

SAFE

INFO POUR LES JEUNES SUR LE VIH ET LE SIDA

**LE VIH/LE
SIDA C'EST
QUOI?**

**D'OÙ
VIENT-IL?**

**CONSEILS ET
ASSISTANCE**

**COMMENT ON
L'ATTRAPE,
COMMENT ON
LUI ÉCHAPPE**



Dès le moment où il pénètre dans l'organisme, le VIH, ou virus d'immunodéficience humaine, s'attaque à notre système immunitaire. Le plus souvent, toutefois, ce dernier peut tenir le virus en échec pendant plusieurs années. Dans ce cas, malgré la présence du virus dans le corps, on ne ressent ni ne présente aucun symptôme manifeste; on parle pour cette phase préliminaire d'«infection VIH», et le malade est dit «séropositif». «Séronégatif», en revanche, veut dire qu'aucune réaction au VIH n'a été décelée dans le sang.



A mesure que le virus VIH se multiplie et qu'il affaiblit le système immunitaire, l'organisme perd ses moyens de défense: passé un certain degré de dégradation, on dit d'une personne qu'elle est malade du sida. Alors qu'un système immunitaire intact peut contrôler la plupart des agents infectieux. L'affaiblissement de ses défenses expose le porteur du virus à diverses maladies potentiellement mortelles. Il existe certes aujourd'hui des médicaments capables de freiner la multiplication du virus et d'atténuer sa virulence, mais aucun ne peut le faire disparaître. En clair, le sida est une maladie incurable.



VIRUS **VIH**

où il se loge dans le corps

Le virus VIH est présent dans tout le corps. Heureusement, toutefois, il n'atteint des concentrations élevées que dans le sang, le sperme et les sécrétions vaginales. S'il est présent dans la salive, par exemple, c'est à des concentrations si basses que toute transmission est impossible par ce biais. Les jeux de langue sont donc sans danger.



Sans danger:



Sans danger non plus:

- Les gouttelettes projetées lors d'un éternuement ou d'une quinte de toux, les poignées de mains et les accolades.
- Le partage de la vaisselle/des couverts.
- L'utilisation des W-C publics.
- Les piqûres d'insectes.
- La natation en piscine.
- Le partage de nourriture ou de boissons.
- Les caresses, les câlins, les baisers, les patins.
- Les baisers, y compris avec la langue, sur les seins, le pénis ou la vulve (pour autant qu'aucun sang menstruel n'entre en contact avec la bouche).
- La fellation pour autant qu'il n'y ait pas éjaculation dans la bouche; le cunnilingus, à condition qu'aucun sang (menstruel) n'entre dans la bouche.
- La pénétration vaginale ou anale, pour autant qu'on ait mis un préservatif.

A risque:

- Tout transfert de sang, de sperme ou de sécrétions vaginales d'un individu à l'autre.
- L'injection de drogues au moyen d'aiguilles ou de seringues usagées.
- Toute pénétration vaginale ou anale sans préservatif.
- La fellation/le cunnilingus, lorsque l'éjaculation a lieu dans la bouche ou que du sang (menstruel) entre dans la bouche.



Tout le monde **est** concerné, tout **le monde** doit se protéger

Trois règles simples à suivre absolument pour écarter tout danger. Lors de toute pénétration, qu'elle soit anale ou vaginale, mettre un préservatif. Si l'on se pique, ne le faire qu'avec des seringues et des aiguilles neuves. Pour les gâteries buccales, veiller à ce qu'aucun sperme/sang (menstruel) n'entre dans la bouche du/de la partenaire.

«Il refuse d'en mettre un!»

Beaucoup trop de femmes acceptent encore de faire l'amour «sans», par peur de déplaire à leur partenaire. Or, le sexe sans capote met en danger les deux partenaires. Que les filles ne se laissent plus impressionner par les machos: s'ils y tiennent, c'est bien emballé et protégé que cela se fera, ou alors pas. Et pour les hommes: prendre et faire prendre des risques irraisonnés n'a jamais fait de personne un héros.

Le pouls qui s'affole et les mains moites, on oublie sa raison et les capotes dans le tiroir de sa table de nuit. Or c'est justement quand on s'aime que l'on devrait faire attention.



Amoureux

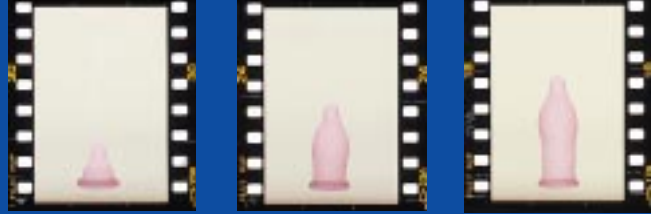


Drogues test VIH

Alcool, joints, extasy, «trips d'enfer»:
la raison est déconnectée, et les pré-
servatifs restent dans un tiroir. Pourtant, que
l'on soit à jeun ou au septième ciel n'y change
rien: le sexe sans latex, c'est trop bête!

Contraception et sida

Le seul moyen de se protéger en même temps
d'une grossesse non désirée et du VIH reste le
préservatif. La pilule et autres moyens contraceptifs,
aussi la pilule du lendemain, empêchent certes
de tomber enceinte, mais pas de contracter le virus,
car le sperme entre dans le corps de la femme.



Le corps réagit à la présence du VIH en produisant des anti-
corps; ce sont ces anticorps que le test VIH a pour mission
de déceler. Or ce n'est que quelques semaines après la
transmission du virus que le corps en a produit suffisam-
ment pour qu'ils puissent être décelés, et le test n'est véri-
tablement fiable que trois mois au moins après une «situa-
tion à risque». Ce test doit obligatoirement être précédé
d'un entretien approfondi avec un professionnel qui, très
souvent, permet de se rendre compte que l'on n'a en fait
pris aucun risque et que le test serait donc superflu. Le test
a pour rôle de déterminer la présence ou non d'anticorps
dans le sang. Négatif = pas d'anticorps, bonne nouvelle. Posi-
tif = anticorps, mauvaise nouvelle. Dans l'attente des résul-
tats, évitez donc toute relation sans protection. Un test né-
gatif malgré un contact à risque ne veut pas dire que l'on soit
doté d'un système immunitaire particulièrement efficace, ni
d'une quelconque protection naturelle contre le virus, mais
seulement qu'on a eu de la chance, c'est tout. Conclusion,
personne n'est à l'abri et le test ne protège pas du virus.

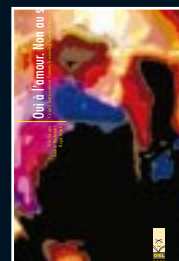


Dans les centres d'information sur le sida, les centres de consultation pour jeunes, les centres de planning familial et les centres d'éducation sexuelle. Pour les numéros de téléphone et les adresses, voir dans l'annuaire. L'Aide suisse contre le sida tient à votre disposition une liste de centres cantonaux et communaux. Voir aussi sur Internet, <http://www.hivnet.ch>

Plus d'info

- ▶ Pour en savoir plus, remplir et envoyer le bulletin ci-joint.
- ▶ Brochure de l'OSL, «Oui à l'amour. Non au sida.» Style jeune, franc, ouvert et sans prudence, 1998, Fr. 4.90.–
- ▶ L'OFSP «HO LES FILLES». Une brochure pour les jeunes filles sur l'adolescence, l'amour, la sexualité, 1997, gratuit
- ▶ Aide suisse contre le sida, «Être Soi-Même». Brochure à l'intention des Jeunes Gays, Bis et Lesbiennes et de leur entourage, 1997, gratuit
- ▶ L'organisation Sida Info Doc Suisse, à Berne, tient à votre disposition quantité d'autres matériels d'information, dont des autocollants et des posters, tél.: 031/318 32 70

A étudier avant de se lancer



- Brochure de l'OSL, «Oui à l'amour. Non au sida.», Fr. 4.90. *
- L'OFSP, «HO LES FILLES», gratuit.
- «Être Soi-Même». Brochure à l'intention des Jeunes Gays, Bis et Lesbiennes et de leur Entourage, 1997, gratuit.

*(plus frais de port et d'emballage).

Nom: _____

Prénom: _____

Rue: _____

NPA/Localité: _____