

# Je connais les modes de transmission du VIH et les moyens d'éviter sa transmission

**Le site du Docteur NGUYEN Ngoc Linh**

Adresse du site : [www.docvadis.fr/ngoclinh-nguyen](http://www.docvadis.fr/ngoclinh-nguyen)



Validé par  
le Comité Scientifique Infectiologie

**La prévention de la transmission du VIH (virus de l'immunodéficience humaine) entre adultes repose essentiellement sur l'utilisation de préservatifs et de seringues stériles à usage unique.**

## **Comment le virus pénètre-t-il dans l'organisme ?**

Le virus est véhiculé par le sang, le sperme, les sécrétions génitales, le lait maternel. Il est présent sous forme dite « libre » ou il est présent à l'intérieur des cellules humaines.

Le virus doit trouver une porte d'entrée : piqûre, relation sexuelle non protégée, blessure profonde de la peau ou des muqueuses, transmission d'une mère séropositive à son enfant pendant la grossesse, transfusion de sang contaminé.

## **Quelles sont les principales situations à risque ?**

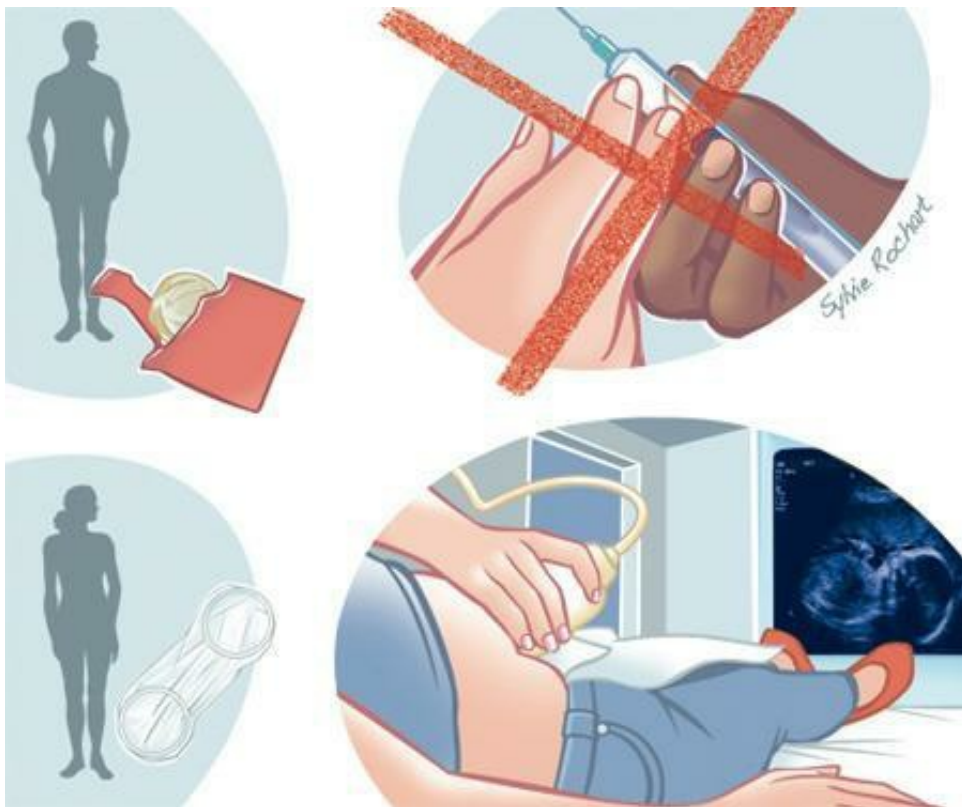
Les relations sexuelles non protégées, hétérosexuelles ou homosexuelles.

Le partage de seringues et de matériel destiné à l'injection de drogue.

Un accident d'exposition professionnel.

Une grossesse non surveillée est une situation à risque de contamination pour l'enfant.

Utilisez toujours un préservatif lors de vos rapports sexuels. Si vous partez à l'étranger, achetez les en France (sigle NF). Si vous êtes concerné(e) par d'autres situations à risques, parlez en avec l'équipe médicale



## **Le préservatif est-il le principal moyen de réduire la transmission sexuelle ?**

La réponse est OUI. Vous devez toujours en utiliser un lors de vos relations sexuelles.

Tous les préservatifs vendus en France subissent des contrôles de qualité établis selon des normes strictes. Vous pouvez les acheter sans ordonnance en pharmacie, dans une grande surface ou dans un distributeur automatique. Vous pouvez aussi vous en procurer dans la plupart des associations de lutte contre le SIDA et dans les centres de dépistage ou de soins.

Le sigle NF sur l'emballage est une garantie de qualité.

Pensez à en mettre dans vos bagages quand vous partez en voyage à l'étranger.

## **Comment doit-on utiliser les préservatifs ?**

Le préservatif masculin se déroule sur le sexe masculin en érection avant toute pénétration. Il faut toujours se retirer immédiatement après avoir éjaculé pour que le préservatif ne glisse pas.

Le préservatif féminin se met à l'intérieur du vagin et peut être mis en place plusieurs heures avant le rapport sexuel.

Dans les 2 cas, les préservatifs doivent être jetés après utilisation.

## **Comment puis-je mettre en pratique cette protection en particulier avec mon partenaire ou mes partenaires ?**

Ce n'est pas toujours facile et vous pourrez en parler avec l'équipe médicale aussi souvent que nécessaire.

Vous pouvez trouver de l'aide auprès d'un sexologue ou d'un psychologue en consultation.

Les groupes de parole de certaines associations de patients peuvent être un soutien pour vous aider à parler de votre sexualité et trouver les mots pour ensuite annoncer votre séropositivité à votre ou vos partenaires.

Le fait d'être séropositif(ve) ne doit pas vous empêcher d'aller vers les autres et de débiter une nouvelle relation affective et sexuelle : la prévention est très efficace.

Vous devez avoir bien compris les modes de transmission du virus : nous sommes là pour en parler avec vous.

Vous pourrez également recevoir de la part de l'équipe médicale des conseils pour mettre correctement les préservatifs masculin et féminin.

Ce dialogue avec les soignants est important car nécessairement individualisé. Vous comprendrez ainsi que les attitudes de prévention s'adaptent à chaque

situation. Elle est différente s'il s'agit d'une relation occasionnelle ou d'une relation durable. Le type et l'efficacité de vos traitements éventuels font partie des paramètres pris en compte pour vous conseiller au mieux.

La sexualité sans risque prend également en compte les autres infections transmises sexuellement.

## **Quels sont les autres moyens d'éviter la transmission du virus ?**

Les personnes qui consomment des drogues doivent utiliser des seringues stériles à usage unique.

L'utilisation généralisée de matériel à usage unique et le respect des règles d'hygiène sont des précautions indispensables.

Si vous êtes séropositive et si vous devenez enceinte, vous devez être prise en charge spécifiquement tout au long de votre grossesse et suivie jusqu'à votre accouchement. Vous serez ensuite suivie avec votre bébé. Un suivi de qualité rend le risque de contamination de l'enfant très faible.

La question de l'allaitement devra faire l'objet d'une consultation.

Les professionnels de santé, dentistes, infirmières, chirurgiens, ont adopté des précautions supplémentaires en termes de protection depuis l'apparition du VIH et appliquent les mêmes mesures pour tous.

Que faire en cas d'« accident » ?

En cas de rapport sexuel non protégé ou de rupture du préservatif ou de contact avec du sang contaminé, la personne exposée doit se rendre au plus vite à l'hôpital, même la nuit. Insistez pour que cette personne se rende aux urgences et accompagnez-la pour l'aider à expliquer la situation.

Le médecin des urgences évaluera le risque infectieux et contactera le médecin référent pour ce type de problèmes.