

**Le département de la Santé et de  
l'Hygiène de la ville de New York peut  
vous aider, vos partenaires et vous**



Michael R. Bloomberg  
Maire  
Thomas Farley, M.D., M.P.H.  
Commissaire

HPD1X25820 – 12.09 French



Il est déjà suffisamment difficile d'apprendre que vous êtes porteur/porteuse du VIH, d'obtenir des services et des soins médicaux. Il peut paraître insurmontable d'informer vos partenaires de votre infection à VIH. Le département de la Santé de la ville de New York peut vous aider à informer vos partenaires et vous orienter vers les services dont vous pourriez avoir besoin.

Cette brochure décrit de quelle façon le département de la Santé peut vous aider lorsque vous apprenez que vous êtes porteur/porteuse du VIH. Elle contient également des informations qui vous aideront à protéger vos partenaires (page 7), à mieux comprendre le VIH/sida et vivre avec la maladie (page 12), ainsi qu'à avoir des enfants en minimisant les risques de transmission du VIH (page 18). Enfin, vous y trouverez des conseils sur la façon d'obtenir des informations supplémentaires (page 21).

## V. Ressources

### Services de notification des partenaires

- Ligne d'appel du département de la Santé et de l'hygiène : **(212) 442-6577**
- Programme d'assistance à la notification des contacts (Contact Notification Assistance Program, CNAP) : **(212) 693-1419**

### Informations générales et documentation sur le VIH et liste des centres où passer un test de dépistage

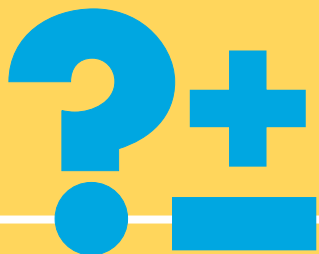
- Composez le 311

### Services d'hygiène mentale et de traitement de la toxicomanie

- **1-800-LIFENET** (1-800-543-3638), pour obtenir de l'aide sur la toxicomanie, la dépression et autres problèmes de santé mentale.

### Services aux personnes porteuses du VIH

- Annuaire HITE : **[www.hitesite.org](http://www.hitesite.org)**
- Annuaire Ryan White : **[www.ryanwhitenyc.org](http://www.ryanwhitenyc.org)**



## I. Assistance aux patients porteurs du VIH et à leurs partenaires

### 4. Est-ce que les risques de transmission du VIH à mon bébé sont différents si je prends mes médicaments contre le VIH ?

Oui, le risque de transmission du VIH à votre bébé n'est que de 1 sur 100 si vous prenez vos médicaments contre le VIH.

### 5. Comment protéger mon bébé du VIH ?

- Consultez régulièrement un médecin pour les soins prénataux (avant la naissance).
- Si vous envisagez une grossesse ou une fois que vous apprenez que vous êtes enceinte.
  - Prenez vos médicaments contre le VIH tous les jours.
  - N'allaitiez pas et consultez votre médecin au sujet du lait maternisé pour votre enfant.
  - Ne pré-mastiquez pas les aliments de votre bébé.
  - Donnez à votre bébé les médicaments qui lui ont été prescrits.

### 6. Que faire d'autre pour être sûre d'avoir un bébé en bonne santé ?

- Prenez vos vitamines prénatales.
- Faites de l'exercice et mangez sainement.
- Ne fumez pas et ne consommez pas d'alcool ni de drogue, et ne prenez que les médicaments qui vous ont été prescrits par votre médecin.

### 7. Quelles sont les questions à poser à votre médecin ?

Demandez-lui :

- Quand dois-je commencer à prendre mes médicaments contre le VIH ?
- Pendant combien de temps devrai-je prendre des médicaments contre le VIH ?
- Quelle est ma charge virale en VIH ?
- Est-ce que je dois accoucher par césarienne parce que je suis séropositive ?
- Quand mon bébé doit-il subir des tests de dépistage du VIH ?
- Quels types de tests allez-vous utiliser pour effectuer un dépistage du VIH chez mon bébé ?
- Quand pourrai-je savoir avec certitude si mon bébé est porteur du VIH ou non ?

### 1. De quelle façon le département de la Santé de la ville de New York peut-il vous venir en aide ?

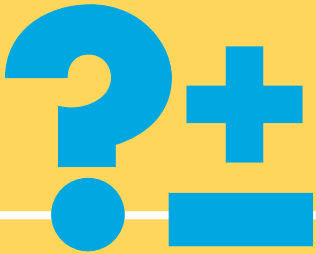
Si vous apprenez que vous êtes porteur/porteuse du VIH, le département de la Santé peut :

- vous orienter vers un médecin qui vous aidera à traiter votre infection à VIH, si vous n'avez pas encore de médecin attiré ;
- vous orienter vers les services sociaux qui vous aideront à obtenir une assurance santé, un hébergement, des conseils, un traitement médicamenteux, des services d'échange de seringues et plus encore ;
  - vous aider à sélectionner la meilleure solution pour informer vos partenaires que vous êtes porteur/porteuse du VIH et leur faire comprendre l'importance de connaître leur propre situation vis-à-vis du VIH ;
  - vous aider à faire en sorte que votre ou vos partenaires passent un test de dépistage du VIH.

Si vous avez besoin de faire appel à l'un de ces services, composez le numéro d'appel du Département de la Santé au : **(212) 442-6577**.

### 2. Où puis-je obtenir un traitement pour le VIH ?

- Dans la ville de New York, vous pouvez voir un médecin et obtenir des médicaments pour le traitement du VIH/sida, même si vous n'avez pas d'assurance maladie ou êtes un immigrant clandestin.
- Le département de la Santé peut vous aider à trouver un centre spécialisé dans les soins aux personnes porteuses du VIH/sida. Ces centres proposent un éventail de soins complets, avec des médecins, personnels infirmiers, travailleurs sociaux, nutritionnistes et spécialistes de la santé mentale qui travaillent ensemble. Vous trouverez une liste de ces centres spécialisés :
- en ligne, sur le site : <http://home2.nyc.gov/html/doh/downloads/pdf/csi/hivtestkit-hcp-aidscenters-guide.pdf>
- ou bien en appelant l'AIDS Institute (institut du sida) du département de la Santé de l'Etat de New York au **(518) 486-1383**



### 3. Qu'est-ce que la notification au partenaire ?

Ce service propose diverses solutions pour informer vos partenaires qu'ils ont eu des rapports sexuels ou partagé des seringues avec une personne porteuse du VIH et pour leur expliquer qu'ils doivent également effectuer un test de dépistage du VIH. Votre nom ne sera divulgué à aucun moment à votre partenaire ni à aucune autre personne.

### 4. Qui sont mes partenaires ?

Vos partenaires sont des personnes avec lesquelles vous avez :

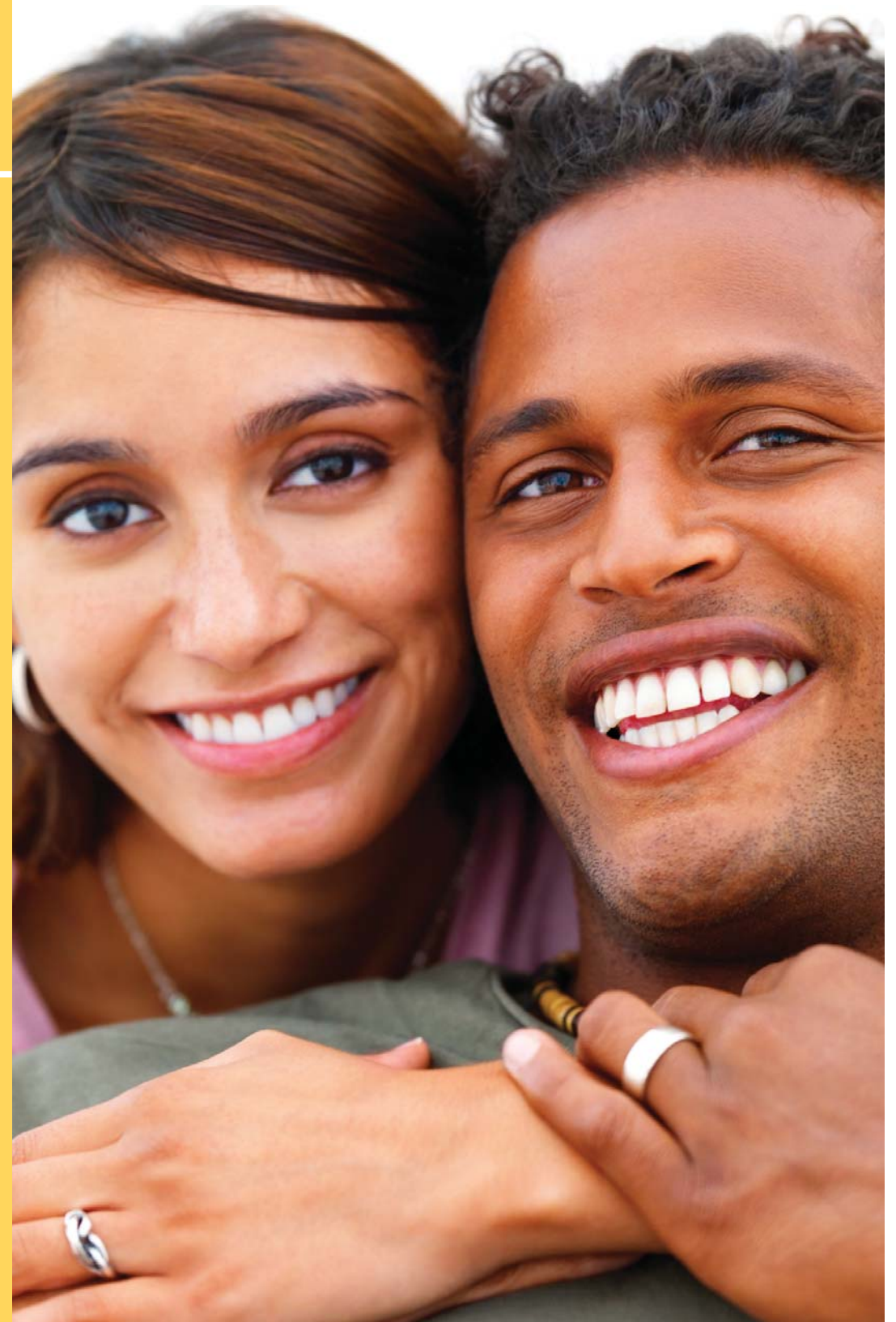
- eu des rapports sexuels oraux, vaginaux ou anaux ;
- partagé des seringues.

Lorsqu'un membre du personnel du département de la Santé vous pose des questions au sujet de la notification de vos partenaires, vous pouvez également obtenir une assistance pour toute personne qui, selon vous, serait susceptible de bénéficier d'un test de dépistage du VIH, y compris vos amis ou vos proches.

### 5. Pour quelle raison dois-je dire à mes partenaires que je suis séropositif/séropositive ?

La plupart des infections par le VIH se produisent parce que les personnes ne savent pas que leur partenaire sexuel ou la personne avec laquelle elles ont partagé une seringue est porteur/porteuse du VIH et ne prend pas les précautions de sécurité nécessaires. Il arrive fréquemment que les personnes séropositives ne soient pas elles-mêmes informées de leur propre infection et du risque de transmettre le VIH à d'autres.

Il est possible que vous ayez des craintes à l'idée de dire à vos partenaires que vous êtes séropositif/séropositive. Dans ce cas, le personnel du département de la Santé peut vous aider à prévenir votre partenaire. Il est important que vos partenaires soient prévenus de manière à ce qu'ils effectuent un test de dépistage. S'ils apprennent qu'ils sont porteurs du VIH, ils peuvent bénéficier des soins nécessaires et éviter de transmettre le VIH à d'autres personnes à leur insu.



## IV. Avoir des enfants en étant porteur/porteuse du VIH : ce qu'il faut savoir

### 1. Est-ce que je peux avoir un bébé en bonne santé si je suis séropositif/séropositive ?

Si vous voulez avoir un bébé, il est important d'en parler avec votre médecin. Même si vous êtes séropositif/séropositive, il est possible d'avoir un bébé séronégatif. Votre médecin peut vous aider à prendre cette décision et à avoir votre bébé en toute sécurité.

- Les hommes porteurs du VIH : Avec l'aide de votre médecin, votre échantillon de sperme peut être « lavé » pour en éliminer le VIH avant d'être placé dans l'utérus de votre partenaire. Veuillez contacter votre médecin pour prendre les dispositions requises à l'avance.
- Les femmes porteuses du VIH : Si votre partenaire est séronégatif, il existe un certain nombre de méthodes pour placer le sperme directement dans l'utérus. Une fois enceinte, il est important que vous preniez vos médicaments contre le VIH tels que prescrits par le médecin afin d'éviter de transmettre le VIH à votre enfant.

### 2. Quand le VIH se transmet-il de la mère à l'enfant ?

Si vous êtes enceinte, vous pouvez transmettre le VIH à votre bébé. Il existe cependant un certain nombre de mesures pour éviter que cela ne se produise. (Se reporter à la rubrique « 5. Comment protéger mon bébé du VIH ? » en page 20). Le VIH se transmet de la mère à l'enfant :

- pendant la grossesse ;
- lors de l'accouchement (lorsque vous donnez naissance à votre bébé) ; c'est à ce moment-là que la plupart des bébés contractent l'infection ;
- pendant l'allaitement ;
- lorsque la nourriture du bébé a été pré-mastiquée par la mère.

### 3. Si je suis porteuse du VIH, est-ce que je risque de le transmettre à mon bébé si je ne prends pas mes médicaments contre le VIH ?

Il existe 1 risque sur 4 de transmettre le VIH à votre enfant si vous ne prenez pas vos médicaments contre le VIH.

### 6. Comment m'assurer que mes partenaires sont dûment informés de leur exposition au VIH ?

Il existe plusieurs solutions pour prévenir vos partenaires en toute confidentialité :

#### i. Notification en personne :

- Vous prévenez personnellement vos partenaires sexuels ou les personnes avec lesquelles vous avez partagé une seringue que vous êtes séropositif/séropositive.
- Le département de la Santé se mettra alors en relation avec vos partenaires pour s'assurer qu'ils savent effectivement qu'ils ont eu des rapports sexuels ou qu'ils ont partagé une ou plusieurs seringues avec une personne porteuse du VIH. Nous les aiderons alors à effectuer un test de dépistage.

#### ii. Notification par contrat :

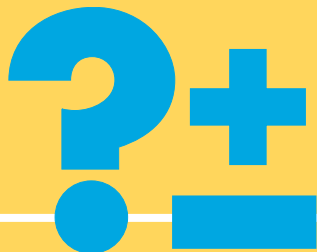
- Vous convenez verbalement avec votre médecin, votre infirmier/ infirmière, un conseiller ou un membre du personnel du département de la Santé que vous allez informer vos partenaires sexuels ou les personnes avec lesquelles vous avez partagé une seringue, avant une date donnée, de votre séropositivité.
- Si vous avez du mal à les en informer, votre prestataire de soins de santé ou le département de la Santé vous aidera à le faire.

#### iii. Notification assistée par prestataire :

- Un prestataire de soins ou un membre du personnel du département de la Santé et de l'hygiène vous accompagnera pour vous aider à dire à vos partenaires sexuels ou aux personnes avec lesquelles vous partagez une seringue que vous êtes porteur/porteuse du VIH.

#### iv. Notification anonyme :

- Si vous ne voulez pas que vos partenaires sexuels ou les personnes avec lesquelles vous avez partagé une seringue sachent que vous êtes porteur/porteuse du VIH, le département de la Santé peut vous aider à prévenir vos partenaires sans leur communiquer à aucun moment votre nom ni aucune donnée à caractère personnel.



- Si vous ne voulez pas que le département de la Santé connaisse votre nom, vous pouvez vous mettre en relation avec le programme d'assistance à la notification des contacts (Contact Notification Assistance Program, CNAP) qui vous aidera à prévenir vos partenaires. Vous devrez cependant fournir un numéro ou un code à votre prestataire de soins de santé, de manière à ce que le CNAP puisse confirmer avec votre prestataire de soins que vous êtes séropositif/séropositive.
- Pour contacter le CNAP, composez le (212) 693-1419.

## 7. Quels sont les avantages de la notification aux partenaires ?

- Le fait de savoir que vous avez fait ce qu'il faut en incitant vos partenaires à passer un test de dépistage et à obtenir le traitement médical adéquat.
- Le fait de prévenir vos partenaires qu'ils ont eu des rapports sexuels ou qu'ils ont partagé une ou plusieurs seringues avec une personne porteuse du VIH, de manière à ce qu'ils sachent ce qu'ils doivent faire.
- Le fait d'aider vos partenaires à en savoir plus sur le dépistage gratuit (anonyme ou confidentiel).
- Le fait de savoir que vos partenaires peuvent bénéficier de soins médicaux et commencer un traitement médicamenteux au besoin.
- Le fait d'aider vos partenaires à apprendre comment se protéger d'une infection à VIH ou de sa transmission à d'autres à l'avenir.

## 8. Qui saura que je suis séropositif/séropositive ?

- Aucun membre du département de la Santé ne communiquera votre nom à qui que ce soit. Il est contraire à la loi de révéler le nom des personnes séropositives.
- Dans l'éventualité où un nom aurait été divulgué, le département et le membre du personnel concerné seraient passibles d'amendes et sanctions personnelles sévères (pouvant aller jusqu'à 5 000 USD par nom divulgué). Un employé pourrait perdre son emploi pour avoir révélé le nom d'une personne porteuse du VIH.

- La numération CD4 aide votre médecin à déterminer si vous avez besoin d'un traitement médicamenteux contre le VIH et si le traitement est en cours, à déterminer, s'il est efficace.
- Même si vous n'avez pas besoin de médicaments, vous devez consulter régulièrement votre médecin (tous les 3 à 6 mois).
- Si vous commencez à prendre des médicaments contre le VIH, votre médecin aura éventuellement besoin de vous voir plus souvent pour s'assurer que votre traitement ne présente aucun problème.

## 11. Pourquoi mon médecin doit-il vérifier la charge virale du VIH ?

- Cette analyse permet de mesurer la quantité de VIH dans le sang.
- L'objectif des médicaments contre le VIH est de réduire la quantité de virus dans le sang à un niveau « indétectable ». Votre médecin doit vérifier que vous vous rapprochez de cet objectif. Si votre charge virale est indétectable, vous resterez en meilleure santé.

## 12. Est-ce qu'une charge virale indétectable signifie que je suis guéri(e) du VIH ?

- Non, le fait qu'elle soit indétectable signifie uniquement que la quantité de VIH dans le sang n'a pas pu être mesurée lors de l'analyse. Cela signifie que le traitement a été aussi efficace que possible, mais cela ne signifie pas que vous êtes guéri(e). Une certaine quantité de VIH reste toujours présente dans l'organisme. Le VIH se loge dans des endroits où nous ne pouvons pas effectuer d'analyses de sang régulières, comme par exemple des organes du système immunitaire, les nœuds lymphatiques ou les fluides vaginaux et le sperme.
- Lorsque votre charge virale est indétectable, vous êtes moins susceptible de transmettre le VIH à vos partenaires, mais le risque de transmission est toujours présent. Il reste très important d'utiliser des préservatifs chaque fois que vous avez des rapports sexuels vaginaux ou anaux.
- Si vous cessez de prendre vos médicaments, la quantité de virus dans le sang va s'accroître.



- Si vous avez le sida, il se peut que vous soyez obligé(e) de prendre des médicaments pour éviter un certain nombre d'infections opportunistes (telles que par la PCP, MAC et toxoplasmose). (Voir Question 3 page 13.)
- Les vaccinations sont également un moyen important pour rester en bonne santé et prévenir les infections. Voici une liste des vaccins que vous devriez recevoir si vous êtes porteur/porteuse du VIH :

Type de vaccin	Fréquence
• Vaccin contre la grippe	Tous les ans
• Vaccin contre la pneumonie	Tous les 5 ans
• Vaccin contre l'hépatite A	Parlez-en avec votre médecin
• Vaccin contre l'hépatite B	Parlez-en avec votre médecin
• Vaccin contre le tétanos	Tous les 10 ans

### 9. Qu'est-ce qu'une cellule CD4 (également appelée cellule T) ?

- Il s'agit d'une cellule spéciale du système immunitaire.
- C'est la partie du système immunitaire qui est attaquée et détruite par le VIH.
- Une numération CD4 normale est de 500 à 1500.

### 10. Pour quelle raison mon médecin doit-il vérifier ma numération cellulaire ?

- Cette analyse de sang vous indique, à vous-même et à votre médecin, le degré de dommages infligés à votre système immunitaire par le VIH.

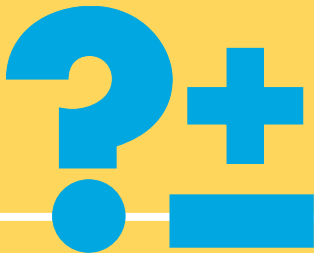
- Le département de la Santé et de l'hygiène n'est pas autorisé à communiquer votre nom aux instances locales, d'Etat ou fédérales, ni à l'agence des services de l'immigration.

### 9. Où mes partenaires peuvent-ils aller pour un dépistage ?

Vos partenaires peuvent faire faire leurs analyses :

- dans les cliniques du département de la Santé de la ville de New York, spécialisées dans les maladies sexuellement transmissibles ou la tuberculose ;
- dans les hôpitaux publics du département de la Santé:  
<http://www.nyc.gov/html/hhc/html/facilities/map.shtml>
- par un membre du personnel du département de la Santé et de l'hygiène à votre domicile ou dans un lieu à votre convenance ;
- en composant le 311 pour plus d'informations sur les adresses où passer un test de dépistage du VIH.





## 10. Que dois-je dire à mes partenaires au sujet des tests de dépistage du VIH ?

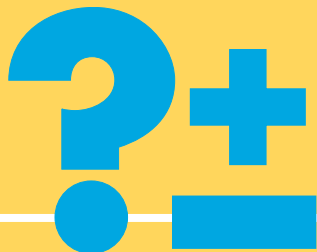
- Le test de dépistage du VIH indique si le sang ou les fluides buccaux de la personne contiennent des anticorps du VIH. Les anticorps sont des protéines produites par l'organisme pour lutter contre la maladie. Il n'y a production d'anticorps du VIH que si celui-ci est présent dans le sang d'une personne.
- Les tests rapides prennent 20 minutes, mais si le résultat s'avère positif, vous devrez passer des analyses supplémentaires pour vérifier si vous êtes effectivement infecté(e) par le VIH.
- Les résultats des analyses de type traditionnel sont disponibles au bout d'une à deux semaines.
- Qu'est-ce que cela veut dire si les résultats du dépistage du VIH de mon/ma partenaire s'avèrent **négatifs** ?
  - Cela signifie que votre partenaire n'est pas infecté par le VIH, à moins qu'il ou elle n'ait été infecté(e) au cours des 3 derniers mois. Il peut s'écouler 3 mois à compter du moment où la personne est infectée par le VIH pour que les résultats deviennent apparents dans le cadre d'un dépistage de type rapide ou traditionnel. Si vous avez eu des rapports sexuels non protégés, ou si vous avez partagé des seringues au cours de cette période, il est possible que votre partenaire soit infecté(e). Il/elle doit donc effectuer un nouveau test de dépistage dans 3 mois.
- Qu'est-ce que cela veut dire si les résultats du dépistage du VIH de mon/ma partenaire s'avèrent **non concluants** ou **indéterminés** ?
  - Cela signifie que l'analyse ne peut pas être interprétée comme étant positive ou négative et qu'elle doit être renouvelée dans un délai d'un mois. Ce résultat peut se produire chez une personne récemment infectée par le VIH.
  - Prévenez votre médecin si vous craignez d'avoir été infectée par le VIH. Des analyses supplémentaires permettront de déterminer s'il y a présence du VIH.
- Si le résultat du test de dépistage de mon/ma partenaire est **positif**, que doit-il/elle faire ?
  - Ce résultat indique que votre partenaire est infecté(e) par le VIH. Il est important que votre ou vos partenaires consultent un médecin régulièrement pour obtenir les soins dont ils ont besoin. (Se reporter à la page 15.)

## 7. Pourquoi devrais-je consulter un médecin si je suis séropositif/séropositive ?

- Un médecin effectuera un suivi de votre infection à VIH et proposera un traitement au besoin pour que vous puissiez avoir une vie plus saine.
- Votre médecin travaille en collaboration avec une équipe de prestataires de soins qui peuvent vous aider à bénéficier des services dont vous avez besoin (assurance maladie, hébergement, soins de santé mentale et traitement médicamenteux).
- New York City dispose de 37 établissements hospitaliers désignés comme centres de traitement pour les porteurs du VIH. Vous en trouverez la liste complète à l'adresse suivante :
  - [http://hospitals.nyhealth.gov/browse\\_search.php?form=CENTER&rt=5#refine](http://hospitals.nyhealth.gov/browse_search.php?form=CENTER&rt=5#refine)
  - ou bien en appelant l'AIDS Institute (institut du sida) du département de la Santé de l'Etat de New York au numéro suivant **(518) 486-1383**
- D'autres prestataires spécialisés dans les soins aux personnes porteuses du VIH sont indiqués sur le site [www.hitesite.org](http://www.hitesite.org)

## 8. Comment rester en bonne santé quand on vit avec le VIH ?

- La chose la plus importante que vous puissiez faire est de consulter un médecin régulièrement.
- Il est important que vous preniez tous les jours vos médicaments pour le traitement du VIH, à savoir que vous respectiez bien le schéma prescrit. Si vous manquez un certain nombre de prises, informez-en immédiatement votre médecin. Votre médecin vous aidera pour que vous respectiez bien chaque prise.
- Le fait d'arrêter le traitement contre le VIH ou de manquer un certain nombre de prises a pour effet d'augmenter la quantité de virus dans le sang, ce qui peut vous rendre malade.
- Le fait d'arrêter le traitement contre le VIH ou de manquer un certain nombre de prises de médicaments peut également avoir pour effet de rendre le virus résistant au médicament et le médicament inefficace.



#### 4. Comment le VIH se transmet-il d'une personne à l'autre ?

- Le VIH est présent dans le sperme, dans les fluides vaginaux, le sang et le lait maternel. Il se transmet d'une personne à l'autre par l'un de ces fluides.
- L'infection se produit en général de trois façons :
  - lors de rapports sexuels (oraux, vaginaux ou anaux sans préservatif avec une personne porteuse du VIH) ;
  - lors de consommation de drogue (partage de seringues avec une personne porteuse du VIH) ;
  - de la mère à l'enfant (une mère porteuse du VIH est susceptible de transmettre l'infection à son nourrisson pendant la grossesse, lors de l'accouchement, pendant l'allaitement ou en prémastiquant les aliments de son enfant).

#### 5. Le VIH peut-il être guéri ?

Non, il n'existe actuellement aucun remède pour le VIH, mais si vous prenez vos médicaments tous les jours, vous pouvez avoir une vie longue et productive.

#### 6. Le VIH peut-il être traité ?

- Oui. Demandez à votre médecin si vous avez besoin d'un traitement et quel type de médicaments est adapté à votre cas.
- Le traitement peut inclure des médicaments qui ciblent le VIH lui-même et d'autres qui ciblent certaines infections opportunistes.
- Si vous prenez des médicaments et cessez d'en prendre pour une raison quelconque, consultez immédiatement votre médecin. Il peut être nocif d'arrêter de prendre vos médicaments (voir Question 8 en page suivante).

## II. Protéger vos partenaires

Maintenant que vous êtes porteur/porteuse du VIH, vous pouvez prendre un certain nombre de mesures pour protéger vos partenaires. N'oubliez pas que vous pouvez transmettre le VIH lors de rapports sexuels oraux, vaginaux ou anaux, ainsi qu'en partageant des seringues.

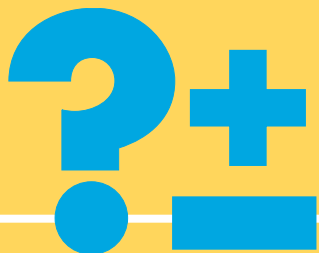
Les mères séropositives peuvent également transmettre le VIH à leur bébé. La prise de médicaments pour le traitement du VIH peut réduire cette probabilité. Si vous êtes enceinte et que vous êtes infectée par le VIH, consultez immédiatement votre médecin. (Voir la rubrique IV page 18.)

### I. Comment protéger mes partenaires sexuels d'une infection à VIH ?

Évitez d'avoir des rapports sexuels. La seule manière de prévenir totalement toute contamination de vos partenaires par le VIH est d'éviter tout rapport sexuel oral, anal ou vaginal. Si vous avez des rapports sexuels, vous devriez :

- limiter le nombre de partenaires avec lesquels vous avez des rapports sexuels oraux, vaginaux ou anaux ;





- informer vos partenaires de votre séropositivité. Vos partenaires doivent passer un test de dépistage du VIH au moins une fois par an.
- Prendre plus de précautions lors de rapports sexuels
  - *Utiliser toujours un préservatif en latex* chaque fois que vous avez des rapports sexuels (vaginaux, anaux ou oraux). Sans préservatif, vous êtes 20 fois plus susceptible de transmettre le VIH à votre partenaire.
  - *Utilisez un lubrifiant (tel que la K-Y Jelly) avec un préservatif* pour réduire les risques de déchirement du préservatif.
  - *Utilisez un préservatif*, ou toute protection en plastique ou en latex, si vous avez des rapports sexuels oraux.
  - Si vous n'utilisez pas de préservatif pendant vos rapports sexuels oraux, demandez à votre partenaire de ne pas avaler le sperme. Votre partenaire ne doit pas avoir de rapports sexuels oraux si il ou elle a des coupures ou des plaies dans la bouche.
  - *Évitez les activités sexuelles* susceptibles d'entraîner un saignement chez le partenaire, par exemple les rapports à sec, les pénétrations anales ou vaginales du poing ou coupures.
  - *Évitez d'avoir des rapports sexuels pendant vos règles* (ou pendant celles de votre partenaire).

### 3. Qu'est-ce qu'une infection opportuniste ?

- Ces infections peuvent profiter de systèmes immunitaires affaiblis par le VIH. Un système immunitaire sain se défendrait en principe contre ces maladies.
- Une personne porteuse du VIH qui contracte une infection opportuniste est diagnostiquée comme étant infectée par le sida.
- Les infections opportunistes ordinaires sont notamment :
  - **la tuberculose** (une infection qui affecte généralement les poumons) ;
  - **la pneumocystose** (ou *PCP*, un type de pneumonie qui affecte les poumons) ;
  - les sérotypes du mycobactérium avium-intracellulare (**MAC**), une infection bactérienne qui affecte la totalité de l'organisme) ;
  - **la toxoplasmose** (infection du cerveau).

Pour plus d'informations sur ces infections, accéder au site :

<http://www.aids.org/factSheets/500-Opportunistic-Infections-Category.html>



## III. Comprendre et vivre avec votre diagnostic du VIH

Cette rubrique répond à un certain nombre de questions que vous seriez susceptible d'avoir au sujet du VIH, pour que vous soyez en mesure de mieux prendre soin de vous. Elle vous aidera à comprendre les traitements disponibles et les mots utilisés par votre médecin.

Questions ordinaires concernant le VIH/sida :

### 1. Qu'est-ce que le VIH ?

- *VIH* est l'acronyme de virus de l'immunodéficience humaine.
- Il s'agit du virus à l'origine du sida.
- Le VIH attaque le système immunitaire.
- Le système immunitaire est le mécanisme de l'organisme qui lutte contre les infections. Il est composé de cellules et d'organes spéciaux.
- Le VIH détruit les cellules T (également appelées cellules CD4) dont le système immunitaire a besoin pour nous maintenir en bonne santé et lutter contre les infections. (Voir Question 9 page 16.)

### 2. Qu'est ce que le sida ?

- *Sida* est l'acronyme de syndrome de l'immunodéficience acquise.
- Il s'agit de la phase la plus grave de l'infection à VIH.
- En général, une période de 5 à 10 ans s'écoule après l'infection avant que la maladie ne parvienne à ce stade.
- Lorsqu'une personne est atteinte du sida, le VIH a tellement affaibli son système immunitaire que celui-ci a du mal à lutter contre certaines infections qu'il parviendrait normalement à surmonter. Un médecin affirme qu'une personne est porteuse du sida lorsque le/la patient(e) présente :
  - une infection opportuniste/liée au sida (voir Question 3 en page suivante) et/ou
  - une numération cellulaire CD4 inférieure à 200 ou un pourcentage de CD4 inférieur à 14 (voir Question 9 page 16)

- *Evitez de partager des jouets sexuels et lavez tous les jouets sexuels* à l'eau de Javel, à l'alcool ou à l'eau savonneuse après chaque utilisation avec votre partenaire.
- *N'éjaculez pas (de sperme) dans le vagin, l'anus ou la bouche de votre partenaire* si vous avez des rapports sexuels sans préservatif. N'oubliez pas que le liquide pré-séminal contient également le VIH qui est susceptible d'être transmis à votre partenaire. Les préservatifs permettent d'éviter la transmission du VIH par le sperme ou le liquide pré-séminal.
- *Consultez un prestataire de soins de santé tels qu'un médecin ou un(e) infirmier/infirmière.* Il ou elle peut répondre à vos questions pour une sexualité mieux protégée.

### 2. J'ai entendu dire que certaines pratiques sexuelles sont plus susceptibles de transmettre le VIH que d'autres. Est-ce vrai ?

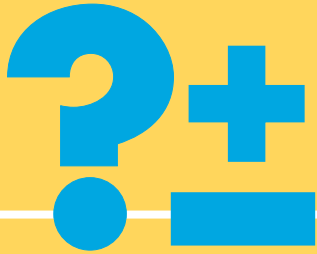
Oui, en ayant des rapports sexuels anaux ou vaginaux sans préservatif, vous êtes plus susceptible de transmettre le VIH à vos partenaires que lorsque vous avez des rapports sexuels oraux. Si les rapports sexuels oraux constituent un risque moindre que les rapports anaux ou vaginaux, certaines infections ont été constatées chez des personnes ayant eu des pratiques sexuelles orales avec leur partenaire.

#### Les hommes porteurs du VIH :

- sont 100 fois plus susceptibles de transmettre le VIH s'ils pénètrent l'anus de leur partenaire avec leur pénis que s'ils ont des rapports oraux ;
- sont 20 fois plus susceptibles de transmettre le VIH s'ils pénètrent le vagin de leur partenaire avec leur pénis que s'ils ont des rapports oraux ;
- sont 13 fois plus susceptibles de transmettre le VIH si leur partenaire les pénètre avec leur pénis que s'ils ont des rapports oraux.

#### Les femmes porteuses du VIH :

- sont 10 fois plus susceptibles de transmettre le VIH si leur partenaire pénètre leur vagin avec leur pénis que si elles ont des rapports oraux.
- Les risques de transmission du VIH sont très faibles si vous avez des rapports sexuels avec une autre femme, mais il est important d'éviter les rapports sexuels pendant vos règles ou pendant celles de la partenaire.



### 3. Les médicaments/drogues et l'alcool augmentent-ils les risques de transmission du VIH ?

Oui.

- Sous influence de la drogue ou de l'alcool pendant les rapports sexuels, il est plus difficile de réfléchir clairement, de prendre les bonnes décisions et d'utiliser un préservatif.
- *Ne partagez pas de seringues ou d'autres équipements (ou nécessaires) si vous vous injectez de la drogue, des stéroïdes ou des hormones.* Vous pouvez vous procurer sans ordonnance des seringues propres dans les drugstores et en pharmacie. Vous pouvez également vous procurer des seringues et nécessaires gratuits dans le cadre de tous les programmes d'échange de seringues de la ville de New York. Pour obtenir une liste de ces programmes, composez le 311 ou le 1-800-LIFENET (1-800-543-3638). Consultez votre médecin pour obtenir de l'aide pour arrêter de faire usage de drogue.

### 4. Est-ce que les médicaments réduisent le risque de transmission du VIH ?

- Si vous êtes porteur/porteuse d'une maladie sexuellement transmissible et si vous êtes séropositif/séropositive, vous êtes plus susceptible de transmettre le VIH à vos partenaires. La présence d'une MST favorise la transmission du VIH d'une personne à l'autre. Les antibiotiques permettent de guérir la plupart des MST (gonorrhée, syphilis, chlamydiae, etc.). En soignant votre MST, vous réduisez le risque de transmission du VIH à vos partenaires. Si votre pénis ou votre vagin présente des plaies, des écoulements ou des irritations, abstenez-vous d'avoir des rapports sexuels jusqu'à ce que vous ayez obtenu un traitement médical et que les plaies ou les écoulements aient disparu.
- Si vous avez un herpès, soignez-vous. Les plaies d'herpès favorisent la transmission du VIH. L'herpès ne se guérit pas, mais il existe des médicaments qui réduisent la fréquence des plaies et qui sont susceptibles de réduire la transmission du VIH à vos partenaires. Consultez votre prestataire de soins de santé au sujet du traitement.

- Si vous prenez des médicaments pour le traitement du VIH et que votre charge virale (la quantité de virus dans le sang) est indétectable, le risque de transmission du VIH est plus faible. Il existe cependant toujours un risque de transmettre le VIH à vos partenaires. Utilisez toujours des préservatifs, quelle que soit votre charge virale.

### 5. Que peuvent faire mes partenaires pour se protéger ?

Vos partenaires doivent:

- avoir des rapports sexuels mieux protégés et ne jamais partager de seringues ;
- passer un test de dépistage du VIH au moins une fois par an ;
- soigner leurs MST (y compris celles qui provoquent des irritations, des écoulements ou des plaies au niveau du pénis ou du vagin).

### 6. Que peut faire mon/ma partenaire si nous avons des rapports non protégés ou si le préservatif se déchire ?

Il existe des médicaments pour prévenir l'infection à VIH dans ce cas, mais vous devez consulter un médecin pour pouvoir en prendre. Ce traitement médicamenteux doit être démarré dès que possible et en tout état de cause 72 heures au plus après le rapport non protégé ou la déchirure du préservatif. Appelez immédiatement votre médecin. Si vous ne parvenez pas à le/la joindre, vous pouvez consulter le centre Callen-Lorde (centre de soins de santé à but non lucratif) : **(212) 271-7181**. Plus le traitement médicamenteux démarre tôt, plus il est susceptible de prévenir une infection à VIH.

N'oubliez pas que ces médicaments peuvent avoir des effets secondaires désagréables. L'utilisation de préservatifs est la meilleure manière d'éviter toute infection à VIH lors de rapports sexuels.