



10 questions sur le VIH/sida et les autres IST

1. Qu'est-ce que l'infection par le VIH ?

L'infection par le virus de l'immunodéficience humaine (VIH) fait partie des infections sexuellement transmissibles (IST). Ces infections se transmettent lors d'une relation sexuelle, avec ou sans pénétration, par le sang, pendant la grossesse ou lors de l'allaitement. Les IST concernent les hommes comme les femmes.

Il est important de noter qu'il y a un consensus scientifique selon lequel le VIH ne peut être transmis par voie sexuelle lorsqu'une **personne vivant avec le VIH (personne séropositive)** suit un **traitement médicamenteux** et maintient une **charge virale** (quantité de virus dans le sang) qui est dite **indétectable** (niveau de VIH dans le sang d'une personne si faible qu'il n'apparaît pas dans les tests standards). Il est fait mention du concept **I=I (indétectable = intransmissible)**. Pour les personnes ayant une charge virale indétectable, il est fait mention de risque réduit pendant l'allaitement.

Le **VIH** est le **virus** responsable d'une **maladie** nommée syndrome d'immuno-déficience acquise (**sida**), qui peut se développer dans **un second temps**. En pénétrant dans l'organisme, le VIH attaque principalement certains globules blancs (les lymphocytes T4) responsables de l'immunité, affaiblissant ainsi les défenses immunitaires. Le sida est l'étape la plus avancée de l'infection par le VIH, la maladie qui se développe au bout de plusieurs années dans le cas où la personne n'a pas été prise en charge et n'a pas accès à un traitement. Cette maladie est définie par l'apparition de maladies dites « opportunistes », du fait d'un système immunitaire défaillant.

2. Comment se transmet le VIH ?

Seuls les **sécrétions sexuelles**, le **sang** et le **lait maternel** sont des vecteurs de transmission du VIH.

C'est pourquoi ce virus peut se transmettre :

- lors d'un rapport sexuel **sans préservatif** avec une personne vivant avec le VIH qui n'est pas sous traitement ; le fait d'être atteint par une autre IST (syphilis, infection à chlamydia, herpès génital...) accroît le risque de transmission du VIH ;
- par contamination sanguine (matériel d'injection souillé, blessure lors de la manipulation d'objets souillés par du sang) ;
- pendant la grossesse, d'une mère contaminée à son enfant, ou lors de l'allaitement si celle-ci n'est pas sous traitement.

Mais il ne se transmet pas :

- par le don du sang, en France, du fait de l'utilisation de matériel à usage unique et de procédés d'assurance qualité, il n'y a pas de risque à donner son sang ;
- par la salive, les larmes et la sueur ; il n'y a aucun risque à partager un repas, à boire dans le verre d'une personne vivant avec le VIH, en l'embrassant ou en la touchant ou face à une personne qui tousse ou éternue ;
- dans les toilettes publiques ;
- par les moustiques ;
- par le piercing et les tatouages ; avec le respect de toutes les règles d'hygiène et dans le cas où seul du matériel à usage unique est utilisé, il n'y a pas de risque de transmission du VIH ou des hépatites.

3. Qu'est-ce que prendre un risque par rapport au VIH ?

C'est avoir un rapport sexuel sans préservatif avec une personne vivant avec le VIH (séropositive) qui n'est pas sous traitement ou une personne dont le statut VIH n'est pas connu. Il y a également un risque dans le cas où le préservatif glisse ou se rompt lors d'un rapport sexuel.

C'est être en contact avec du sang d'une personne séropositive sans traitement ou dont le statut VIH n'est pas connu **comme dans le cas de partage du matériel d'injection** (seringue, cuillère, coton) lors d'un usage de **drogue par voie intraveineuse** ou en cas de blessure avec du **matériel infecté**.

La consommation de drogues licites (alcool, médicaments psychotropes) ou de drogues illicites (cannabis, cocaïne, etc.) diminue la vigilance et peut entraîner des conduites à risque (absence d'utilisation du préservatif) voire amener à des situations de violence (rapport sexuel forcé).

4. Comment se protéger ?

Plusieurs solutions existent pour se protéger. Les **préservatifs internes ou externes** dits aussi respectivement « féminins » ou « masculins », sont des moyens efficaces de protection contre le **VIH et les autres IST** lors des relations sexuelles. C'est aussi un moyen efficace de **contraception**. Les préservatifs sont notamment disponibles en pharmacie, **sans ordonnance et avec une prise en charge à 100 % pour les personnes de moins de 26 ans**, mais ils peuvent également être achetés dans les supermarchés, les distributeurs automatiques. Ils sont **gratuits** dans les **centres de santé sexuelle**, les **infirmières des collèges et lycées** et les centres gratuits d'information, de dépistage et de diagnostic du VIH, des hépatites virales et des IST (**CeGIDD**).

Utiliser un préservatif (masculin ou féminin) est une preuve de respect et de protection réciproque.

Le **dépistage est également un acte de prévention** essentiel, à réaliser régulièrement lorsque la vie sexuelle est active. Il est possible de se faire dépister du VIH et d'autres IST directement en laboratoire, sans ordonnance. Et gratuitement en CeGIDD, des centres présents sur tout le territoire. Dans le cas d'une **relation stable homosexuelle ou hétérosexuelle**, sans autre partenaire, il est possible d'envisager de ne plus utiliser de préservatif avec un dépistage conjoint pour le VIH et les IST. Pour les relations hétérosexuelles, il faut alors envisager un autre mode de contraception pour éviter les grossesses non désirées et/ou prévues.

Par ailleurs, en termes de prévention, il existe également un médicament, combinaison de deux molécules utilisées contre le VIH, qui permet de se protéger efficacement mais uniquement du VIH : **la PrEP (prophylaxie pré exposition) du VIH**. Ce médicament peut être pris quotidiennement ou seulement en période de vie sexuelle active. La PrEP peut être prescrite par le médecin généraliste ou

directement en CeGIDD, pour toute personne séronégative et elle est prise en charge à 100 % par l'assurance maladie. Un suivi régulier pour le dépistage des autres IST y est associé.

Les moyens de se protéger peuvent être différents pour chacun, ce sont des choix libres et responsables que l'on fait à un moment donné de sa vie, de sa relation amoureuse ou de par l'activité sexuelle choisie.

En ce qui concerne la prévention du risque de transmission du VIH en cas d'usage de drogue par voie intraveineuse, il faut savoir qu'il existe des outils de **Réduction du risque et des dommages** (RdRD), comme du matériel d'injection stérile à usage unique.

5. Pourquoi faire un test de dépistage VIH et des autres IST ?

C'est un signe de responsabilité de vouloir connaître son statut sérologique. Chaque partenaire doit faire son propre test. Il s'agit d'une démarche libre et volontaire qui permet de :

- connaître son statut (séropositif ou séronégatif), notamment en cas de prise de risque (rapport sexuel non protégé), cela est d'autant plus important pour le VIH ;
- faire le choix de ne plus utiliser de préservatifs dans un couple stable, sans autres partenaires, si les deux partenaires sont séronégatifs pour le VIH ;
- bénéficier le plus tôt possible d'un suivi médical en cas de test positif.

Aujourd'hui, avec les traitements efficaces disponibles pour le VIH, connaître son statut sérologique le plus tôt possible lorsqu'on est séropositif présente un intérêt individuel majeur car une prise en charge précoce empêche toute évolution de la maladie vers le sida. Une personne sous traitement a désormais une espérance de vie normale, peut avoir des enfants sans risque et ne risque plus de transmettre le VIH à ses partenaires. Pour les autres IST, cela permet de mettre également en place les traitements adaptés, de rompre la chaîne de contamination et d'éviter des stades tardifs de maladie (comme la syphilis).

Un test de dépistage VIH se fait à partir d'une simple **prise de sang**. Les analyses effectuées permettent aujourd'hui de connaître son statut (séronégatif ou séropositif) à partir **de 6 semaines après une prise de risque**. **Tant que son statut n'est pas connu, il convient de se protéger et protéger les autres lors de relations sexuelles.**

Le dépistage du VIH et des autres IST est pris en charge à 100 %, sans ordonnance, en laboratoire de biologie médicale pour les moins de 26 ans mais, pour les mineurs, nécessite d'être accompagné par un responsable légal ou d'une personne majeure de son choix.

La consultation et le test sont gratuits, anonymes et accessibles aux majeurs comme aux mineurs accompagnés dans les CeGIDD ainsi que dans certains centres de santé sexuelle.

À l'occasion d'un test du VIH, le médecin peut proposer le dépistage d'autres IST notamment chlamydiae, gonorrhée et syphilis.

En dehors de ce test à faire en laboratoire de biologie médicale, un dépistage peut également se faire par un **test rapide d'orientation diagnostique** (TROD) en prélevant une goutte de sang au bout du doigt. Le résultat est obtenu en moins de 30 min. Ce type de test a certains pré requis : il ne peut être effectué **qu'au-delà de 3 mois** après une prise de risque (et non plus 6 semaines comme pour un test par prise de sang) et tout résultat positif doit ensuite être confirmé par une analyse sanguine.

Le résultat du test n'est valable que pour soi-même.

Un **autotest de dépistage** du VIH est également disponible en pharmacie, sans ordonnance mais payant. Il s'agit d'un test à réaliser soi-même permettant le dépistage de l'infection par le VIH.

6. Qu'est-ce qu'être séropositif ? Séronégatif ? Avoir le sida ?

Être **séronégatif**, c'est ne pas être porteur du virus (VIH). Être **séropositif**, c'est être porteur du virus (VIH).

La présence du virus dans le corps ne se manifeste pas forcément par des signes particuliers. Il est possible d'être séropositif, sans le savoir et ainsi transmettre le virus à ses partenaires. **Être séropositif nécessite un suivi médical** mais n'empêche pas de mener **une vie, et le cas échéant une scolarité, normale**. C'est pourquoi il est désormais fait mention de « **personne vivant avec le VIH** » (PVVIH).

Développer la maladie (sida), constitue l'étape la plus avancée de l'infection par le VIH.

7. Quel est le nombre de personnes qui découvrent leur séropositivité en France ?

Grâce à la déclaration obligatoire du VIH et du sida réalisée par les médecins et les biologistes, coordonnée par Santé publique France, il est possible d'estimer chaque année l'ampleur de l'épidémie. En 2024, on estime à **5100 le nombre de personnes qui ont découvert leur séropositivité**. Parmi elles, **53 % ont été contaminés lors de rapports hétérosexuels** et 42 % lors de rapports homosexuels. Dans 1 % des cas, il s'agit de personnes contaminées par l'usage de drogues par voie veineuse. **En 2024, les jeunes de moins de 25 ans représentent 15 % de ces découvertes de séropositivité**.

En 2024, la proportion de personnes **diagnostiquées à un stade avancé de la maladie est de 27 %**.

Le nombre de personnes vivant avec le VIH en France est estimé à environ **180 000**.

Dans le monde, il est estimé actuellement à 40,8 millions le nombre de personnes vivant avec le VIH, et à 1,3 millions le nombre de nouvelles contaminations qui ont eu lieu en 2024 (Source : ONUSIDA, *Le sida en chiffre*, 2025)

8. En quoi consistent les traitements ?

Les traitements actuels ne guérissent pas l'infection à VIH et il n'existe pas non plus de vaccin.

Toutefois, il existe aujourd'hui le TasP (Treatment as Prevention, en anglais ou traitement comme prévention, en français). Il s'agit de médicaments efficaces qui permettent de **stopper l'évolution de l'infection, de réduire la charge virale jusqu'à la rendre indétectable et de mener une vie normale**. Les progrès scientifiques ont permis de rallonger considérablement l'espérance de vie, qui est désormais **similaire à celle de la population générale**, dans les pays comme la France, où les personnes contaminées ont, grâce au dépistage, un accès aux soins et à un suivi médical précoce.

Ces médicaments antirétroviraux pris de façon régulière et efficace, sous contrôle médical, permettent aux personnes séropositives d'avoir une charge virale **indétectable au bout de 6 mois de traitement (le virus ne peut plus être transmis) et de supprimer leur risque de transmettre le VIH** à des partenaires séronégatifs, ainsi que la contamination mère-enfant.

Il existe également un traitement d'urgence appelé traitement **post-exposition (TPE)** si un risque important a été pris lors :

- d'une relation sexuelle avec un partenaire séropositif au VIH qui n'est pas sous traitement ;
- d'une relation sexuelle avec un partenaire dont le statut sérologique n'est pas connu ;
- d'un partage de matériel d'injection souillé par du sang d'une personne contaminée ou de statut sérologique inconnu.

Dans ces cas, le TPE doit être initié en urgence, idéalement dans **les 4 heures, et au plus tard dans les 48 h**, il faut se rendre le plus vite possible aux urgences d'un hôpital.

Le TPE peut empêcher d'être infecté par le VIH. Il consiste en une première prise sur quelques jours d'un comprimé de médicaments antirétroviraux, puis après avis médical, de l'arrêt, la modification ou la poursuite du traitement pendant 30 jours.

Si le VIH peut seulement être « contrôlé » et qu'il n'est pas possible d'en guérir, **les autres IST** se guérissent très bien aujourd'hui, par la mise en place de traitements adaptés.

9. Qu'est-ce qu'être solidaire ?

La solidarité est indispensable dans la lutte contre le VIH/sida comme dans bien d'autres domaines.

Dans notre pays et dans le monde, la solidarité avec les personnes atteintes par le VIH est **fondamentale**. Lutter contre l'indifférence, le rejet, l'exclusion et les discriminations doit faire partie de l'engagement individuel et collectif.

Cet engagement s'exprime en particulier dans les actions menées dans le cadre de la campagne annuelle de lutte contre le VIH/sida.

10. Où s'informer ? Où et avec qui en parler ?

Dans l'établissement scolaire, avec le médecin, l'infirmier ou l'infirmière, l'assistant ou l'assistante de service social qui écoutent, informent et si nécessaire orientent en toute confidentialité.

Hors de l'établissement, il existe des structures locales d'accueil et d'information (planning familial, centre de santé sexuelle...), des CeGIDD, des centres de documentation spécialisés (Centre régional d'information et de prévention du sida) accessibles aux élèves des collèges et des lycées.

Des numéros verts anonymes et gratuits (depuis poste fixe)

Sida-Info-Service 0 800 840 800 – (8 h - 23 h tous les jours)

Fil-Santé-Jeunes 0 800 235 236 (9 h - 23 h tous les jours)

Drogue-Info-Service : 0 800 23 13 13

Des sites internet

- Sida-info-service.org
- Sidaction.org
- Filsantejeunes.com
- Cybercrips.net
- Santepubliquefrance.fr