

## Prévenir le VIH et les autres IST passe par le dépistage précoce

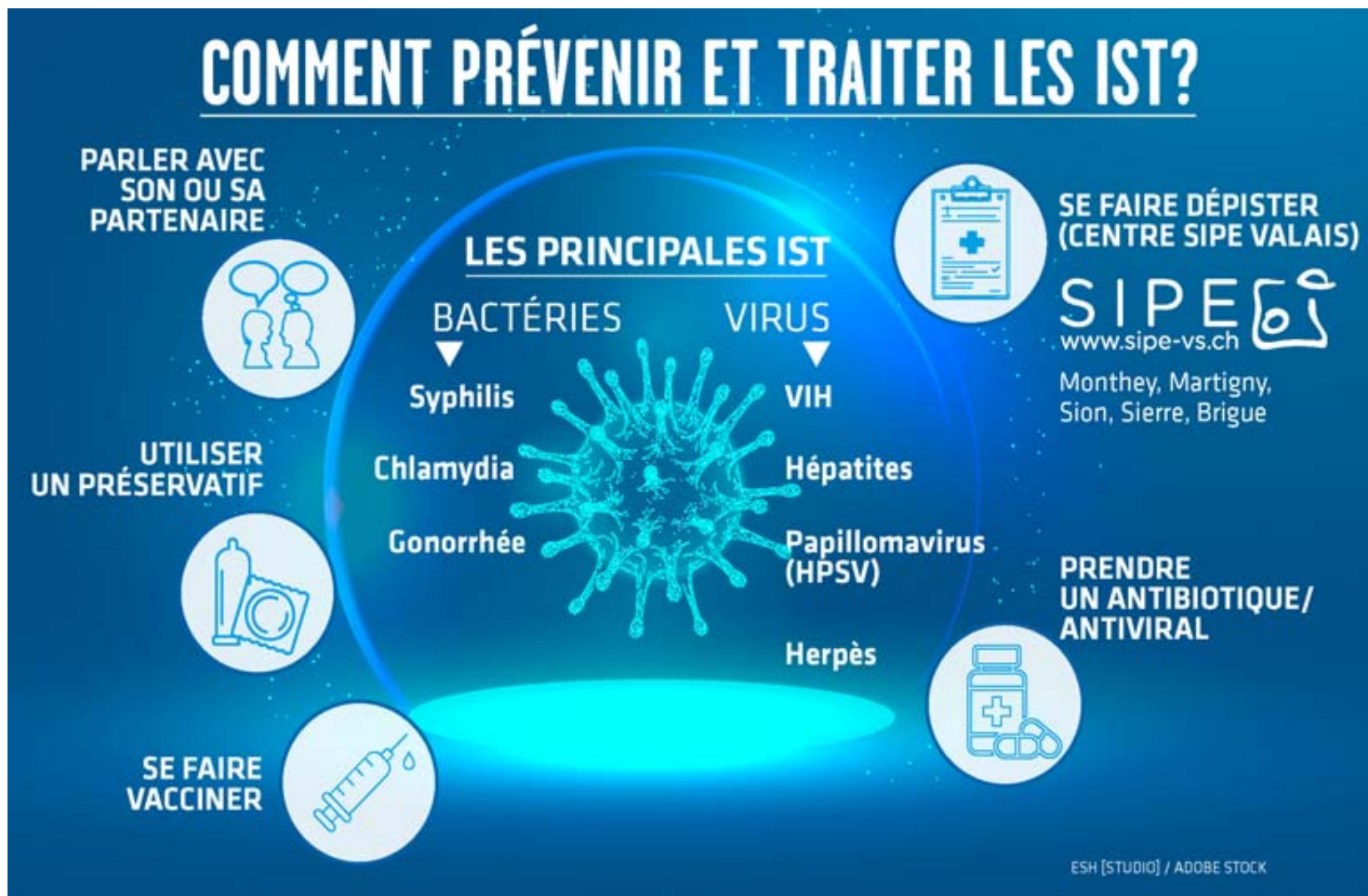
**SEXUALITÉ** Quels que soient notre âge et notre sexualité, nous pouvons être infectés par des virus et des bactéries transmises par voie sexuelle. Quelques bons réflexes, tel le dépistage, assurent une santé sexuelle sans complication.

PAR YANNICK BARILLON, JOURNALISTE RP

On ne dit plus MST, mais IST, pour infections sexuellement transmissibles. Johanne Guex, coordinatrice du secteur IST-VIH pour les centres SIPE, résume bien l'enjeu des IST: «Vivre des relations sexuelles, c'est potentiellement prendre un risque de contracter une infection, mais la plupart se soignent par antibiotiques ou antiviraux, on ne parle donc plus de maladies. Le défi est d'être bien informé, pour mieux se protéger et éviter des complications.» Parmi les IST, la syphilis, la chlamydia et la gonorrhée sont liées à une bactérie, alors que l'herpès, le papillomavirus, le VIH et les hépatites sont dues à des virus. Les IST se transmettent essentiellement par voie sexuelle (orale, vaginale, anale) ou par un simple contact de peau à peau pour la syphilis ou l'herpès. Le VIH et les hépatites se transmettent aussi par le sang. En Suisse et en Valais, les IST ont augmenté ces dernières années, en particulier les infections à la chlamydia. La hausse des dépistages, mais aussi une baisse de l'usage du préservatif, pourrait l'expliquer.

### Les principaux facteurs de risque

Si toutes les pratiques sexuelles sont à risque, quel que soit son âge, il convient de se questionner sur sa propre exposition, et d'adapter son comportement. Johanne Guex précise: «Une multiplication des partenaires, surtout sur une courte durée, augmente les possibilités d'être infecté. On remarque aussi que des relations sexuelles non protégées sont fréquentes chez les 40-50 ans hétérosexuels fraîchement



**«L'USAGE DU PRÉSERVATIF RESTE LE MOYEN LE PLUS SÛR DE SE PRÉMUNIR CONTRE DES RISQUES D'INFECTION.»**

JOHANNE GUEX  
COORDINATRICE DU SECTEUR IST-VIH  
POUR LES CENTRES SIPE

separés. La moitié des infections au VIH concerne aussi des hommes qui ont eu des relations sexuelles avec d'autres hommes.» Enfin les travailleurs·euses du sexe et leurs clients sont davantage exposés. Il importe de ne pas négliger les conséquences d'un non-traitement de ces infections vira-

les ou bactériennes. La chlamydia peut entraîner une inflammation de l'utérus à l'origine d'infertilité ou de grossesses extra-utérines. La syphilis non soignée peut détruire des organes, créer des troubles neurologiques, voire conduire au décès. Depuis 2016, les cas de syphilis sont d'ailleurs en recrudescence en Suisse et font l'objet d'une surveillance par l'OFSP.

### Se protéger et se faire dépister

Pour Johanne Guex, la meilleure des préventions est combinée: «L'usage du préservatif reste le moyen le plus sûr de se prémunir contre des risques d'infection. Puis, le dépistage permet de les identifier. En revanche, pour les personnes qui n'ont pas encore entretenu de relations sexuelles, un dépistage ou un test VIH sont inutiles.» En cas de doute sur votre si-

tuation, le site [lovelife.ch](http://lovelife.ch) vous invite à faire votre «safer sex check» en quelques clics, et de manière totalement anonyme.

La plupart de ces bactéries sont asymptomatiques, mais en cas d'exposition au risque, se faire dépister auprès d'un professionnel formé en santé sexuelle permet de traiter rapidement les infections, et d'éviter les complications. En effet, explique la spécialiste: «Les antibiotiques suffisent à soigner les IST bactériennes, et les vaccins préviennent les risques d'hépatite et de papillomavirus (HPV). Quant au VIH, les traitements sont beaucoup moins lourds et plus accessibles qu'avant.» En vue de la Journée mondiale de lutte contre le sida, le 1er décembre, Johanne Guex insiste sur l'importance de casser les préjugés et de lutter contre la peur injustifiée: «Une personne infectée par le VIH et qui est sous traitement ne transmet pas le virus. Il importe de réduire les discriminations et la charge mentale de ces personnes lorsque leur situation de santé est révélée.» Elle rappelle que 17 500 personnes vivent avec le VIH en Suisse, et qu'elles vivent très bien. ●

### ON EN PARLE

## Un seul lieu pour la santé sexuelle: les centres SIPE

Depuis le 1er juillet 2024, les centres SIPE ont intégré les deux Antennes sida actives dans le canton du Valais. Une fusion qui permet de regrouper en un seul lieu toutes les activités de prévention et de promotion liées à la santé sexuelle et reproductive.

Vous avez une difficulté dans votre couple, ou en marge d'une naissance? Vous hésitez ou souhaitez réaliser un dépistage pour une IST ou un test VIH? Vous avez besoin d'information ou de conseils en lien avec votre santé sexuelle ou vous aimeriez acheter un préservatif à prix préférentiel? Les centres SIPE présents dans toutes les villes valaisannes ont du personnel formé qui se met à votre disposition, et qui vous accompagne dans vos différentes demandes à tous



les âges de la vie. Que vous soyez célibataire ou en couple, quel que soit votre genre, si vous appartenez à une minorité, ces professionnels vous écoutent et vous orientent selon vos besoins.

Ainsi, c'est dans les centres SIPE que vous pouvez aborder les questions en lien avec les IST et le VIH. Comment vivre avec ce virus, quels sont les IST, comment s'en prémunir, se dépister, et s'informer sur vos droits? Ce lieu d'écoute est donc aussi un espace d'accueil et de soutien pour toutes les personnes qui vivent avec le VIH ou une IST, et pour tout un chacun qui aurait des questions générales sur sa santé sexuelle.

Plus d'informations: [www.sipe-vs.ch](http://www.sipe-vs.ch) ●

### PARTENAIRES

DSSC Service cantonal de la santé publique  
[www.vs.ch/sante](http://www.vs.ch/sante)

Promotion santé Valais  
Gesundheitsförderung Wallis  
[www.promotionsantevalais.ch](http://www.promotionsantevalais.ch)

LIGUE PULMONAIRE VALAISANNE  
LUNGENLIGA WALLIS  
[www.liguepulmonaire-vs.ch](http://www.liguepulmonaire-vs.ch)

### POUR EN SAVOIR PLUS...

