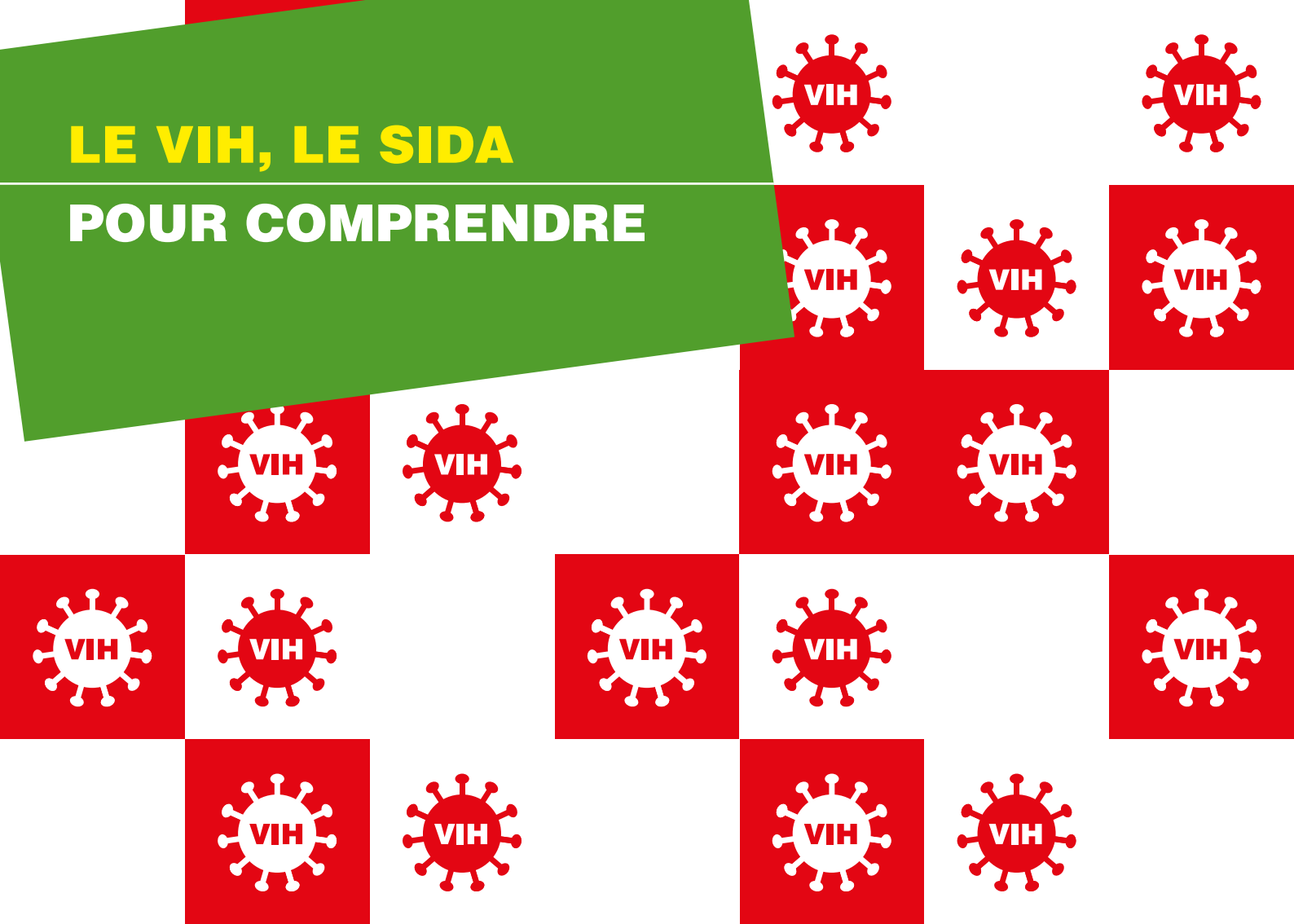
LE VIH, LE SIDA

POUR COMPRENDRE



- Le VIH, le sida — 4
- Le VIH, ça se soigne — 6
- Le VIH s’attrape lors des rapports sexuels — 8
- Le VIH ne s’attrape pas comme ça — 10
- Je me protège au moment des rapports sexuels — 12
- Comment utiliser un préservatif masculin ? — 14
- Comment utiliser un préservatif féminin ? — 18

- Comment je me protège si je prends des drogues ? — 24
- Femme enceinte : je protège mon bébé — 26
- Le test de dépistage du VIH — 28
- Quand faire un test de dépistage du VIH ? — 30
- Où faire un test de dépistage du VIH ? — 34
- A qui demander des informations ? — 36
- Définitions — 38

Le VIH, le sida

Le VIH est un virus. Ce virus se transmet d'une personne à une autre et peut toucher tout le monde.

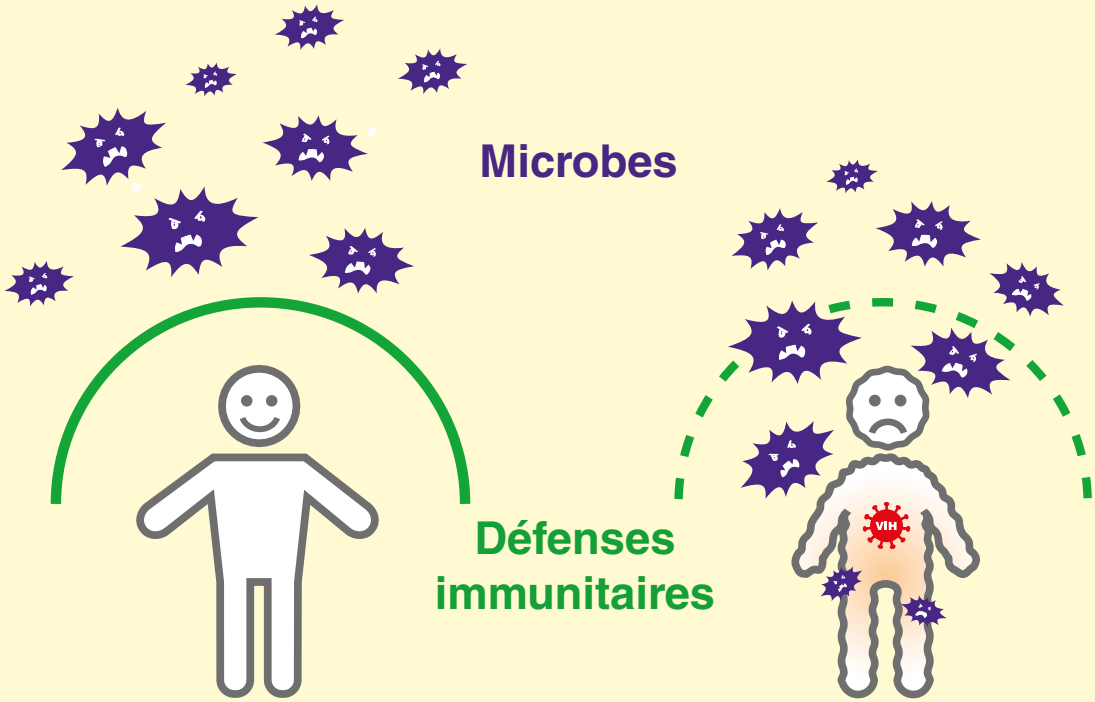
Il attaque lentement les défenses immunitaires qui servent à nous protéger des microbes et des maladies.

Quand le corps ne se défend plus, on peut alors attraper des maladies très graves et on peut mourir. On dit qu'on est malade du sida.

Attention, on peut être séropositif sans tomber malade pendant plusieurs années. Mais on peut quand même transmettre le VIH à quelqu'un d'autre sans le savoir.

> Quand on n'a pas le virus du VIH on dit qu'on est séronégatif.
> Quand on a le VIH, on dit qu'on est séropositif.

Le VIH attaque les défenses immunitaires



Personne séronégative

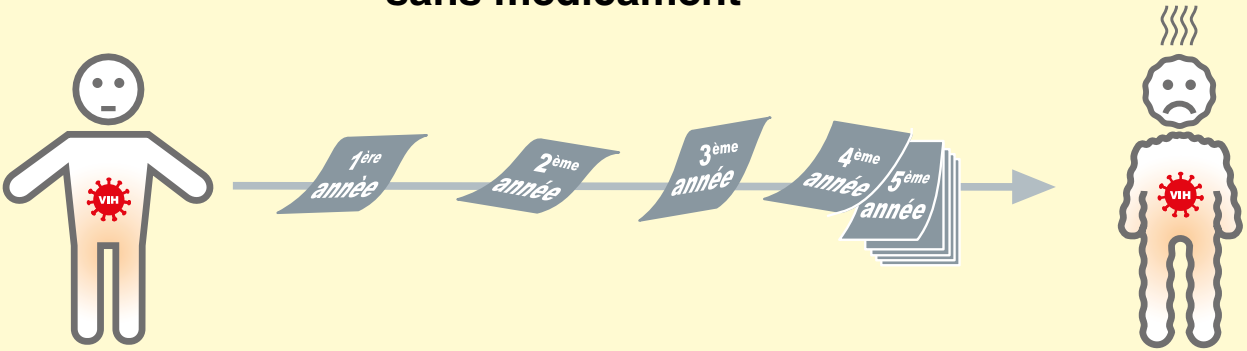
Personne séropositive

Le VIH, ça se soigne

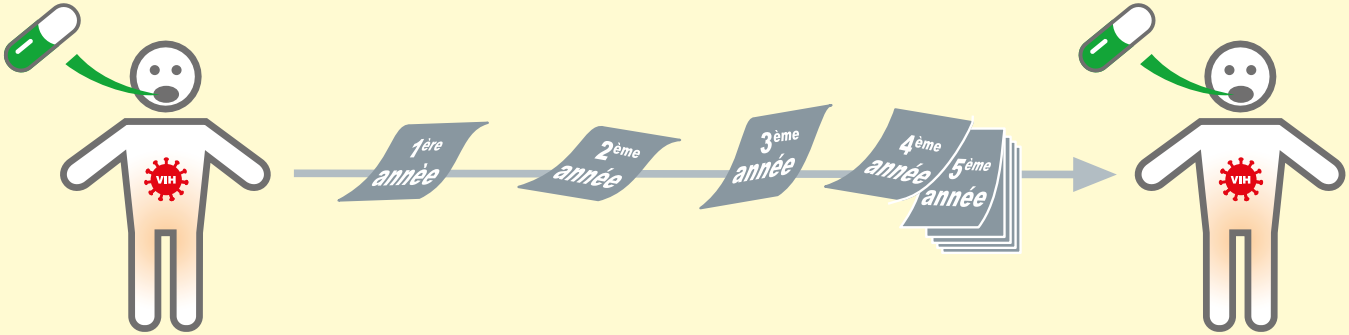
Il existe des médicaments pour les personnes séropositives.

Les médicaments permettent de rester en bonne santé, de travailler, d’avoir une vie amoureuse et sexuelle, d'avoir des enfants, etc.

La personne qui a le VIH tombe gravement malade sans médicament



La personne qui a le VIH va bien avec les médicaments

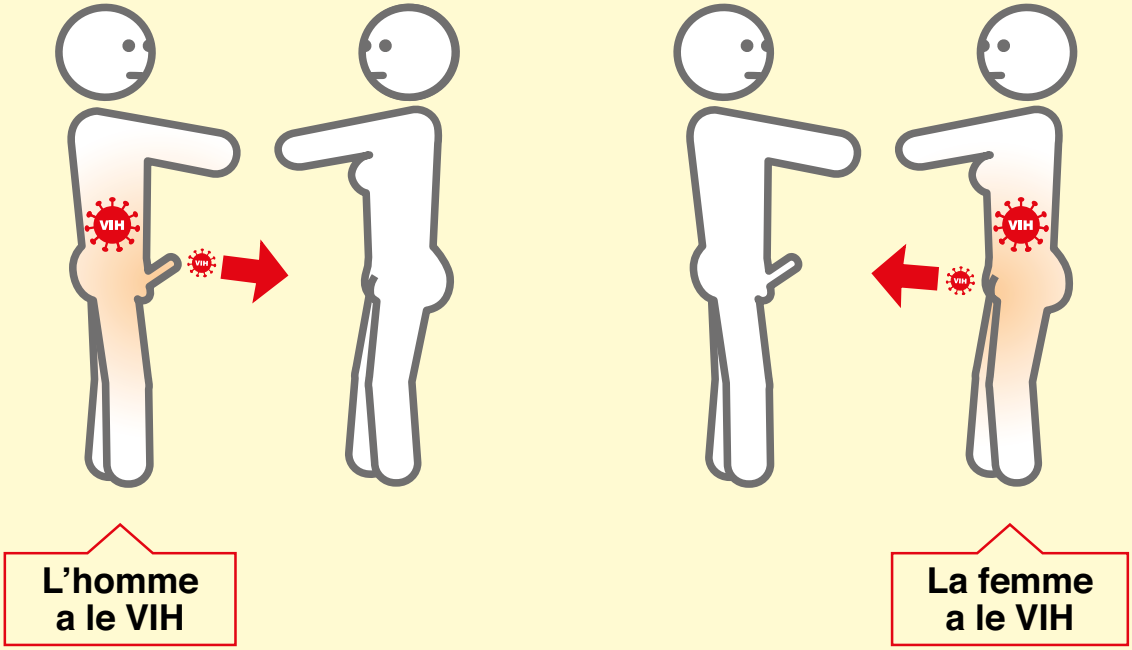


Le VIH s’attrape lors des rapports sexuels

Le VIH se transmet par les sécrétions sexuelles
(sperme, liquide vaginal) de l’homme et de la femme.

Si une personne a le VIH elle peut le transmettre à une autre personne pendant un rapport sexuel (quand elle fait l’amour).

Le VIH est un virus qui se transmet pendant un rapport sexuel



Le VIH ne s’attrape pas comme ça

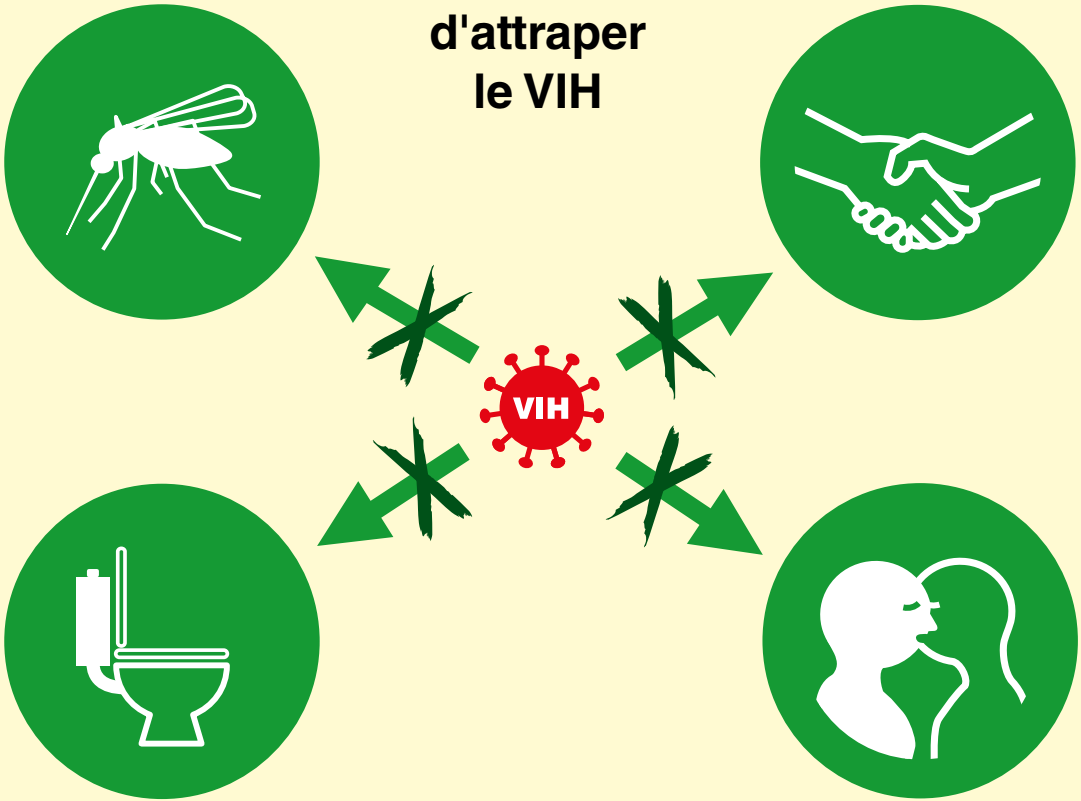
On ne peut pas attraper le VIH par la salive, la sueur, les larmes ou l’urine.

On ne peut pas attraper le VIH si on se touche, on s’embrasse, si on utilise le même téléphone, les WC.

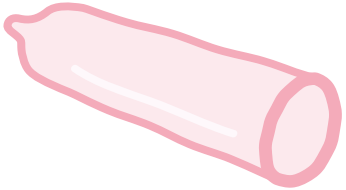
On ne peut pas attraper le VIH si on partage les couverts et les verres, le linge, etc.

On ne peut pas attraper le VIH par les moustiques, les autres insectes et les animaux.

Pas de risque d'attraper le VIH



Je me protège au moment des rapports sexuels



Pour se protéger, il faut mettre un préservatif (capote) pour le rapport vaginal, oral (fellation) et anal.

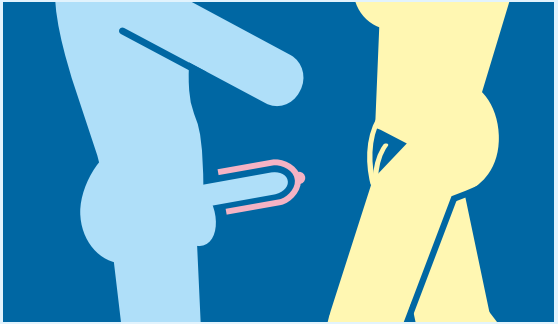
> Les préservatifs protègent aussi d'autres maladies et des grossesses.

Attention !

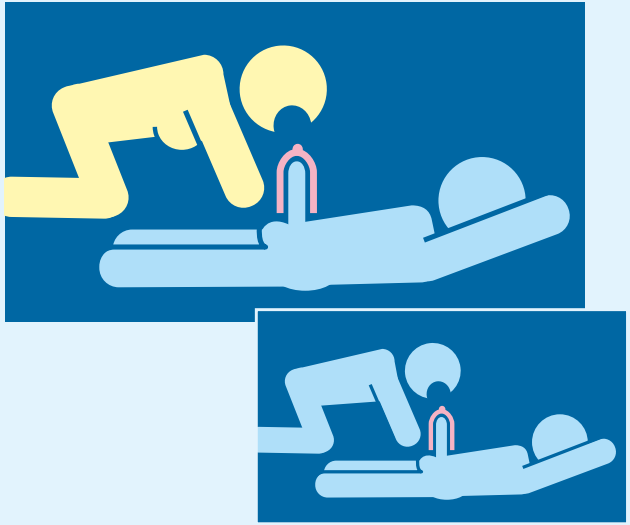
- Bien mettre le préservatif, sinon il peut glisser ou se déchirer.
- Prendre un nouveau préservatif à chaque rapport sexuel.
- Ne jamais mettre 2 préservatifs l'un sur l'autre.
- Ne jamais utiliser un préservatif masculin (pour un homme) et un préservatif féminin (pour une femme) en même temps.

Pour se protéger, il faut mettre un préservatif

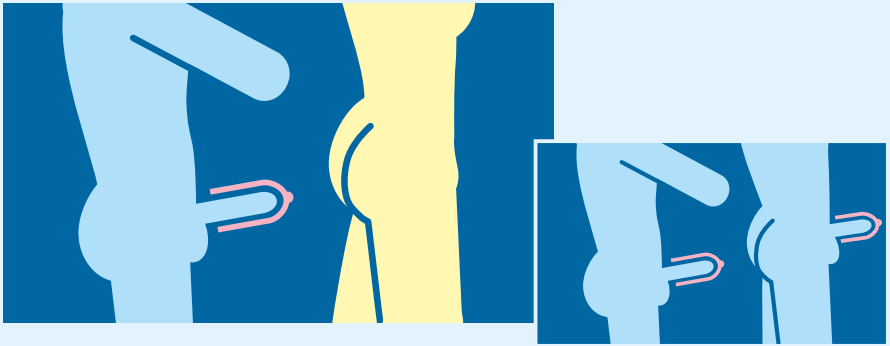
Rapport vaginal



Rapport oral - Fellation



Rapport anal



Comment utiliser un préservatif masculin ?

1. Ouvrir le sachet sans abîmer le préservatif.
   Ne pas ouvrir le sachet avec des ciseaux, les ongles ou les dents.

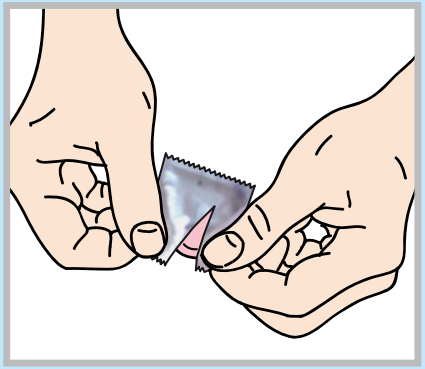
2. Mettre le préservatif dans le bon sens sur le sexe en érection. Pincer le bout du préservatif.

3. Avec l'autre main, dérouler le préservatif jusqu'au bout.
   S'il ne se déroule pas bien, il est peut-être dans le mauvais sens : changer de préservatif.

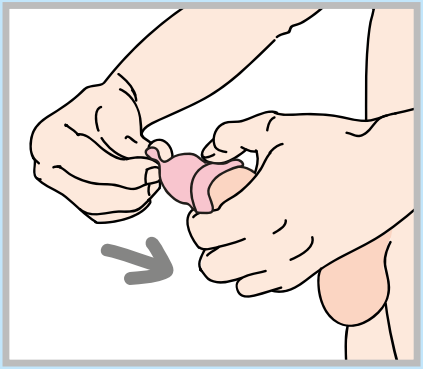
4. Vous pouvez rajouter un gel ou lubrifiant (liquide spécial qui fait glisser). Ça facilite la pénétration.
   Il ne faut jamais mettre de produit gras comme l'huile, le beurre ou la vaseline.

Mode d’emploi du préservatif masculin

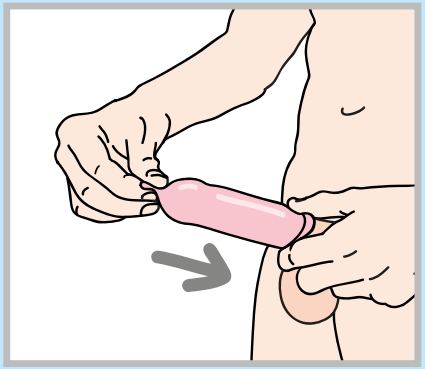
1



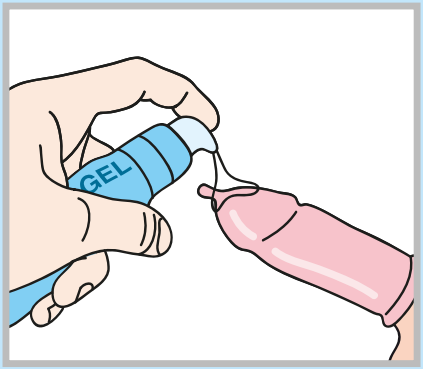
2



3



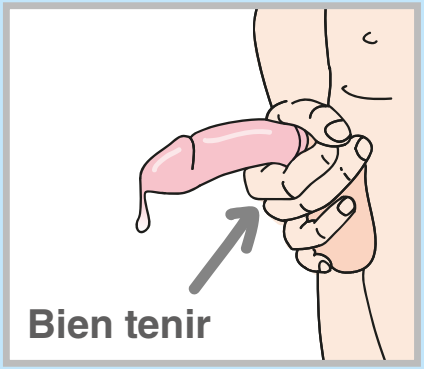
4



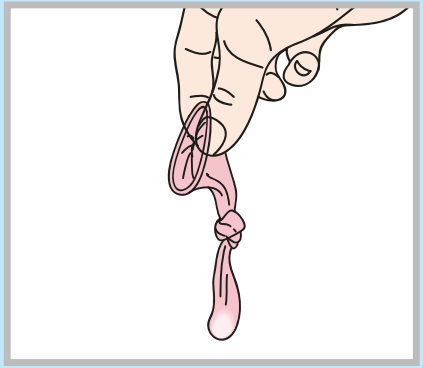
5 Quand l'homme retire son pénis du vagin ou de l’anus, il doit tenir le préservatif à la base du pénis avant la fin de l'érection. Sinon le sperme peut couler en dehors du préservatif.

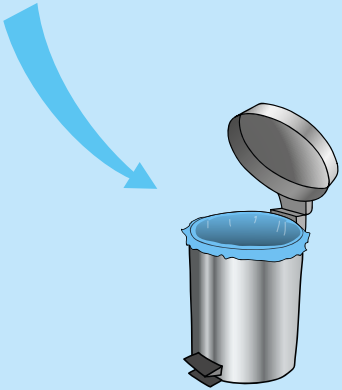
6 Retirer le préservatif.
Faire un nœud et le jeter à la poubelle.

5



6





Comment utiliser un préservatif féminin ?

1. Ouvrir le sachet sans abîmer le préservatif. Ne pas ouvrir le préservatif avec des ciseaux, les ongles ou les dents. Ce préservatif peut se mettre plusieurs heures avant le rapport sexuel.

2. Tenir l'anneau interne entre le pouce et l'index. C'est l'anneau le plus petit.

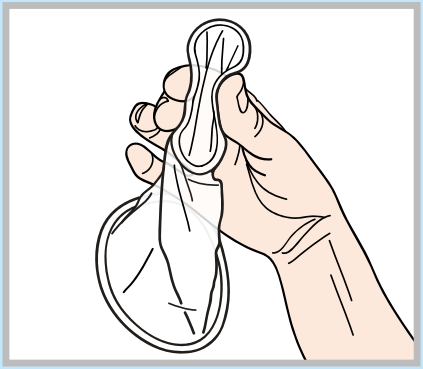
3. Entrer l'anneau interne dans le vagin sans tordre le préservatif.

4. Mettre l'index à l'intérieur du préservatif et pousser l'anneau interne le plus loin possible.

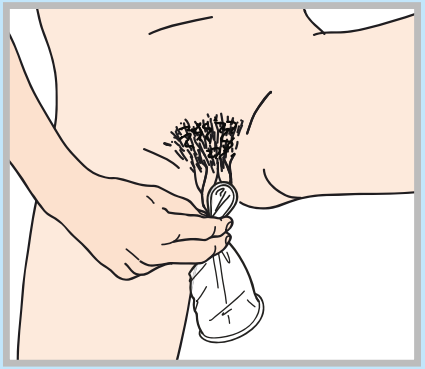
Mode d’emploi du préservatif féminin

1

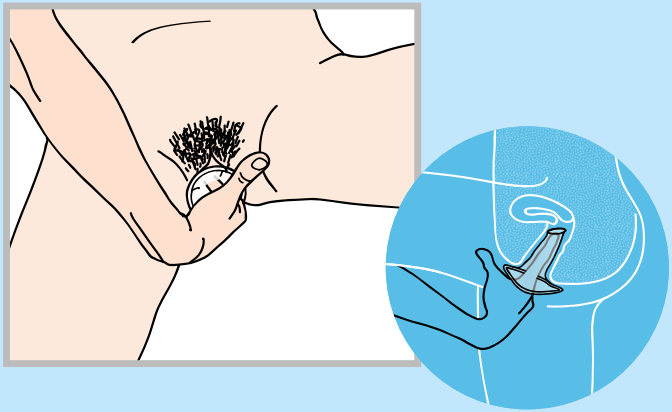
2



3



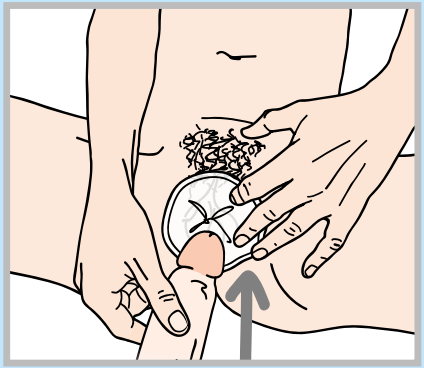
4



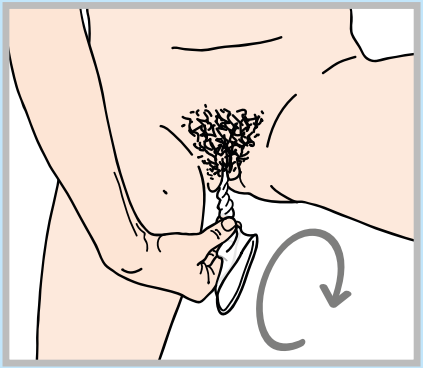
5 L’anneau externe doit rester en dehors du vagin et bien recouvrir les lèvres du vagin.
Guider avec la main le pénis de votre partenaire à l’intérieur du préservatif. Vérifier que le pénis n’entre pas à côté du préservatif.

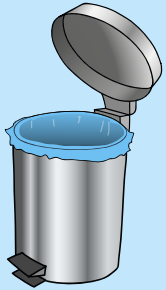
6. Pour retirer le préservatif, tordre l’anneau externe et tirer
6 doucement. Jeter à la poubelle.

5



6





Où acheter les préservatifs masculins ?

Pharmacies, supermarchés ou distributeurs.

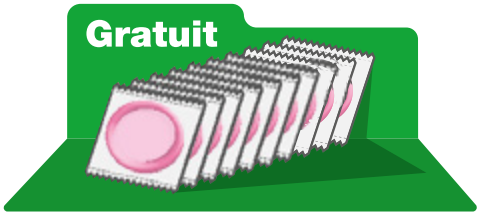
Où acheter les préservatifs féminins ?

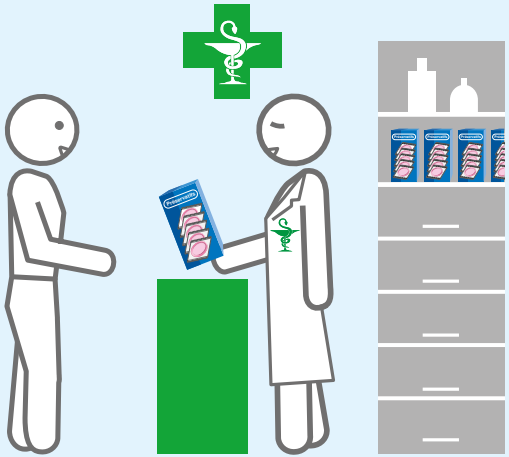
Certaines pharmacies.

Où acheter les gels ou lubrifiants ?

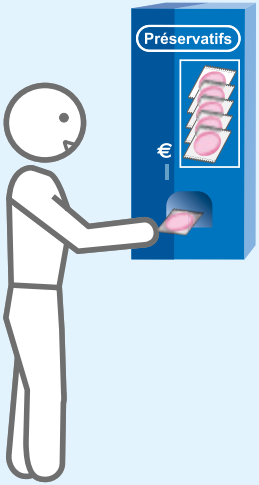
Pharmacies, supermarchés.

Les **centres de dépistage** et des **associations** donnent des préservatifs et des lubrifiants gratuitement.

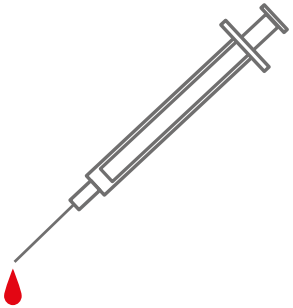




Préservatifs
Préservatifs
Préservatifs


Préservatifs
€

Comment je me protège si je prends des drogues ?

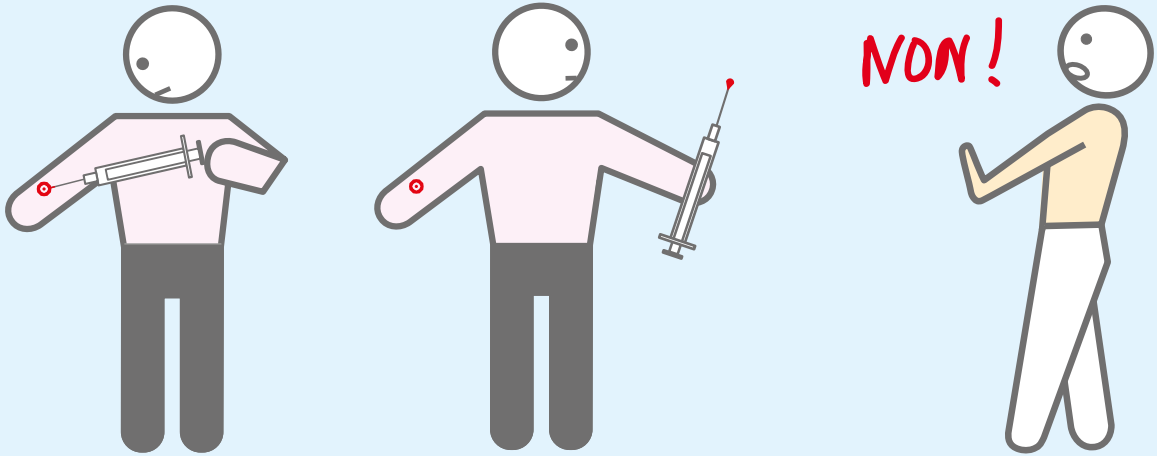


Le VIH se transmet aussi par le sang.
Une personne peut transmettre le VIH en partageant du matériel de drogues : seringue, aiguille, paille, etc.

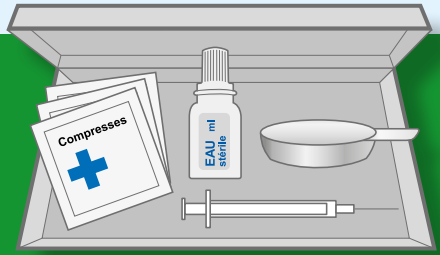
Il ne faut jamais partager ce matériel avec d'autres personnes.

Il faut utiliser les « kits » distribués gratuitement dans les pharmacies et certaines associations.

Ne pas partager le matériel de drogues



Il faut utiliser des « kits » personnels



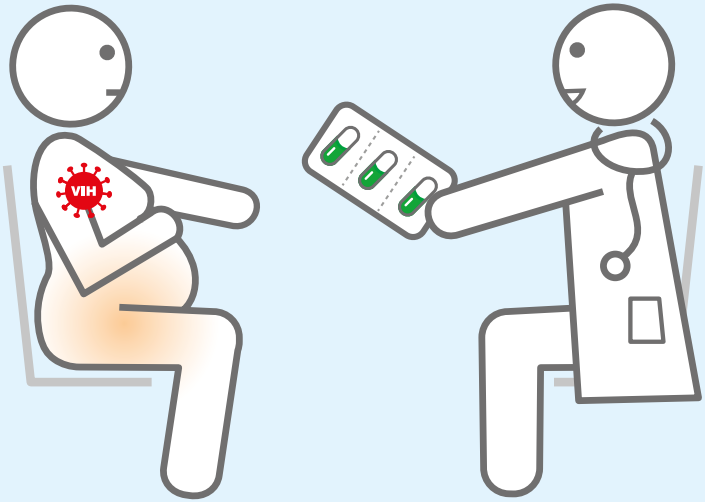
Femme enceinte : je protège mon bébé

Le VIH peut se transmettre au bébé. Si la mère a le VIH, le bébé peut attraper le VIH pendant l’accouchement ou par l’allaitement.

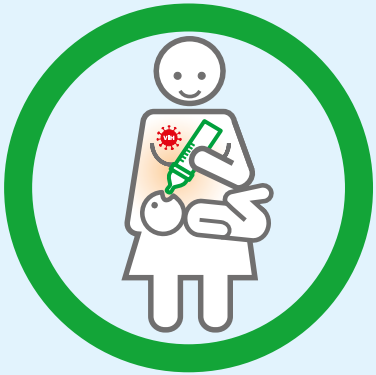
Si le père ou la mère ont le VIH, ils peuvent avoir un bébé en bonne santé, qui n’aura pas le VIH grâce au suivi médical et aux médicaments.

Quand vous êtes enceinte, il faut faire un test de dépistage du VIH. Le médecin propose toujours ce test à la mère et au père au moment d'une grossesse.

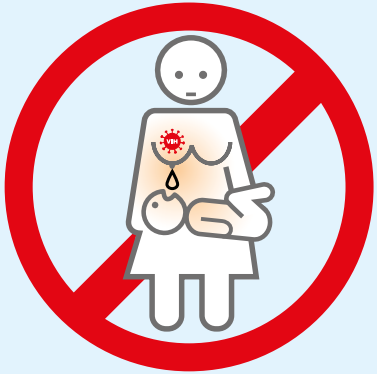
Pour protéger mon bébé



Suivi médical



Donner le biberon



Pas d'allaitement

Le test de dépistage du VIH

Un test pour savoir si on a une maladie s'appelle un dépistage.

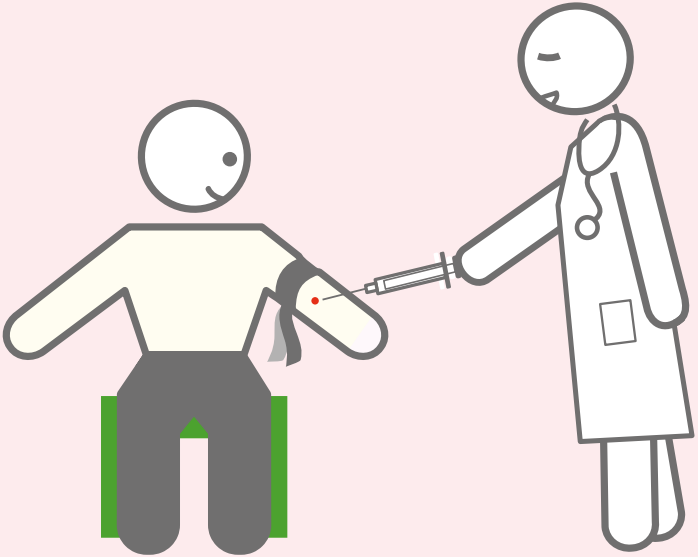
Le test de dépistage du VIH se fait par une prise de sang.
On a le résultat en une semaine.

Il existe aussi un test avec une goutte de sang au bout du doigt :
on l'appelle le TROD ou test rapide.
On a le résultat en quelques minutes.

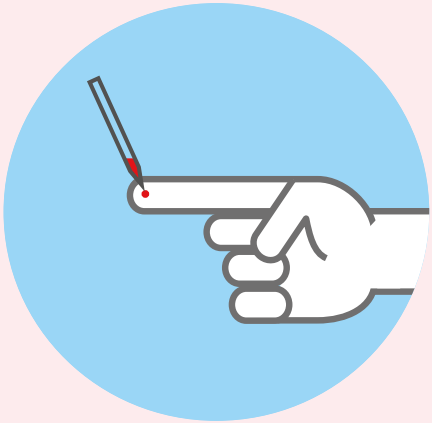
Si le test du VIH est négatif, ça veut dire que vous n'avez pas le VIH :
vous êtes séronégatif. Parfois, le médecin peut demander un 2e test de dépistage.

Si le test est positif, ça veut dire que vous avez le VIH :
vous êtes séropositif. Il faut aller voir un médecin rapidement.

Dépister le VIH



Par prise de sang

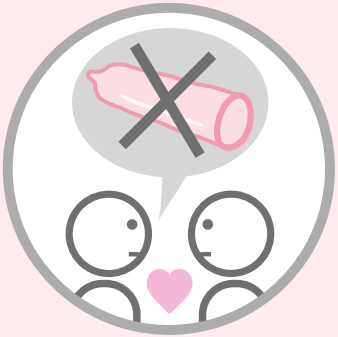


Test rapide (TROD)

Quand faire un test de dépistage du VIH ?

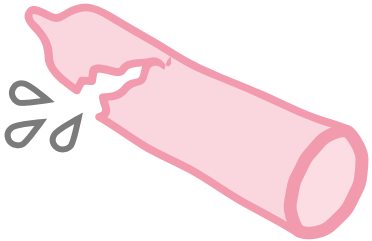
Il faut faire un test :

- si vous avez déjà eu un rapport sexuel sans préservatif (capote) ou si le préservatif s'est déchiré par exemple,
- si vous voulez arrêter le préservatif dans votre couple,
- si vous voulez faire un enfant,
- si vous êtes enceinte,
- si vous voulez juste savoir.



Test de dépistage du VIH

Si vous avez pris un risque :



- si le préservatif vient de se déchirer ou de glisser,

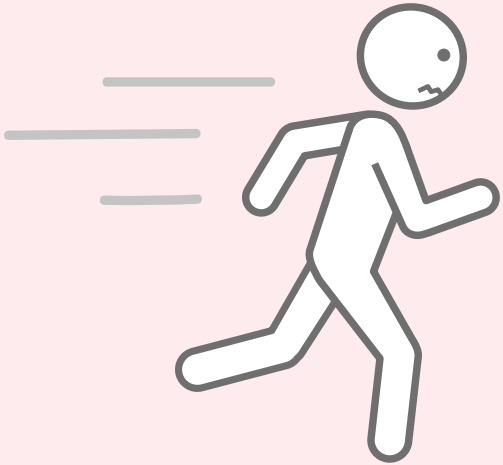
- si vous venez d'échanger du matériel de drogue (seringue par exemple),

il faut aller à l'hôpital le plus vite possible (dans les 4 heures ou avant 2 jours). Le médecin vous donnera si besoin des médicaments pendant un mois. Ces médicaments diminuent beaucoup le risque d'attraper le VIH.

> Ces médicaments donnés en urgence s'appellent le TPE : traitement post-exposition.

Il faudra refaire le test de dépistage après ce traitement.

Si vous avez pris un risque :
allez aux urgences de l'hôpital !



Où faire un test de dépistage du VIH ?

Test payant, remboursé à 100% par la Sécurité sociale :

- Laboratoire d'analyses médicales avec une ordonnance du médecin.

Test gratuit, sans rendez-vous
et sans donner son nom ou ses papiers :

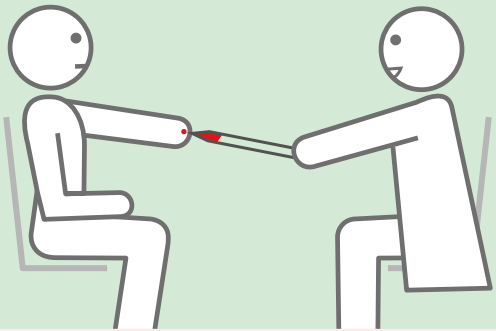
- Centre gratuit de dépistage (CeGIDD),
- Associations.

Où faire un test ?

Médecin + laboratoire

Remboursement Sécurité sociale 100 %

CeGIDD, associations



Test 0 €

À qui demander des informations ?

- Médecin
- Centre de PMI et consultation prénatale
- Centre de planification et d'éducation familiale
- Consultation de gynécologie
- CeGIDD - Centre gratuit d'information, de dépistage et de diagnostic du VIH, des hépatites virales et des infections sexuellement transmissibles
- Associations de lutte contre le VIH

Toutes les adresses :

- **www.sida-info-service.org** (pratique/annuaire/centres de dépistage)
  0 800 840 800 (appel gratuit depuis un poste fixe
  et on n'est pas obligé de donner son nom)

- Fil Santé Jeunes pour les 12-25 ans : **32 24** (appel gratuit depuis
  un poste fixe et on n'est pas obligé de donner son nom)

- **www.onsexprime.fr** (pour les jeunes)

- **www.lasantepourtous.fr**

- **www.inpes.sante.fr**

Définitions

- CeGIDD : Centre gratuit d’information, de dépistage et de diagnostic du VIH, des hépatites virales et des infections sexuellement transmissibles

- Défenses immunitaires : le corps se défend contre les maladies

- Être séropositif : avoir le VIH

- Être séronégatif : ne pas avoir le VIH

- Lubrifiant ou gel : produit à base d'eau qui facilite la pénétration pendant les rapports sexuels

- Sida : Syndrome d'immunodéficience acquise

- TPE (Traitement post exposition) : médicament donné quand on a pris un risque pour le VIH

- TROD (Test rapide d’orientation diagnostique) : test de dépistage du VIH avec résultat rapide

- VIH : Virus de l'immunodéficience humaine

Cette brochure sur le VIH/sida fait partie de la collection « Pour comprendre ». Elle est conçue dans une démarche d'accessibilité de l'information.

L'Inpes remercie l'ensemble des personnes et structures qui ont contribué à sa réalisation : Adapei 60, Ašav, Emmaüs solidarités, établissements pénitentiaires de Poissy et Villepinte, groupes de travail surdité et déficiences visuelles de l'Inpes, Médecins du Monde, Udapei 74, Uraca.

Coordination de la collection « Pour comprendre » : Cécile Allaire

Conception graphique de la collection,
maquette et illustrations : Olivier Mayer, Inpes

Imprimeur Braille : AVH

Tout le monde peut être concerné par le VIH/sida.

Comment on attrape le VIH, comment on se protège, comment on protège les autres, faire un test de dépistage, demander des informations…

3111-115315-B [Braille] État des connaissances : juillet 2015

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

MINISTÈRE CHARGÉ DE LA SANTÉ

www.inpes.sante.fr
inpes
Institut national de prévention et d'éducation pour la santé

L'info accessible à tous

La Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie soutient la démarche de mise en accessibilité