

Amour en vacances : pensez à vous protéger !

<http://www.cfes.sante.fr>

L'été et les vacances sont souvent des périodes favorables aux rencontres et à l'expression de la sexualité. La période estivale expose donc particulièrement aux risques de transmission d'infections sexuellement transmissibles (IST) et du VIH. C'est pourquoi l'Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé (INPES) tient à rappeler l'importance d'utiliser des préservatifs.

Les préservatifs, seul moyen de protection

Les préservatifs masculin et féminin sont les seuls moyens efficaces de se protéger des IST et du VIH lors d'un acte sexuel. Ils sont également un moyen de contraception.

L'efficacité des préservatifs est prouvée, à condition qu'ils soient bien employés : respecter le mode d'emploi et utiliser les préservatifs comportant le marquage CE sur l'emballage (cette inscription est la preuve de leur conformité aux normes de qualité européennes.). Si on utilise un lubrifiant, un gel à base d'eau est recommandé.

Comment faire si le préservatif se déchire

Une mauvaise utilisation peut parfois entraîner une rupture du préservatif. Si le partenaire ne connaît pas son statut sérologique ou est séropositif, il faut alors se rendre au plus tard dans les 48 heures et accompagné du partenaire aux urgences d'un hôpital. Un médecin évaluera les risques et pourra proposer un traitement d'urgence gratuit qui pourra empêcher une éventuelle contamination.

Si le préservatif se déchire ou si le couple n'utilise pas de moyens de contraception, la partenaire peut obtenir une contraception d'urgence, dite « pilule du lendemain », à prendre le plus tôt possible et au maximum 72 heures après le rapport. Celle-ci est disponible au planning familial ou en pharmacie et est gratuite pour les mineurs.

En cas de doute le dépistage s'impose

En cas de rapports sexuels non protégés avec des partenaires de statut sérologique inconnu, il est recommandé de se faire dépister, trois mois minimum après le rapport à risque.

Se faire dépister permet d'être rassuré quand à son statut sérologique et crée une occasion de faire le point et de se réengager dans une démarche de prévention. En cas de découverte de sa séropositivité, il existe des médicaments efficaces qui permettent de ralentir l'évolution de la maladie. Un dépistage précoce permet de bénéficier d'un suivi médical au plus tôt et améliore le pronostic vital.

Une simple prise de sang permet de détecter la présence du virus du sida dans l'organisme. On peut la faire dans une consultation de dépistage anonyme et gratuit (il existe une consultation par département, pour connaître l'adresse, appeler le 0 800 840 800 ou consulter www.sida-info-service.org), dans certains

centres de planification et d'éducation familiale ou, sur prescription médicale dans un laboratoire d'analyses médicales.

On peut également faire un test même si on a pris un risque il y a longtemps, ou dès lors que l'on souhaite s'installer dans une relation durable et abandonner le préservatif.

Pour plus d'information :

Sida Info Service : 0 800 840 800

www.sida-info-service.org

propose une information, une écoute, un soutien aux personnes concernées par le VIH/sida, les hépatites et les infections sexuellement transmissibles (IST).

Fil Santé Jeunes : 0 800 235 236

www.filsantejeunes.com

Apporte des réponses à toutes les questions que se posent les adolescents sur leur corps, l'amour, la drogue, la sexualité, le mal-être...

Ce site leur donne de l'information sur leur propre santé, en prenant en compte leurs considérations. L'objectif est de permettre aux jeunes de réfléchir, de prendre du recul, par rapport à une situation qui les angoisse ou leur pose question.

Le site www.protegetoi.org

propose de nombreux conseils et renseignements pour aider les jeunes à faire leurs premiers pas dans la sexualité et donner des informations concrètes, adaptées aux filles et aux garçons, sur la contraception, sur la sexologie, sur les IST et le VIH.