se répand dans le corps. Beaucoup de T4 sont détruits. L'immunité réagit en fabriquant d'autres T4 pour les remplacer. Un équilibre s'établit.

Cependant, au fil des mois ou des années, l'immunité s'affaiblit et le nombre de T4 baisse.

Le système immunitaire (les défenses du corps) lutte moins bien contre les microbes naturellement présents dans le corps et dans l'environnement. Cet affaiblissement entraîne la venue de maladies "opportunistes". On dit alors que la personne est malade du sida (Syndrome d'ImmunoDéficiency Acquisée).

Pour savoir comment évolue l'infection et où en est l'immunité, il faut consulter régulièrement un médecin spécialiste du VIH et effectuer les examens sanguins qu'il prescrit. Ainsi, le médecin pourra proposer un traitement anti-VIH quand ce sera nécessaire.

La meilleure façon de combattre le virus est de **l'empêcher de se multiplier**. C'est ce que font les médicaments anti-VIH. Le traitement anti-VIH a pour objectif de rendre la charge virale indétectable, pour bloquer la multiplication du VIH et protéger la santé.

Le traitement a des avantages et des inconvénients

C'est pour cela que le médecin ne le donne pas dans tous les cas, mais attend qu'il soit vraiment nécessaire. Pour protéger sa santé, **il est recommandé de commencer le traitement avant d'être malade**, quand le système immunitaire n'est pas trop affaibli. C'est pourquoi, aujourd'hui, beaucoup de personnes infectées par le VIH prennent un traitement alors qu'elles se sentent "en bonne santé". Commencer un traitement est rarement une urgence : on peut généralement prendre le temps de **bien s'informer** auprès de son médecin, d'associations, ou d'autres personnes en traitement, et bien s'y préparer.

LA TRITHÉRAPIE

C'est un traitement contre le VIH composé de trois médicaments.

Ce traitement est souvent appelé trithérapie car il comporte généralement trois (et parfois plus) médicaments anti-VIH

Il est important de **prendre ses médicaments tous les jours**, de façon très régulière, en respectant l'ordonnance et les conseils du médecin et du pharmacien : cela permet d'avoir assez de médicaments dans le sang pour lutter contre le VIH. Certains médicaments doivent être pris à jeun, et d'autres pendant ou juste après un repas. Les médicaments anti-VIH sont actifs : grâce à eux, l'espérance et la qualité de vie des personnes séropositives se sont beaucoup améliorées ces dernières années. Mais **ces médicaments ont des effets indésirables** : ils peuvent provoquer des problèmes de santé. Prendre un traitement, ce n'est pas toujours facile !