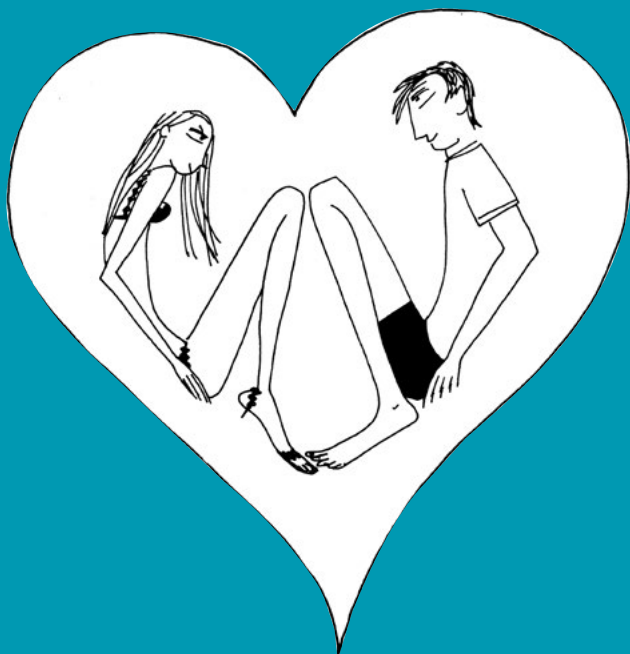


# Le Livre des Infections Sexuellement Transmissibles





# SOMMAIRE

- ▶ QU'EST-CE QU'UNE IST? p. 4
  - La gonococcie p. 6
  - L'infection à chlamydia p. 8
  - Les papillomavirus (HPV) p. 10
  - L'hépatite B p. 12
  - L'herpès génital p. 14
  - Les mycoplasmes et la trichomonase p. 16
  - La syphilis p. 17
  - Le VIH / sida p. 19
- ▶ SE PROTÉGER DES IST P. 23
- ▶ PRÉSERVATIF : MODE D'EMPLOI P. 24
  - Le préservatif masculin p. 24
  - Le préservatif féminin p. 26
- ▶ LE DÉPISTAGE DES IST P. 28
- ▶ LES CONSEILS P. 30
- ▶ OÙ S'INFORMER ?  
OÙ SE FAIRE DÉPISTER ? P. 32



# QU'EST-CE QU'UNE IST?

**C'**est une Infection Sexuellement Transmissible. Cela veut dire qu'elle se transmet principalement lors de relations sexuelles : rapport anal, vaginal ou oro-génital.

Il existe plusieurs infections sexuellement transmissibles.

**La plupart d'entre elles se soignent facilement mais, si elles ne sont pas traitées, elles peuvent entraîner de graves complications.**

C'est pourquoi il est important de se protéger lors des rapports sexuels, de se faire dépister et de les traiter si besoin.



# La gonococcie

ou « chaude-pisse »

- **Signes possibles :** souvent sans aucun signe. Brûlures et/ou écoulement jaune par la verge, le vagin ou l'anus, fièvre, douleur au bas-ventre, voire angine.
- **Apparition des signes :** 2 à 7 jours après la contamination.
- **Diagnostic :** par prélèvement local
  - pour les femmes, ce prélèvement réalisé à l'entrée du vagin peut être effectué soit par le professionnel, soit par la patiente elle-même.
  - pour les hommes, une analyse d'urine peut suffire.

- **Complications si non traitée :** risque d'infection des articulations, de stérilité surtout chez la femme.
- **Traitement :** antibiotiques parfois associés à un traitement local (crèmes, ovules). Les partenaires sexuels doivent être traités en même temps pour éviter de se réinfecter.

Pas de vaccin

# L'infection à chlamydia

- **Signes possibles :** le plus souvent aucun signe sinon brûlures, écoulement par la verge, l'anus ou le vagin, fièvre, douleur au bas-ventre, voire angine.
- **Apparition des signes :**  
1 à 2 semaines après la contamination.
- **Diagnostic :**  
par un prélèvement local
  - pour les femmes, ce prélèvement réalisé à l'entrée du vagin peut être effectué soit par le professionnel, soit par la patiente elle même ;
  - pour les hommes, une analyse d'urine suffit.



- **Complications graves si non traitée** : risques de stérilité, de grossesse extra-utérine, possible atteinte du nouveau-né lors de l'accouchement si la mère est infectée.
- **Traitement** : antibiotiques.

Pas de vaccin

# Les papillomavirus (HPV)

- **Signes possibles :** petites verrues (condylomes) sur les organes génitaux ou l'anus.
- **Apparition des signes :**  
1 à 8 semaines après la contamination.
- **Diagnostic :**  
par un examen médical
  - chez la femme, examen médical ou suite à un frottis du col de l'utérus ;
  - chez l'homme, par examen médical si des condylomes (verrues) sont visibles.
- **Complications graves si non traitée :**  
risques de cancer du col de l'utérus et/ou de l'anus pour certains papillomavirus.

- **Traitement** : traitement local des verrues (crème, chirurgie, laser, cryothérapie , etc.).

Possibilité de se faire vacciner :

Le vaccin est recommandé chez les jeunes filles entre 11 et 14 ans. Une vaccination plus tardive est possible avant le début de la vie sexuelle.

Le vaccin ne protège pas contre tous les papillomavirus.

C'est pourquoi le dépistage reste indispensable à partir de l'âge de 25 ans.

Le vaccin est également recommandé pour les hommes de moins de 27 ans ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes.

Parlez-en avec un médecin.

# L'hépatite B

- **Signes possibles :** fatigue, douleurs musculaires et articulaires, fièvre, maux de tête, nausées, diarrhées, urines plus foncées, teint jaune.
- **Apparition des signes :** 2 à 8 semaines après la contamination.
- **Diagnostic :** par prise de sang.
- **Complications graves si non traitée :** risques de cirrhose et de cancer du foie, atteinte du nouveau-né si la mère est infectée et non traitée.
- **Traitement :** on peut guérir sans traitement, mais on peut aussi devenir porteur à vie. Un suivi médical est indispensable.

Possibilité de se faire vacciner :  
une vaccination très efficace existe  
et protège toute la vie.  
Parlez-en avec un médecin.



# L'herpès génital

- **Signes possibles :** en période de crise, l'herpès se manifeste par des petits boutons douloureux en forme de bulles (cloques) sur les organes génitaux, l'anus ou la bouche, démangeaisons qui peuvent s'accompagner de fièvre, de maux de tête, de ventre et de douleurs quand on urine.
- **Apparition des signes :** 1 semaine ou plus après la contamination.
- **Diagnostic :** par un examen médical.
- **Complications graves si non traité :** atteinte du nouveau-né au moment de l'accouchement, si la mère est infectée.

- **Traitement** : il existe des médicaments disponibles sur ordonnance qui permettent de combattre la douleur et de diminuer l'intensité et la durée de la crise d'herpès. Mais ces traitements n'éliminent pas le virus, des crises peuvent donc réapparaître.

**Pas de vaccin**

# Les mycoplasmes et la trichomonase

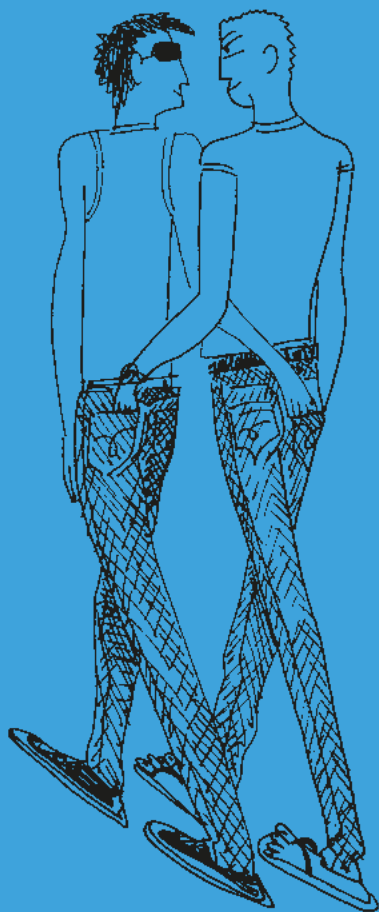
- **Signes possibles:** écoulement par la verge, l'anus ou le vagin, brûlures, démangeaisons.
- **Apparition des signes:** à partir de 1 semaine après la contamination.
- **Diagnostic:** par prélèvement local.
- **Traitement:** antibiotiques associés à un traitement local (crèmes, ovules). Les partenaires sexuels doivent être traités en même temps pour éviter de se réinfecter.



# La syphilis

- **Signes possibles :** chancre (petite plaie indolore), boutons ou petites plaques rouges sans démangeaisons sur la peau et les muqueuses.
- **Apparition des signes :** 2 à 4 semaines après la contamination.
- **Diagnostic :** par examen médical et prise de sang.
- **Complications graves si non traitée :** atteinte du cerveau, des nerfs, du cœur, des artères et des yeux, atteinte du nouveau-né si la mère est infectée.
- **Traitement :** antibiotiques par piqure ou par comprimés.

Pas de vaccin



# L'infection à VIH / sida

- **Signes possibles :** à partir de 15 jours après la contamination : fièvre, éruption cutanée, fatigue, diarrhée, puis ces signes disparaissent. Quelques mois à quelques années après la contamination, après une longue phase sans signe apparent, des symptômes réapparaissent (ils témoignent de l'affaiblissement immunitaire).
- **Diagnostic :** par prise de sang uniquement. Un dépistage est possible à l'aide d'un Test Rapide d'Orientation Diagnostique (TROD) ou un autotest vendu en pharmacie.
- **Complications graves :** évolution possible vers le sida ; atteinte du nouveau-né si la mère est infectée et non traitée.

- **Traitement :** à ce jour, aucun traitement n'élimine le VIH. On ne peut donc pas en guérir. Mais on peut bloquer l'évolution de l'infection en associant plusieurs médicaments. Aujourd'hui les traitements du VIH sont à vie. S'ils sont bien suivis, ils permettent aux personnes séropositives de ne pas transmettre le virus, de mener une vie presque normal, de travailler, d'avoir une vie amoureuse, des projets, des enfants.
- **VIH et autres IST :** les autres IST fragilisent les muqueuses ; elles augmentent donc le risque de contamination par le virus du sida (VIH).

En cas de rapport non ou mal protégé, il existe un traitement d'urgence pour se protéger du VIH/sida, appelé traitement post-exposition. Il dure 4 semaines et réduit considérablement le risque de contamination.



stop 48 h

Pour en bénéficier, il faut se rendre dans les 4 heures et au plus tard dans les 48 heures au service des urgences le plus proche, si possible avec votre partenaire.

Un médecin évaluera le risque pris et l'intérêt de prescrire le traitement. Ce traitement peut provoquer des effets secondaires et n'élimine pas totalement le risque de contamination. Pour savoir quoi faire et s'il est utile de se rendre aux urgences, appeler immédiatement Sida info service au **0 800 840 800** (24h/24, 7j/7, service et appel anonymes et gratuit).

**Pas de vaccin**



# SE PROTÉGER DES IST

**Le meilleur moyen de se protéger du VIH et des autres IST est d'utiliser un préservatif avec un gel lubrifiant pour toute pénétration vaginale et anale.**

Si le risque de transmission du VIH par rapports oro-génitaux (fellation, cunnilingus) est faible, il est important pour d'autres IST (chlamydia, syphilis, etc.).

Pour certaines IST (hépatite B, Papillomavirus), il est important de se faire vacciner. Parlez-en avec un médecin.

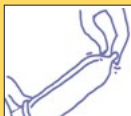
## **Attention**

prendre une contraception (pilule, anneau, implant...)  
ne protège pas des IST.

# PRÉSERVATIF : MODE D'EMPLOI

Mettre un préservatif est un geste simple, mais quand c'est la première fois, on peut être un peu nerveux-se alors il ne faut pas hésiter à s'entraîner.

## Le préservatif masculin



Avant toute pénétration (ou fellation), **dérouler** le préservatif sur le pénis en érection. **Pincer** l'extrémité afin de créer une petite poche qui recevra le sperme. **Après l'éjaculation, le retirer** immédiatement tout en le maintenant à la base. Jeter le préservatif à la poubelle.

**En complément du préservatif**, et même s'il est déjà lubrifié, **penser au gel lubrifiant**. Il peut être à base d'eau ou de silicone.





Il est important de l'utiliser avant et pendant le rapport, surtout en cas de pénétration anale. Attention, les corps gras (beurre, huile, crème solaire, vaseline...) ne doivent pas être utilisés pour lubrifier car ils rendent les préservatifs plus fragiles.

On peut très facilement se procurer des préservatifs masculins en **pharmacie**, sur **internet**, mais aussi dans les **cafés-tabac**, les **stations-service**, **grandes surfaces** ou encore les **distributeurs automatiques**.

Certains préservatifs sont remboursés sur prescription d'un médecin. Il est également possible de s'en procurer **gratuitement** dans les Centres de Planification et d'Éducation Familiale (CPEF), dans les CeGIDD (Centres Gratuits d'Information, de Dépistage et de Diagnostic) et dans les associations de lutte contre le VIH.

# Le préservatif féminin



Le préservatif féminin peut être placé dans le vagin longtemps avant le rapport ou juste avant la pénétration. Il peut être en latex ou en polyuréthane (à utiliser en cas d'allergie au latex).

Après le rapport, pour éviter une contamination, le retirer en respectant les instructions du mode d'emploi. Jeter le préservatif à la poubelle.

**On trouve des préservatifs féminins dans les pharmacies et sur internet.** Leur coût est autour de 8 € la boîte de 3 en pharmacie\* mais il est possible d'en obtenir gratuitement dans les CPEF (Centres de Planification et d'Éducation Familiale), dans les CeGIDD (Centres Gratuits d'Information, de Dépistage et de Diagnostic) et dans les associations de lutte contre le VIH.

\* Prix public indicatif

### **Petits conseils d'utilisation :**

- Vérifier la date de péremption.
- Vérifier la présence de la norme CE sur l'emballage.
- Ne pas ouvrir l'emballage avec les dents ou des ciseaux. Faire attention aux ongles.
- Ne jamais mettre deux préservatifs en même temps.
- Conserver les préservatifs à l'abri de la chaleur et de l'humidité.



# LE DÉPISTAGE DES IST

Les IST se transmettent très facilement. Il n'y a pas toujours de signes visibles. En cas de doute, en cas de rapport non protégé, ou si vous souhaitez arrêter le préservatif avec votre partenaire, il est important de faire un dépistage.

**Connaître son statut c'est la meilleure manière de pouvoir être soigné-e rapidement et efficacement, et d'éviter de transmettre une IST à d'autres personnes.**

Pour effectuer un dépistage, consultez un médecin ou demandez conseil à un pharmacien.

Vous pouvez aussi vous rendre dans :

- **un CeGIDD** (Centre Gratuit d'Information, de Dépistage et de Diagnostic)
- **un CPEF** (Centre de Planification et d'Éducation Familiale)

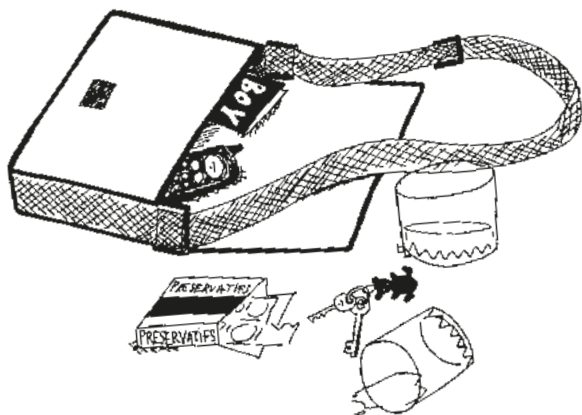
Pour toute information et pour connaître les coordonnées du centre le plus proche de chez vous, appelez

**Sida Info Service au 0 800 840 800**  
**(24h/24, 7j/7, service et appel anonymes et gratuits)**  
ou rendez-vous sur [sida-info-service.org](http://sida-info-service.org)

# LES CONSEILS

- Une IST ne guérit pas seule,  
il est important de se faire soigner.

Il existe des traitements efficaces contre les IST qui évitent de les transmettre et stoppent leur évolution. Négligées, les IST peuvent provoquer des complications difficiles à traiter et entraîner des séquelles.



- **Ne vous soignez pas tout seul-e.**  
N'utilisez pas de pommade, de désinfectant ou d'antibiotiques sans avis médical.
- **Pour qu'il soit efficace, suivez le traitement jusqu'au bout et respectez les doses prescrites.**  
Pendant le traitement, utilisez toujours un préservatif avec votre partenaire.
- **Prévenez votre ou vos partenaires.**  
Ils pourront ainsi également faire un dépistage et prendre, le cas échéant, un traitement.

# Où s'informer ? Où se faire dépister ?

[www.info-ist.fr](http://www.info-ist.fr)  
[www.sida-info-service.org](http://www.sida-info-service.org)

## Lignes d'information et d'écoute

### › Sida Info Service :

**0 800 840 800**

(24h/24, 7j/7, service et appel  
anonymes et gratuits)

### › Hépatites Info Service :

**0 800 845 800**

(8h/23h, 7j/7, service et appel  
anonymes et gratuits)

