

# P.R.E.V.S.

PRÉVENTION DES RISQUES ET VIVE LE SEXE !

ENTRE MECS!

## LE TRAITEMENT ANTIRÉTROVIRAL EST AUSSI UN OUTIL DE PRÉVENTION !

On le sait aujourd'hui : parce qu'il bloque la réplication du virus au point de le rendre indétectable dans le sang et le sperme, le traitement antirétroviral est un outil de prévention à part entière. Son efficacité est d'autant plus grande quand certains critères sont réunis : une prise régulière du traitement depuis au moins 6 mois et l'absence d'IST. Dans cette «situation optimale», le risque résiduel est abaissé à son maximum et se rapproche des niveaux de protection obtenus avec un préservatif. Quand ces critères ne sont pas réunis, l'effet préventif du traitement est moins important. On peut évidemment combiner l'usage du traitement comme prévention à l'usage du préservatif ou d'autres techniques de réduction des risques sexuels. Une bonne raison de se faire dépister plus souvent!

En cas de prise de risque ou d'accident de préservatif (ruptures, glissements), il est très important, d'aller avec son partenaire aux urgences hospitalières, dans les 4 heures suivant l'accident et au plus tard sous 48 heures, afin de bénéficier si besoin d'un Traitement Post Exposition (TPE).

 **AIDES**

Membre de la Coalition Internationale Sida 

### CONTACTEZ AIDES :

0805 160 011 (numéro gratuit depuis un poste fixe)  
[www.aides.org](http://www.aides.org)  
[www.seronet.info](http://www.seronet.info)

**PRÉSERVATIFS**  
**+ DÉPISTAGES**  
**+ TRAITEMENTS**  
**= PRÉVENTION COMBINÉE**

©AIDES 10/2011 - Illustrations Marsorama  
Campagne réalisée avec le soutien financier de l'INPES

## SANTÉ SEXUELLE ET PLAISIRS : BIEN BAISER = BIEN-ÊTRE !

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, la santé sexuelle est un état de bien-être physique, émotionnel, mental et social associé à la sexualité. La Santé Sexuelle implique une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, et la possibilité d'avoir des expériences sexuelles qui apportent du plaisir en toute sécurité et sans contraintes, discrimination ou violence. Ainsi, que l'on soit séropositif ou séronégatif, notre sexualité est un ingrédient essentiel de notre bien-être. Connaître et pouvoir maîtriser les risques éventuels associés à sa sexualité contribuent à notre épanouissement.

## LA PRÉVENTION COMBINÉE, PARLONS-EN !

Parce que chacun d'entre nous a une vie différente et une sexualité qui lui est propre, il s'agit d'avoir à notre disposition autant d'outils que possible pour construire nos propres préventions ; celle qui nous convient, au bon moment! La prévention combinée, c'est pouvoir utiliser une ou plusieurs techniques de prévention en fonction de nos possibilités, de nos pratiques, de nos envies et de celles de notre (ou nos) partenaires(s). Pouvoir parler de notre sexualité et de notre santé avec notre partenaire, nos amants, nos amis, avec des professionnels médicaux bienveillants ou des militants associatifs permet de faire le point sur nos pratiques et d'obtenir des réponses à nos questions... Alors, pour ne pas rester seul avec ses doutes, ses questions, ses angoisses... parlons-en !

## SEXE ET DROGUES

Parfois, la recherche des plaisirs est liée à l'usage de produits psycho-actifs (alcool, drogues qui se sniffent, se gobent, slams, poppers, etc). Outre des risques de contaminations par les hépatites B et C en cas de partage de certains matériel de consommation (aiguilles, pailles...), la consommation de produits peut mener à une baisse de la vigilance. Certains produits (cocaïne, ecstasy) assèchent les muqueuses, ce qui peut favoriser des micro-lésions propices à la transmission du VIH et d'autres IST.

## LA CHARGE VIRALE COMMUNAUTAIRE, C'EST QUOI ?

C'est la quantité de virus en circulation dans une population donnée. Plus il y a de virus en circulation, plus les risques de contamination par le VIH sont importants. Il est donc primordial, si l'on veut réduire le risque d'entrer en contact avec le virus, de faire en sorte que la charge virale communautaire baisse. Pour cela, le principal levier est le dépistage le plus fréquent possible associé à la proposition d'un traitement.

>FAIRE BAISSER LA CHARGE VIRALE AU NIVEAU INDIVIDUEL PEUT PROFITER AU COLLECTIF, À LA COMMUNAUTÉ.

## L'ÉPIDÉMIE DE VIH EST TRÈS ÉLEVÉE CHEZ LES GAYS

Quelle que soit la réalité des chiffres (un gay sur sept, sur six, sur cinq?), le taux de prévalence, c'est à dire le nombre de personnes qui vivent avec le VIH, reste très élevé chez les HSH\*. La probabilité de rencontrer un partenaire séropositif ou un séropositif qui ignore son statut est particulièrement importante, d'autant plus quand on a de nombreux partenaires sexuels. Même si les gays sont ceux qui utilisent le plus les préservatifs, les prises de risques exposent bien plus à la contamination par le VIH et par les autres infections sexuellement transmissibles (IST). Aussi, certaines IST accroissent elles-mêmes le risque de transmission du VIH.

\*Hommes ayant des relations sexuelles avec des hommes.

PRENONS SOIN DE NOUS CAR PERSONNE NE LE FERA À NOTRE PLACE.

## PRIMO-INFECTION = RISQUE MAJEUR DE TRANSMISSION !

Dans les premières semaines qui suivent l'infection au VIH (la période de «primo-infection»), la quantité de virus dans le sang et le sperme (la charge virale) est très élevée : on est donc fortement contaminant. Connaître sa séropositivité le plus tôt possible permet d'adapter ses comportements pour ne pas contaminer l'autre. Mais aujourd'hui, encore un séropositif sur trois ne sait pas qu'il est infecté. Les infections ou co-infections avec d'autres IST/hépatites peuvent modifier également le niveau de charge virale ou faciliter l'entrée ou la sortie du virus.

>DÉPISTAGES FRÉQUENTS ET SUIVI MÉDICAL RÉGULIER PERMETTENT DE RÉDUIRE LES RISQUES DE TRANSMISSION DU VIH ET DES IST.

## DES DÉPISTAGES FRÉQUENTS ET RÉGULIERS (VIH ET HÉPATITES)

Connaître son statut sérologique permet d'éviter de découvrir sa séropositivité au stade sida et donc des complications médicales très lourdes. L'intérêt est également de pouvoir adapter ses pratiques à son statut. Les dépistages réguliers des IST (pour lesquelles des traitements efficaces existent) évitent des complications sérieuses et la transmission aux partenaires. En cas de découverte de séropositivité, il s'agit de pouvoir maîtriser l'évolution de sa maladie mais également sa charge virale. L'intérêt individuel peut devenir un intérêt collectif.

FAITES VOUS DÉPISTER !

AU MOINS UNE FOIS PAR AN POUR LE VIH (ET PLUS SOUVENT QUAND ON BAISE FRÉQUEMMENT AVEC DES PARTENAIRES DIFFÉRENTS "EN FONCTION DU NOMBRE DE SES PARTENAIRES ET DE SES PRATIQUES") QUAND ON EST SÉRONÉGATIF OU QU'ON PENSE L'ÊTRE, DANS UN CDAG OU UN CIDDIST, DANS UN LABO (SUR PRESCRIPTION MÉDICALE). AIDES PROPOSE ÉGALEMENT DES DÉPISTAGES RAPIDES COMMUNAUTAIRES.

## LES PRÉSERVATIFS PROTÈGENT DU VIH ET DE LA PLUPART DES IST.

La capote est le moyen le plus efficace de protéger ses rapports sexuels, mais elle n'est utile que si l'on s'en sert convenablement! Elle peut aussi être un objet de plaisir et le geste qui consiste à mettre un préservatif peut être érotisé! Prendre le temps de bien le poser, c'est aussi réduire le risque de rupture du préservatif. Aujourd'hui l'offre s'est diversifiée en termes de texture, de goût, de taille, de matière (en latex, en poly-isoprène, etc.)... Certaines personnes utilisent des préservatifs féminins pour des rapports anaux. L'utilisation de gel lubrifiant est indispensable, afin de réduire les rapports traumatiques (coupures, microlésions). La gamme des gels s'est diversifiée également (chauffants, frissons, silicone...) En bref, laissez libre cours à vos envies!

>LA CAPOTE : C'EST AU RAYON SEX TOY !