



LE SEXE, C'EST EXCITANT.

Le sexe, c'est beau. Le sexe, ça fait envie et plaisir. Le sexe est bon pour la santé ...

... et contribue à ton bien-être: cette brochure a pour but de te présenter quelques informations qui te permettront d'évaluer toi-même si elles s'appliquent à ta vie sexuelle, pour toi et pour tes partenaires. Elle doit t'aider à avoir une attitude responsable face à ta sexualité, ce qui implique aussi, parmi de nombreuses autres choses, la connaissance de quelques maladies sexuellement transmissibles. Pour que le sexe reste source de plaisir à part entière.

Que sont les maladies sexuellement transmissibles?

La maladie sexuellement transmissible dont tu as certainement le plus entendu parler au cours de ces dernières années, c'est le sida, une déficience immunitaire causée par le virus VIH. L'infection par le VIH est toujours incurable et elle peut – parfois après de nombreuses années sans troubles – entraîner de graves maladies et la mort. Les moyens thérapeutiques à disposition ne permettent que de ralentir le cours de la maladie.

En plus du VIH, il y a encore toute une série d'autres agents pathogènes qui peuvent être transmis lors d'un rapport sexuel (virus, bactéries, champignons, parasites). Certaines de ces infections – p. ex. l'hépatite B, la syphilis ou la gonorrhée – surviennent plus fréquemment qu'une infection par le VIH et certaines d'entre elles ne sont pas bénignes. Tu trouveras, dans la seconde partie de cette brochure, un bref aperçu sur certaines de ces maladies et sur leurs principales caractéristiques.



Pourquoi se protéger?

Des infections non décelées ou non traitées provoquées par ces agents infectieux peuvent avoir de graves conséquences pour toi: celles-ci peuvent aller de fortes démangeaisons, écoulements, ulcérations douloureuses, en passant par des lésions hépatiques et, dans le pire des cas, jusqu'à la perte des facultés intellectuelles et à la mort.

Ces maladies ouvrent la voie à d'autres infections. Le plus souvent, elles provoquent l'apparition de foyers infectieux superficiels au pénis, aux testicules, à la bouche ou à l'anus. Ces foyers (vésicules, ulcérations, etc.) renferment alors des cellules particulières qui sont bien plus sensibles que la peau ou la muqueuse non infectée à la présence d'autres agents pathogènes. Les maladies sexuellement transmissibles non traitées augmentent ainsi en particulier le risque d'infection par le VIH. Tu trouveras davantage d'informations à ce sujet au chapitre «Comment se protéger?» A propos des muqueuses: celles-ci se trouvent entre autres

sur le pénis (urètre, gland), dans l'anus et dans la bouche. Si tu es séropositif, tu devrais éviter toute infection additionnelle pour ne pas affaiblir davantage ton système immunitaire et pour prévenir des complications. Il est possible que les infections additionnelles aient une influence néfaste sur l'évolution d'une infection par le VIH. Elles constituent en outre un facteur décisif favorisant la transmission du sida.

Si nombre d'infections bactériennes (gonorrhée, syphilis, entre autres) peuvent se traiter avec des antibiotiques, les résistances aux antibiotiques dans ce domaine ne laissent cependant pas d'inquiéter: une maladie qui peut encore bien se traiter aujourd'hui risque de devenir demain un véritable cas problématique.

Donc: il vaut la peine que tu te protèges, ainsi que tes partenaires, contre le sida et d'autres maladies sexuellement transmissibles.

LES RÈGLES DU SAFER SEX

En cas de pénétration, toujours utiliser des préservatifs et recourir généreusement à un lubrifiant soluble dans l'eau ou à base de silicone.

Lors des fellations, pas de sperme dans la bouche, ne pas avaler de sperme.

Ces règles t'assurent une bonne protection contre la transmission du VIH.

Comment se protéger?

Par ailleurs, elles réduisent aussi nettement le risque de contamination par une autre maladie sexuellement transmissible. Aucun des agents pathogènes cités n'est capable de traverser un préservatif intact. Mais parfois, des maladies sexuellement transmissibles sont transmissibles même si les règles du Safer Sex sont respectées, c'est-à-dire malgré l'emploi d'un préservatif et le renoncement à l'éjaculation dans la bouche (notamment la syphilis ou un condylome). Cela peut se produire lorsque le site de contamination d'une infection se trouve sur une partie du corps qui n'est pas couverte par un préservatif. Tu trouveras de plus amples explications à ce sujet ci-dessous.

Safer Sex et fellations: Ce sujet fait constamment l'objet de questions et d'incertitudes, en particulier en ce qui concerne ce que l'on appelle les «gouttes de plaisir», à savoir le liquide qui perle du pénis avant l'orgasme. A ce sujet, on dira ceci: tant qu'il n'y a pas de sperme qui parvient dans la bouche, les

pipes sont considérées comme sûres en ce qui concerne le VIH. Les gouttes de plaisir contiennent certes des virus VIH, mais la quantité en est tellement faible que le risque peut être pratiquement exclu lors d'une fellation.

Il y a toutefois une limitation à cette règle: si toi ou ton partenaire souffrez d'une maladie sexuellement transmissible, le risque de contamination par VIH augmente lors d'une pipe sans préservatif, même s'il n'y a pas d'éjaculation dans la bouche. Cela est dû au fait que ces maladies peuvent favoriser d'autres infections. Dans ces conditions particulières, il est donc possible d'être infecté lors d'une fellation, même sans que du sperme soit parvenu dans la bouche.

Il est aussi important de savoir que la plupart des agents pathogènes de maladies sexuellement transmissibles se transmettent beaucoup plus facilement et plus rapidement que le VIH. Le virus de l'herpès, la coulante, la syphilis,



les condylomes et peut-être l'hépatite B peuvent être aussi transmis lors d'une fellation sans protection (même sans éjaculation dans la bouche). Seuls les préservatifs offrent une protection sûre contre ces maladies sexuellement transmissibles lors de rapports sexuels oraux.

Que faire quand ça brûle?

Garder la tête froide: la majorité des maladies citées peuvent bien se traiter ou se guérir si elles sont décelées à temps. Aussi est-il important de noter l'apparition de changements et de certains symptômes, sur ton corps et sur celui de ton partenaire (ou de tes partenaires) et de lui (leur) en parler. Comme déjà dit précédemment, certaines maladies sexuellement transmissibles présentent un risque de contamination même en respectant les règles du Safer Sex. Il est donc d'autant plus important que tu puisses reconnaître d'éventuels signes de maladie.

Plusieurs signes peuvent indiquer une maladie sexuellement transmissible:

Écoulement de l'urètre de quantité et de couleur variable

Brûlures lorsque tu urines, démangeaisons dans la région de l'urètre

Douleurs et tuméfactions dans la région des testicules

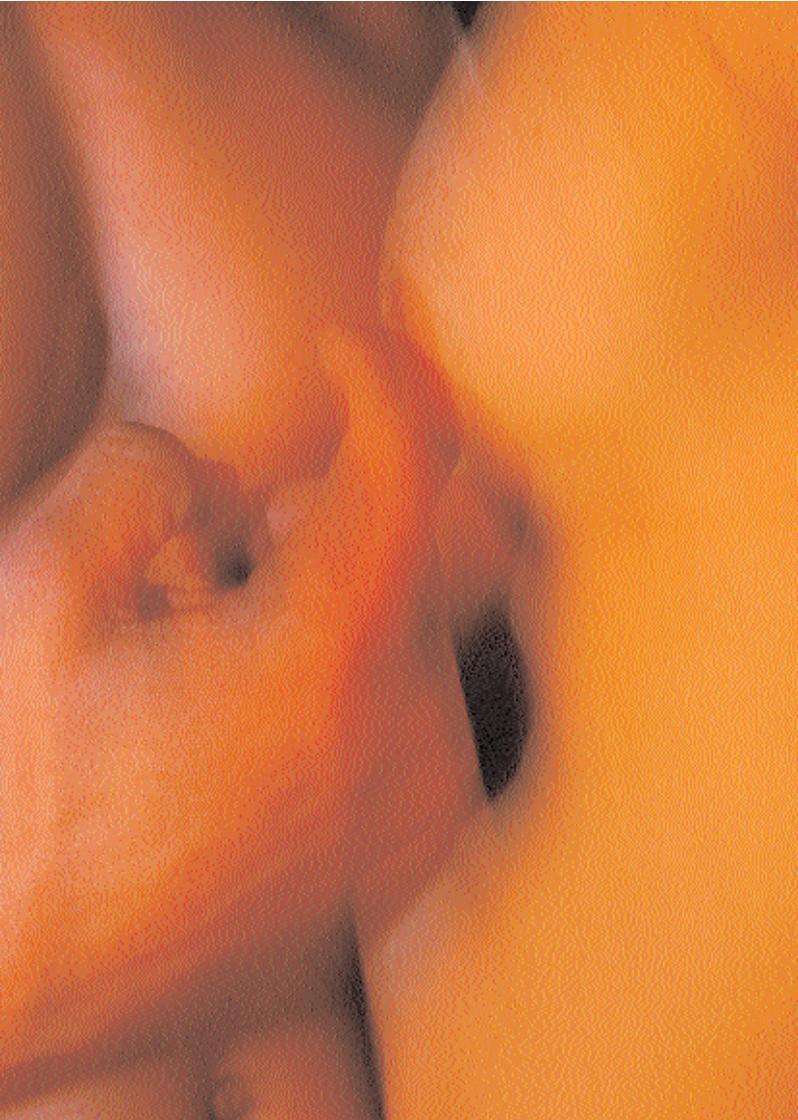
Ulcération (lésions planes de la peau), vésicules, excroissances, rougeurs et démangeaisons au pénis ou aux testicules

Douleur sourde à l'anus

**Écoulement à l'anus
Excroissances, vésicules à l'anus**

Palais et pharynx de couleur rouge vif

Si tu observes l'un de ces symptômes sur toi (ou si tu as des doutes): pas de fausse pudeur! Consulte impérativement un médecin ou une polyclinique de dermatologie. Tu trouveras des adresses de médecins bien-



Que peux-tu faire d'autre pour éviter une contamination?

veillants vis-à-vis de l'homosexualité auprès des associations gaies locales (p. ex. www.dialogai.org Tél 022 906 40 40). Si le médecin diagnostique chez toi une maladie sexuellement transmissible, il est important d'en informer ton partenaire. Parles-en avec lui! En le faisant, tu te protèges toi-même et tu le protèges aussi. Ce n'est qu'ainsi qu'il pourra lui aussi se faire examiner et, le cas échéant, se faire traiter. Si les deux partenaires ne sont pas traités, il se produira constamment des récurrences d'infections. Dans la mesure du possible, tu devrais également en informer d'éventuels partenaires occasionnels, pour éviter d'autres infections. Jusqu'à la fin du traitement, utilise des préservatifs lors de tous tes contacts.

Un principe est valable pour la plupart de ces maladies: plus elles sont détectées rapidement, plus il est facile de les traiter. Nombre de ces maladies se détectent au moyen de tests simples. Ton médecin les connaît.

Tu peux te faire **vacciner** contre l'**hépatite A et B** (vaccination séparée ou combinée), ce qui est recommandé, en particulier si tu as des partenaires sexuels multiples. La vaccination contre l'hépatite A est aussi indiquée si tu voyages dans des régions où le virus de l'hépatite A est fréquent. Parles-en à ton médecin. Les caisses maladie remboursent les coûts de la vaccination contre l'hépatite B, mais ne prennent pas en charge le vaccin combiné.

En respectant des règles d'hygiène simples tu peux prévenir les contaminations. Une bonne perception et une bonne conscience de ton corps peuvent t'aider à détecter plutôt les signes avertisseurs d'une maladie. C'est également important du fait que le Safer Sex ne protège pas de façon fiable contre toutes les maladies sexuellement transmissibles (des infections par la syphilis au stade secondaire ou par la crête de coq peuvent se produire par simple contact de la peau).



Voici donc encore une fois en bref les points principaux

Une bonne condition physique et une alimentation saine contribuent autant à renforcer le système immunitaire que l'état de bien-être psychique.

Tu le vois, c'est toi qui décides quand et avec qui tu veux prendre certains risques: mais comme partout ailleurs dans la vie, il n'y a pas de sécurité à cent pour cent ni de protection totale dans le sexe; cependant, si tu peux intégrer à ta vie sexuelle les règles du sexe à moindre risque et les conseils de prévention, tu te trouves déjà du bon côté.

Les **règles du Safer Sex** (faire l'amour uniquement avec un préservatif et du lubrifiant; pas de sperme dans la bouche, ne pas avaler de sperme) te protègent de façon sûre contre une contamination par le **VIH**.

Les règles du Safer Sex réduisent nettement le risque que tu te fasses contaminer par une **autre** maladie sexuellement transmissible.

Si «cela» devait néanmoins se produire: consulte immédiatement un médecin et fais-toi examiner et traiter, ainsi que ton/tes partenaire(s). Des maladies sexuellement transmissibles non reconnues et/ou non traitées peuvent, à côté d'autres conséquences négatives, augmenter le risque que tu te fasses contaminer par le VIH ou que tu transmettes toi-même le virus.

Si tu es attentif à ton corps, tu détecteras plus tôt d'éventuels signes d'infection.

La vaccination contre l'hépatite A et B est recommandée.

APERÇU DES PRINCIPALES MALADIES SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES

autre le VIH/Sida

Période d'incubation: le temps qui s'écoule entre la contamination et l'apparition des divers symptômes varie beaucoup d'une maladie à l'autre et de cas en cas. De ce fait, la liste ci-dessous ne donne aucune indication à ce sujet.

L'hépatite A (maladie virale) se transmet relativement facilement, le plus souvent lors d'un contact de la bouche avec des traces d'excréments, donc p.ex. lors de contacts physiques étroits, lors de rimming ou par le biais d'aliments souillés. Les symptômes peuvent être multiples (abattement, nausée, maux de ventre), une jaunisse se manifeste souvent (inflammation du foie avec coloration jaune des yeux et de la peau, urine de couleur sombre). Souvent pourtant, il n'y a que des symptômes légers, voire aucun symptôme. Un vaccin existe et peut être recommandé, en particulier en cas de voyages fréquents dans des régions à risque et si les partenaires sexuels changent souvent. L'hépatite A guérit spontanément.

L'hépatite B (maladie virale) se transmet relativement facilement lors de contacts sexuels (en particulier lors de rapport anal non protégé) ou lors de consommation de drogue par voie intraveineuse. Les symptômes peuvent être multiples (voir hépatite A), une jaunisse se manifeste souvent. Souvent pourtant, il n'y a au début que des symptômes légers, voire aucun symptôme. L'hépatite B peut devenir chronique et entraîner de graves lésions du foie. Un vaccin existe et peut être recommandé, en particulier si les partenaires sexuels changent souvent. Les traitements n'ont que des chances de succès limitées.

Herpès / Boutons de fièvre (maladie virale) Une infection se fait par contact d'une plaie de la peau ou des muqueuses avec le liquide infectieux des vésicules. Les symptômes sont des vésicules qui démangent, brûlent et éclatent parfois, surtout sur les organes sexuels et dans la région des lèvres. L'herpès est incurable, mais il y a des médicaments pour atténuer la gravité et la durée de la phase aiguë.



Condylome ou crête de coq

(maladie virale causée par des virus du papillome) La transmission se fait par contact direct de la peau, et peut donc survenir lors de toutes les pratiques sexuelles. Les symptômes sont des lésions de la peau d'apparence variable – allant de rougeurs aux ulcérations de type crête de coq – au gland, à l'anus et aux testicules. Ces verrues peuvent s'enlever par les méthodes médicamenteuses ou chirurgicales les plus diverses. Parfois, cependant, ces méthodes n'éliminent pas tous les virus; les condylomes peuvent alors réapparaître.

Gonorrhée (infection bactérienne)

Une transmission peut se faire lors de toutes les pratiques sexuelles, lorsque la muqueuse entre en contact avec des sécrétions/agents infectieux des foyers d'infection. La gonorrhée produit des inflammations, surtout de l'urètre (brûlures en urinant) et du rectum ou dans la bouche, souvent associées à un écoulement purulent et à des douleurs. Une gonorrhée peut devenir chronique et entraîner la

stérilité. Parfois, la maladie n'est accompagnée que de légers symptômes à peine perceptibles. Une gonorrhée est aisément traitable et guérissable avec des antibiotiques, à condition d'être décelée à temps.

Syphilis (chancre dur, lues venereae, infection bactérienne) Une transmission se fait par contact direct avec l'agent pathogène, par la peau et les muqueuses, sur toutes les parties du corps et elle est donc possible lors de toutes les pratiques sexuelles. On peut distinguer trois stades:

Stade primaire: Apparition possible de taches/nodules rouges au site d'infection (p. ex. au pénis ou à l'anus) et gonflement régional des nodules lymphatiques. Souvent, les symptômes sont légers, voire absents, et ce stade est donc difficile à déceler.

Stade secondaire: (après quelques semaines) On peut assister à des éruptions cutanées et altérations sur tout le corps, souvent accompagnées de fièvre, maux de tête, perte d'appétit. Ces symptômes disparaissent d'eux-mêmes.



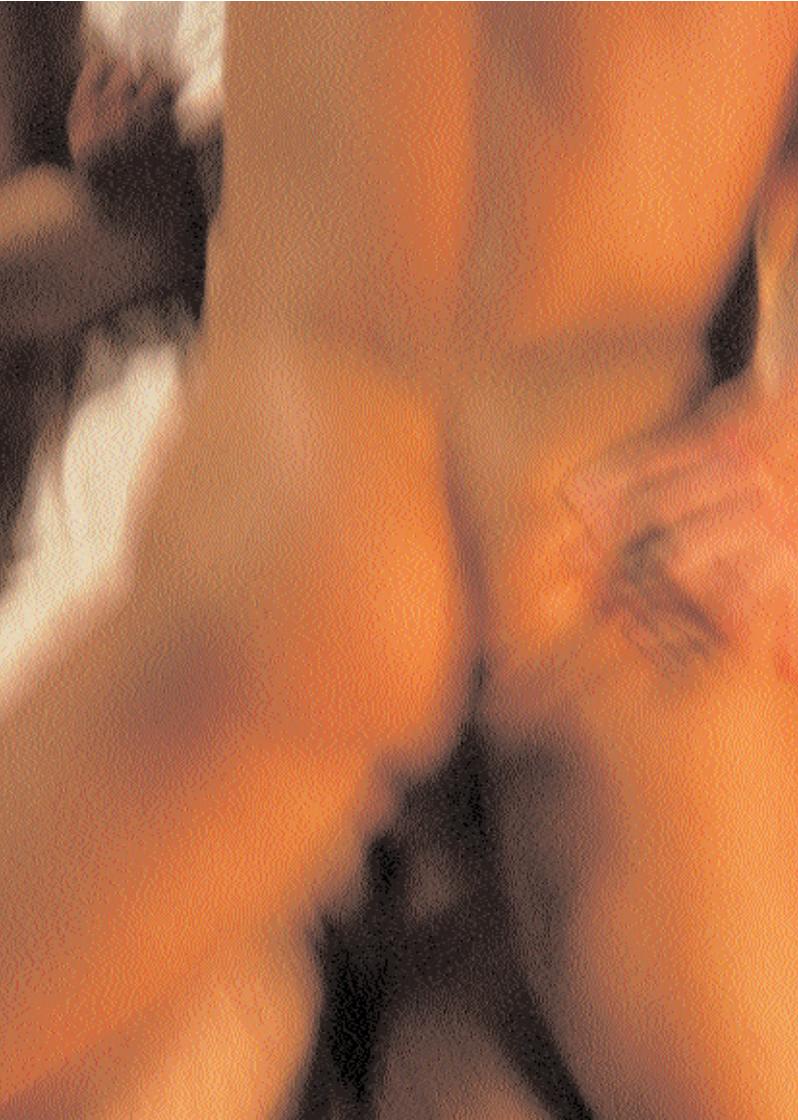
mes avec le temps. Après cette phase qui dure, selon les cas, des années sans signes extérieurs de la maladie, le **stade tertiaire** peut apparaître, avec lésions des organes, destruction des muscles et de la peau. A l'extrême, la maladie entraîne des paralysies, la débilite mentale et la mort. Tous les stades de la syphilis peuvent être guéris s'ils sont traités correctement. Cependant, une fois survenues, les lésions des organes qui se manifestent dans les stades tardifs ne sont pas réversibles!

Chlamydia (infection bactérienne)
Une contamination par cette infection fréquente en Suisse est possible lors de toutes les pratiques sexuelles, lorsque des muqueuses entrent en contact avec des sécrétions/l'agent pathogène infectieux. Le plus souvent, la contamination entraîne une inflammation de l'urètre avec des symptômes semblables à ceux de la gonorrhée, à savoir écoulement par le pénis (mucus clair) ou par le rectum (douleur sourde), brûlures en urinant, etc. En l'absence de traitement, une infection de l'épididyme et de la prostate est possible.

Une inflammation de la muqueuse provoquée par des Chlamydie augmente considérablement le risque de contamination par VIH ou de propagation d'une infection à VIH. Evolue fréquemment sans troubles notables, tout en restant contagieuse. L'infection peut disparaître avec des antibiotiques.

Autres maladies sur lesquelles il vaut la peine d'avoir quelques informations, même si ce ne sont pas à proprement parler des infections sexuellement transmissibles:

L'hépatite C (maladie virale) se transmet presque exclusivement par le sang, par exemple lorsqu'on ne respecte pas les règles du Safer Use lors de la consommation de drogues par voie intraveineuse. La transmission est aussi possible en cas d'usage commun de lames de rasoir ou d'autres pratiques dans lesquelles le sang intervient (p.ex. certaines pratiques sado-masochistes). Autrement, le risque de transmission par voie sexuelle est faible. Les symptômes de l'infection aiguë sont multiples: abat-

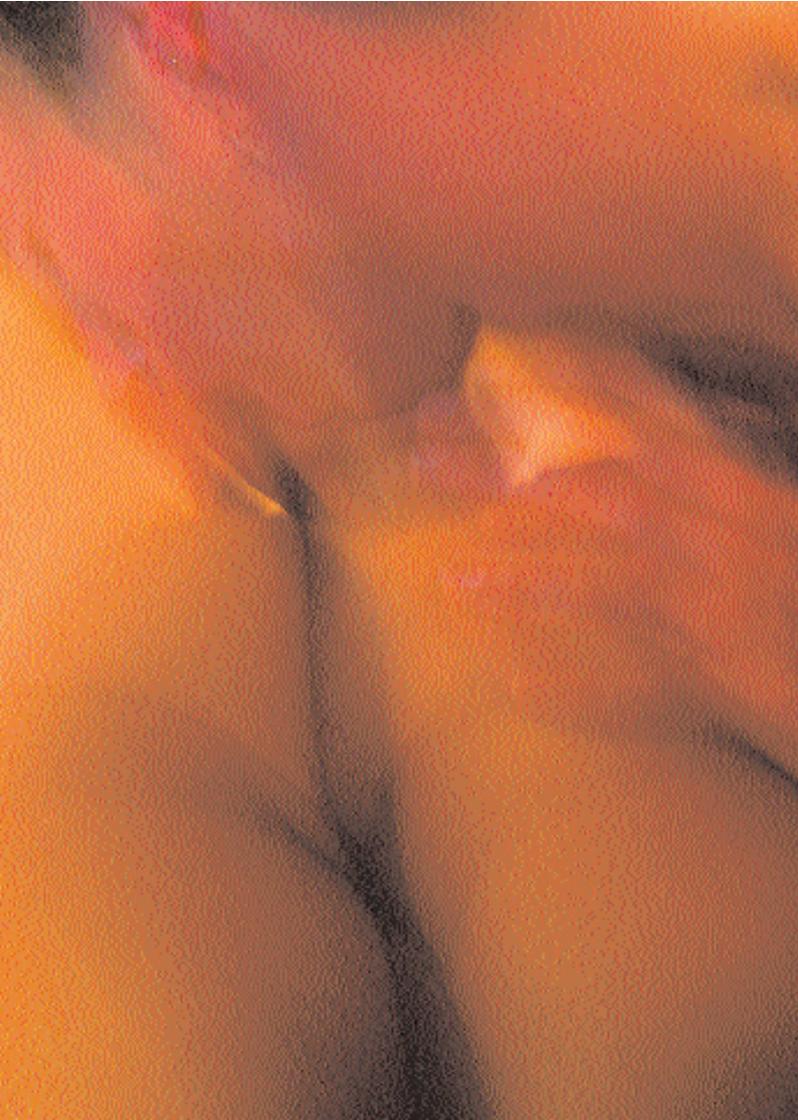


tement, nausée, fièvre, etc. Toutefois, dans environ 75% des cas, l'infection se déroule sans symptômes. Parfois, il se produit ensuite une jaunisse. De plus, une grande partie des infections deviennent chroniques. Dans le pire des cas, l'infection peut mener à des lésions hépatiques graves (cirrhose hépatique) et à la mort par insuffisance hépatique. Les possibilités de traitement actuelles mènent à une guérison dans 60% des cas au maximum. Il n'y a pas, à l'heure actuelle, de vaccin.

Morpions (parasites) La transmission des parasites se fait par contact physique avec des zones atteintes et par les draps et les vêtements. Les morpions provoquent de fortes démangeaisons dans les poils pubiens (les poils des aisselles et les sourcils peuvent aussi être atteints). L'examen attentif permet de voir ces vilains parasites et leurs œufs. Se traite facilement avec des substances chimiques (pommades/shampooings) que l'on trouve dans toute pharmacie. A «traiter en même temps» absolument: draps et vêtements (lavage).

Gale (acariens) La transmission se fait par contact physique étroit. Les symptômes éventuels sont des taches rouges qui démangent fortement, surtout entre les doigts, mais aussi à d'autres endroits du corps. Le traitement s'effectue avec des substances chimiques. Un nettoyage approfondi des draps et des vêtements s'impose.

Mycoses (p.ex. Candida/muguet) Normalement, des champignons colonisent notre estomac et la peau. Les mycoses surviennent le plus souvent en présence d'autres troubles (traitements aux antibiotiques, faiblesses immunitaires, métabolisme hormonal). L'importance de la transmission sexuelle dans l'apparition des infections à champignons est faible. Les symptômes possibles sont des rougeurs, un dépôt blanc à jaunâtre sur les muqueuses ainsi que des démangeaisons. L'infection peut s'étendre au pénis, à l'anus, à l'intérieur de la bouche et, dans des cas graves, à tout le corps. En général, les mycoses se traitent facilement avec des antifongiques.



Tu trouveras des informations supplémentaires sur les maladies sexuellement transmissibles auprès de ton médecin ou auprès de l'Aide Suisse contre le Sida, auprès de ton antenne sida locale ainsi qu'à l'adresse www.drgay.ch, notre site de consultations anonymes et gratuites sur Internet.

Tu peux obtenir les adresses des antennes sida locales auprès de

**Aide Suisse contre le Sida
Postfach 1118
8031 Zurich
Tél 044 447 11 11
www.aids.ch**

Impressum:

Edité par
l'Aide Suisse contre le Sida,
3ème édition 2004

Maquette: Stefan Philipp
shape graphic design gmbh, Zurich

Photos: Felix Bearth
jpg-factory gmbh, Zurich

Impression:
Fotorotar AG, Egg ZH

Commandes:
Tél 044 447 11 13
shop@aids.ch
www.shop.aids.ch

Nous adressons nos vifs remerciements à

Fondation Eduard Aeberhardt,
Zurich, pour le généreux financement de cette brochure.

www.aeberhardt.ch



EDUARD AEBERHARDT-STIFTUNG
ZUR FÖRDERUNG DER GESUNDHEIT

Dr Pietro Vernazza,
Hôpital cantonal St-Gall pour le
contrôle de la partie médicale.
www.infekt.ch

Check Up Köln, Allemagne,
pour l'inspiration quant au contenu
de la brochure.

www.checkup-koeln.de



Cette brochure t'a été remise par:



Compte pour les dons:
PC 80-23678-6 avec mention «Projet MSM»

Le label de qualité du ZEWO garantit que les institutions
affiliées affectent tous les dons au but déclaré.



INFORMATIONS SUR LES MALADIES SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES

LOVE BUGS

Informations sur les maladies sexuellement
transmissibles pour les hommes ayant des re-
lations sexuelles avec d'autres hommes