

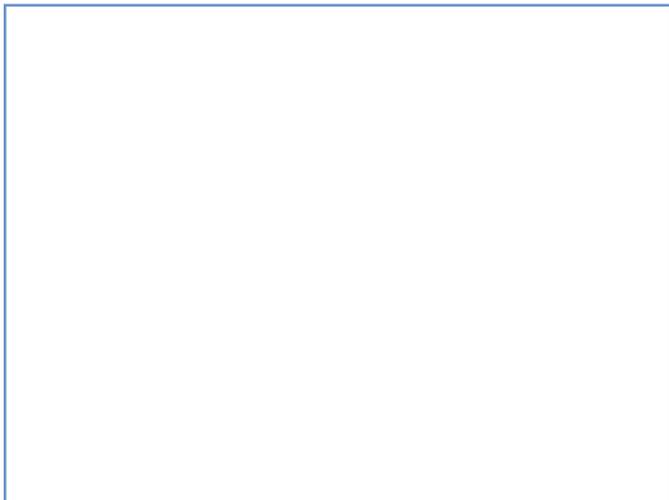
OÙ PEUT-ON OBTENIR DE L'AIDE?

Si vous avez des relations sexuelles et prenez des risques, consultez un médecin ou rendez vous à une clinique gratuite comme un CLSC ou à un autre centre de santé local public pour vous assurer que vous n'avez pas d'ITS. Faites-le pour vous-même, pour votre partenaire et pour votre avenir.

Et rappelez-vous que tous les renseignements que vous donnerez resteront confidentiels.

Pour trouver une clinique, cherchez sous la rubrique « santé sexuelle » dans les pages blanches ou sous « santé » dans les pages bleues de l'annuaire téléphonique.

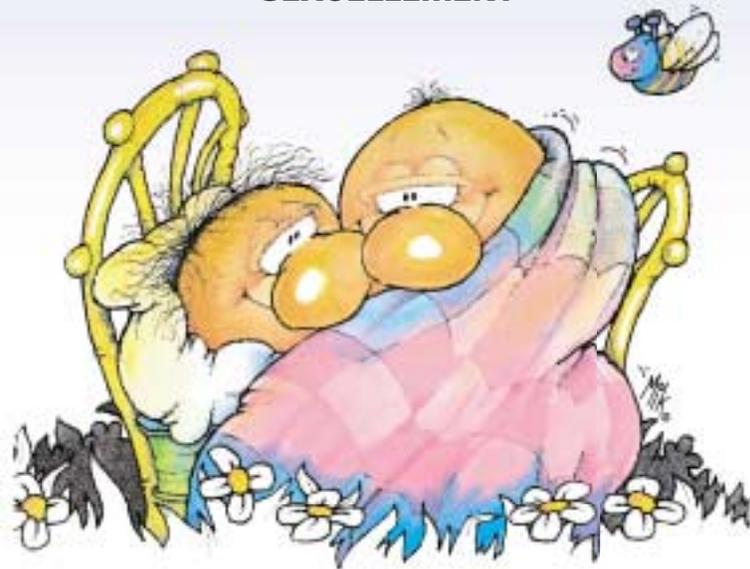
Dans votre communauté, communiquez avec :



CE QU'IL FAUT SAVOIR AU SUJET DES



**LES INFECTIONS
TRANSMISES
SEXUELLEMENT**



Santé
Canada

Health
Canada

Canada

Notre mission est d'aider les Canadiens et les Canadiennes à maintenir et à améliorer leur état de santé.
Santé Canada

Les illustrations sont protégées par le droit d'auteur de la Couronne et sont reproduites avec la permission du *Controller of Her Majesty's Stationary Office and the Queen's Printer for Scotland*.

La Division de la promotion de la santé sexuelle et de la prévention et du contrôle des MTS, Santé Canada, tient à remercier les professionnels du domaine des MTS à travers le Canada qui l'ont aidée à produire cette brochure.

Also available in English under the title
"What you need to know about STI - Sexually Transmitted Infections"

Ce document est disponible sur Internet à l'adresse suivante :
http://www.hc-sc.gc.ca/pphb-dgspsp/publicat/std-mts/index_f.html

On peut obtenir le document, sur demande, sous divers formats.

Publication autorisée par la ministre de la Santé

Ministère des Travaux publics et
Services gouvernementaux Canada, 2002
Cat. H39-161/2002F
ISBN 0-662-87665-2

COMMENT TROUVER CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR

La sexualité est une dimension normale et saine de la vie	4
Comment savoir si j'ai une infection	6
Est-ce que je risque de contracter une ITS?	8
Des ITS, non merci!	10
Comment les ITS se propagent-elles?	14

Types d'ITS :

infection à Chlamydia	17
gonorrhée	20
trichomonase	22
morpions et gale	24
herpès génital	26
verrues génitales (VPH)	28
hépatite B	32
syphilis	34
infection à VIH/sida	35

Comment utiliser le condom	40
Parlons condom	44
Où peut-on obtenir de l'aide	48

La sexualité est une dimension normale et saine de la vie

De nos jours, de nombreuses infections se transmettent par les relations sexuelles. On les appelle infections transmises sexuellement ou ITS.

Certaines sont facilement guéries. Certaines sont incurables. Il y a plusieurs sortes d'infections transmises sexuellement et elles peuvent avoir des effets graves sur la santé.

Vous devriez vous renseigner sur les infections transmises sexuellement, parce qu'elles peuvent compromettre votre capacité d'avoir des enfants plus tard dans la vie. Certaines ITS peuvent aussi causer le cancer. Le sida est mortel.



Au Canada, le nombre de cas et les taux d'ITS les plus élevés et qui augmentent le plus vite se trouvent chez les personnes âgées de 15 à 24 ans.

Si vous avez des rapports sexuels, ou si vous pensez à en avoir, vous devriez savoir comment prévenir les infections transmises sexuellement (qu'on appelle parfois aussi maladies transmises sexuellement ou MTS).

Cette brochure peut vous aider à éviter les risques et à vivre en santé

COMMENT SAVOIR SI J'AI UNE INFECTION?

Certaines personnes atteintes d'une ITS *ont peu ou pas de symptômes*; d'autres ont des symptômes très évidents. Soyez attentif à tout changement dans votre état de santé et particulièrement aux symptômes suivants :

- pertes vaginales différentes ou plus abondantes
- écoulement du pénis
- sensation de brûlure au moment d'uriner
- lésions, particulièrement dans la région génitale ou anale
- démangeaisons aux organes sexuels ou à l'anus
- rougeurs ou boutons
- ganglions enflés dans l'aîne

On peut avoir un seul ou une combinaison de plusieurs de ces symptômes.

Si vous avez un de ces symptômes, cela ne signifie pas nécessairement que vous avez une ITS, mais si vous avez des relations sexuelles et que vous prenez des risques, vous devriez consulter un professionnel de la santé.



EST-CE VOUS?

« Je suis un adolescent, je suis jeune et en santé. Je n'aurai pas d'ITS en faisant l'amour. Ça ne peut pas m'arriver. »

SAVEZ-VOUS QUE?

Cela peut vous arriver. Ce sont les ados qui courent le plus de risques de contracter une ITS ou de devenir enceintes, particulièrement si ces jeunes ont des rapports sexuels non protégés.



EST-CE QUE JE RISQUE DE CONTRACTER UNE ITS?

Vous pouvez contracter une ITS en ayant une relation sexuelle avec une personne infectée, quels que soient son âge, ses antécédents ou son orientation sexuelle.

Vous courez le risque de contracter une infection transmise sexuellement si :

- vous avez des rapports sexuels oraux, vaginaux ou anaux non protégés (sans l'utilisation d'un condom ou si le condom se déchire) avec une personne qui peut être infectée
- votre partenaire a, ou a déjà eu, une infection transmise sexuellement
- vous avez une nouvelle ou un nouveau partenaire sexuel
- vous ou votre partenaire avez ou avez eu des rapports sexuels avec d'autres personnes
- vous avez les rapports sexuels sous l'influence des drogues ou de l'alcool
- vous ou votre partenaire partagez les aiguilles qui ont servi à injecter de la drogue, à tatouer ou à percer, ou si vous partagez des jouets sexuels

Si vous avez pris des risques, par exemple en ayant des rapports sexuels sans utiliser un condom, consultez un médecin ou rendez vous à une clinique de santé publique et demandez à passer un examen de dépistage des ITS. Votre santé est importante, tout comme celle de votre partenaire. Rappelez-vous que les ITS ne sont pas toujours accompagnées de symptômes.



EST-CE VOUS?

« Je prends la pilule. Je ne peux pas attraper une ITS. »

SAVEZ-VOUS QUE ?

La pilule anticonceptionnelle protège contre la grossesse, mais pas contre les ITS. C'est dans votre propre intérêt, de vous renseigner sur les ITS et les moyens de réduire vos risques d'infection. Utilisez à la fois le condom et la pilule pour vous protéger et protéger votre partenaire contre les ITS et les grossesses non désirées.

La pilule est moins efficace si vous prenez des antibiotiques. Dans ce cas, utilisez une deuxième méthode contraceptive (comme un condom).

DES ITS, NON MERCI!

Le seul moyen absolu de prévenir les infections transmises sexuellement c'est d'éviter les comportements à risque.

Voici les choix sains et sécuritaires :

- l'abstinence
- envisagez la possibilité de remplacer la pénétration par autre chose, par exemple s'embrasser, se caresser et se toucher
- utilisez toujours un condom - c'est la précaution la plus importante à prendre
- demandez-vous combien de partenaires sexuels vous avez eus depuis un an. Prenez-vous des risques?
- DEUX PRÉCAUTIONS VALENT MIEUX QU'UNE! La pilule contraceptive prévient la grossesse, et le condom prévient les ITS
- l'activité sexuelle la plus dangereuse pour la transmission d'une ITS est la pénétration anale (aussi bien pour les hommes que pour les femmes) - mais vous pouvez aussi attraper une ITS lors de relations orales et vaginales
- ne partagez jamais les aiguilles utilisées pour l'injection de drogue, pour le tatouage ou le perçage corporel

Si vous craignez d'avoir contracté une infection transmise sexuellement, consultez votre médecin ou rendez vous à une clinique. Tous les renseignements à votre sujet resteront confidentiels.



EST-CE VOUS?

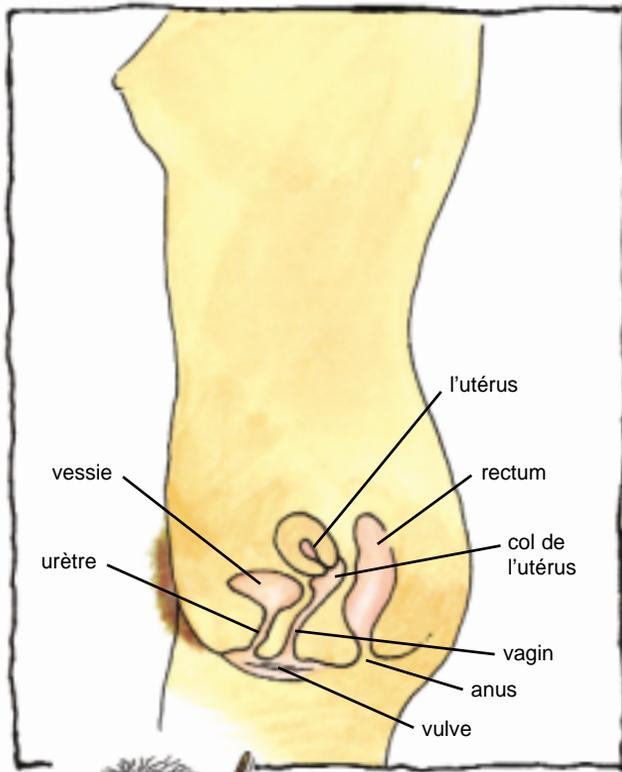
« On dirait que chaque fois que nous buvons de l'alcool ou que nous fumons du pot, nous finissons par faire l'amour. Mais je ne veux pas toujours le faire. Et, parfois, je suis tellement parti que j'oublie d'utiliser un condom. »

SAVEZ-VOUS QUE

Rappelez-vous que l'alcool et les drogues peuvent influencer votre capacité de prendre les bonnes décisions. Parfois, d'autres personnes s'attendent à ce que vous agissiez d'une certaine façon, et il peut être difficile de refuser. Même si vous avez bu ou si vous avez consommé de la drogue, vous n'êtes jamais obligé d'avoir des rapports sexuels. Mais si vous le faites, prenez toujours des précautions.

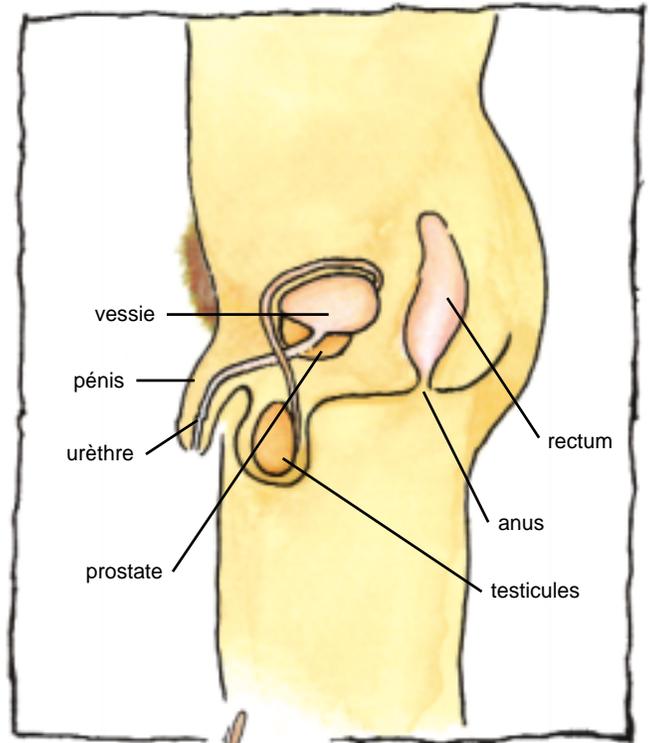
En cas de doute, pensez d'abord à VOUS-MÊME!

ORGANES GÉNITAUX DE LA FEMME



12

ORGANES GÉNITAUX DE L'HOMME



13

COMMENT LES ITS SE PROPAGENT-ELLES?

Les ITS ou infections transmises sexuellement peuvent se répandre de plusieurs façons.

Elles se transmettent généralement par les rapports sexuels parce que les bactéries ou les virus qui les causent se trouvent dans le sperme, les sécrétions vaginales et le sang. Certaines ITS peuvent aussi se transmettre par la salive si vous avez une petite coupure dans ou autour de la bouche.

Les ITS peuvent se transmettre par le contact direct avec une région infectée.

Le sang infecté sur des aiguilles ou dans des seringues peut répandre certaines ITS.

Les femmes enceintes infectées peuvent transmettre une ITS à leur bébé pendant la grossesse et au moment de l'accouchement ou de l'allaitement au sein.

Vous pouvez attraper une ITS plus d'une fois. Et vous pouvez avoir plus d'une ITS en même temps.

Si vous êtes séropositif pour le VIH et si vous avez une autre ITS, vous augmentez les possibilités de transmettre le VIH à votre partenaire; ou si vous n'êtes pas séropositif mais vous avez une autre ITS, vous augmentez vos possibilités de contracter le VIH d'un partenaire séropositif.

Beaucoup d'ITS sont faciles à soigner, mais elles peuvent toutes être dangereuses si on ne s'en occupe pas.

Pour réduire la possibilité de répandre les ITS ou l'émergence d'une nouvelle infection, l'activité sexuelle doit cesser jusqu'à ce que le traitement soit terminé.

Pour certaines ITS, comme l'infection à VIH, il n'existe pas encore de remède.



EST-CE VOUS?

« Je ne peux pas attraper une infection ou devenir enceinte la première fois qu'on fait l'amour ou si mon partenaire n'éjacule pas en moi. »

SAVEZ-VOUS QUE ?

Oui, c'est possible. Il n'est pas nécessaire que les rapports sexuels soient complets. On peut aussi attraper une ITS par un contact génital intime, sans pénétration, avec une personne infectée. Les infections peuvent être transmises par le sang, le sperme, les sécrétions vaginales, et autres liquides organiques, ou par le sexe oral. Protégez-vous et protégez votre partenaire en utilisant toujours un condom quelle que soit votre activité sexuelle.

TYPES D'ITS

Il y a beaucoup de types d'ITS. Lisez l'information sur chacune et prenez-en note afin de réduire vos risques d'en contracter une.

Rappelez-vous : si vous avez pris des risques, vous devriez vous faire examiner par un médecin ou un autre professionnel de la santé.



Infection à Chlamydia ou chlamydie, Gonorrhée, Trichomonase, Mopions et gale, Herpès génital, Verrues génitales (VPH), Hépatite B, Syphilis, Infection à VIH/sida

ITS CHLAMYDIA

L'infection à Chlamydia (ou chlamydie) est une infection transmise sexuellement très commune - et c'est une des plus graves.

Chez la femme, elle peut être présente sans produire aucun symptôme et donc peut causer, une infection pelvienne chronique (AIP) très douloureuse et l'infertilité (l'incapacité d'avoir des enfants). Les femmes enceintes peuvent transmettre l'infection à leur bébé pendant l'accouchement et celui-ci risque alors d'avoir des infections aux yeux ou aux poumons.

On peut attraper une infection à Chlamydia par des relations sexuelles vaginales, orales ou anales.

Symptômes et signes

Une jeune femme peut ignorer qu'elle a une infection à Chlamydia jusqu'à ce qu'elle subisse un test médical pour l'infection ou constate qu'elle a de la difficulté à devenir enceinte.

Lorsqu'il y a des symptômes, ils apparaissent généralement d'une à trois semaines après les rapports sexuels avec une personne infectée. Il arrive que les symptômes soient si bénins que la personne infectée ne s'en rende même pas compte. Les hommes n'ont souvent aucun symptôme et ils propagent l'infection sans savoir qu'ils l'ont. Il est très important que les infections à Chlamydia soient soignées sans tarder.

Signes à surveiller

Femmes :

- **pertes vaginales nouvelles ou différentes**
- **sensation de brûlure au moment d'uriner**
- **douleurs dans le bas-ventre, parfois accompagnées de fièvre et de frissons**
- **relations sexuelles douloureuses**
- **saignements entre les menstruations**
- **saignements après les rapports sexuels**

Hommes :

- **écoulement d'un liquide clair ou blanchâtre du pénis**
- **démangeaisons à l'intérieur du pénis**
- **sensation de brûlure au moment d'uriner**
- **testicules douloureux ou enflés**

Un test d'urine pour hommes et femmes, rapide et fiable, est disponible pour dépister la chlamydie dans la plupart des centres.

Si vous avez des rapports sexuels et si vous avez pris des risques, consultez un professionnel de la santé ou rendez-vous à une clinique pour passer le test de dépistage.

Traitement des infections à Chlamydia

Les infections à Chlamydia se soignent avec une dose unique d'antibiotiques, prise par voie orale. Cependant, vous pouvez la rattraper de votre partenaire s'il ou elle ne se fait pas traiter.

Vous devez consulter un médecin pour qu'il vous prescrive le bon antibiotique. N'empruntez pas les médicaments de vos amis. Vous ne pouvez pas acheter ces médicaments dans la rue.

Le traitement est important

Il se peut que le médecin ou l'infirmière vous demande le nom de votre partenaire sexuel ou vous demande d'informer cette personne pour éviter de propager cette ITS. Prenez tous vos médicaments jusqu'à la fin du traitement. Demandez au médecin ou à l'infirmière de vous dire combien de temps vous devez attendre avant de recommencer à avoir des rapports sexuels.

Si vous êtes une femme et que vous ne vous faites pas traiter après avoir contracté une infection à Chlamydia, voici ce qui peut vous arriver :

- **vous pourriez souffrir d'une douleur permanente à l'abdomen ou au bas-ventre**
- **vous risqueriez de propager l'infection à tous vos organes reproducteurs ce qui pourrait causer l'atteinte inflammatoire pelvienne**
- **vous pourriez éprouver de la difficulté à devenir enceinte ou avoir des problèmes pendant votre grossesse plus tard dans la vie**

Les effets à long terme des infections à Chlamydia chez les hommes ne sont pas très bien connus.



GONORRHÉE

Vous avez peut-être entendu parler de cette ITS, appelée familièrement « chaude-pisse ». La gonorrhée est une ITS répandue qui peut causer des problèmes de santé graves si elle n'est pas traitée rapidement, particulièrement chez les femmes.

La gonorrhée non traitée chez la femme peut conduire à une condition douloureuse à long terme, l'atteinte inflammatoire pelvienne (AIP), et à l'infertilité.

Une femme enceinte peut transmettre la gonorrhée à son bébé pendant l'accouchement, ce qui peut lui causer une infection sérieuse aux yeux ou le rendre aveugle.

La gonorrhée se transmet par des relations sexuelles orales, vaginales et anales.

Symptômes et signes

Si vous contractez la gonorrhée pendant des rapports sexuels avec une personne infectée, il se peut que vous ne remarquiez rien. Si vous avez des symptômes, ils apparaîtront de trois à cinq jours après le contact sexuel.

Même si vous n'avez aucun symptôme, vous pouvez avoir la gonorrhée et la transmettre à d'autres.

Signes à surveiller

Femmes :

- **pertes vaginales nouvelles ou différentes**
- **sensation de brûlure au moment d'uriner**
- **douleurs au bas-ventre**
- **fièvre et frissons**
- **relations sexuelles douloureuses**
- **saignements vaginaux entre les menstruations**
- **saignements vaginaux après les relations sexuelles**
- **possibilité de douleur rectale**
- **écoulement rectal**

Hommes :

- **écoulement du pénis d'un liquide parfois visqueux, de couleur jaunâtre ou verdâtre**
- **sensation de brûlure au moment d'uriner**
- **testicules douloureux ou enflés**
- **possibilité de douleur rectale**
- **écoulement rectal**

D'habitude, on prend un écouvillon de la région infectée pour obtenir un test; certains centres utilisent un test d'urine nouvellement disponible.

Traitement de la gonorrhée

La gonorrhée se traite souvent avec une dose unique d'antibiotiques par voie orale et elle se guérit. Cependant, vous pouvez la rattraper de votre partenaire s'il ou elle ne se fait pas traiter. Si vous avez la gonorrhée ou pensez l'avoir, dites-le à votre partenaire et consultez un médecin ou rendez vous à une clinique.



TRICHOMONASE OU « TRICH »

Le microbe de la trichomonase peut être transmis pendant les relations sexuelles.

Il peut causer une vaginite chez les femmes - le vagin est douloureux, enflé et sujet à des démangeaisons, parfois avec des pertes inhabituelles. Très rarement, la trichomonase peut mener à l'atteinte inflammatoire pelvienne (AIP), une infection sérieuse chez la femme.

Une femme enceinte qui a la « trich » peut accoucher avant terme ou avoir un bébé au poids inférieur à la normale.

Même si vous n'avez aucun symptôme, vous pouvez néanmoins passer la « trich » à votre partenaire si vous êtes infectée.

Ce qu'il faut surveiller

Femmes :

- **des pertes vaginales écumeuses de couleur blanc cassé ou vert jaune**
- **des démangeaisons et de l'irritation dans la région génitale**
- **une odeur vaginale**
- **douleur durant les relations sexuelles**
- **urination douloureuse ou fréquente**

Hommes :

Souvent les hommes n'ont pas de symptômes mais ils peuvent avoir ce qui suit :

- **des pertes légères du pénis**
- **une sensation de brûlure lors d'uriner**
- **irritation et rougeur sur le gland (bout du pénis)**

La trichomonase peut être diagnostiquée au moyen d'un écouvillon de les sécrétions ou de la région infectée.

On peut traiter la trichomonase avec des pilules, mais vous et votre (vos) partenaire(s) devez être soignés afin de prévenir l'émergence d'une nouvelle infection.

Vous pouvez vous protéger contre la « trich » en utilisant un condom chaque fois que vous avez des relations sexuelles.



MORPIONS ET GALE

Vous avez peut-être déjà entendu dire qu'on peut attraper des « morpions » lors de relations sexuelles : ceci se produit lorsque des insectes minuscules passent d'une personne infectée à son partenaire. Mais les morpions ne se transmettent pas seulement suite à des rapports sexuels. On peut aussi attraper des morpions ou la gale simplement en utilisant les draps, les serviettes ou les vêtements d'une personne infectée.

Symptômes et signes

Les symptômes de la gale et des morpions se manifestent lorsque les insectes piquent ou creusent des sillons sous la peau pour y pondre leurs oeufs. Dans le cas des morpions, on peut souvent voir les oeufs blanc perlé dans la région du pubis, près de la peau.

Ce qu'il faut surveiller

Gale :

- **démangeaisons, surtout la nuit**
- **une irritation entre les doigts, aux poignets, à l'intérieur du coude, à l'abdomen, autour des organes génitaux ou aux chevilles**

Morpions :

- **démangeaisons dans la région du pubis**
- **présence visible d'insectes bruns pâle de la taille d'une tête d'épingle**
- **présence visible d'oeufs blanchâtres, de forme ovale, sur les poils**

Traitement de la gale et des infestations de morpions

Ces deux infections sont traitées à l'aide de crèmes, de lotions ou de shampooings spéciaux vendus en pharmacie. Demandez l'aide du pharmacien et suivez soigneusement le mode d'emploi.

Si vous avez la gale ou des morpions et vous ne vous traitez pas, vous risquez d'avoir une infection de la peau qui vous obligera à consulter un médecin.

Évitez les contacts corporels étroits avec d'autres personnes si vous avez des morpions ou la gale. Soignez-vous pour éviter la transmission aux autres.

Lavez vos vêtements et votre literie à l'eau chaude ou encore faites-les nettoyer à sec et repassez-les avec un fer brûlant. On peut aussi détruire ces insectes et leurs oeufs en plaçant les vêtements, les tissus ou les draps sous congélation ou en les plaçant dans un sac de plastique hermétique à l'air pendant deux semaines.

Si vous avez la gale ou des morpions, dites-le à votre ou vos partenaires sexuels. Toutes personnes qui ont eu un contact intime avec vous ou qui ont utilisé vos draps, vos vêtements ou vos serviettes devraient suivre un traitement, même si elles n'ont aucune rougeur ni démangeaison.



HERPÈS GÉNITAL

L'herpès génital est une ITS qui cause des lésions douloureuses sur et autour des organes génitaux. Il est dû à un virus de la même famille que celui qui cause les « feux sauvages » autour de la bouche.

L'herpès génital se transmet par contact direct avec des lésions, généralement pendant les relations sexuelles. Si vous touchez des lésions d'herpès, savonnez et lavez-vous les mains pour éviter de propager l'infection.

Rarement, une femme enceinte peut transmettre cette infection à son bébé pendant ou après l'accouchement. L'herpès peut constituer un danger de mort chez le nouveau né.

L'herpès ne se transmet pas par les sièges de toilette, les baignoires, les piscines ni les bains tourbillons.

Vous pouvez transmettre le virus à vos partenaires sexuels même si vous n'avez pas de lésions; il est donc important de toujours prendre des précautions en utilisant un condom. Mais rappelez-vous que les régions de la peau qui ne sont pas couvertes par le condom ne sont pas protégées.

On peut contracter l'herpès génital pendant des relations sexuelles orales et même par contact avec une personne qui a des feux sauvages.

Pour éviter de transmettre l'infection durant les relations sexuelles orales, utilisez

- **le condom sur le pénis**
- **ou coupez un condom sur le sens de la longueur pour en recouvrir la région génitale de la femme ou pour en faire une « digue dentaire » pendant les relations sexuelles orales.**

Une fois que les lésions de la première éruption d'herpès se guérissent, d'autres lésions pourront toujours apparaître de temps à autre.

L'herpès génital ne se guérit pas, mais il existe des médicaments qui peuvent diminuer la durée des éruptions et soulager la douleur. Quand vous avez contracté l'herpès, vous êtes infecté pour la vie.

Symptômes et signes

Des picotements ou des démangeaisons peuvent commencer dans la région génitale dans la semaine qui suit les relations sexuelles avec une personne infectée. Une grappe de petites ampoules va probablement apparaître. Ces vésicules se brisent et laissent des lésions douloureuses, qui peuvent durer de deux à trois semaines. La première poussée d'herpès peut être accompagnée de fièvre et de maux de tête.

Signes à surveiller

Femmes :

- **lésions à l'intérieur ou autour du vagin, sur la vulve, près de l'anus ou sur les cuisses et les fesses**
- **bosses sensibles à l'aîne**

Hommes :

- **lésions sur le pénis, autour des testicules, près de l'anus ou sur les cuisses et les fesses**
- **bosses sensibles à l'aîne**

Les hommes et les femmes peuvent développer des lésions dans la bouche ou dans la région génitale après avoir eu des relations sexuelles orales avec une personne infectée.

Traitement de l'herpès génital

Si vous pensez avoir contracté l'herpès génital, consultez un médecin sans tarder. Il vous donnera des médicaments pour soulager la douleur et pour contrôler ou éviter les éruptions dans le futur.

Lavez et asséchez bien la région infectée. Lavez votre serviette avant de la réutiliser.

Après le bain, utilisez un séchoir à cheveux au lieu d'une serviette pour assécher la région affectée, ou asséchez-vous avec une serviette très délicatement.

Essayez de porter des vêtements amples faits de fibres naturelles comme le coton.

Si vous éprouvez de la douleur au moment d'uriner, vous pouvez verser de l'eau légèrement chaude sur la région douloureuse ou uriner dans la baignoire juste avant d'en sortir.



VIRUS DU PAPILLOME HUMAIN (VPH)

On pense que ce virus constitue une des ITS virales les plus répandues. Le VPH se transmet par contact sexuel ou par contact génital « de peau à peau » avec une personne infectée.

Il y a différents types de VPH qui causent des problèmes différents. Bon nombre de personnes peuvent être infectées au VPH sans le savoir. Certains types de VPH peuvent causer les verrues génitales. D'autres types peuvent causer le cancer.

Verrues génitales

Les verrues génitales (ou condylomes) sont des excroissances de tailles différentes causées par le VPH. Elles peuvent apparaître sur ou autour des organes génitaux ou de la région anale, tant chez l'homme que la femme. Les verrues ont parfois l'apparence de choux-fleurs ou encore elles sont plates et difficiles à voir. Elles apparaissent sur des régions humides comme le pénis, le vagin ou l'anus, le col utérin, le scrotum et les cuisses. Il est rare que des verrues apparaissent sur les lèvres ou dans la bouche après des relations sexuelles orales avec une personne infectée. Les condylomes ne font pas mal habituellement, mais peuvent causer des démangeaisons occasionnelles et des pertes ou des saignements - particulièrement s'ils sont irrités.

Pour une femme enceinte, on ne sait pas avec certitude quels effets auront les verrues génitales sur son bébé. Le bébé pourrait être à risque de contracter une infection de VPH dans la gorge, mais les experts ne croient pas que les verrues sont transmises au bébé fréquemment.

Si vous soupçonnez avoir des verrues génitales, consultez votre médecin. Si vous en avez, aucun traitement ne peut garantir que vous serez guérie de votre infection au VPH. Toutefois, le fait de soigner vos verrues pourrait diminuer le risque de les transmettre à d'autres. Le médecin pourrait appliquer un médicament directement sur les verrues ou vous donner un médicament pour que vous l'appliquiez vous-même. Même traitées, les verrues réapparaissent souvent. Mais avec le temps beaucoup de personnes arrivent finalement à éliminer le VPH de leur corps et n'ont plus de verrues.

Les types de VPH qui causent les verrues génitales ne sont pas les mêmes qui peuvent causer le cancer. Mais puisque vous pouvez avoir plusieurs types de VPH, il est possible que vous courez le risque d'avoir à la fois des verrues et le cancer.

Les cancers génitaux (cancer du col de l'utérus, cancer du pénis ou de l'anus)

Certains types de VPH peuvent causer le cancer, dont le plus commun est le cancer du col chez la femme. Le col est situé profondément à l'intérieur du vagin. Il constitue l'ouverture de l'utérus et est le lieu d'infections au VPH le plus courant chez la femme.

Quand le col est infecté au VPH, des changements peuvent se produire dans les cellules du col et ces changements peuvent causer le cancer s'ils ne sont pas détectés et traités. Presque tous les cancers du col sont causés par le VPH. Le test Pap est le meilleur moyen de vérifier l'état des cellules du col pour voir si elles ont eu des changements détectables. Si les cellules du col ont subi des changements pré-cancéreux ou cancéreux, il se pourrait bien qu'il n'y ait aucun symptôme - c'est pour cette raison qu'il est si important d'avoir un test Pap régulièrement.

Certains types de VPH peuvent aussi mener à d'autres cancers de la région génitale tant chez l'homme que la femme - tels que le cancer anal, le cancer du pénis et le cancer de la vulve.

L'utilisation d'un condom à chaque fois que vous avez des relations sexuelles pourrait aider à réduire le risque de contracter le VPH. Mais le virus peut toujours se répandre à travers la peau non protégée par le condom.

Toute personne qui a eu des relations sexuelles est à risque de contracter le VPH, même s'il n'y a aucun symptôme. Si vous êtes préoccupé par la possibilité d'être infecté au VPH, voyez votre médecin. Si vous êtes une femme, il est important de voir votre médecin pour subir un test Pap.



EST-CE VOUS?

« J'ai eu un test Pap et un test de sang. Ces tests ne couvrent-ils pas tout? »

SAVEZ-VOUS QUE ?

On dispose de tests spéciaux pour différentes sortes d'infections transmises sexuellement. Certains sont des tests d'urine, d'autres des tests de sang et d'autres nécessitent un écouvillon des sécrétions vaginales ou du pénis de l'homme. Si vous avez des relations sexuelles, demandez à votre médecin ou à votre clinique de vous faire un dépistage complet des ITS.





HÉPATITE B

L'hépatite B est une infection du foie causée par un virus. Elle est beaucoup plus facile à contracter que l'infection à VIH/sida.

Il arrive que l'infection disparaisse d'elle-même, mais il arrive aussi que des personnes soient porteuses du virus toute leur vie sans jamais le savoir et le transmettent néanmoins à d'autres. Beaucoup de gens ignorent qu'ils ont l'hépatite B. Cette maladie peut causer de graves problèmes plus tard dans la vie, entre autres des maladies du foie chroniques et le cancer du foie.

La bonne nouvelle est que l'hépatite B peut être prévenue par un vaccin.

Symptômes et signes

La plupart des gens qui contractent l'hépatite B ne présentent au début aucun symptôme. Les symptômes surviennent généralement de deux à six mois après un contact. En voici quelques-uns :

- **perte d'appétit, nausées et vomissements**
- **maux de tête**
- **grande fatigue**
- **état général de malaise**
- **jaunisse (coloration jaunâtre des yeux et de la peau)**

Comment peut-on contracter l'hépatite B?

Le virus de l'hépatite B se transmet par les liquides organiques tels que le sang, le sperme et les sécrétions vaginales. Un bébé peut être vacciné à la naissance si la mère est porteuse de ce virus.

Pour réduire les risques de contracter l'hépatite B, assurez-vous de :

- **toujours vous protéger dans toute activité sexuelle**
- **ne pas partager les aiguilles et les seringues**
- **ne pas partager les instruments pour le tatouage, l'épilation ou le perçage corporel**
- **ne pas prêter ou partager les rasoirs ni les brosses à dents**
- **vous faire vacciner**

Vous pouvez savoir si vous avez l'hépatite B en passant un test de sang.

Si vous avez été infecté, abstenez-vous de toute activité sexuelle tant que votre médecin ne vous donne pas le feu vert.

Votre partenaire sexuel peut se protéger contre l'infection en se faisant vacciner contre l'hépatite B.

Rappelez-vous que l'hépatite B n'est pas toujours une ITS. On peut aussi la contracter autrement.

La syphilis est une maladie grave qui peut affecter tout l'organisme humain. Non traitée, la syphilis peut causer des problèmes de santé sérieux quelques années plus tard comme les troubles cardiaques ou cérébraux.

Vous pouvez l'avoir sans le savoir et donc la transmettre à d'autres.

La syphilis peut se contracter au cours de relations sexuelles orales, vaginales ou anales.

Les femmes enceintes atteintes de syphilis peuvent transmettre la maladie au fœtus, ce qui peut entraîner des malformations congénitales et même la mort.

Symptômes et signes

Les lésions passent souvent inaperçues et peuvent disparaître d'elles-mêmes sans traitement, mais l'infection ne disparaît pas. Les symptômes peuvent se manifester quelques jours ou des mois après le contact sexuel avec une personne infectée :

- **une lésion non douloureuse peut apparaître autour ou à l'intérieur du vagin, sur le pénis, dans la bouche ou près de l'anus**
- **des symptômes semblables à ceux de la grippe**
- **une éruption apparaît sur la paume des mains et la plante des pieds, ou encore sur tout le corps**

Il suffit d'une simple analyse de sang pour savoir si on a été exposé à la syphilis.

La syphilis peut être guérie par un traitement avec des antibiotiques.

Si vous avez la syphilis, votre ou vos partenaires devront consulter leur médecin pour être traités. Vous pouvez rattraper la syphilis de votre partenaire s'il ou elle ne se fait pas traiter.

L'abréviation VIH correspond à virus de l'immunodéficience humaine, le virus qui cause le sida (syndrome d'immunodéficience acquise).

Le virus attaque le système immunitaire, qui est le mécanisme de défense du corps de l'organisme contre les infections.

Le sida est le stade le plus avancé de l'infection au VIH et constitue une menace pour la vie. Les personnes infectées au VIH peuvent contracter des infections, comme des formes rares de pneumonie, ou peuvent développer un cancer de la peau ou un autre type de cancer.

Comment peut-on contracter une infection à VIH/sida?

Le virus se transmet par les liquides organiques comme le sang, le sperme, le liquide pré-éjaculatoire, les sécrétions vaginales ou le lait maternel.

Le virus se trouve aussi dans très peu de quantité dans la salive, la sueur et les larmes. On ne sait pas si ces liquides peuvent répandre le VIH.

Le VIH doit se frayer un chemin dans votre corps. Ceci peut se produire pendant les relations sexuelles non protégées (vaginales, anales, orales) ou en partageant les aiguilles ou les instruments d'injection ou de perçage. Partageant des jouets sexuels avec une personne infectée peut aussi vous mettre à risque de contracter le virus.

Une femme enceinte séropositive peut infecter son bébé pendant la grossesse, lors de l'accouchement ou pendant l'allaitement. C'est pour cette raison que c'est tellement important pour toutes les femmes enceintes de passer le test de dépistage du VIH. Demandez à votre médecin les renseignements sur le dépistage.



Les articles personnels tels que les rasoirs, les brosses à dents peuvent être contaminés avec les petites quantités de sang provenant des gencives saignantes ou des coupures de rasage. Alors même si le risque est très bas, partageant les articles personnels de ce genre avec une personne qui est infectée avec le VIH pourrait être un moyen de transmettre le virus.

Le VIH ne se transmet pas par des contacts sociaux ordinaires. Il n'y a aucun danger à toucher ou à serrer dans ses bras une personne infectée, ni à lui serrer la main. Les insectes et les animaux ne peuvent pas transmettre le VIH.

Certaines personnes ont peur d'être infectées par le VIH en donnant du sang, mais cette crainte n'est pas fondée au Canada. On utilise une aiguille neuve et stérile pour chaque personne qui donne du sang.

Au Canada, le sang recueilli auprès des donateurs est toujours vérifié pour voir s'il est infecté par le VIH. Il y a donc très peu de risque d'être contaminé par une transfusion de sang.

Le fait d'avoir une autre ITS augmente le risque de :

- **contracter le VIH de votre partenaire séropositif(ve) ou**
- **transmettre le VIH à votre partenaire sexuel si vous êtes séropositif(ve)**

Comment savoir si on est séropositif

Il suffit d'un simple test de sang pour savoir si vous êtes infecté par le VIH. Ce test s'appelle le test de détection des anticorps du VIH.

Si les résultats du test sont positifs, cela signifie que vous avez été infecté par le VIH.

Si les résultats sont négatifs, cela signifie qu'on n'a trouvé aucun anticorps du VIH dans votre sang au moment du test. Dans la plupart des cas, les anticorps au virus se manifesteront dans le sang trois mois après que la personne a été infectée.

Réduisez le risque d'infection au VIH en

- **discutant du VIH et des ITS avec votre ou vos partenaires sexuels**
- **considérant d'autres activités comme les caresses ou le toucher au lieu des relations sexuelles**
- **passant le test de dépistage du VIH tous les deux avant de vous engager dans des rapports sexuels lors d'une nouvelle relation**
- **ayant des relations sexuelles uniquement avec un partenaire qui, consente à vous protéger tous les deux**
- **vous souvenant de ne pas partager les articles qui pourront aboutir à l'échange des liquides organiques comme le sang, le sperme ou les sécrétions vaginales. Y compris sont les instruments utilisés pour l'injection de drogues, le perçage corporel, le tatouage, les jouets sexuels, les brosses à dents et les rasoirs.**

Si vous pensez avoir été infecté...

Consultez votre médecin sans tarder ou adressez-vous à une clinique de prévention des ITS ou de dépistage du VIH. Renseignez-vous au sujet du dépistage anonyme du VIH.

Si vous avez été infecté au VIH, vous devez en informer vos partenaires sexuels et toutes personnes avec qui vous auriez partagé des seringues ou des aiguilles. Ces personnes devront décider si elles souhaitent passer le test de dépistage de l'infection à VIH.

Vous voudrez peut-être le leur dire vous-même, mais si vous vous sentez mal à l'aise, parlez-en à votre médecin ou à une infirmière - ils pourront vous aider.

Protégez votre ou vos partenaire(s) contre l'infection à VIH.

Traitement de l'infection à VIH/sida

L'infection à VIH et le sida demeurent des maladies incurables. Une fois infecté, vous avez le VIH pour la vie. On a mis au point plusieurs médicaments qui peuvent ralentir l'évolution de l'infection, mais aucun ne peut la guérir.



EST-CE VOUS ?

« Le sida touche surtout les hommes gais.
Tant que je couche avec des filles, je n'aurai pas de problème. »

SAVEZ-VOUS QUE ?

C'est faux. Le VIH se transmet par contact sexuel avec une personne infectée. En fait, le nombre de cas de transmission hétérosexuelle (relation sexuelle entre homme et femme) augmente au Canada et est le mode principal de transmission de VIH dans le monde.



COMMENT UTILISER LE CONDOM



Utilisez toujours le condom pour hommes ou pour femmes (ou une autre méthode de barrière mécanique) pour une sexualité plus sécuritaire.

Utilisé correctement, le condom vous protège, ainsi que votre partenaire, contre les ITS et la grossesse.

Utilisez un condom la première fois et chaque fois que vous avez une relation sexuelle. Pourquoi? Parce que le condom protège en érigeant une barrière physique ou un bouclier entre les partenaires. Mettez le condom avant la relation sexuelle.

Le condom pour hommes recouvre le pénis. Le condom pour femmes est une pochette qui recouvre les parois du vagin. Les deux sont efficaces mais n'utilisez pas les deux en même temps.

Utilisez le condom pour les relations orales, vaginales ou anales, ou lors du partage de jouets sexuels. Pendant les relations sexuelles orales, utilisez un condom, un condom coupé sur le sens de la longueur, ou une digue dentaire, pour en recouvrir la région génitale de la femme.

Vous vous sentirez plus à l'aise avec le condom si vous faites quelques essais avant de l'utiliser. Ceci est surtout le cas du condom pour femmes.

Insistez sur des rapports sexuels plus sécuritaires même si votre partenaire affirme être « propre ». Dites non à quiconque n'est pas disposé à des rapports sexuels sans danger.

Comment et où se les procurer

Les condoms pour hommes s'achètent dans plusieurs magasins ou supermarchés. On trouve aussi les condoms pour hommes et pour femmes dans les pharmacies, en vente libre. Ils se vendent habituellement en boîtes de plusieurs unités.

Vous pouvez aussi vous procurer les condoms pour hommes à l'unité dans les distributrices disponibles dans bon nombre de restaurants et de bars.

Il y a distribution gratuite de condoms dans certaines cliniques d'ITS ou de santé publique. Consultez l'annuaire téléphonique sous « santé » ou « santé sexuelle » ou sous « maladies transmises sexuellement ».

Il faut ranger les condoms pour hommes dans un lieu frais et sec, hors de la lumière du soleil. Les condoms pour femmes n'ont pas besoin de soins particuliers.

Utilisez toujours un nouveau condom à chaque fois que vous avez des relations sexuelles.

Lisez l'étiquette

Le type de condom le plus commun est le condom au latex; cependant, le condom synthétique en polyuréthane offre également une protection contre la grossesse et des ITS y compris le VIH.

Évitez les produits à base d'huile (comme la gelée de pétrole/vaseline, la crème vaginale) avec un condom au latex. Ces produits peuvent affaiblir le condom et réduire la protection qu'il procure - ces produits peuvent même l'amener à se déchirer.

Les condoms à membranes naturels (aussi appelés « peaux ») ne sont pas recommandés comme protection contre des infections virales comme l'hépatite et le VIH.

Les condoms de fantaisie ou les gadgets ne protègent pas contre la grossesse et les ITS.

Le nonoxynol-9 est un produit chimique qui peut causer des irritations génitales et augmenter le risque de transmission du VIH. Utilisez des condoms sans nonoxynol-9 si possible.

Vérifiez la date d'expiration inscrite sur l'emballage. N'utilisez pas de condom dont la date est périmée. Si vous ne trouvez pas la date, ne l'utilisez pas. Les condoms utilisés périmés pourraient ne pas offrir de protection.

Faites l'essai de plusieurs marques et de plusieurs types de condoms afin de trouver celui qui vous convient le mieux. Des condoms aromatisés pour les relations orales sont disponibles dans certaines cliniques et magasins.



EST-CE VOUS?

« Mon partenaire refuse de mettre un condom.
Qu'est-ce que je peux faire? »

SAVEZ-VOUS QUE?

Utiliser un condom est la première règle à suivre pour prévenir les ITS, pour votre partenaire et pour vous. L'un des deux peut utiliser le condom. Quoiqu'il en soit, c'est à vous qu'il revient de faire des choix importants pour votre santé.



PARLONS CONDOMS

Les condoms sont faciles à utiliser, surtout si vous en comprenez bien la nécessité tous les deux. Il arrive qu'une personne ne veuille pas utiliser le condom - cela peut compromettre la santé de tout le monde. De plus en plus de jeunes Canadiens et Canadiennes disent utiliser le condom « la plupart du temps ».

Voici quelques excuses que l'on donne souvent pour ne pas utiliser le condom et ce qu'on peut y répondre.

Excuse : « Je n'aime pas la sensation du condom et il ne s'ajuste pas bien. »

Réponse : Essayons un autre type. Si vous êtes allergique au latex, essayez un condom de polyuréthane.

Excuse : « Je trouve ça gênant de les acheter. »

Réponse : Alors je vais les acheter moi-même ou je connais une clinique qui les distribue gratuitement.

Excuse : « Je n'en ai pas sur moi. »

Réponse : Je pourrai m'en procurer pour la prochaine fois, mais pour aujourd'hui, on ne fera pas l'amour.

Excuse : « Je trouve le condom inconfortable. »

Réponse : Je comprends mais ils sont vraiment importants - pour nous deux. Il y a des instructions sur la boîte. Essayons-les quelquefois et on s'amusera en les utilisant.

Excuse : « Le condom brise la spontanéité. Il interrompt le plaisir. »

Réponse : On aimera encore plus ça car on ne pensera pas à la grossesse ou à l'infection.

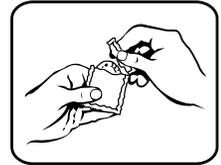
Excuse : « Tu dois penser que j'ai une maladie ou quelque chose. »

Réponse : J'ai entendu dire que certaines infections n'ont pas de symptômes. On pourrait se renseigner auprès d'une clinique. Mais prenons des précautions quand même et utilisons le condom.

Mettez le condom sur le pénis en érection avant tout contact sexuel pour prévenir les infections transmises sexuellement et la grossesse.

1. Ouvrez l'emballage; manipulez-le avec soin pour éviter de l'endommager.
2. Pour prévenir l'irritation et pour éviter de déchirer le condom, utilisez un lubrifiant à base d'eau sur le pénis ou à l'intérieur du condom.
3. Pincez le réservoir au bout du condom pour faire sortir l'air et pour laisser de l'espace pour recueillir le sperme (environ un centimètre).
4. Pincez le bout du condom pendant que vous le déroulez le plus loin possible sur le pénis en érection.
5. Après l'éjaculation, retirez le pénis du vagin sans enlever le condom, pendant que le pénis est encore en érection. Tenez fermement la base du condom pour éviter tout écoulement du sperme.
6. Après usage, faites un noeud au bout ouvert et jetez le condom à la poubelle. Ne le réutilisez pas.

Le fait d'utiliser un condom rend les relations plus sécuritaires pour vous et pour votre partenaire.



Comment utiliser le condom pour femmes

Insérez le condom dans le vagin avant le contact sexuel pour prévenir les infections transmises sexuellement et la grossesse.

Ouvrez l'emballage; manipulez-le avec soin pour éviter de le déchirer.

1. Pincez l'anneau interne flexible situé au bout fermé de la gaine.

2. Insérez l'anneau interne doucement dans le vagin.

3. Placez l'index à l'intérieur du condom et poussez l'anneau vers le haut et aussi loin que possible dans le vagin.

4. Assurez-vous que la gaine n'est pas tordue. L'anneau externe doit rester à l'extérieur du vagin.

Guidez le pénis dans l'ouverture de la gaine - soyez sûre de ne pas entrer de côté i.e. entre la gaine et la paroi vaginale.

Un lubrifiant peut être utilisé à l'intérieur du condom ou sur le pénis si le condom se déplace durant la relation.

5. Pour retirer le condom, tournez la gaine extérieure et retirez-le doucement en prenant soin d'éviter de verser le sperme.

6. Jetez le condom à la poubelle, (pas dans la toilette). N'utilisez qu'une fois le même condom.

Le fait d'utiliser un condom rend les relations plus sécuritaires pour vous et pour votre partenaire.

