

LES IST*



**Mieux vaut s'en passer
que se les passer...**

*** Infections Sexuellement Transmissibles**



LES IST

Cette brochure s'adresse à vous, jeunes et moins jeunes, quelles que soient vos pratiques sexuelles.

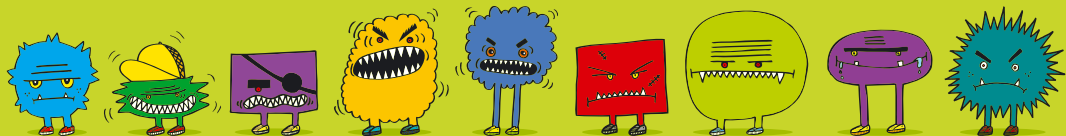
Elle aborde les **Infections Sexuellement Transmissibles** (IST) en gardant à l'esprit que la relation sexuelle est d'abord et avant tout le plaisir d'une rencontre entre deux personnes.

Il est vrai que les IST existent.

Cette brochure n'a pas pour but de faire peur, mais veut montrer que se protéger et faire des dépistages des IST sont des moyens de vivre sa sexualité en toute confiance. Cette brochure t'encourage également à être attentif/ve à ton corps et aux symptômes qui pourraient révéler une IST.

**Prendre soin de soi, de son corps et de sa santé,
ça contribue aussi au plaisir sexuel...**

TABLE DES MATIÈRES



GLOSSAIRE	6	LES PRINCIPALES IST	21
POUR MIEUX COMPRENDRE...	9	▼ Les mycoses féminines et la balanite du gland	21
QU'EST CE QU'UNE I.S.T. ?	10	▼ La chlamydia	22
▼ Comment se transmettent-elles ?	10	▼ L'herpès génital	23
▼ Quels sont les signaux d'alarme ?	12	▼ La syphilis	24
▼ Comment s'en protéger ?	13	▼ La gonorrhée (ou encore « chaude pisse » ou blennorragie)	25
BIEN SE PROTÉGER : MODE D'EMPLOI	15	▼ Le papillomavirus (ou encore les condylomes* ou virus HPV)	26
▼ Pour placer un préservatif masculin	15	▼ L'hépatite B	27
▼ Pour placer un préservatif féminin	16	▼ Le virus du SIDA ou VIH	28
▼ Pour placer une digue dentaire	17	CONTACTS UTILES	30
QUE FAIRE SI TU PENSES AVOIR UNE IST ?	19	▼ Pour s'informer, quelques sites intéressants	30
▼ Et le/la/les partenaire(s) ?	19	▼ Pour s'informer et dépister	31
▼ Consultation-dépistage	19	• Nos adresses	31
		• Centres de référence SIDA	33
		• Centres de dépistage	33
		• Maisons médicales	34

**Si tu n'as pas le temps
de lire toute la brochure,
lis au moins ceci...**

Les Infections Sexuellement Transmissibles (IST) sont les infections, les maladies qui se transmettent par les relations sexuelles, même si il n'y a pas pénétration avec le pénis et même si il n'y a pas éjaculation.*1

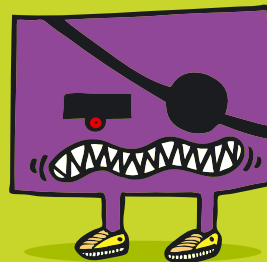
Elles peuvent toucher hommes, femmes, hétérosexuel(le)s, homosexuel(le)s, bisexuel(le)s.

La contamination a lieu lors :

- De la pénétration vaginale par le pénis
- De la pénétration anale par le pénis
- Du cunnilingus* (bouche/vulve)
- De l'anulingus* (bouche/anus)
- De la fellation * (bouche/pénis)
- Des caresses sexuelles avec le sexe, la main

Les IST peuvent aussi se transmettre :

- De la mère à l'enfant



- Par le contact avec du sang infecté
- Par l'échange de seringues usagées
- Par le contact de peau à peau, lorsque tu as des blessures, des boutons ou des plaies sur la peau
- Par la salive (uniquement pour l'hépatite B)

Pour te protéger des IST, utilise :

- Le préservatif masculin ou le préservatif féminin
- La digue dentaire*

Les symptômes des IST peuvent être :

- Des démangeaisons au niveau du sexe ou de l'anus
- Des sensations de brûlure au niveau du sexe ou de l'anus
- Des écoulements inhabituels par le pénis, le vagin ou l'anus
- De la fièvre
- De la fatigue

1 ► Les mots suivis d'un astérisque [*] sont définis dans le glossaire page 6

- Des boutons, des lésions ou des verrues sur le sexe, au niveau de l'anus ou sur tout le corps
- Des saignements en dehors des règles
- Des douleurs dans le bas ventre
- Des ganglions* enflés dans la région de l'aîne (pli entre le bas du ventre et le haut de la cuisse)

Si tu penses avoir une IST :

Parce que tu observes les symptômes décrits et/ou parce que tu as eu des rapports non ou mal protégés et/ou parce que tu as été confronté(e) à une situation à risque (échange de seringues, contact avec le sang d'une autre personne, etc.), tu peux te rendre (seul(e) ou accompagné(e)), le plus rapidement possible :

- Dans un centre de planning familial
- Chez ton médecin traitant ou dans un hôpital
- Dans un centre de dépistage anonyme et gratuit (pour le VIH)
- Dans une maison médicale
- Dans un centre de référence SIDA

Tu peux demander de dépister une, plusieurs ou toutes les IST au cours d'un seul test (généralement une prise de sang et/ou un frottis*).

L'argent ne doit pas être un frein.

N'hésite pas à en parler à la personne que tu consulteras.

Il faut également savoir que les personnes que tu vas consulter sont soumises au secret professionnel. Par conséquent, **tes demandes seront traitées en toute confidentialité, même si tu es mineur(e)**. N'aie donc pas peur de poser toutes tes questions.

Tu trouveras en fin de brochure les coordonnées des différents centres de dépistage.

Si tu te poses des questions plus précises concernant les IST, lis ce qui suit, tu devrais y trouver des réponses

GLOSSAIRE

Les mots suivis de * dans la brochure sont définis dans ce glossaire

ANULINGUS

▶ Faire un anulingus, c'est procurer du plaisir sexuel avec la langue sur l'anus de la/du partenaire.

CARRÉ DE LATEX

▶ Voir digue dentaire.

CHANCRE

▶ Plaie qui ne fait pas mal, sur la peau ou sur les muqueuses*. Le chancre apparaît au premier stade de la syphilis.

CONDYLOME

▶ Sorte de verrue que l'on retrouve au niveau des organes sexuels et/ou au niveau de l'anus.

CONTRACEPTION²

▶ Ensemble des méthodes qui visent à éviter une grossesse. Parmi ces méthodes on retrouve la pilule, le préservatif (masculin et féminin), le stérilet, l'implant contraceptif, l'anneau vaginal, le patch contraceptif.

CUNNILINGUS

▶ Faire un cunnilingus, c'est procurer du plaisir sexuel avec la langue sur le sexe de sa partenaire.

DIGUE DENTAIRE (ou carré de latex*)

▶ Morceau carré de latex qui permet de créer une barrière de latex entre ta bouche et le sexe ou l'anus de ton/ta partenaire, pour te protéger des IST lors d'un cunnilingus ou d'un anulingus. Les digues dentaires ne sont pas toujours faciles à trouver. Elles peuvent être achetées dans certaines pharmacies, dans des sex-shops et parfois dans des centres de prévention, ou bien elles peuvent être fabriquées à l'aide d'un préservatif masculin (voir schéma page 18). La digue dentaire doit être placée sur la vulve au moment du cunnilingus ou sur l'anus au moment de l'anulingus.

ÉJACULATION

▶ Sortie du sperme* par le pénis.

ÉRECTION

▶ Durcissement du pénis (synonyme : bander).

FELLATION

▶ Faire une fellation c'est procurer du plaisir sexuel avec la bouche sur le pénis de son partenaire.

FROTTIS

▶ Prélèvement médical (dans la bouche ou au niveau du sexe) d'un liquide ou de cellules de l'organisme en vue d'examens médicaux approfondis. Le frottis ne fait pas mal.

GANGLION

▶ Petite boule dure sous la peau.

GÉNITAL(E)/GÉNITAUX(ALES)

▶ Qui a trait aux organes sexuels, aux parties sexuelles de l'homme et de la femme (voir schéma ci-après).

GLAND

▶ Bout du pénis.

IMMUNITÉ

▶ Protection du corps contre une maladie, une infection ou un virus.

IVG

▶ Interruption Volontaire de Grossesse (synonyme : avortement).

LÉSION CUTANÉE

▶ Plaie, blessure au niveau de la peau.

MASTURBATION

▶ Procurer du plaisir sexuel avec la/les main(s) au niveau du sexe, à soi-même ou à son/sa partenaire.

MUQUEUSE

▶ Membrane qui recouvre les cavités, les creux du corps qui sont ouverts vers l'extérieur comme la bouche, l'anus, le gland, le vagin, l'œil, etc.

PAPULE

▶ Sorte de bouton généralement de couleur rouge, qui ressort de la peau et qui ne contient pas de liquide.

PÉNÉTRATION VAGINALE

▶ Action d'introduire le pénis ou autre chose dans le vagin de sa partenaire.

PÉNÉTRATION ANALE

▶ Action d'introduire le pénis ou autre chose dans l'anus de son/sa partenaire.

PRÉLÈVEMENT URÉTRAL

▶ Consiste à recueillir les sécrétions à l'intérieur du conduit par lequel sort l'urine (l'urètre*), avec un très fin coton-tige par exemple, afin de faire une analyse de ces sécrétions.

RÉCIDIVE

▶ (Dans le cas qui nous concerne) réapparition d'une maladie après sa guérison.

RECTUM

▶ Dernière partie du gros intestin qui se termine à l'anus.

SÉCRÉTIONS PRÉ-ÉJACULATOIRES

(ou liquide séminal)

▶ Liquide transparent qui sort par le pénis pendant l'excitation et avant l'éjaculation*. Ce liquide contient des spermatozoïdes, ce qui fait qu'il y a un risque de grossesse même s'il n'y a pas d'éjaculation.

SÉCRÉTIONS VAGINALES

▶ Liquide qui sort par le vagin, notamment lors du rapport sexuel.

SÉROPOSITIVITÉ

▶ Dans le langage courant, une personne séropositive est une personne atteinte du virus du SIDA (le virus VIH), qui peut transmettre ce virus, mais qui n'a pas encore atteint le stade du SIDA*. Durant la séropositivité, le virus du SIDA continue à se développer dans le corps, malgré l'absence de symptômes, pour finalement amener la personne au stade du SIDA* déclaré. Il faut savoir que dès qu'une personne est séropositive, elle le restera toute sa vie.

SPERME

▶ Liquide blanc expulsé par le pénis lors de l'éjaculation* et qui contient des spermatozoïdes.

STADE DU SIDA

▶ Correspond au moment où le corps est tellement affaibli par le virus du VIH, qu'il ne peut plus se défendre contre les infections,

les virus, les bactéries extérieures. A ce stade, des infections, voire même des cancers, se déclarent.

SYNDROME

▶ Ensemble de symptômes, de signes liés à une maladie.

SYSTÈME IMMUNITAIRE

▶ Protège notre corps contre les maladies, les infections, les virus. Le système immunitaire combat l'infection pour maintenir le corps en bonne santé.

TEST DE DÉPISTAGE

▶ Examen médical (prise de sang, frottis*, analyse des urines, examen du corps) en vue de détecter la présence d'une IST.

URÈTRE

▶ Canal qui part de la vessie et par lequel l'urine passe.

UTÉRUS

▶ Organe féminin creux dans lequel l'embryon se développe pendant la grossesse.

VÉSICULE

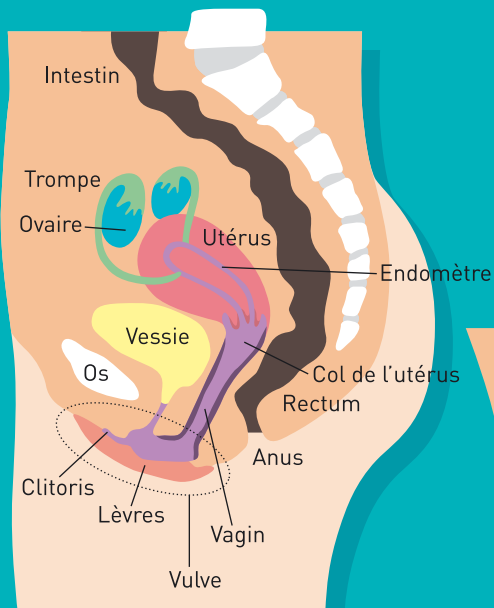
▶ Bouton de petite taille, rempli de liquide et qui apparaît notamment dans l'herpès génital.

VULVE

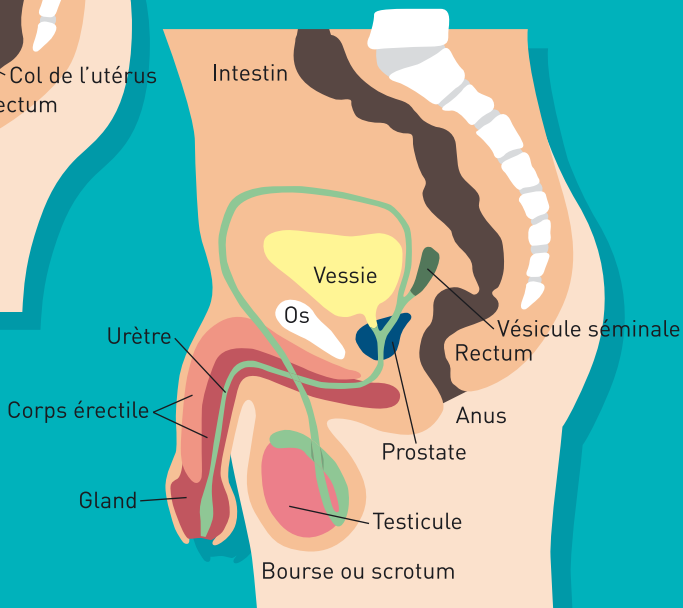
▶ Comprend les petites et grandes lèvres, ainsi que l'entrée du vagin.

POUR MIEUX COMPRENDRE...

× APPAREIL GÉNITAL DE LA FEMME



× APPAREIL GÉNITAL DE L'HOMME



QU'EST CE QU'UNE I.S.T. ?

Les IST, **Infektions Sexuellement Transmissibles**, c'est l'ensemble des infections et maladies qui peuvent être transmises lors des pratiques sexuelles (avec ou sans pénétration par le pénis, avec ou sans éjaculation*3).

Les IST touchent les hommes et les femmes, qu'ils/elles soient homosexuel(le)s, hétérosexuel(le)s ou bisexuel(le)s.

COMMENT SE TRANSMETTENT-ELLES ?

Comme leur nom l'indique, les IST se transmettent **lors des relations sexuelles** (caresses sexuelles avec la main, le sexe ou autre partie du corps; pénétration vaginale* ou anale* avec le pénis; fellation*; anulingus*; cunnilingus*; échanges d'objets sexuels), mais pas seulement...

Plusieurs d'entre elles se transmettent **de la mère à l'enfant**, généralement lors de l'accouchement.

Elles peuvent aussi se transmettre **par le sang** :

« Je ne peux attraper une IST que lorsqu'il y a pénétration »

FAUX

Certaines IST se transmettent lors de la fellation, du cunnilingus ou encore de l'anulingus, par le contact entre :

- ➔ La bouche et le sperme.
- ➔ La bouche et les sécrétions pré-éjaculatoires.
- ➔ La bouche et les sécrétions vaginales ou anales.

« Mon copain se retire avant d'éjaculer, je ne peux donc pas attraper d'IST »

FAUX

Tu peux attraper une IST même lors d'un rapport sexuel sans éjaculation car lors du rapport et avant l'éjaculation, il sort du pénis un liquide que l'on appelle liquide pré-éjaculatoire* (ou liquide séminal). Ce liquide transmet les IST. En plus, il contient des spermatozoïdes. Tu peux donc tomber enceinte même si ton copain se retire.

3 ► Les mots suivis d'un astérisque (*) sont définis dans le glossaire page 6

- Utilisation d'aiguilles non stérilisées et qui ont été utilisées sur des personnes infectées, pour des tatouages ou piercings.
- Utilisation d'aiguilles qui ont été utilisées par des personnes infectées pour des injections de drogue.
- Utilisation d'objets quotidiens tels que des rasoirs, des brosses à dents, des coupe-ongles, des serviettes et gants de toilette, etc. qui ont été en contact avec le sang d'une personne infectée.

Enfin, le contact **de peau à peau** (en particulier le contact avec les plaies ou boutons causés par certaines IST sur la peau) peut également transmettre certaines infections sexuellement transmissibles.

Dans la plupart des IST, il faut une « porte d'entrée » dans le corps pour être contaminé. Ce qui veut dire qu'il faut faire attention à ce que les sécrétions vaginales*, anales, pré-éjaculatoires*, le sperme*, le sang de ton/ta/tes partenaire(s) n'entrent pas en contact avec :

- **Tes parties génitales* et anales.**
- **Ta bouche.**
- **Une plaie au niveau de ta peau** (sur ton corps en général, dans ta bouche, sur ton sexe ou encore sur tes mains).

(Note bien, si tu as du sang contaminé sur

+ BON À SAVOIR

Deux autres appellations sont parfois utilisées : maladies vénériennes et Maladies Sexuellement Transmissibles [MST]. Aujourd'hui, le terme « maladies » a été remplacé par « infections » car l'on peut être infecté et contagieux sans manifester de symptômes et donc sans se sentir malade.

« Je peux attraper une IST en faisant un cunnilingus »

VRAI

Certaines IST se transmettent par le liquide qui sort du vagin et donc lors d'un cunnilingus non protégé. Pour te protéger, tu peux utiliser la digue dentaire*. Tu trouveras dans les pages suivantes un « mode d'emploi ».

« J'ai fait une fellation à mon partenaire. Il n'a pas éjaculé. Je n'ai donc pas pu attraper une IST »

FAUX

Tu peux attraper une IST même si ton copain n'éjacule pas lors de la fellation, car pendant l'excitation et avant l'éjaculation, le liquide pré-éjaculatoire (ou liquide séminal) sort du pénis. Ce liquide transmet les IST.

les mains, mais que celles-ci ne présentent pas de plaie, de coupure ou de blessure, le risque de contamination est faible).

Tu dois donc faire attention à ne pas avoir de blessure sur les mains ou sur les doigts lorsque tu masturbes ton/ta/tes partenaire(s) (pénétration vaginale, anale avec les doigts, masturbation* du pénis). Tu dois aussi faire attention à ce qu'il n'y ait pas de plaie au niveau de ta bouche et au niveau du pénis, de la vulve* ou de l'anus de ton/ta/tes partenaire(s), lorsque tu fais une fellation*, un cunnilingus* ou encore un anulingus*.

QUELS SONT LES SIGNAUX D'ALARME ?

Les signaux d'alarme peuvent être multiples, mais parfois ils peuvent aussi être invisibles. C'est pourquoi il est important, après une prise de risque (rapport sexuel non ou mal protégé, échange de seringues, contact avec le sang d'une personne) ou au commencement d'une relation de couple, de faire un dépistage des IST par une prise de sang, un frottis* vaginal ou encore un prélèvement urétral*.

Lorsqu'ils sont présents, les signaux d'alarme peuvent être :

➔ **Des démangeaisons au niveau des parties génitales* ou de l'anus.**

« Je suis en train de me soigner pour une IST, je ne dois donc plus mettre de préservatif, je ne suis plus contagieux »

FAUX

Tant que la maladie n'est pas guérie et que le traitement n'est pas terminé, tu dois continuer à te protéger. Pourquoi ? Parce que, de un, le fait d'avoir une IST peut te rendre plus sensible et plus fragile face aux autres IST. Tu peux donc en attraper d'autres plus facilement. De deux, tu dois également protéger ton/ta/tes partenaire(s) parce que même si tu te soignes, tu peux encore transmettre le virus.

« J'ai déjà eu une IST, je suis donc immunisé contre elle »

FAUX

Même si tu as déjà eu une IST tu n'es pas immunisé contre elle. Tu peux l'attraper à nouveau (et parfois de façon plus virulente) si tu ne te protèges pas. Pour éviter cela, il faut utiliser un préservatif (masculin ou féminin) et/ou une digue dentaire.

- ➔ **Des sensations de brûlure au niveau des parties génitales* ou de l'anus.**
- ➔ **Des écoulements inhabituels par le pénis, le vagin ou l'anus.**
- ➔ **De la fièvre.**
- ➔ **De la fatigue.**
- ➔ **Des boutons, des lésions ou des verrues sur les parties génitales*, au niveau de l'anus ou sur tout le corps.**
- ➔ **Des saignements en dehors des règles.**
- ➔ **Des douleurs dans le bas ventre.**
- ➔ **Des ganglions* enflés dans la région de l'aîne** (pli entre le bas du ventre et le haut de la cuisse).

Rassure-toi, ce n'est pas parce que tu as certains de ces symptômes que tu as attrapé une maladie grave et incurable, mais ils doivent t'encourager à consulter un médecin, car plus tôt est dépistée l'IST, mieux elle est traitée. La plupart des IST se soignent d'ailleurs assez facilement sans laisser de séquelles.

COMMENT S'EN PROTÉGER ?

Tu peux te protéger des IST en utilisant :

✕ **Le préservatif masculin OU le préservatif féminin** (il ne faut jamais utiliser ces deux préservatifs en même temps !). Pour éviter que le préservatif masculin ne se déchire, il est parfois

+ BON À SAVOIR

Si tu prends des médicaments pour soigner une IST, tu dois les prendre jusqu'au bout, parce que même si les symptômes ont disparu, l'infection peut encore être présente. Si c'est le cas et que tu arrêtes le traitement, la maladie se renforcera car elle n'aura pas été totalement éliminée. Si tu te soignes, il faut aussi que ton/ta/tes partenaire(s) se soigne(nt) en même temps que toi s'ils/elles sont infecté(e)s, pour éviter de vous recontaminer mutuellement en cas de rapport non protégé.

« **J'ai une relation sérieuse avec ma copine et on a envie de ne plus mettre de préservatif. On peut faire un dépistage des IST** »

VRAI

Si toi et ta copine n'avez pas de relations sexuelles (non protégées notamment) avec d'autres personnes, vous pouvez envisager d'arrêter le préservatif, mais avant il est vivement conseillé de faire un dépistage. Toi et ta copine pouvez le faire à partir de 3 mois après le dernier rapport non protégé avec un(e) autre partenaire, parce que le dépistage du SIDA n'est sûr à 100% que 3 mois après le rapport sexuel non protégé. Il est donc important d'utiliser un préservatif au moins pendant les 3 premiers mois de la relation et ensuite de faire le dépistage avant d'arrêter le préservatif. Tu trouveras à la fin de la brochure les centres auxquels tu peux t'adresser pour faire un dépistage.

conseillé d'enduire l'extérieur avec un lubrifiant à base d'eau uniquement (éviter donc vaseline, savon, pommade, huile, etc.). Tu peux parfois être gêné(e) de sortir un préservatif ou de demander à ton partenaire d'en mettre un. Tu as peur de ce qu'il/elle pourrait penser. Mais sache que la personne avec qui tu as une relation sexuelle peut ressentir la même chose et peut donc être soulagée que tu proposes une protection. Il s'agit de te protéger toi-même mais aussi de protéger ton/ta partenaire.

✘ **La digue dentaire*** ou carré de latex* pour les rapports sexuels buccaux (voir le mode d'emploi dans les pages qui suivent).

✘ **Le vaccin :** Seulement pour l'hépatite B et le papillomavirus.

✘ **Hygiène intime :** En plus de l'utilisation de préservatifs et de digues dentaires, il est important d'avoir une bonne hygiène, grâce à une toilette intime journalière.

Attention, il ne faut pas laver l'intérieur du vagin car cela fragilise la protection naturelle du vagin contre les infections.

+ BON À SAVOIR

Les moyens de contraception* tels que la pilule, l'anneau vaginal, le patch, le stérilet, l'implant ne protègent pas des IST mais seulement des grossesses non désirées (la brochure de la Mutualité Socialiste reprenant les différents moyens de contraception et leur utilisation, est disponible via le site www.mutsoc.be).

De même, le coït interrompu (le fait de se retirer avant l'éjaculation) n'empêche pas la transmission des IST car le liquide pré-éjaculatoire* (ou liquide séminal) transmet les infections.

« Il n'y a aucun moyen de se protéger des IST lors d'un cunnilingus ou d'un anulingus »

FAUX

Il existe ce que l'on appelle la digue dentaire. Il s'agit d'un carré de latex sur lequel tu mets ta bouche pour qu'elle ne touche pas le sexe ou l'anus de ton/ta partenaire. Tu trouveras dans les pages qui suivent le « mode d'emploi » de la digue dentaire (ou carré de latex).

« Le préservatif féminin protège des IST en plus d'être un moyen de contraception »

VRAI

Le préservatif féminin te protège des IST lors de la pénétration vaginale et aussi des grossesses non désirées. Tu trouveras dans les pages suivantes comment bien utiliser le préservatif féminin.

BIEN SE PROTÉGER : MODE D'EMPLOI

Dès que tu utilises un préservatif (féminin ou masculin), tu dois faire attention à ne pas le toucher avec les ongles ou une bague, et à ne pas ouvrir l'emballage avec les dents ou des ciseaux, afin de ne pas l'abimer. Un préservatif abimé (fendu, poreux, troué) est un préservatif inefficace.

POUR PLACER UN PRÉSERVATIF MASCULIN

Pour pouvoir mettre le préservatif, le pénis doit être en érection*.

- 1 Placer le préservatif enroulé sur le bout du pénis et pincer avec deux doigts l'extrémité du préservatif pour chasser l'air du réservoir.
- 2 Dérouler le préservatif sur le pénis

en érection* jusqu'à sa base (contre le bas du ventre).

- ➔ Pour les préservatifs non lubrifiés, lubrifier l'extérieur du préservatif à l'aide d'un lubrifiant à base d'eau (car les corps gras comme la vaseline, le beurre, l'huile, la pommade, etc. abiment le préservatif), pour éviter qu'il ne se déchire.
- ➔ Immédiatement après le rapport sexuel (vaginal, anal ou oral), retenir le préservatif à la base du pénis (contre le bas du ventre) et se retirer (du vagin ou de l'anus).
- 3 Jeter le préservatif à la poubelle après l'avoir fermé avec un nœud.

Tu peux évidemment t'entraîner tout seul chez toi à mettre un préservatif. Parfois on est un peu nerveux lors de la première

1



2



3



+ BON À SAVOIR

Tu dois faire attention à ne pas laisser traîner le préservatif à la chaleur, au soleil, dans un sac ou dans une poche parce qu'il risquerait de s'abîmer et donc de ne plus te protéger à 100%.

Avant d'enfiler le préservatif masculin, vérifie que la date de péremption écrite à l'arrière de l'emballage n'est pas dépassée. Vérifie aussi que le sigle CE, qui est une norme de qualité, se trouve bien sur l'emballage. Tu peux te procurer les préservatifs masculins dans une pharmacie, dans un centre de planning familial, dans un sex-shop ou dans un grand magasin. Si tu veux plus de discrétion ou si tu ne veux pas t'adresser à quelqu'un, des distributeurs automatiques sont disposés dans certaines rues généralement près des pharmacies ou dans certains cafés.

relation sexuelle et le fait de s'être entraîné évite que le préservatif devienne une source de stress.

POUR PLACER UN PRÉSERVATIF FÉMININ

Le préservatif féminin peut être inséré dans le vagin jusqu'à huit heures avant le rapport sexuel. Tu peux acheter des préservatifs féminins dans une pharmacie, mais attention la plupart des pharmacies n'en ont pas de stock, il faut donc les commander (entre 2€ et 3€ pièce - vendus par trois).

Le préservatif féminin s'insère soit debout avec un pied sur une chaise, soit assise ou couchée avec les jambes entrouvertes.

Concrètement :

- 1 Avec une main, resserrer l'anneau à l'extrémité fermée du préservatif.
- 2 Avec l'autre main, écarter les lèvres externes du vagin et avec la première main, insérer le préservatif dans le vagin comme un tampon.
- 3 Pousser l'anneau du préservatif le plus loin possible dans le vagin, avec le doigt.





+ BON À SAVOIR

Le préservatif, masculin ou féminin, ne s'utilise qu'une seule fois.

Il ne faut jamais mettre deux préservatifs (deux préservatifs masculins sur un même pénis ou un préservatif masculin et un préservatif féminin utilisés en même temps).

- L'anneau externe du préservatif féminin (à l'extrémité ouverte du préservatif) doit rester à l'extérieur du vagin. Lubrifier l'intérieur du préservatif peut aider à ce qu'il reste bien en place pendant la pénétration.
- Au moment de la pénétration, s'assurer que le pénis s'insère bien dans le préservatif et non à côté.
- 4 Au moment de retirer le préservatif, tordre l'anneau situé à l'extérieur du vagin de façon à éviter les fuites de sperme. Jeter le préservatif utilisé à la poubelle.

POUR PLACER UNE DIGUE DENTAIRE

Tu peux acheter des digues dentaires* dans certaines pharmacies, dans des sex-shops et parfois dans des centres de prévention.

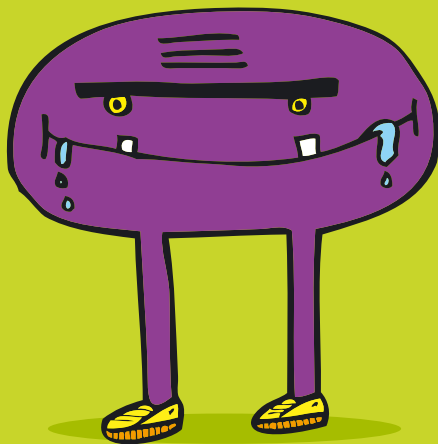
Concrètement :

- Placer la digue dentaire sur la vulve* ou l'anus de ton/ta partenaire.
- Pendant le cunnilingus* ou l'anulingus*, maintenir la digue dentaire en place avec les deux mains sans la tendre. Il faut absolument tenir la digue dentaire avec les mains, sinon elle risque de bouger et donc d'être moins efficace.
- Ne pas retourner la digue dentaire pendant le rapport sexuel.
- Jeter la digue dentaire à la poubelle après son utilisation.
- Utiliser une nouvelle digue dentaire à chaque nouveau rapport sexuel. Elle ne s'utilise qu'une seule fois !

La digue dentaire peut être fabriquée à partir d'un préservatif masculin. Tu peux le faire toi-même en 30 secondes et sans difficulté. Tu as besoin d'une paire de ciseaux et d'un préservatif masculin.

Voici comment faire :

- 1 Sors soigneusement le préservatif de son emballage et déroule-le.
- 2 Coupe le bout et la base du préservatif et coupe-le aussi dans le sens de la longueur.
- 3 Déroule le tube en une feuille rectangulaire.
- 4 La digue dentaire est prête. Pose-la sur la vulve ou l'anus de ton/ta partenaire, ta bouche venant sur le côté non lubrifié de la digue.



QUE FAIRE SI TU PENSES AVOIR UNE IST ?

Dès qu'une personne est infectée elle peut transmettre l'infection. Par conséquent, si tu penses avoir une IST, protège-toi encore plus et parles-en à un médecin traitant ou dans un hôpital. Si tu préfères, tu peux contacter un centre de planning familial ou un centre de dépistage (voir les coordonnées en fin de brochure). Ces professionnels pourront évaluer avec toi les risques de contamination et t'orienter au mieux pour un test de dépistage.

ET LE/LA/LES PARTENAIRE(S) ?

Si tu penses avoir une IST ou si ton test de dépistage est positif, parles-en également à tous les partenaires récents avec lequel(le)s tu as eu des rapports sexuels non ou mal protégés, afin qu'ils/elles puissent consulter un médecin, même si ils/elles ne présentent aucun symptôme. Tu ne dois peut-être pas prévenir tous tes partenaires jusqu'au premier. Pour le savoir demande à ton médecin depuis quand peut remonter la transmission.

CONSULTATION-DÉPISTAGE

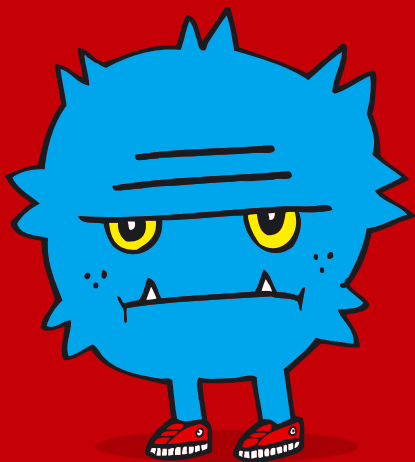
La plupart des IST se guérissent assez rapidement si elles sont dépistées à temps, excepté le SIDA qui se traite mais ne se guérit pas.

Le dépistage doit absolument être fait après une prise de risque (rapport sexuel non protégé, problème de préservatif qui se déchire ou qui reste dans le vagin, échange de seringues, contact avec le sang d'une personne) ou lorsque des symptômes apparaissent (voir point « Quels sont les signaux d'alarme ? »).



Il peut également être fait au début d'une nouvelle relation ou avant d'arrêter le préservatif ou encore avant d'avoir un enfant.

La consultation d'un professionnel ou le dépistage sont des comportements responsables. Tu ne dois pas avoir peur de passer la porte d'un centre ou d'un hôpital. Tu n'es pas le/la seul(e) dans le cas. En plus, le dépistage peut te permettre d'être rassuré(e) sur ta santé et donc d'avoir une vie sexuelle épanouie, sans stress mais toujours en toute sécurité. Toutefois le dépistage ne te protège pas contre les IST ! Continue donc à utiliser un préservatif (masculin ou féminin) ou une digue dentaire* si ton/ta partenaire n'a pas fait de dépistage.



« Le préservatif s'est déchiré. Je peux aller faire un dépistage dès demain »

VRAI FAUX

Pour le dépistage du SIDA, il est nécessaire d'attendre 3 mois pour que le résultat soit sûr à 100%. Donc, en attendant les 3 mois protège-toi encore plus ! Pour les autres IST, tu peux faire le dépistage le plus vite possible car plus vite l'IST est dépistée, mieux elle est traitée. Tu trouveras à la fin de la brochure les centres auxquels tu peux t'adresser pour faire un dépistage.

« Je pense avoir une IST. Je peux aller faire un dépistage dans un centre de planning familial »

VRAI

Quelle que soit ta situation tu peux faire un dépistage dans un planning familial. Si tu as des problèmes d'argent et/ou si tu ne veux pas recevoir les résultats chez toi parce que tu habites chez tes parents par exemple, parles-en au professionnel qui te reçoit pour trouver une solution. Tu peux également te rendre dans d'autres centres pour faire le dépistage :

- ➔ Centre de référence SIDA
- ➔ Centre de dépistage anonyme et gratuit
- ➔ Maison médicale
- ➔ Chez un médecin traitant ou dans un hôpital

Tu trouveras les adresses à la fin de la brochure.

LES PRINCIPALES IST

Les tableaux suivants sont là pour t'aider à dépister en un seul coup d'œil les symptômes que tu pourrais présenter. Ils te permettent également de percevoir rapidement comment se transmettent les différentes IST et comment t'en protéger.

▶ LES MYCOSES FÉMININES ET LA BALANITE DU GLAND

Symptômes

✗ Chez la femme et chez l'homme

Démangeaisons, rougeurs, brûlures, douleurs, ou irritations au niveau des parties génitales*

✗ Chez la femme

Pertes vaginales blanches, épaisses, crémeuses

✗ Chez l'homme

Inflammation du gland*, écoulement sous le prépuce (peau qui recouvre le gland* du pénis), gonflement ou petites taches au niveau génital*

Transmission

- ✗ Pénétration vaginale* avec le pénis
- ✗ Pénétration anale* avec le pénis
- ✗ Fellation*
- ✗ Cunnilingus*
- ✗ Anulingus*
- ✗ Caresses sexuelles sans pénétration avec le pénis
- ✗ Avec ou sans éjaculation*

Dépistage

- ✗ Examen médical
- ✗ Frottis*/prélèvement vaginal
- ✗ Frottis*/prélèvement au niveau du pénis

Traitement

- ✗ Médicaments appropriés (antimycotiques)
- ✗ Crème adaptée aux parties génitales*

Protection

- ✗ Préservatif féminin
- ✗ Préservatif masculin



▶ LA CHLAMYDIA

Symptômes

Souvent inexistants

(risque d'infection du/de la partenaire sans le savoir)

Parfois :

- ✗ Pertes vaginales anormales (jaunâtres, malodorantes) ou pertes de sang par le vagin
- ✗ Écoulement d'un liquide jaune du pénis
- ✗ Écoulement par l'anus
- ✗ Sensation de brûlure en urinant
- ✗ Douleurs dans le bas du ventre
- ✗ Douleurs au niveau des testicules
- ✗ Rougeurs des muqueuses* (vagin, anus, gorge)
- ✗ Fièvre
- ✗ Démangeaisons

Transmission

- ✗ Pénétration vaginale* avec le pénis
- ✗ Pénétration anale* avec le pénis
- ✗ Fellation*
- ✗ Cunnilingus*
- ✗ Anulingus*
- ✗ Caresses sexuelles sans pénétration avec le pénis
- ✗ Avec ou sans éjaculation*
- ✗ De la mère à l'enfant lors de l'accouchement

Dépistage

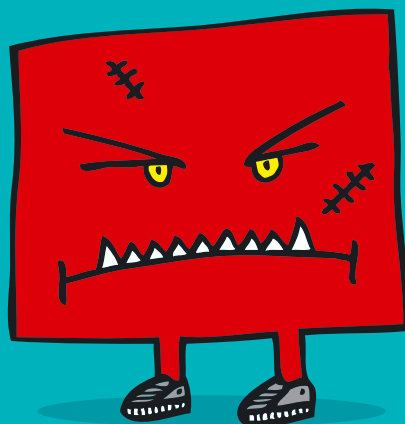
- ✗ Examen médical
- ✗ Frottis*
- ✗ Prélèvement urinaire

Traitement

- ✗ Antibiotiques

Protection

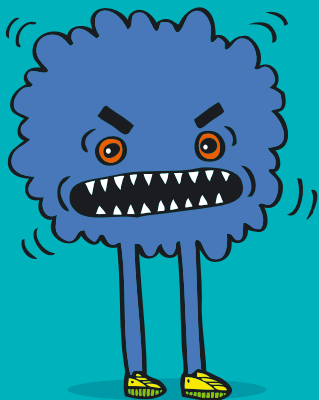
- ✗ Préservatif féminin
- ✗ Préservatif masculin
- ✗ Digues dentaires* ou carré de latex*



▶ L'HERPÈS GÉNITAL

Symptômes

- ✗ Démangeaisons, sensations de brûlure, picotements au niveau génital*
- ✗ Douleurs en urinant
- ✗ Rougeurs au niveau génital*
- ✗ Bouton (sorte de bouton de fièvre sur les parties génitales*), cloques, vésicules* au niveau génital* (qui, lorsqu'elles se rompent, provoquent des petites plaies très douloureuses)



Transmission

- ✗ Contact de peau à peau avec les boutons, cloques causés par l'herpès génital (au niveau de la vulve*, du pénis, de l'anus)
- ✗ Pénétration vaginale* avec le pénis
- ✗ Pénétration anale* avec le pénis
- ✗ Fellation*
- ✗ Cunnilingus*
- ✗ Anulingus*
- ✗ Caresses sexuelles sans pénétration avec le pénis
- ✗ Avec ou sans éjaculation*
- ✗ De la mère à l'enfant (grossesse ou lors de l'accouchement)
- ✗ Du sexe à la bouche et inversement (herpès à la bouche/herpès génital*)

Dépistage

- ✗ Prise de sang en précisant la volonté de dépister l'herpès génital
- ✗ Prélèvements sur les lésions cutanées*

Traitement

- ✗ Aucun traitement définitif (l'herpès reviendra)
- ✗ Médication appropriée qui limite les symptômes et les récurrences*

Protection

- ✗ Abstinence durant la phase contagieuse
- ✗ Préservatif masculin
- ✗ Préservatif féminin
- ✗ Éviter tout contact avec les lésions cutanées* (par exemple en recouvrant les cloques avec un sparadrap)

+ BON À SAVOIR

L'herpès est un virus qui, une fois contracté, reste à vie dans l'organisme. Sous l'influence de certains facteurs (stress, soleil, règles, fatigue, état grippal, fluctuation hormonale,...), l'herpès va réapparaître. Ces récurrences* se succèdent tout au long de la vie.



▶ LA SYPHILIS

Symptômes

Apparition en 3 stades :

✗ Stade 1

Apparition d'un chancre*
(petite plaie qui ne fait pas mal)
sur la peau ou les muqueuses*
(intérieur de la bouche, grandes
et petites lèvres, pénis, gland*,
testicules, clitoris, vagin, vulve*,
anus, rectum*, tétons,...)

✗ Stade 2

(Entre 10 semaines et 6 mois
après l'apparition du chancre)
éruption de boutons, lésions,
papules* sur la peau
et les muqueuses*

✗ Stade 3

(10 à 15 ans après l'apparition du
chancre et si pas de traitement)
dommages importants au cœur,
au cerveau, au foie et à la peau,
perte de vision, mort

Transmission

- ✗ Contact avec le chancre*
- ✗ Contact direct avec les boutons,
les plaies de la peau au stade 2
- ✗ Pénétration vaginale*
avec le pénis
- ✗ Pénétration anale*
avec le pénis
- ✗ Fellation*
- ✗ Cunnilingus*
- ✗ Anulingus*
- ✗ Caresses sexuelles
sans pénétration avec le pénis
- ✗ Avec ou sans éjaculation*
- ✗ Voie sanguine (partage de
seringues, utilisation d'objets
mis en contact avec le sang
d'une personne infectée
tels que des rasoirs, etc.)
- ✗ De la mère à l'enfant

Dépistage

- ✗ Examen médical
- ✗ Prise de sang

Traitement

- ✗ Antibiotiques aux stades 1 et 2

Protection

- ✗ Éviter tout contact
avec le chancre*
- ✗ Éviter tout contact entre les
muqueuses* d'une personne
saine et celles d'une personne
infectée
- ✗ Préservatif masculin
- ✗ Préservatif féminin
- ✗ Digue dentaire*
ou carré de latex*
- ✗ Éviter tout contact avec le sang
d'une personne infectée
- ✗ Éviter tout contact avec des
objets qui ont été contaminés
par le sang d'une personne
infectée
- ✗ Éviter tout contact avec les
boutons, les lésions* de la
peau, au stade 2

+ BON À SAVOIR

Le chancre disparaît de lui-même entre 3 et 8 semaines après son apparition, mais cela ne signifie pas que l'IST est guérie. L'infection est toujours là et la personne reste contagieuse. Pourtant, le résultat d'un test sanguin de dépistage est souvent négatif à ce stade.

Une personne atteinte de la syphilis n'est contagieuse « que » dans les deux premiers stades de la maladie.

▶ LA GONORRHÉE (ou encore « chaude pisse » ou blennorragie)

Symptômes

- ✗ Parfois, aucun symptôme
- ✗ Pertes vaginales jaunes verdâtres/écoulement jaunâtre du pénis
- ✗ Douleurs ou saignements au vagin/ douleurs ou gonflement aux testicules
- ✗ Sensation de brûlure en urinant
- ✗ Douleurs, saignements ou écoulement à l'anus
- ✗ Douleurs, gonflement à la gorge

Transmission

- ✗ Pénétration vaginale* avec le pénis
- ✗ Pénétration anale* avec le pénis
- ✗ Fellation*
- ✗ Cunnilingus*
- ✗ Anulingus*
- ✗ Caresses sexuelles sans pénétration avec le pénis
- ✗ Avec ou sans éjaculation*
- ✗ De la mère à l'enfant lors de l'accouchement

Dépistage

- ✗ Examen médical
- ✗ Frottis*
- ✗ Examen urinaire
- ✗ Dépistage au niveau de la gorge et de l'anus

Traitement

- ✗ Antibiotiques

Protection

- ✗ Préservatif masculin
- ✗ Préservatif féminin
- ✗ Digue dentaire* ou carré de latex*



+ BON À SAVOIR

La gonorrhée est souvent accompagnée de la chlamydia. En cas d'infection à la gonorrhée, tu peux donc faire un dépistage de la chlamydia.

De plus, étant donné que la gonorrhée et la chlamydia n'entraînent pas toujours de symptômes, tu peux faire régulièrement un dépistage, surtout si tu as des relations sexuelles non protégées.

▶ LE PAPILLOMAVIRUS (ou encore les condylomes* ou virus HPV)

Symptômes

- ✗ Aucun symptôme visible la plupart du temps
- ✗ Plaies ou excroissances (petites verrues de la forme d'un chou-fleur) sur les parties génitales*, sur l'anus et plus rarement dans la bouche

Transmission

- ✗ Pénétration vaginale* avec le pénis
- ✗ Pénétration anale* avec le pénis
- ✗ Fellation*
- ✗ Cunnilingus*
- ✗ Anulingus*

- ✗ Caresses sexuelles sans pénétration avec le pénis
- ✗ Contact avec les lésions cutanées*
- ✗ Avec ou sans éjaculation*
- ✗ De la mère à l'enfant pendant l'accouchement

Dépistage

- ✗ Frottis du col de l'utérus*
- ✗ Frottis au niveau du pénis

Traitement

- ✗ Destruction des lésions cutanées*

(substances médicamenteuses ou autres techniques)

- ✗ Vaccin

Protection

- ✗ Préservatif masculin
- ✗ Préservatif féminin
- ✗ Éviter tout contact avec les lésions cutanées*
- ✗ Examen gynécologique régulier avec frottis* tous les deux ans. Tu peux faire un frottis* une fois par an mais la mutuelle le rembourse une fois tous les deux ans
- ✗ Vaccination

+ BON À SAVOIR

Le papillomavirus est l'une des IST les plus répandues en Belgique. Il n'entraîne pas toujours de symptômes. Tu dois donc consulter régulièrement un médecin ou un gynécologue (une fois tous les deux ans pour un frottis du col de l'utérus), afin de te soigner en cas d'infection (certains virus peuvent entraîner un cancer du col de l'utérus [extrémité de l'utérus* qui s'ouvre sur le vagin.], du vagin, de la vulve*, ou de la verge) mais aussi, pour ne pas contaminer d'autres personnes. Le papillomavirus concerne les deux sexes. En outre, les verrues sur la peau causées par le papillomavirus peuvent disparaître d'elles-mêmes mais si la personne infectée ne se traite pas, l'infection peut rester dans le corps et réapparaître des années plus tard.

Depuis 2007, un vaccin existe. Pour une plus grande efficacité, ce vaccin peut être fait avant les premiers rapports sexuels, aux environs de l'âge de 12 ans. Idéalement, il doit être administré avant les 26 ans. Ce vaccin protège contre les souches 16 et 18 du virus HPV qui peuvent être responsables de 70% des cancers du col de l'utérus. Il est cependant inefficace contre les autres souches du virus. Ainsi, étant donné que la vaccination ne protège pas de tous les cancers du col de l'utérus, il faut continuer les visites gynécologiques régulières avec frottis* du col de l'utérus. La Fondation contre le Cancer a publié une brochure sur la vaccination contre le cancer du col de l'utérus, brochure que tu peux consulter sur le site www.cancer.be Tu trouveras également une brochure sur le dépistage et la vaccination du cancer du col de l'utérus à l'adresse : www.questionsante.org/03publications/charger/cancer_col_uterus.pdf

L'HÉPATITE B

Symptômes

- ✗ Aucun symptôme (risque de transmettre la maladie sans le savoir)
- ✗ Symptômes de la grippe (fatigue, douleurs dans les articulations, douleurs dans la région de l'estomac, perte d'appétit, nausées, sensation générale d'être malade)
- ✗ Jaunisse (teint jaune, yeux jaunes), mais plus rarement

Transmission

- ✗ Pénétration vaginale* avec le pénis
- ✗ Pénétration anale* avec le pénis
- ✗ Fellation*
- ✗ Cunnilingus*
- ✗ Caresses sexuelles sans pénétration avec le pénis
- ✗ Avec ou sans éjaculation*
- ✗ De la mère à l'enfant lors de l'accouchement
- ✗ Voie sanguine (plaie en contact avec le sang infecté, partage de seringues infectées, partage d'objets qui ont été en contact avec du sang infecté)
- ✗ Salive et donc baiser (plus rare)

Dépistage

- ✗ Prise de sang

Traitement

- ✗ Aucun traitement (dans 80 à 90% des cas, elle se guérit seule et n'entraîne pas de séquelles)
- ✗ Vaccin

Protection

- ✗ Préservatif féminin
- ✗ Préservatif masculin
- ✗ Ne pas utiliser du matériel usagé pour les injections de drogue, les tatouages, les piercings
- ✗ Vaccination

+ BON À SAVOIR



L'hépatite B peut se présenter sous deux formes :

- ➔ **Une forme aiguë** (à court terme) : La personne a contracté le virus de l'hépatite B mais elle ne présente aucun symptôme. Malgré cette absence de symptôme, la personne peut transmettre le virus (c'est pourquoi des personnes infectées pourraient ne jamais savoir qu'elles souffrent de l'hépatite B et pourraient donc transmettre la maladie sans en avoir conscience). Cette forme aiguë peut durer jusqu'à 6 mois. La guérison ne nécessite pas de médicament. Le corps va en fait combattre la maladie sans traitement. Dans cette forme aiguë, les symptômes (quand ils sont présents) finiront par disparaître et la personne ne pourra donc plus transmettre le virus.
- ➔ Dans les autres cas, le corps ne pourra pas se défendre contre le virus. Une hépatite de **forme « chronique »** se développera (parfois sans symptôme !) et attaquera le foie (cirrhose, cancer). Dans ce cas, l'hépatite peut durer toute la vie et les personnes infectées pourront transmettre le virus de l'hépatite B durant toute leur vie également.

▶ LE VIRUS DU SIDA OU VIH

Symptômes

- ✗ Aucun signe visible pendant la séropositivité*
- ✗ Signes généraux (grippaux) tels que fièvre, diarrhée, ganglions* gonflés, amaigrissement, affections de la peau, fatigue, sueurs nocturnes, perte d'appétit, douleurs musculaires, courbatures, douleurs articulaires, etc.

Ces signes disparaîtront après quelques jours, mais le virus, lui, sera toujours présent dans le corps et continuera à se développer !

Transmission

- ✗ Pénétration vaginale* avec le pénis
- ✗ Pénétration anale* avec le pénis
- ✗ Fellation*
- ✗ Cunnilingus*
- ✗ Contact entre les sécrétions du vagin et le vagin de la partenaire
- ✗ Contact entre le sperme* et le pénis du partenaire
- ✗ Caresses sexuelles sans pénétration avec le pénis
- ✗ Avec ou sans éjaculation*
- ✗ De la mère à l'enfant (grossesse, accouchement, allaitement)
- ✗ Voie sanguine (partage de seringues ou d'objets (rasoir par exemple) mis en contact avec le sang infecté, plaie en contact avec le sang infecté)

Dépistage

- ✗ Prise de sang 3 mois après la prise de risque (rapport sexuel non ou mal protégé, contact avec le sang d'une personne, partage de seringues)

Traitement

- ✗ **Aucun traitement ne guérit le SIDA !**
- ✗ Existence de traitements lourds qui retardent les effets de la maladie et qui prolongent la vie (mais effets secondaires lourds : vomissements, diarrhée, fatigue, maux de tête, changements de l'apparence physique, dépression, etc.)

Protection

- ✗ Préservatif féminin
- ✗ Préservatif masculin (pour pénétration vaginale, anale et fellation)
- ✗ Digue dentaire* ou carré de latex*

+ BON À SAVOIR


La salive ne transmet pas le virus du SIDA (boire dans le verre d'une personne séropositive* ne comporte pas de risque de contamination), de même que la sueur, les larmes, l'urine ou les selles, sauf si ces liquides biologiques sont teintés de sang. La vaisselle, l'eau, la nourriture, les piqûres d'insectes, la toux, les éternuements, les objets touchés par une personne séropositive*, les baisers, les poignées de mains, etc. ne transmettent pas non plus le virus.




+ BON À SAVOIR

SIDA signifie Syndrome de l'ImmunoDéfiance Acquis. Ce syndrome* est entraîné par le virus VIH, Virus de l'Immunodéfiance Humaine, qui s'attaque progressivement au système immunitaire*. Le SIDA (ou stade du SIDA*) est un ensemble de symptômes graves qui apparaissent lorsque le système immunitaire* de la personne est trop affaibli par le virus (apparition d'infections, de maladies, de cancers, etc.). Le SIDA est une maladie incurable et fatale qui peut toucher les hommes et les femmes, qu'ils/elles soient hétérosexuel(le)s, bisexuel(le)s ou homosexuel(le)s.

Il faut savoir que les personnes atteintes du virus VIH (virus du SIDA) peuvent rester des années sans symptôme (séropositivité*) avant d'arriver au stade du SIDA* déclaré. On dit de ces personnes qu'elles sont « séropositives »* (c'est-à-dire elles sont atteintes du virus du SIDA, elles peuvent transmettre ce virus, mais elles ne sont pas encore au stade du SIDA*). Pendant cette période de séropositivité* et malgré l'absence de symptômes, le virus continue à se développer et les personnes infectées sont déjà contagieuses.



Si tu as eu un rapport sexuel non protégé avec une personne séropositive* ou si le préservatif s'est déchiré ou s'est retiré lors du rapport, tu peux te rendre le plus rapidement possible, idéalement dans les 6 heures qui suivent la relation sexuelle, dans un hôpital, afin d'évaluer la situation avec un professionnel et de mettre en route, si nécessaire, un traitement d'urgence. Ce traitement d'urgence doit être reçu dans les 48 heures après le rapport sexuel. Ce traitement lourd dure un mois et vise à diminuer les risques de contamination par le virus du SIDA, mais il n'est pas efficace à 100%. Si tu dépasses les 48 heures, même s'il est trop tard pour envisager un traitement d'urgence, cela ne veut pas dire qu'il n'y a rien à faire. Tu peux faire un test de dépistage du virus du SIDA. Mais attention, tu devras en refaire un 3 mois après le rapport sexuel non ou mal protégé pour être sûr(e) à 100% du résultat du test. Avant ce deuxième dépistage, tu devras absolument utiliser préservatif et digue dentaire* dans tous tes rapports sexuels.



SIDA ET SYPHILIS ► Les personnes qui souffrent de la syphilis ont plus de risques de contracter le virus du SIDA. En effet, les lésions cutanées* causées par la syphilis, notamment sur les parties génitales*, offrent une porte d'entrée supplémentaire au virus VIH. Inversement, le virus du SIDA favorise l'évolution de la syphilis en diminuant l'action des antibiotiques. Par conséquent, les personnes séropositives* qui ont la syphilis présentent une forme de syphilis qui s'aggrave plus vite et qui est plus difficile à soigner.

SIDA ET IST ► Certaines IST facilitent la transmission du virus du SIDA. Les personnes qui sont séropositives* et qui souffrent en plus de l'herpès, chlamydia ou gonorrhée, présentent des lésions cutanées* qui contiennent une forte concentration du virus VIH et donc qui transmettent une plus forte concentration de virus du SIDA lors des rapports sexuels.

CONTACTS UTILES

POUR S'INFORMER, QUELQUES SITES INTÉRESSANTS

✕ Site de la Fédération des Centres de Planning Familial des FPS

✉ Place Saint Jean 1/2
1000 Bruxelles

☎ 02/515 04 89

www.planningsfps.be

✕ Site de la Mutualité Socialiste

www.mutsoc.be

Brochure « A comme Ado »
disponible sur ce site

Brochure « Ma contraception ? »
disponible sur ce site

✕ Site de la Mutualité Socialiste en matière de sexualité

www.loveinrespect.be

✕ Site de Latitude Jeunes

www.ifeelgood.be

✕ Site commun aux 4 fédérations de centres de planning familial

reprenant
toutes les adresses des centres
de planning familial en Wallonie
et à Bruxelles (une centaine de centres)

www.loveattitude.be

✕ Site pour les préventions des IST en matière de relations homosexuelles masculines

www.exaequo.be

✕ Site de Aide Info Sida Asbl

www.aideinfosida.be

✕ Site de la Plateforme Prévention Sida

www.preventionsida.org

✕ Site de l'Observatoire du Sida et des sexualités

www.observatoire-sidasexualites.be

+ TU AS BESOIN DE PRÉSERVATIFS ?

Des boîtes de 31 préservatifs masculins sont disponibles sur le site **www.ifeelgood.be** ou dans les **Centres de Planning Familial des FPS** (voir coordonnées ci-après) pour seulement 5 euros.



POUR S'INFORMER ET DÉPISTER

✕ Nos adresses

Les centres et antennes avec le symbole ★ sont des CPF agréés par la Région Wallonne (décret du 18-07-1997) ou par la Région Bruxelloise (COCOM)

Région bruxelloise

▶ Centre de Planning familial des FPS (CPF-FPS) du Brabant ★

✉ Rue du Midi, 118 -120 • 1000 Bruxelles
☎ 02/546.14.33

Province du Brabant-wallon

▶ Centre de Planning Familial Rosa Guilmot ★

✉ Rue Ferrer, 3 • 1480 Tubize
☎ 02/355.01.99
Centre IVG*

Province du Hainaut

▶ CPF-FPS du Centre & de Soignies ★

✉ Rue Warocqué, 21 • 7100 La Louvière
☎ 064/22.88.40
Centre IVG*

▶ CPF-FPS du Centre et de Soignies ★

✉ Rue de Gosselies, 7 • 6183 Trazegnies
☎ 071/45.87.91
Centre IVG*

▶ CPF-FPS de Charleroi ★

✉ Rue d'Orléans, 34 • 6000 Charleroi
☎ 071/20.88.38
Centre IVG*

▶ CPF-FPS de Mons ★

✉ Boulevard Gendebien, 5 • 7000 Mons
☎ 065/32.99.23

▶ Centre Aurore Carlier ★

✉ Rue de Cordes, 8 • 7500 Tournai
☎ Tél: 069/84.23.46
Centre IVG*

▶ Antenne de Soignies ★

✉ Rempart du Vieux Cimetière, 15
7060 Soignies
☎ 067/89.08.17

▶ Antenne de Comines-Warneton ★

✉ Rue du Chemin de Fer, 10
7780 Comines-Warneton
☎ 056/34.05.93

Province de Namur

▶ CPF-FPS de Namur ★

✉ Rue de la Tour, 7 • 5000 Namur
☎ 081/77.71.62 - 081/77.71.64

▶ Centre Willy Peers ★

✉ Boulevard du Nord, 19 • 5000 Namur
☎ 081/73.43.72
Centre IVG*

▶ **CPF-FPS de Dinant** ★

☒ Place Patenier, 9
5500 Dinant
☎ 081/77.78.30

▶ **CPF-FPS de Couvin** ★

☒ Faubourg Saint-Germain, 46
5660 Couvin
☎ Tél: 060/34.41.93

▶ **Antenne de Gembloux** ★

☒ Avenue de la Station, 97
5030 Gembloux
☎ 081/77.78.35

Province de Liège

▶ **CPF-FPS de Liège** ★

☒ Rue des Carmes, 17
4000 Liège
☎ 04/223.13.73

▶ **CPF-FPS de Verviers** ★

☒ Rue Saucy, 14
4800 Verviers
☎ 087/31.62.38
Centre IVG*

➕ **BON À SAVOIR**

Pour retrouver les coordonnées de tous les centres ouverts en Wallonie et à Bruxelles, visitez le site www.loveattitude.be

▶ **CPF-FPS de Spa** ★

☒ Rue du Waux-Hall, 17 • 4900 Spa
☎ 087/77.50.58

▶ **Espace M** (Quartier Sainte-Marguerite)

☒ Rue des Fontaines Roland, 29
4000 Liège
☎ 04/226.37.51

Province de Luxembourg

▶ **CPF-FPS d'Arlon** ★

☒ Rue de la Moselle, 1 • 6700 Arlon
☎ 063/23.22.43

▶ **CPF-FPS de Libramont** ★

☒ Avenue Herbofin, 30
6800 Libramont
☎ 061/23.08.10

▶ **CPF-FPS de Marche-en-Famenne** ★

☒ Rue des Savoyards, 2
6900 Marche-en-Famenne
☎ 084/32.00.25

▶ **Antenne d'Athus** ★

☒ Rue du Prix Nobel, 2 • 6791 Athus
☎ 063/38.12.33

▶ **Centre « Eve et Adam »**

☒ Rue des Récollets, 1
6600 Bastogne
☎ 061/23.97.10

Centre IVG*

✕ Centres de référence SIDA

Hainaut

▶ Centre Arthur Rimbaud (C.H.U. de Charleroi)

✉ Boulevard Janson n°92 • 6000 Charleroi
☎ 071 92 23 06

Liège

▶ Centre de Référence Sida (C.H.U. de Liège)

✉ Quai Godefroid Kurth 45/5
4020 Liège
☎ 04 270 31 90

Région bruxelloise

▶ Centre de Référence Sida (Hôpital Saint-Pierre) – CETIM

✉ Rue Haute n°322 • 1000 Bruxelles
☎ 02 535 31 77

▶ Centre de Référence Sida (Hôpital Saint-Luc)

✉ Avenue Hippocrate n°10
1200 Bruxelles
☎ 02 764 21 55

▶ Centre de Référence Sida (Erasme) – UTI

✉ Route de Lennik n°808
1070 Anderlecht
☎ 02 555 45 36

✕ Centres de dépistage

Province du Hainaut

▶ Centre Sida/IST Charleroi-Mons Charleroi :

✉ Boulevard Joseph II n°11
6000 Charleroi
☎ 071 92 54 10 ou 071 92 54 11

Mons :

✉ Site CPAS, place Nervienne n°3
7000 Mons • Bât Glepin N° 1
☎ 065 82 27 55

Possibilité d'un dépistage mobile.
Pour connaître les dates, heures et lieux
de rendez-vous, consultez le site
www.sida-charleroimons.be

▶ C.H.U. Ambroise Paré

✉ Boulevard Kennedy n°2b • 7000 Mons
☎ 065/39.39.39 ou 065/39.25.59

Centre de Prélèvement situé Marché aux
Herbes dans le centre de Mons

▶ Grand Hôpital de Charleroi

✉ Site Notre-Dame, Grand'Rue n°3
6000 Charleroi
☎ 071 10 21 11

▶ CH Jolimont- Lobbes

✉ Rue Ferrer n°159 • 7100 La Louvière
☎ 064 23 31 67

Région bruxelloise

▶ Centre Elisa (Hôpital César De Paepe)

✉ Rue des Alexiens n°11
1000 Bruxelles
☎ 02 535 30 03

▶ Centre de prise en charge Sida Ucl-St-Luc

✉ Avenue Hippocrate n°10
1200 Bruxelles
☎ 02 764 21 57

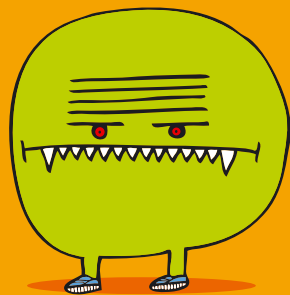
▶ S Clinic (CHU César de Paepe)

✉ Rue des Alexiens n°13
1000 Bruxelles
☎ 02 535 37 32

Province de Namur

▶ Coordination Sida Assuétudes Namur

✉ Rue Docteur Haibe n°4
5002 Namur (Saint Servais)
☎ 081 72 16 21



Province de Liège

▶ Clinique Saint-Joseph

✉ Rue de Hesbaye n°75
4000 Liège
☎ 04 224 81 11

▶ Centre Sida CHLPT Verviers

✉ Rue du parc Hôpital de jour G2
4800 Verviers
☎ 087 21 23 20

▶ Le car itinérant en Province de Liège de Sid'Action

Pour connaître les lieux de passage du car :
☎ 04 349 51 42

www.sidactionliege.be

✕ Maisons médicales

Les dépistages peuvent se faire dans des maisons médicales. Il est quand même conseillé de téléphoner afin de vérifier que la maison médicale fera le dépistage et dans quelles conditions (inscriptions, coût, etc.)

Pour trouver la maison médicale la plus proche de chez toi, consulte le site de la fédération des maisons médicales sur www.maisonmedicale.org





Fédération des Centres de Planning Familial des FPS

✉ Place Saint-Jean, 1/2 • 1000 Bruxelles
☎ 02 515 04 89
cpf@mutsoc.be
www.planningsfps.be



Union Nationale des Mutualités Socialistes

✉ Rue Saint-Jean, 32/38 • 1000 Bruxelles
☎ 02 515 02 11
unms@mutsoc.be
www.mutsoc.be

Rédaction : Aline Ancion, Pauline Dujardin et Gaëlle Gallet

Travail graphique et mise en page : www.escapelab.com

Remerciements : aux médecins des centres de planning familial de Tubize et de Spa,
ainsi qu'à Rémi Gueuning, Cécile Colin, Julia Laot et Xénia Maszowez pour leur relecture

Editeur responsable : Jean-Pascal Labille, Place Saint-Jean, 1/2 • 1000 Bruxelles

Novembre 2010