



vaincre le sida

**Conseils utiles pour soi
et pour les autres**

Transmission - Diagnostic/dépistage - Prévention

Information VIH/SIDA

*Cette plaquette d'information sur le VIH et sur le sida est faite pour que chacun sache comment se transmet le virus et comment se protéger. Si vous pensez qu'elle ne vous concerne pas, **elle peut cependant intéresser vos enfants ou vos proches.***

Ce que l'on sait

On sait

comment le virus du sida (VIH) se transmet.

On sait

ce qu'il faut faire pour l'éviter.

On sait

dépister la présence du virus.

On sait

soulager les personnes atteintes, leur donner des soins efficaces qui permettent de prolonger la durée de la vie.

Mais on ne sait pas

les guérir définitivement du sida.

Le sida est dû à un virus

Le **virus** responsable du sida s'appelle le virus de l'immunodéficience humaine : **VIH**.



Lorsqu'il entre dans l'organisme, le **VIH** attaque principalement certains globules blancs (**les lymphocytes T4**) qui ont pour fonction de nous défendre contre les maladies.

La maladie sida est **l'étape la plus avancée** et la plus grave d'une infection par le VIH.

L'évolution de l'infection par le VIH

Après une contamination par le VIH, il peut se passer plusieurs années avant que des signes de maladie apparaissent. Mais **dès que** l'on sait qu'on est atteint par le virus, il est important de **se faire suivre régulièrement** par un médecin.

En effet, même si aujourd'hui on ne sait pas guérir le sida, les traitements retardent considérablement l'évolution vers la maladie.

Dès qu'on est atteint par le VIH, on peut **transmettre** le virus à une autre personne dans certaines situations, si les précautions nécessaires ne sont pas prises. La transmission peut avoir lieu **même** si la personne atteinte n'a aucun signe de maladie.

Comment se transmet le VIH ?

Le virus du sida se transmet pendant un **rapport sexuel** non protégé ou lorsque **le sang** d'une personne qui est contaminée par le virus pénètre dans le corps d'une autre personne qui n'est pas contaminée.

Lors d'un rapport sexuel sans préservatif :

- Un homme infecté par le VIH peut le transmettre à une femme.
- Une femme infectée par le VIH peut le transmettre à un homme.
- Un homme infecté par le VIH peut le transmettre à un autre homme.

Lorsqu'on utilise une seringue et une aiguille qui ont déjà servi à une personne atteinte par le VIH : le sang de la personne infectée resté dans la seringue et dans l'aiguille peut pénétrer dans l'organisme. De même, **en cas de blessure** accidentelle avec un objet souillé de sang contaminé, une contamination peut se produire.

Le virus peut passer d'une femme enceinte atteinte par le VIH à son enfant pendant la grossesse et l'accouchement ou après la naissance si elle allaite son bébé.

Comment éviter d'être contaminé par le virus du sida ?

Lors des rapports sexuels

Le préservatif est le seul moyen de se protéger lors de rapports sexuels.

Les préservatifs s'achètent dans les pharmacies, les supermarchés, dans certains bars-tabac, dans des distributeurs automatiques.





Si on se sert de seringues et d'aiguilles

- Si on est usager de drogues par voie intraveineuse, il faut utiliser uniquement son matériel personnel : ne partager ni aiguille, ni seringue, ni cuiller, ni eau, ni produit, ni filtre.
- **Une seringue ne doit servir qu'une fois.**
- Les seringues et aiguilles sont en vente libre en pharmacie. Le Stéribox[®], trousse de prévention vendue en pharmacie, contient deux seringues jetables, le matériel stérile pour la préparation des injections et un préservatif.
- Certaines associations distribuent gratuitement aux usagers de drogues des trousse de prévention.

Le préservatif

Le préservatif **protège** à la fois contre l'infection par le **VIH** et contre toutes les infections sexuellement transmissibles (**IST**).

Le préservatif est également **un moyen contraceptif** : il permet d'éviter les grossesses non désirées.

L'efficacité du préservatif est prouvée, à condition qu'il soit bien utilisé. N'utilisez que les préservatifs portant le marquage **CE** sur l'emballage. Cette inscription est la preuve de leur conformité aux **normes de qualité européennes**.

Un préservatif ne doit servir qu'une seule fois. Il est important de bien lire et de bien respecter le mode d'emploi.

En cas d'utilisation de produits ou de médicaments destinés à être appliqués sur le pénis ou dans le vagin, **vérifiez** auprès d'un pharmacien qu'ils sont compatibles avec l'utilisation de préservatifs, c'est-à-dire qu'ils ne risquent pas de les abîmer.

Pour que l'utilisation du préservatif devienne plus rapidement familière et donc plus facile, il peut être utile d'essayer d'abord tout seul !

Les lubrifiants

En cas de pénétration anale, l'application d'un lubrifiant est **indispensable** afin de diminuer les risques de rupture du préservatif. Le lubrifiant doit être appliqué sur le préservatif une fois mis en place et sur l'anus.

Il ne faut utiliser comme lubrifiant **que des gels à base d'eau**. Ces gels sont vendus en pharmacie, par correspondance ou dans certaines grandes surfaces.

Ne pas utiliser des produits gras comme : crèmes et laits de soins corporels, vaseline, huiles de table, crèmes et huiles solaires, crèmes et huiles de massage, etc.

Ces produits **abîment** le préservatif et le rendent **inefficace**.

Mode d'emploi du préservatif masculin



— Ouvrir **délicatement** l'emballage. Attention aux coups d'ongles, de dents et d'objets coupants qui pourraient déchirer le préservatif.



— Une goutte de liquide séminal ou de sperme peut être libérée avant l'éjaculation. Le préservatif doit donc être placé sur le sexe en érection **avant tout contact** :

- avec les organes génitaux féminins,
- avec la bouche ou avec l'anus de la partenaire ou du partenaire.



— Lors de la mise en place, **pincer** avec les doigts le réservoir ou l'extrémité du préservatif pour en chasser l'air.



— Déroulez le préservatif **aussi loin que possible** sur le sexe. S'il ne se déroule pas bien, surtout ne forcez pas ; vous l'avez peut-être posé à l'envers ; jetez-le et prenez en un autre.



— Retirez-vous juste **après l'éjaculation, avant la fin de l'érection**, en retenant le préservatif à la base du sexe.

— Jetez le préservatif usagé à la poubelle après l'avoir noué.

Les préservatifs doivent être entreposés dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière directe du soleil.

Accidents et défaillances dans les pratiques de prévention

Il peut arriver des accidents et des défaillances dans les pratiques habituelles de prévention :

- relation sexuelle sans avoir pu utiliser le préservatif,
- rupture du préservatif,
- partage du matériel d'injection lors d'un usage de drogues,
- piqûre ou coupure accidentelle avec un objet souillé de sang contaminé.

Il faut alors se rendre le plus tôt possible et sans dépasser un délai de 48 heures, dans une consultation de dépistage ou aux urgences d'un hôpital.

Un médecin examinera avec vous la situation et vous conseillera. Selon ce que vous savez de votre partenaire et selon ce qui s'est passé, un **traitement préventif** d'une durée d'un mois, destiné à tenter **d'éviter** qu'il y ait contamination par le VIH, pourra être prescrit.

Comment savoir si on est atteint ou non par le virus du sida ?

Aujourd'hui, on peut dépister la présence du virus du sida **dès le 15^{ème} jour** après une situation à risque : si les tests de dépistage pratiqués à ce moment sont **positifs**, cela veut dire de façon certaine qu'il y a eu **contamination** par le VIH.

Une prise en charge dans les meilleures conditions possibles peut alors être immédiatement proposée.

Par contre, si ces tests ont un résultat **négatif**, ce sera seulement **trois mois** après la dernière situation à risque qu'un nouveau test permettra d'avoir la **certitude** que l'on n'est pas atteint par le VIH. En attendant, il faudra se protéger et protéger son, sa ou ses partenaire(s).

La démarche de dépistage

Vous voulez **savoir** si vous êtes ou non contaminé par le VIH :

- vous **pensez avoir été confronté à une situation à risque**, vous êtes inquiet ;
- vous et votre partenaire vivez une relation stable et vous voulez abandonner l'utilisation du préservatif ;
- vous envisagez une grossesse.

Dans toutes ces situations, il est important de consulter au plus vite un médecin.

Celui-ci vous écoutera, répondra à vos demandes d'information, vous conseillera et vous **prescriera un test si c'est nécessaire.**

Si ce test est pratiqué trois mois (ou plus) après la dernière situation à risque, son résultat est certain, qu'il soit positif ou négatif.



L'organisation du dépistage

Pour faire un dépistage du VIH, vous pouvez **choisir** entre diverses possibilités :

- rencontrer un médecin dans une **consultation de dépistage anonyme et gratuit**. Il y en a au moins une dans chaque département (voir plus loin la liste des numéros de téléphone). Vous n'aurez rien à payer.
- consulter **votre médecin** qui vous fera, si nécessaire, l'ordonnance permettant de faire pratiquer un test dans un **laboratoire** d'analyses médicales.
- vous rendre dans un centre de **planification familiale**, dans un dispensaire **antivénérien**, dans une **consultation de protection maternelle et infantile (PMI)** ou dans un **hôpital**.

Que le résultat du test soit négatif ou positif, il est important, au moment où il est remis, de s'entretenir avec un médecin. Celui-ci est tenu au **secret médical**.

Tous les soins en rapport avec une infection par le VIH sont pris en charge à 100 % par la Sécurité sociale ou par l'aide médicale.

Le dépistage n'est obligatoire en France que dans les situations suivantes : dons de **sang**, dons **d'organes**, dons de **sperme**, dons de **lait**.

Le dépistage est **systématiquement proposé** aux femmes qui envisagent une grossesse ou qui sont enceintes.

Les consultations de dépistage anonyme et gratuit (CDAG)

Il existe dans chaque département une ou plusieurs consultations de dépistage anonyme et gratuit où on peut, sans prescription médicale, dans le respect de l'anonymat et gratuitement, recevoir des informations et des conseils et bénéficier si nécessaire d'un test de dépistage.

On peut aussi réaliser un dépistage de l'hépatite C et de l'hépatite B.

Vous trouverez dans les pages suivantes les numéros de téléphone des consultations de dépistage anonyme et gratuit.

Les adresses peuvent également être obtenues soit par le Minitel 3611 en tapant « sida » dans la rubrique « nom » ou « activité » et en précisant le numéro du département, soit en téléphonant à :

Sida Info Service : 0 800 840 800.

Liste des numéros de téléphone des consultations de dépistage anonyme et gratuit (CDAG)

01. AIN

04.74.45.41.89 Bourg-en-Bresse
04.74.73.10.86 Oyonnax
04.50.40.38.16 Gex

02. AISNE

03.23.24.37.37 Laon
03.23.69.66.68 Chateau-Thierry
03.23.06.74.74 Saint Quentin
03.23.75.74.04 Soissons
03.23.59.08.19 Soissons

03. ALLIER

04.70.03.89.77 Montluçon
04.70.20.88.00 Moulins
04.70.97.13.30 Vichy

04. ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE

04.92.30.17.27 Digne les Bains
04.92.36.76.52 Digne les Bains
04.92.70.17.52 Manosque
04.92.81.12.37 Barcelonnette
04.92.61.06.92 Sisteron
04.92.64.48.01 Saint Auban
04.92.89.10.23 Saint-André-les-Alpes

05 - HAUTES-ALPES

04.92.40.61.89 Gap
04.92.25.34.33 Briançon

06. ALPES-MARITIMES

04.93.85.12.62 Nice
04.93.69.71.79 Cannes
04.93.39.06.36 Cannes
04.92.41.71.99 Menton
04.93.65.98.98 Antibes
04.93.36.40.40 Grasse

07. ARDÈCHE

04.75.20.20.73 Privas
04.75.35.60.22 Aubenas
04.75.67.89.30 Annonay

08. ARDENNES

03.24.58.78.15 Charleville-Mézières
03.24.41.54.80 Fumay
03.24.27.80.00 Sedan
03.24.38.66.66 Rethel

09. ARIÈGE

05.61.03.31.60 Saint Jean de Verges

10. AUBE

03.25.49.00.27 Troyes

11. AUDE

04.68.24.29.99 Carcassonne
04.68.90.68.90 Narbonne

12. AVEYRON

05.65.75.42.24 Rodez
05.65.65.30.03 Villefranche de Rouergue

13. BOUCHES-DU-RHÔNE

04.91.14.21.16 Marseille
04.91.78.43.43 Marseille
04.91.08.33.28 Marseille
04.42.20.13.89 Aix en Provence
04.90.93.00.95 Arles
04.42.36.95.40 Aubagne
04.42.88.48.00 Marignane
04.90.45.06.60 Salon de Provence
04.42.89.05.06 Vitrolles

14. CALVADOS

02.31.94.84.22 Caen

15. CANTAL

04.71.46.56.10 (répondeur) ou
04.71.46.56.58 Aurillac
04.71.60.64.63 Saint-Flour

16. CHARENTE

05.45.90.76.07 Angoulême
05.45.24.42.84 Angoulême
05.45.35.13.13 Cognac

17. CHARENTE-MARITIME

05.46.45.52.40 La Rochelle
05.46.92.77.20 Saintes

18. CHER

02.48.48.48.40 Bourges

19. CORRÈZE

05.55.92.66.67 ou
05.55.92.60.06 Brive
05.55.29.79.71 Tulle

20A. CORSE-DU-SUD

04.95.29.90.10 ou
04.95.29.15.92 Ajaccio

20B. HAUTE-CORSE

04.95.55.06.24 ou
04.95.56.06.25 Bastia
04.95.59.12.66 Bastia

21. CÔTE-D'OR

03.80.63.68.14 Dijon - Beaune

22. CÔTE-D'ARMOR

02.96.01.72.99 Saint-Brieuc

23. CREUSE

05.55.51.70.62 Guéret

24. DORDOGNE

05.53.07.70.00 ou
05.53.07.70.53 Périgueux
05.53.63.86.40 Bergerac

25. DOUBS

03.81.65.44.50 Besançon
03.81.99.37.00 Montbéliard

26. DRÔME

04.75.42.35.70 Valence
04.75.75.75.49 Valence
04.75.01.29.04 Montélimar
04.75.70.82.66 Romans-sur-Isère

27. EURE

02.32.33.80.51 Évreux
02.37.71.69.52 Vernon

28. EURE-ET-LOIR

02.37.30.31.06 Chartres
02.37.30.30.71 Le Coudray
02.37.51.52.53 Dreux

29. FINISTÈRE

02.98.22.33.15 ou
02.98.34.71.91 Brest
02.98.52.62.90 Quimper

30. GARD

04.66.87.66.70 Nîmes
04.66.78.34.56 ou
04.66.78.31.78 Alès
04.66.79.12.70 Bagnols-sur-Cèze

31. HAUTE-GARONNE

05.61.77.78.59 Toulouse
05.61.14.81.50 Toulouse
05.61.50.41.41 Toulouse
05.34.45.40.40 Toulouse
05.61.89.80.12 Saint Gaudens

32. GERS

05.62.05.22.75 Auch

33. GIRONDE

05.57.22.46.66 Bordeaux

34. HÉRAULT

04.67.33.69.50 Montpellier
04.67.35.73.84 Béziers
04.67.46.58.87 Sète

35. ILLE ET VILAINE

02.99.28.43.02 Rennes
02.99.21.27.57 Saint Malo

36. INDRE

02.54.29.60.04 Chateauroux

37. INDRE-ET-LOIRE

02.47.66.48.94 Tours

38. ISÈRE

04.76.12.12.85 Grenoble
04.74.31.50.31 Vienne
04.76.12.12.85 Bourg d'Oisans
(antenne)

39. JURA

03.84.35.60.53 Lons-le-Saunier
03.84.79.80.77 Dôle

40. LANDES

05.58.46.27.27 Mont-de-Marsan
05.58.90.19.06 Dax

41. LOIR-ET-CHER

02.54.55.64.05 Blois
02.54.58.42.23 Blois
02.54.23.36.96 Vendôme

42. LOIRE

04.77.32.68.17 Saint-Étienne
04.77.42.77.89 Saint-Étienne
04.77.44.31.08 Roanne

43. HAUTE-LOIRE

04.71.05.66.90 Le Puy en Velay
04.71.50.82.00 Brioude

44. LOIRE-ATLANTIQUE

02.40.08.38.15 ou
02.40.08.31.19 Nantes
02.40.90.63.33 Saint Nazaire
02.40.55.88.09 Châteaubriand
02.40.90.63.33 Guérande
(antenne)

45. LOIRET

02.38.51.43.61 Orléans-la-Source
02.38.74.45.54 Orléans cedex 1

46. LOT

05.65.20.54.11 Cahors
05.65.50.65.93 Figeac

47. LOT-ET-GARONNE

05.53.69.40.41 Agen
05.53.20.30.50 Marmande
05.53.40.59.59 Villeneuve sur lot

48. LOZÈRE

04.66.49.49.40 Mende

49. MAINE-ET-LOIRE

02.41.35.41.13 Angers
02.41.49.68.81 Cholet

50. MANCHE

02.33.20.70.43 Cherbourg
02.33.06.33.07 Saint Lô

51. MARNE

03.26.69.60.60 poste 71-95
Chalons-en-Champagne

03.26.78.45.70 ou
03.26.78.79.97 Reims (répondeur)
03.26.58.73.04 ou
03.26.58.71.02 Epernay
03.26.81.79.18 Cézanne
03.26.60.81.41 Sainte Ménehould

52. HAUTE-MARNE

03.25.30.71.77 Chaumont
03.25.56.84.00 Saint Dizier

53. MAYENNE

02.43.56.00.17 Laval
02.43.66.50.80 Laval

54. MEURTHE-ET-MOSELLE

03.83.15.40.06 ou
03.83.15.40.13 Vandœuvre-les-Nancy

55. MEUSE

03.29.83.83.32 Verdun
03.29.45.88.55 Bar-le-Duc

56. MORBIHAN

02.97.54.76.00 ou
02.97.54.76.69 Vannes
02.97.84.42.66 Lorient
02.97.28.42.40 Pontivy

57. MOSELLE

03.87.55.33.83 Metz
03.87.56.30.70 Metz
03.87.87.33.33 Forbach
03.87.23.24.44 Sarrebourg
03.82.55.89.10 Thionville

58. NIÈVRE

03.86.68.30.61 Nevers

59. NORD

03.20.54.57.73 Lille
03.27.81.57.00 Cambrai
03.27.98.50.61 Douai
03.28.24.04.00 Dunkerque
03.20.69.48.14 Tourcoing
03.27.33.55.62 Valenciennes

60. OISE

03.44.06.53.40 Beauvais
03.44.86.32.23 Compiègne
03.44.61.60.00 ou
03.44.61.65.10 Creil

61. ORNE

02.33.26.04.23 Alençon
02.33.32.30.49 Alençon

62. PAS-DE-CALAIS

03.21.21.31.99 Arras
03.21.01.25.62 Béthune
03.21.10.05.80 Boulogne-sur-mer
03.21.34.62.30 Calais
03.21.69.10.95 Lens
03.21.95.61.70 Saint-Omer

63. PUY-DE-DÔME

04.73.14.50.80 Clermont-Ferrand

64. PYRÉNÉES-ATLANTIQUES

05.59.92.48.12 Pau
05.59.63.35.29 Bayonne

65. HAUTES-PYRÉNÉES

05.62.56.74.94 Tarbes

66. PYRÉNÉES-ORIENTALES

04.68.51.60.84 Perpignan
04.68.66.24.00 Perpignan

67. BAS-RHIN

03.88.11.65.78 ou
03.88.11.63.30 Strasbourg
03.88.23.78.48 Strasbourg

68. HAUT-RHIN

03.89.64.61.85 Mulhouse
03.89.45.89.69 Mulhouse
03.89.12.44.65 Colmar

69. RHÔNE

04.72.41.32.91 Lyon
04.78.42.29.26 Lyon
04.72.11.62.06 Lyon
04.72.50.08.68 Vénissieux (antenne)
04.74.09.28.27 Villefranche-sur-Saône

70. HAUTE-SAÔNE

03.84.96.61.23 Vesoul

71. SAÔNE-ET-LOIRE

03.85.38.09.17 Mâcon
03.85.48.62.28 Chalon-sur-Saône

72. SARTHE

02.43.43.43.70 Le Mans

73. SAVOIE

04.79.96.50.83 Chambéry
04.79.96.51.52 Chambéry
04.79.96.51.72 Chambéry
04.79.34.01.26 Aix-les-Bains
04.79.37.89.56 Albertville
04.79.59.93.88 Saint Jean de Maurienne

74. HAUTE-SAVOIE

04.50.88.33.71 Annecy
04.50.83.21.19 Thonon-les-Bains
04.50.47.30.49 ou
04.50.47.30.48 Sallanches
04.50.87.48.27 Ambilly
04.79.85.50.09 ou
04.79.33.96.00 ou
04.79.62.56.24 Chambéry
04.50.38.23.81 Annemasse

75. PARIS

01.42.61.30.04 ou
01.42.97.48.29 1^{er}
01.49.96.62.70 4^{ème}
01.58.41.18.17 6^{ème}
01.40.05.43.75 ou 01.40.05.41.87
(répondeur) ou 01.40.27.00.00
Hôpital Fernand Vidal ou
01.42.49.99.24 (avant midi, 10^{ème}
sinon répondeur) 12^{ème}
01.49.28.21.54 13^{ème}
01.42.16.10.53 14^{ème}
01.40.78.26.00 ou 01.40.78.26.56
(répondeur) 14^{ème}
01.58.14.30.30 14^{ème}
01.40.25.80.80 ou
01.40.25.84.34 18^{ème}
01.40.33.52.00 20^{ème}

76. SEINE-MARITIME

02.32.88.80.40 Rouen
02.35.07.33.33 Rouen
02.32.73.38.23 ou
02.32.73.38.20 Le Havre
02.35.77.00.85 Elbeuf
02.35.82.20.81 Dieppe
02.35.28.23.99 Fécamp

77. SEINE-ET-MARNE

01.64.14.55.55 Melun
01.64.35.38.38 ou
01.64.35.38.77 Meaux
01.60.06.26.76 Lognes
01.64.12.46.80 Lagny
01.60.71.22.07 Fontainebleau
01.60.52.51.42 Provins
01.64.26.51.06 Chelles

78. YVELINES

01.39.63.92.99 ou
01.39.63.80.90 Le Chesnay (répondeur)
01.30.22.09.60 Les Mureaux
01.34.83.79.07 Rambouillet

79. DEUX-SÈVRES

05.49.78.30.72 Niort
05.49.68.31.22 Bressuire

80. SOMME

03.22.91.07.70 Amiens
03.22.45.56.69 Amiens

81. TARN

05.63.47.44.58 Albi

82. TARN-ET-GARONNE

05.63.92.81.19 Montauban
05.63.04.67.00 Moissac

83. VAR

04.94.22.70 92 ou
04.94.22.74.45 Toulon
04.94.50.90.53 ou
04.94.50.90.52 Draguignan
04.94.51.18.65 Fréjus
04.94.12.60.33 Hyères
04.94.97.03.01 Saint Tropez

84. VAUCLUSE

04.90.04.34.13 Apt
04.90.87.38.44 Avignon
04.90.16.19.49 Avignon
04.32.85.88.96 Carpentras
04.90.78.85.29 Cavaillon
04.90.11.22.30 ou
04.90.11.22.33 Orange

85. VENDÉE

02.51.44.63.18 La Roche-sur-Yon
02.51.21.86.71 Les-Sables-d'Olonne

86. VIENNE

05.49.44.39.05 ou
0800.000.385 Poitiers
(répondeur)
05.49.02.90.19 ou
05.49.02.90.90 Chatellerault
(standard)

87. HAUTE-VIENNE

05.55.05.66.52 Limoges
05.55.45.12.70 Limoges

88. VOSGES

03.29.68.73.02 Épinal

89. YONNE

03.86.48.48.62 Auxerre
03.86.34.95.30 ou
03.86.34.95.32 Avallon
03.86.65.21.34 Sens

90. TERRITOIRE DE BELFORT

03.84.28.17.12 Belfort

91. ESSONNE

01.64.96.02.49 Corbeil-Essonnes
01.64.94.53.99 Étampes
01.60.77.73.52 Évry-
Courcouronnes
01.69.21.49.22 Juvisy-sur-Orge
01.69.20.88.87 Massy
01.64.90.14.54 Arpajon

92. HAUTS - DE - SEINE

01.41.20.29.29 Nanterre
01.47.69.65.89 Nanterre
01.47.93.03.24 Gennevilliers
01.49.09.59.59 ou
01.49.09.59.57 Boulogne
01.46.03.39.11 Boulogne
01.45.37.42.01 Clamart
01.42.42.08.69 ou
01.74.60.67.68 Colombes
01.47.93.03.24 Asnières
01.41.18.15.50 Suresnes
01.46.42.14.24 Vanves
01.46.42.14.24 Fontenay aux
Roses
01.46.42.14.24 Chatenay-
Malabry

93. SEINE-SAINT-DENIS

01.42.35.61.99 Saint Denis
01.48.30.20.44 ou
01.48.95.51.72 Bobigny
01.41.70.81.91 Montfermeil
01.43.85.65.08 Aulnay sous bois

94. VAL-DE-MARNE

01.45.17.55.00 Créteil
01.47.06.02.32 Champigny-sur-
Marne
01.43.90.20.17 Ivry-sur-Seine
01.43.86.22.37 Villeneuve-Saint-
Georges
01.55.53.50.80 Vitry-sur-Seine

95. VAL-D'OISE

01.30.30.22.49 Cergy
01.34.53.22.11 Gonesse
01.34.23.25.29 Argenteuil

971. GUADELOUPE

CDAG*
0590.89.10.10 poste 30.24
Pointe-à-Pitre
0590.91.24.52 Pointe-à-Pitre
0590.87.01.17 Saint Martin
0590.81.16.40 Basse Terre
0590.91.85.25 Abymes
972. MARTINIQUE
CDAG*
0596.55.23.01 Fort de France
0596.60.36.87 Fort de France

973. GUYANE

CDAG*
0594.39.50.50 ou
0594.39.53.25 ou
0594.31.81.60 Cayenne
0594.34.87.77 Saint Laurent
du Maroni
0594.32.42.20 Kourou
CDG**
0594.27.09.28 Apatou
0594.27.09.28 Cacao
0594.37.44.02 Camopi
0594.30.21.42 Cayenne
0594.31.01.20 Cayenne
0594.37.41.02 Grand Senti
0594.34.62.54 Iracubo

0594.38.88.79 Macouria Tonate
0594.34.82.26 Mana
0594.37.20.49 Maripasoula
0594.35.60.84 Natoury
0594.27.06.51 Régina
0594.35.40.40 Remire
0594.28.06.79 Roura
0594.37.02.00 Saint Georges
de l'Oyapock
0594.34.11.47 Saint Laurent
du Maroni
0594.34.51.54 Sinnamary
0594.34.10.60 Awala Yalimapo
0594.34.17.01 Javouhey

974. LA RÉUNION

CDAG*
0262.90.55.60 ou
0262.90.55.61 Saint Denis
0262.35.91.65 Saint Pierre-le-
Tampon
0262.43.38.20 poste 400 ou
poste 407 Le Port
0262.50.20.00 poste 239
Saint Benoît
0262.41.32.75 poste 29
Saint Denis
0262.96.90.80 Saint Pierre
0262.34.86.00 Saint Leu
98. NOUVELLE CALÉDONIE
0687.27.27.73

*CDAG : Consultation de
dépistage anonyme et gratuit.

**CDG : Consultation de
dépistage gratuit.

Que signifie précisément le résultat du test ?

Un résultat positif est vérifié, sans attendre, sur une deuxième prise de sang. Si ce test est lui aussi positif, cela veut dire que vous êtes contaminé par le virus du sida.

Vous devrez alors vous faire suivre régulièrement par un médecin.

Dès qu'une personne est atteinte par le VIH, elle peut **transmettre** le virus, même si elle ne ressent aucun trouble particulier. Elle doit donc penser à protéger son, sa ou ses partenaire(s) :

- en utilisant systématiquement le préservatif lors des rapports sexuels
- en ne partageant avec personne son matériel d'injection, en cas d'usage de drogues par voie intraveineuse

Un résultat négatif est certain seulement si trois mois (ou plus) ont passé depuis la dernière situation à risque. Dans ce cas il signifie que vous n'êtes pas atteint par le virus du sida, mais il ne témoigne de votre situation **qu'à un moment donné** et ne vous protège pas de risques futurs de contamination par le VIH.

Vous devrez continuer à vous protéger en utilisant des préservatifs et/ou du matériel d'injection neuf et stérile en cas d'usage de drogues par voie intraveineuse.

Pourquoi se faire dépister le plus vite possible ?

Quand une personne est atteinte par le VIH, les traitements actuels ne font pas disparaître l'infection, mais ils permettent de **ralentir** fortement l'évolution vers la maladie sida. Ils **améliorent** souvent considérablement la qualité de vie des personnes atteintes. Il est donc important de savoir le plus tôt possible après une situation à risque de contamination si on est atteint par le VIH, afin de pouvoir bénéficier **d'une prise en charge médicale**.

Quand une femme enceinte est atteinte par le VIH, des traitements **réduisent** considérablement les risques de transmission du virus à l'enfant.

En quoi consistent les traitements contre le VIH ?

Les traitements contre le VIH ont pour objectif de **diminuer la multiplication du virus** dans le corps. Actuellement, ils sont donnés en associant le plus souvent plusieurs médicaments différents (**multithérapies**). Ces traitements sont contraignants car, pour être efficaces, ils obligent à prendre chaque jour un grand nombre de médicaments à des moments très précis. Cependant, ils transforment la vie d'un grand nombre de personnes atteintes par le VIH, en améliorant considérablement leur état général.

On « n'attrape » pas le sida au travail, au café, à l'école...

Le sida n'est pas une maladie comme la grippe ou la tuberculose. Il ne se transmet pas par des postillons ou des crachats, ni en serrant la main, ni en mangeant dans le même plat, ni en buvant dans le même verre.

- On ne peut pas « l'attraper » en utilisant des équipements publics : piscine, toilettes, douches, bains.
- Si quelqu'un a été contaminé par le virus du sida, il ne peut le transmettre dans son entourage que lors de rapports sexuels non protégés ou par un partage de matériel d'injection en cas d'usage de drogues par voie intraveineuse.
- Les rapports de tendresse (baisers, caresses...) ne sont pas contaminants. **Le sida n'empêche pas d'aimer**



La prévention du sida et la contraception

La pilule et le stérilet sont des moyens contraceptifs qui permettent d'éviter une grossesse non désirée.

Ils ne protègent pas des infections sexuellement transmissibles (IST), ni du virus du sida.

Le préservatif, seul moyen de se protéger des IST et du sida lors des rapports sexuels, est aussi un moyen contraceptif.



Il n'y a pas que le sida

La plupart des **infections sexuellement transmissibles (IST)**, **si elles ne sont pas soignées**, peuvent avoir des conséquences graves sur la santé, telle que la stérilité. **Mais elles peuvent être traitées et guéries.**

L'hépatites B et les IST se transmettent au moment d'un rapport sexuel non protégé.

L'utilisation du préservatif évite la contamination.

Les virus des hépatites B et C peuvent se transmettre également par le sang :

- notamment chez les **usagers de drogues**, par le partage de seringues et du matériel de préparation de l'injection. Pour s'en protéger, il faut utiliser à chaque injection une seringue et une aiguille neuves. Il ne faut partager ni aiguille, ni seringue, ni cuiller, ni eau, ni produit, ni filtre.
- lors d'une **blesseure accidentelle** avec un objet souillé de sang contaminé.

Il existe un vaccin contre l'hépatite B (remboursé partiellement). Il n'existe pas de vaccin contre l'hépatite C.

Si vous pensez que vous avez pu être contaminé, il est important de consulter un médecin le plus vite possible, en cabinet ou dans un centre antivénérien. En cas de nécessité, vous pourrez ainsi bénéficier rapidement d'un traitement efficace. Le test de dépistage du virus de l'hépatite C peut être pratiqué dans toutes les consultations de dépistage anonyme et gratuit.

Où s'informer

- dans les consultations de dépistage anonyme et gratuit (CDAG) (*voir liste page 14 à page 17*) ;
- chez votre médecin généraliste ;
- dans les centres de protection maternelle et infantile (PMI, consultations prénatales) ;
- dans les centres de planification et d'éducation familiale ;
- dans les dispensaires antivénéériens ;
- lors de consultations de gynécologie ou de dermatologie ;
- auprès d'associations.

Des lignes de téléphone confidentielles et anonymes pour obtenir des informations :

SIDA INFO SERVICE 0 800 840 800

(communication gratuite - tous les jours, 24 h/24) écoute, soutien, orientation pour les problèmes ayant trait au sida. Un écoutant peut vous répondre en arabe, en bambara, en anglais ou en espagnol les lundi, mercredi et vendredi entre 14 h et 19 h.

SIDA INFO DROIT 0 801 636 636

(coût d'une communication locale - mardi de 16 h à 22 h - vendredi de 14 h à 18 h) questions juridiques et sociales liées au sida.

FIL SANTÉ JEUNES : 0 800 235 236

(communication gratuite tous les jours de 8 heures à minuit) pour les jeunes de 12 à 25 ans.

DROGUES ALCOOL TABAC INFO SERVICE : 113

(communication gratuite tous les jours, 24h/24).

*Pour obtenir ou consulter des documents
d'information et de communication sur le sida :*

INPES Institut National de prévention et d'éducation pour la santé

42, boulevard de la Libération • 93203 Saint-Denis Cedex

CRIPS Centres régionaux d'information et de prévention sur le sida

Aquitaine : 05 57 57 18 80 / 81

Auvergne : 04 73 34 12 12

Ile de France : 01 53 68 88 88

Nord - Pas de Calais : 03 20 15 49 10

Pays de Loire : 02 40 41 41 28

PACA - Marseille : 04 91 59 83 93

PACA - Nice : 04 92 14 41 20

Rhône Alpes : 04 78 38 18 17

LE KIOSQUE

Information sur le sida et sur la toxicomanie :

Paris - 01 44 78 00 00

 **Sida Info Service**
0 800 840 800

24 h sur 24 . confidentiel, anonyme et gratuit

**Document rédigé sous la responsabilité
de la Direction générale de la Santé,
ministère de la Santé, de la Famille
et des Personnes handicapées.**

Édition et diffusion :

**Institut national de prévention
et d'éducation pour la santé
(INPES)**

**42 boulevard de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex
Fax : 01.49.33.23.90**

*État des connaissances :
avril 2002.*

