Santé des femmes et de la diversité

MINI-GUIDE SUR LES INFECTIONS TRANSMISSIBLES SEXUELLEMENT ET PAR LE SANG (ITSS)



2026

Table des matières

Introduction 3
Dépistage des ITSS 3
Où aller pour le dépistage 4
Traitement des ITSS 4
Complications des ITSS 5
Prévention des ITSS 6
    Vaccins 6
    Médicaments 7
Infections transmissibles sexuellement et par le sang courantes 9

© Sa Majesté le Roi du chef du Canada, représenté par le ministre de la Défense nationale, 2026.

Santé des femmes et de la diversité

PDF: D2-714/4-2026F-PDF
ISBN 978-0-660-98914-3

Papier: D2-714/4-2026F
ISBN 978-0-660-98916-7

Introduction

Les infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS), auparavant appelées les infections sexuellement transmissibles (IST) ou maladies sexuellement transmissibles (MST), se propagent par des fluides corporels comme le sperme, le liquide vaginal, le liquide rectal et le sang. La transmission se produit le plus souvent lors d'un contact sexuel (anal, vaginal, oral), mais peut également se propager à un nourrisson pendant la grossesse ou l'accouchement, et dans certains cas, lors d'un contact direct avec une zone infectée.

Les facteurs de risque qui augmentent les probabilités de contracter des ITSS comprennent :

- Âge – Personnes de moins de 25 ans.
- Nombre de partenaires sexuels – avoir eu plus de deux partenaires sur une période de 12 mois peut accroître la probabilité d'exposition aux ITSS.
- Les contacts sexuels non protégés – le fait de ne pas utiliser (de façon systématique) des méthodes barrières augmente le risque.
- Toxicomanie – Un jugement altéré par les drogues ou l'alcool peut entraîner des comportements à risque, comme une diminution de l'utilisation du préservatif.
- Usage de drogues par voie intraveineuse – l'injection de drogues ou le partage de seringues peut augmenter le risque d'exposition.
- Itinérance – Accès limité aux soins de santé et vulnérabilité accrue.
- Travailleurs du sexe – Augmentation du nombre de partenaires/rencontres sexuelles.
- ITSS antérieure – Peut indiquer un risque d'exposition plus élevé et une vulnérabilité potentielle.
- Le partenaire sexuel a obtenu un résultat positif – Un partenaire atteint d'une infection actuelle augmente la probabilité de contracter l'ITSS.

Dépistage des ITSS

Le dépistage régulier est important afin de détecter et de traiter rapidement l'infection, prévenir la transmission aux partenaires et éviter les complications graves. Le dépistage est couramment effectué et fait partie d'un dépistage sanitaire de routine pour de nombreuses personnes présentant certains facteurs de risque. Discutez de vos antécédents sexuels et de vos symptômes (le cas échéant) avec votre fournisseur de soins de santé afin qu'il puisse recommander des analyses appropriées. Les méthodes



d'analyse courantes comprennent l'écouvillonnage, les analyses sanguines et les analyses d'urine.

Pour de nombreuses ITSS, aucun symptôme n'est présent (asymptomatique). Toutefois, des changements comme des démangeaisons génitales, une sensation de brûlure lors de la miction, des plaies ou des pertes anormales doivent être examinés si vous avez des facteurs de risque.

Il est recommandé de subir un dépistage de la chlamydia et de la gonorrhée à chaque nouveau partenaire, ou annuellement pour les personnes de moins de 30 ans sexuellement actives.

Si vous avez de nouveaux partenaires sexuels, consommez régulièrement de l'alcool ou des drogues lorsque vous avez des rapports sexuels, ou avez des rapports sexuels en échange d'argent, de drogue ou d'un endroit où dormir, vous devriez envisager de vous faire tester tous les trois mois.

Où aller pour le dépistage

- Votre fournisseur de soins de santé primaires ou votre clinique de santé sexuelle sur les bases des FAC (si disponible).
- Cliniques de santé sexuelle dans le système civil (apportez votre carte de la Croix-Bleue).
- Toute clinique sans rendez-vous dans le système civil (apportez votre carte de la Croix-Bleue).
- Cliniques de santé des FAC sur les lieux d'un déploiement.
- Trousses de dépistage à domicile autoadministré (si disponibles dans votre province/territoire ou à la clinique de votre base).

Traitement des ITSS

Les ITSS peuvent être gérées et traitées efficacement. Le traitement vise à éliminer l'infection, à atténuer les symptômes, à prévenir les complications et à réduire le risque de transmission à d'autres personnes.

IL EST IMPORTANT D'ÉVITER (DE S'ABSTENIR) D'ACTIVITÉ SEXUELLE PENDANT LE TRAITEMENT POUR ÉVITER DE PROPAGER L'INFECTION ET D'INFORMER LES PARTENAIRES SEXUELS QU'ILS DOIVENT SUBIR UN DÉPISTAGE ET ÊTRE TRAITÉS POUR ÉVITER DE CONTRACTER L'INFECTION À NOUVEAU.

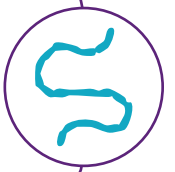
Les **ITSS bactériennes,** comme la chlamydia, la gonorrhée et la syphilis, sont traitées avec des antibiotiques.



Les **parasites et les ITSS fongiques**, comme la trichomonase, les poux pubiens (crabes) et la gale, peuvent être traités avec des médicaments (certains sur ordonnance), des crèmes et un nettoyage complet des effets personnels.



Les **ITSS virales,** comme le virus de l'herpès simplex (VHS), le virus du papillome humain (VPH), le virus de l'immunodéficience humaine (VIH), les hépatites B et C ne peuvent pas être guéries, mais elles peuvent être gérées au moyen de médicaments (antiviraux, antirétroviraux), de crèmes ou de l'ablation chirurgicale des verrues.



Complications des ITSS

Si elles ne sont pas traitées, ces infections peuvent entraîner des complications liées à la santé comme l'infertilité, la perte de grossesse, des complications à la naissance et des douleurs constantes (chroniques). Si l'exposition au VIH se produit alors qu'une autre ITSS est présente et non traitée, le risque de contracter le VIH augmente. Certaines souches à risque élevé de VPH peuvent entraîner des cancers. Un dépistage régulier et un traitement précoce aident à prévenir les complications.

Prévention des ITSS

Les ITSS sont courantes, mais aussi évitables. Le dépistage régulier, l'utilisation systématique de préservatifs, les vaccins et les médicaments figurent parmi les outils disponibles pour réduire les risques et prévenir la transmission.

Les PRÉSERVATIFS faits de latex ou de polyuréthane sont recommandés pour la protection contre les ITSS. Les préservatifs en peau d'agneau utilisés pour prévenir la grossesse ne sont PAS recommandés pour la protection contre les ITSS, car les pores du cuir sont suffisamment larges pour laisser passer les ITSS. Des lubrifiants à base d'eau peuvent être utilisés avec les préservatifs, mais les lubrifiants à base d'huile comme la gelée de pétrole ou l'huile pour bébé doivent être évités parce qu'ils affaiblissent le latex. Les condoms doivent être entreposés dans un endroit sûr entre 0 et 38 degrés Celsius pour éviter qu'ils soient endommagés, et non dans un portefeuille. Préparez-vous en rangeant plusieurs préservatifs au cas où l'un d'eux serait endommagé ou périmé, et en le changeant avant chaque nouvel acte sexuel.

Vaccins

Les vaccins contre **le virus du papillome humain (VPH)** offrent une protection contre au plus 9 types de VPH qui peuvent entraîner des cancers et des verrues. Le vaccin est recommandé pour toutes les personnes âgées de 9 à 45 ans. Discutez avec votre fournisseur de soins de santé si vous avez plus de 45 ans et que vous avez des facteurs de risque.



Les vaccins contre **l'hépatite A et l'hépatite B** sont administrés en une série de trois doses réparties sur plusieurs mois et offrent souvent une protection à vie contre ces virus. Ils peuvent aussi être administrés selon un calendrier accéléré sur 21 jours, suivi d'un rappel à 12 mois, pour un total de quatre doses. Communiquez avec votre clinique de vaccination pour obtenir de plus amples renseignements.

Les vaccins contre **la méningite** offrent une protection contre les bactéries qui causent l'inflammation de la fine couche protectrice (membrane) du cerveau et de la moelle épinière. Les personnes vivant dans des quartiers rapprochés comme des dortoirs militaires sont plus à risque parce qu'elles se propagent par des gouttelettes respiratoires et des fluides corporels, ce qui comprend les contacts sexuels. La méningite bactérienne progresse rapidement (en quelques heures) et affiche un taux de mortalité de 10 %. Les personnes infectées par une méningite bactérienne ont besoin d'un traitement immédiat avec des antibiotiques, et parmi les survivants, 20 %

peuvent tout de même avoir de graves complications de santé. Il existe plusieurs vaccins qui offrent une protection durant l'enfance et à la fin de l'âge adulte. Discutez avec votre clinique de vaccination de votre niveau actuel de protection et de vos facteurs de risque.

La vaccination contre **la Mpox** (anciennement appelée variole simienne) est administrée en deux doses, à 28 jours d'intervalle et est offerte aux personnes présentant des facteurs de risque élevés. Le virus du Mpox appartient à la même famille virale que la variole. Il se propage par les gouttelettes respiratoires et le contact direct et entraîne habituellement une éruption cutanée douloureuse, une hypertrophie des ganglions lymphatiques et de la fièvre. Les personnes atteintes du Mpox peuvent devenir très malades et, bien que la plupart se rétablissent, certaines subissent des complications à long terme.

Médicaments

La **prophylaxie préexposition au VIH** (PPrE) est un médicament quotidien (antirétroviral) pris par des personnes qui n'ont pas le VIH, mais qui présentent un risque élevé de contracter le VIH. Lorsqu'elle est prise selon les directives, elle peut réduire le risque de contracter le VIH de plus de 90 % pour les expositions sexuelles ou de 70 % pour les expositions par aiguille. Elle est très utile pour les personnes dont le partenaire sexuel est séropositif (charge virale détectable), ou pour les personnes qui adoptent des comportements sexuels à haut risque. La PPrE est disponible sur ordonnance et nécessite un dépistage complet des ITSS avant le début de la prise des médicaments et tous les trois mois pendant la prise du médicament. Avant d'arrêter la PPrE, discutez avec votre fournisseur de soins de santé pour déterminer la date de votre dernière exposition possible et les facteurs de risque présents.

La **prophylaxie post-exposition** (PPE) est un médicament quotidien de courte durée (antirétroviral) pris par des personnes qui n'ont pas le VIH, mais qui présentent un risque élevé de contracter le VIH après une exposition potentielle. La prise de la PPE doit commencer dans les 72 heures suivant l'exposition potentielle et se poursuivre pendant quatre semaines (28 jours). Lorsqu'elle est prise selon les directives, la PPE peut réduire le risque de contracter le VIH de plus de 80 %. La PPE est souvent prescrite après une exposition professionnelle, comme une blessure par piqûre d'aiguille, ou après des rapports sexuels non protégés avec un partenaire dont la séropositivité est inconnue. Les médicaments utilisés pour la PPE peuvent également comprendre des antibiotiques (comme la doxycycline) pour empêcher la personne exposée de contracter d'autres ITSS.

Le virus de l'herpès simplex (VHS) est courant, et on estime qu'un Canadien sur sept est porteur du virus, souvent sans le savoir. L'utilisation de médicaments (antiviraux) pour le VHS permet non seulement de gérer les symptômes, mais aussi de réduire

la transmission. La prise quotidienne de médicaments antiviraux dans le cadre d'un traitement suppressif peut réduire la quantité de virus présente dans l'organisme, ce qui diminue la probabilité de transmettre le virus à d'autres personnes.

Les médicaments antiviraux doivent être pris dès que les symptômes commencent (dans les 72 heures). Les éclosions commencent généralement par une sensation de picotement ou de brûlure sur la peau ou les muqueuses (comme la bouche ou l'aine), suivie par l'apparition de cloques douloureuses qui forment généralement une croûte et guérissent en deux semaines. Dans certains cas, des complications graves peuvent survenir.

Pour ceux qui connaissent des épisodes récurrents, il est recommandé de garder une réserve de médicaments (comme le valacyclovir, famciclovir, acyclovir) à la maison pour une utilisation rapide. Il s'agit de médicaments sur ordonnance. Il est donc important de consulter votre fournisseur de soins de santé avant qu'un épisode se produise.

Pour les personnes qui subissent des éclosions graves six fois ou plus par année, un traitement suppresseur peut être envisagé. Il consiste à prendre quotidiennement des médicaments antiviraux comme traitement à long terme. Bien que cette approche n'empêche pas complètement les récidives, elle réduit considérablement la fréquence et la gravité des épisodes.

Infections transmissibles sexuellement et par le sang courantes

NOM	MODE DE TRANSMISSION	SYMPTÔMES	COMPLICATIONS POSSIBLES	MÉTHODE DE DÉPISTAGE
Méningite bactérienne (Infection à Neisseria Meningitidis)	Contact étroit avec des gouttelettes respiratoires ou de gorge provenant d'une personne infectée (baisers, toux, contacts sexuels)	• Apparition soudaine de fièvre • Maux de tête • Raideur au cou • Nausées • Vomissements • Gêne à la lumière • Confusion • Éruption cutanée (dans les cas de septicémie)	• Inflammation de la membrane du cerveau et de la moelle épinière (méningite) • Septicémie • Dommages permanents au système nerveux • Décès	• Rachicentèse/ ponction lombaire • Analyse sanguine

NOM	MODE DE TRANSMISSION	SYMPTÔMES	COMPLICATIONS POSSIBLES	MÉTHODE DE DÉPISTAGE
Chlamydiose	• Contact sexuel : - Voie vaginale - Voie anale - Voie orale • Accouchement (du parent infecté à l'enfant)	• Aucun symptôme (fréquent) • Miction douloureuse • Écoulement génital anormal : - Incolore - Trouble • Douleur pendant les rapports sexuels • Douleur testiculaire • Douleur pelvienne	• Maladie inflammatoire pelvienne • Infertilité • Grossesse à risque et perte de grossesse (ectopique) • Inflammation des testicules • Risque accru d'infection par le VIH	• Écouvillonnage: - col de l'utérus • Analyse d'urine
Herpès génital (Herpès) (Virus de l'herpès simplex)	• Contact sexuel : - Voie vaginale - Voie anale - Voie orale • Contact direct avec les zones infectées • Accouchement (du parent infecté à l'enfant)	• Symptômes de type grippal (fièvre, courbatures) • Démangeaisons ou sensation de brûlure dans la région génitale ou anale • Cloques ou plaies douloureuses sur la région génitale ou anale	• Plaies douloureuses récurrentes • Infection grave chez les nouveau-nés (herpès néonatal) • Risque accru d'infection par le VIH	• Écouvillonnage de plaies/cloques. • Analyse sanguine

NOM	MODE DE TRANSMISSION	SYMPTÔMES	COMPLICATIONS POSSIBLES	MÉTHODE DE DÉPISTAGE
Verrues génitales (Virus du papillome humain) (VPH)	• Contact sexuel : - Voie vaginale - Voie anale - Voie orale • Contact direct avec les zones infectées	• Petites enflures de couleur chair ou grises dans la région génitale. • Démangeaisons ou inconfort	• Une infection persistante par des souches à risque élevé du VPH peut entraîner le cancer des régions suivantes : - col de l'utérus - anus - pénis - gorge • Inconfort ou douleur causée par les verrues	• Inspection visuelle des verrues • Écouvillonnage : - col de l'utérus - pénis

NOM	MODE DE TRANSMISSION	SYMPTÔMES	COMPLICATIONS POSSIBLES	MÉTHODE DE DÉPISTAGE
Gonorrhée	• Contact sexuel : - Voie vaginale - Voie anale - Voie orale • Accouchement (du parent infecté à l'enfant)	• Aucun symptôme (fréquent) • Miction douloureuse • Écoulement génital anormal : - jaune - vert • Douleur ou enflure dans un testicule • Douleur pelvienne • Saignement entre les menstruations	• Maladie inflammatoire pelvienne • Infertilité • Grossesse à risque et perte de grossesse (ectopique) • Inflammation des testicules • L'infection se propage dans tout le corps : - douleurs articulaires - éruption cutanée • Risque accru d'infection par le VIH	• Écouvillonnage : - col de l'utérus - gorge - rectum • Analyse d'urine
Hépatite A (Hép A)	• Aliments ou eau contaminés (voie fécale-orale) • Contact oral-anal	• Fatigue • Nausées • Douleur abdominale • Jaunissement de la peau ou des yeux (jaunisse)	• Insuffisance hépatique soudaine (aiguë) • Insuffisance hépatique à long terme (chronique)	Analyse sanguine

NOM	MODE DE TRANSMISSION	SYMPTÔMES	COMPLICATIONS POSSIBLES	MÉTHODE DE DÉPISTAGE
Hépatite B (Hép B)	• Contact sexuel • Partage d'aiguilles ou de seringues • Accouchement (du parent infecté à l'enfant) • Transfusions sanguines (rares)	• Fatigue • Jaunissement de la peau ou des yeux (jaunisse) • Douleurs articulaires • Une infection à long terme (chronique) peut entraîner des lésions hépatiques.	• Hépatite B à long terme (chronique) • Cicatrices hépatiques (cirrhose) • Cancer du foie	Analyse sanguine
Hépatite C (Hép C)	• Partage d'aiguilles ou de seringues • Transfusions sanguines (rares) • Contact sexuel • Accouchement (du parent infecté à l'enfant) (rare)	Aucun symptôme (fréquent)	• Hépatite C (chronique) à long terme • Cicatrices hépatiques (cirrhose) • Cancer du foie	Analyse sanguine

NOM	MODE DE TRANSMISSION	SYMPTÔMES	COMPLICATIONS POSSIBLES	MÉTHODE DE DÉPISTAGE
Virus de l'immunodéficience humaine (VIH)	• Contact sexuel : - Voie vaginale - Voie anale - Voie orale • Partage d'aiguilles ou de seringues • Transfusions sanguines (rares) • Accouchement (du parent infecté à l'enfant) • Allaitement (du parent infecté à l'enfant)	• Stade initial : Symptômes de type grippal (fièvre, mal de gorge, fatigue) • Stade latent (VIH chronique) : aucun symptôme ou symptômes légers	• Progression vers le Sida • Autres infections (tuberculose, pneumonie) • Certains cancers (sarcome de Kaposi, lymphome) • Atteinte grave au système immunitaire	• Analyse sanguine • Écouvillonnage buccal
Mpox	• Contact étroit avec des animaux ou des humains infectés • Gouttelettes respiratoires • Contact avec des fluides corporels ou des lésions	• Fièvre • Maux de tête • Douleurs musculaires • Ganglions lymphatiques enflés • Éruption cutanée, qui commence sur le visage et se répand	• Infections bactériennes • Détresse respiratoire • Encéphalite • Décès (rare)	• Écouvillonnage de la lésion • Analyse sanguine

NOM	MODE DE TRANSMISSION	SYMPTÔMES	COMPLICATIONS POSSIBLES	MÉTHODE DE DÉPISTAGE
Mycoplasma genitalium (Mgen)	Contact sexuel : - Voie vaginale - Voie anale	• Aucun symptôme (fréquent) • Miction douloureuse • Pertes génitales • Saignement entre les menstruations • Maladie inflammatoire pelvienne	• Inflammation du canal qui transporte l'urine (urétrite) • Inflammation du col de l'utérus • Maladie inflammatoire pelvienne • Infertilité	• Écouvillonnage : - col de l'utérus - pénis • Analyse d'urine

NOM	MODE DE TRANSMISSION	SYMPTÔMES	COMPLICATIONS POSSIBLES	MÉTHODE DE DÉPISTAGE
Syphilis	• Contact sexuel : - Voie vaginale - Voie anale - Voie orale • Contact direct avec les plaies de syphilis • Accouchement (du parent infecté à l'enfant)	• Stade primaire : Plaies indolores au site de l'infection • Stade secondaire : Éruptions cutanées, lésions des membranes muqueuses • Phase de latence : Aucun symptôme. L'infection est présente, mais n'est pas actif une fois que les premiers stades des symptômes sont passés. Stade tertiaire : Problèmes médicaux graves touchant le cœur, le cerveau et d'autres organes	• Dommages au cœur, au cerveau et aux autres organes. • Dommages au système nerveux (neurosyphilis) • Cécité • Décès • Infection grave chez les nouveau-nés (syphilis congénitale)	• Analyse sanguine • Écouvillonnage d'une plaie

NOM	MODE DE TRANSMISSION	SYMPTÔMES	COMPLICATIONS POSSIBLES	MÉTHODE DE DÉPISTAGE
Trichomonase (Trich)	Contact sexuel : - Voie vaginale	• Aucun symptôme (fréquent) • Écoulement vaginal : - spumeux - jaune verdâtre - odeur forte • Démangeaisons ou irritation génitales • Douleur pendant la miction ou les rapports sexuels	• Risque accru d'infection par le VIH • Accouchement précoce • Nouveau-nés de faible poids à la naissance • Inflammation du canal qui transporte l'urine (urétrite) • Inflammation de la prostate (prostatite)	• Écouvillonnage : - col de l'utérus • Analyse d'urine
Virus Zika (Zika)	• Piqûres de moustiques (espèce Aedes) • Contact sexuel • Accouchement (du parent infecté à l'enfant)	• Aucun symptôme (fréquent) • Légère fièvre • Éruption cutanée • Douleurs articulaires • Conjonctivite (conjonctivite virale) • Anomalies congénitales (microcéphalie) si une infection survient pendant la grossesse	• Malformations congénitales (microcéphalie) chez les bébés nés d'un parent biologique infecté. • Syndrome de Guillain-Barré • Complications graves pendant la grossesse	• Analyse sanguine • Écouvillonnage buccal • Analyse d'urine

SANTÉ DES FEMMES ET DE LA DIVERSITÉ

WOMEN AND DIVERSITY HEALTH