



Sexualité

IST

**Comment
se
protéger ?**

Prévention

Les IST c'est quoi ?



En France, depuis plusieurs années, le nombre d'Infections Sexuellement Transmissibles (IST) augmente. Parallèlement, la prévention diminue. Seulement **43%** des adolescents ont une vaccination complète contre l'hépatite B.

Pourtant, la prévention est la meilleure protection contre ces maladies.

→ Comprendre les IST

Les IST regroupent plusieurs maladies qui se transmettent à l'occasion d'une relation sexuelle. Elles touchent les femmes et les hommes qui ne se protègent pas, quelles que soient leurs pratiques sexuelles.

Elles peuvent causer les symptômes suivants :

- Des démangeaisons ou des sensations de brûlure ciblées autour du sexe ou de l'anus
- De la fièvre et de la fatigue
- Des écoulements inhabituels par le pénis, le vagin ou l'anus.

Les IST ne provoquent pas toujours de symptômes. Elles passent souvent inaperçues pendant longtemps.

→ Comment se transmettent les IST ?

Il est possible d'être contaminé lors de rapports sexuels non protégés à l'occasion de :

- Pénétration vaginale ou anale
- Rapports bouche-sexe ou bouche-anus
- Echange d'objets sexuels

Les IST se transmettent aussi par un contact avec du sang infecté, par l'échange de seringues usagées, par le contact avec un bouton (par exemple d'herpès). Elles peuvent aussi être transmises de la mère à l'enfant notamment lors de l'accouchement (herpès génital, syphilis, hépatite B).

Le sida : Quoi de neuf ?

Le VIH et le sida : c'est quoi ?

Le VIH est un virus qui détruit les cellules qui défendent l'organisme contre les microbes. En l'absence de traitement, l'infection atteint une phase où le système immunitaire, très affaibli, ne défend plus l'organisme : c'est le sida.

Où en est la recherche ?

S'ils sont pris correctement, les traitements permettent de contrer le virus et de vivre presque normalement pendant des années.

Le traitement post exposition

Entre 4h et 48h après un rapport à risque, il est possible de se rendre dans un hôpital ou dans un centre spécialisé pour bénéficier, si besoin, d'un traitement permettant d'éviter l'infection.

La Prep (prophylaxie pré-exposition) : une nouvelle arme contre le VIH

Des études sont réalisées pour mettre en place un traitement préventif avec des médicaments antirétroviraux pour les personnes à risque empêchant le virus de s'implanter. En France, ces médicaments sont encore à l'étude. Actuellement aucun traitement ne prévient totalement le VIH. Il reste indispensable d'utiliser un préservatif et de se faire dépister.



LE SAVIEZ-VOUS

Le **TROD (Test Rapide d'Orientation Diagnostic)** permet de dépister rapidement le VIH avec une simple goutte de sang prélevée au bout du doigt. Il est fiable 3 mois après le risque d'infection. Vous pouvez vous faire dépister dans des associations de lutte contre le sida.

Que faire après l'annonce de sa séropositivité ?

C'est un cap difficile à passer et une modification profonde de votre vie. Si vous en ressentez le besoin, vous pouvez faire appel à un psychologue, à des associations ou contacter sida info service (0 800 840 800) afin d'être soutenu psychologiquement et de partager vos doutes, inquiétudes, parcours et questions. Choisissez le médecin qui vous suivra afin d'avoir un spécialiste pour répondre à toutes vos questions.

→ Les principales IST



	Premiers symptômes	Protection	Traitement
Les mycoses	Démangeaisons, rougeurs, brûlures, douleurs et irritations au niveau des parties génitales, écoulement épais et malodorant et brûlures en urinant	<ul style="list-style-type: none"> • Préservatifs 	<ul style="list-style-type: none"> • Médicaments appropriés • Crèmes adaptées aux parties génitales
La chlamydia	Souvent inexistantes mais parfois : écoulements anormaux du vagin, du pénis ou de l'anus, sensation de brûlure en urinant, douleurs ...	<ul style="list-style-type: none"> • Préservatifs • Carré de latex 	<ul style="list-style-type: none"> • Antibiotiques
L'herpès génital	Démangeaisons, picotements, brûlures en urinant, rougeurs, boutons...	<ul style="list-style-type: none"> • Abstinence pendant la phase contagieuse • Préservatifs • Aucun contact direct avec les lésions cutanées 	<ul style="list-style-type: none"> • Aucun traitement définitif • Médicaments diminuant les symptômes et les récurrences
La syphilis en 3 stades	<p>Stade 1 : apparition d'une plaie non douloureuse sur la peau ou les muqueuses</p> <p>Stade 2 : (jusqu'à 6 mois) boutons et lésions sur la peau ou les muqueuses</p> <p>Stade 3 : (10 à 15 ans) problèmes au cœur, au cerveau. (En France, ce stade a presque disparu)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aucun contact avec les muqueuses, les lésions ou le sang d'une personne infectée • Préservatifs • Carré de latex 	<ul style="list-style-type: none"> • Antibiotiques aux stades 1 et 2

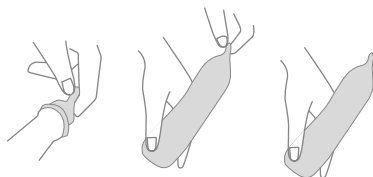
	Premiers symptômes	Protection	Traitement
La gonorrhée	Pertes vaginales, écoulements anormaux du pénis ou de l'anus, douleurs ou saignements aux organes génitaux ou à l'anus, sensation de brûlure en urinant, phlegmons dans la gorge suite à des rapports oraux	<ul style="list-style-type: none"> • Préservatifs • Carré de latex 	<ul style="list-style-type: none"> • Médicaments appropriés • Crèmes adaptées aux parties génitales
Le papillomavirus	Souvent inexistantes mais parfois : apparition de plaies ou de verrues sur le sexe, sur l'anus ou dans la bouche. Des formes de cette infection peuvent être responsables de certains cancers	<ul style="list-style-type: none"> • Aucun contact avec les plaies ou verrues • Préservatifs 	<ul style="list-style-type: none"> • Antibiotiques • Vaccin préventif contre certaines formes de papillomavirus
L'hépatite B	Aucun symptôme spécifique : peut ressembler à une grippe. Dans 5 à 10 % des cas, elle devient chronique et peut provoquer des lésions graves du foie (cirrhose, cancer)	<ul style="list-style-type: none"> • Préservatifs • Vaccination • Ne pas utiliser du matériel usagé pour les tatouages, piercing ou injection de drogue 	<ul style="list-style-type: none"> • Aucun traitement définitif • Médicaments permettant de diminuer les symptômes et les récives
Le VIH et le Sida	Aucun symptôme spécifique : peut ressembler à une grippe. Au stade du Sida, des maladies graves se développent et peuvent entraîner la mort	<ul style="list-style-type: none"> • Préservatifs • Carré de latex 	<ul style="list-style-type: none"> • Aucun traitement définitif • Traitement Post Exposition (TPE) diminuant les risques d'implantation du virus • Traitements permettant de freiner le développement de la maladie et de prolonger la vie

Se protéger

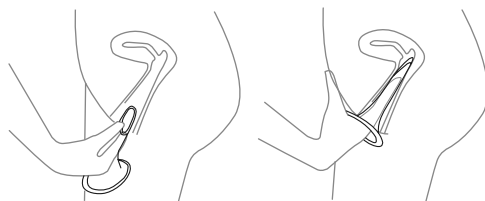


→ Les préservatifs

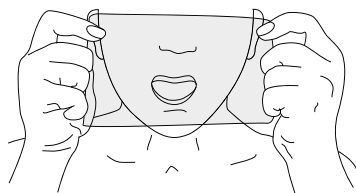
Le préservatif masculin



Le préservatif féminin



→ Le carré de latex



Le carré de latex permet de créer une barrière entre la bouche et le sexe ou l'anus du/de la partenaire.

→ Les risques professionnels et leur prévention

Certains métiers (policiers, sapeurs pompiers, professionnels de santé...) sont en contact avec des objets qui peuvent les contaminer. Respectez les mesures de précaution qui vous ont été données et équipez-vous (gants, protection des yeux et de la bouche...).

En cas de piqûre ou de coupure :

1. Rincez profondément la zone de la lésion avec de l'eau et, si possible, nettoyez-la avec du savon
2. Rincez-vous les yeux, le nez et la bouche avec de l'eau
3. Si vous avez un doute, alertez immédiatement votre service de médecine préventive ou votre médecin traitant.

Se faire dépister



→ Comment se faire dépister ?

Un examen médical chez votre médecin ou votre gynécologue permet de détecter les mycoses, la syphilis et la gonorrhée. Il peut être nécessaire de faire un frottis (vagin, col de l'utérus, pénis, lésions cutanées) pour certaines maladies notamment pour la chlamydia et le papillomavirus.

Une prise de sang est impérative pour détecter l'herpès génital, l'hépatite B et le VIH.

→ Que faire en cas de suspicion d'IST ?

Si vous ressentez des symptômes ou si vous avez eu une conduite à risque, prenez rendez-vous :

- Chez votre médecin traitant
- Chez votre gynécologue
- Dans un centre de planning familial
- Dans un centre de dépistage anonyme et gratuit (pour le VIH et l'hépatite B)
- Si vous avez eu une relation à risque, allez à l'hôpital (avant 48h) pour recevoir un traitement préventif pour empêcher l'infection par le VIH.

En cas de doute, utilisez des préservatifs lors de vos rapports sexuels jusqu'aux résultats de vos examens.



Marie, 32 ans

« Je n'avais pas de symptômes spécifiques mais j'étais suivie régulièrement par un gynécologue. Il y a un an, il m'a diagnostiqué une chlamydia. C'est parce que j'ai le réflexe de me faire suivre médicalement que j'ai pu être dépistée tôt et me soigner facilement. »

Les conseils



Faites vous suivre régulièrement par un gynécologue qui vous fera 1 frottis tous les 2 ans.



Si vous ressentez des symptômes, parlez-en à votre médecin traitant ou à votre gynécologue qui vous conseillera sur les dépistages à effectuer.



Vous protéger à toutes les étapes de la vie



En savoir

Le CRIPS : www.lecrips-idf.net

Pour trouver les adresses des centres de dépistage :
www.info-ist.fr/depistages

Planning familial : www.planning-familial.org

Association Flag ! : www.flagasso.com

Sida info service : <http://www.sida-info-service.org/>

Intériale : www.interiale.fr

Pour plus de plaisir, sortez couvert !

*Pour une vie sexuelle heureuse et sans risque,
protégez-vous !*

Pour plus d'informations

www.interiale.fr

www.flagasso.com

Groupe
Intériale
Union Mutualiste de Groupe
www.groupe-interiale.org



Intériale - Siège social : 32, rue Blanche - 75009 Paris. www.interiale.fr

Mutuelle soumise aux dispositions du livre II du Code de la Mutualité, numéro SIREN 775 685 365.