

## Le sais-tu ?

- Le sida est une maladie qui s'attaque au système de défense de notre corps, qui est causée par le Virus de l'Immunodéficience Humaine (VIH).
- Le seul moyen de savoir si on est infecté(e) ou pas par le virus, c'est de faire un test de dépistage (test rapide ou test sanguin).
- Le sida se soigne mais ne se guérit pas : des nouveaux traitements moins lourds existent et permettent à la personne séropositive de diminuer sa charge virale pour la rendre indétectable. Alors le VIH est intransmissible.
- Une personne séropositive ayant une charge virale indétectable grâce à son traitement ne transmet plus le VIH.

## La charge virale indétectable

- La charge virale désigne la quantité de virus présente dans le sang et les sécrétions sexuelles.
- Plus la charge virale est faible, moins la personne est contaminante et vice versa.
- La charge virale est dite indétectable (grâce aux traitements) lorsqu'elle est tellement réduite qu'on n'arrive plus à détecter le VIH dans le sang. La personne reste toutefois séropositive mais ne transmet plus le VIH. C'est en ayant un suivi médical régulier et en prenant bien son traitement que la charge virale devient indétectable (6 mois sont nécessaires).
- Le statut indétectable = intransmissible protège uniquement du VIH et pas des autres IST.

## Comment se transmet le VIH ?

Le VIH se trouve dans le sang, le sperme, le liquide séminal produit avant l'éjaculation, dans les muqueuses anales, les sécrétions vaginales et le lait maternel.

### Le VIH se transmet

- lors des rapports sexuels vaginaux, anaux et/ou oraux non protégés ;
- par le partage d'aiguilles, d'objets coupants ou l'utilisation de matériel d'injection non stérile ;
- de la mère séropositive à son enfant lors de l'accouchement, de la grossesse et de l'allaitement. Mais si la mère a un bon suivi médical et prend bien son traitement, son bébé naîtra séronégatif.

## Le VIH ne se transmet pas par

- le baiser, la toux, l'éternuement, la salive, les larmes ;
- les poignées de mains et accolades ;
- le partage de couverts, d'un lit, de WC et d'une salle de bain ;
- piqûres d'insectes.

## Comment se protéger ?

À l'aide de la prévention combinée :

- Utilisation du **préservatif** masculin ou féminin (et de lubrifiant à base d'eau si nécessaire) pour empêcher le contact avec :
- les liquides corporels contaminants ;
- la peau infectée ou abîmée par une IST.





## Le dépistage

Dans certaines associations qui font le dépistage rapide (goutte de sang au bout du doigt), dans un délai de 3 mois après la prise de risque.

Chez un médecin traitant, dans un planning familial, dans une maison médicale ou dans les hôpitaux pour une prise de sang classique, dans un délai de 6 semaines après la prise de risque.



## Les traitements

**PrEP** : Ce traitement est proposé à une personne séronégative avant une prise de risque pour empêcher une contamination par le VIH (ne protège pas des autres IST).

**TPE** : Il s'agit d'un traitement d'urgence qui permet de réduire le risque de transmission du VIH pour une personne séronégative. Ce traitement est à commencer le plus vite possible et au maximum 72h après la prise de risque. Il est uniquement délivré en cas de risque élevé d'infection par un médecin du centre de référence.

## Contacts

**Namur : SASER**

<https://pointsrelaissida.jimdo.com> - 081/77.68.20

**Liège : Sidasol**

[www.sidasol.be](http://www.sidasol.be) - 04/366.96.10

**Charleroi : Sida-IST Charleroi-Mons**

[www.sida-charleroimons.be](http://www.sida-charleroimons.be) - 071/92.90.16

**Zanzu**

<https://www.zanzu.be/fr/>

Pour trouver un centre de dépistage proche de chez toi, visite le site:  
[www.preventionsida.org](http://www.preventionsida.org)

Éd. Resp. : Thierry Martin, Plate-Forme Prévention Sida  
Place de la Vieille Halle aux Blés 28/29 - 1000 Bruxelles

Que l'on soit parents, partenaires, membres de sa communauté, responsables religieux, nous avons tous un rôle à jouer dans la prévention du VIH, c'est notre responsabilité à tous.



Préservatif



Dépistage



Traitements

Plate-Forme Prévention Sida

Place de la Vieille Halle aux blés 29/28

1000 Bruxelles

Tél: 02/733.72.99

[WWW.PREVENTIONSIDA.ORG](http://WWW.PREVENTIONSIDA.ORG)



# Le sais-tu?

