

## **Vih et sida**

Vih est l'abréviation de «Virus de l'Immunodéficience Humaine». Comme son nom l'indique, le vih est un virus qui détruit le système immunitaire de l'homme. Une personne peut être infectée par le virus pendant de nombreuses années sans présenter de symptômes ni se sentir malade. Mais tôt ou tard, le virus aura tellement affaibli le système immunitaire que l'organisme ne pourra plus se défendre contre les maladies et les infections mêmes bénignes.

Quand une personne est contaminée par le vih, on dit qu'elle est séropositive. Une personne séropositive demeure porteuse du virus pendant toute sa vie.

Quand une personne est contaminée par le vih, ça ne se voit pas extérieurement.

### **Symptômes du vih**

Environ la moitié des personnes infectées par le vih présentent quelques semaines après leur contamination des symptômes ressemblant à ceux de la grippe, à savoir mal à la gorge, fièvre, inflammation des glandes, fatigue, mal à la tête et mal aux articulations et muscles. Une éruption rouge peut aussi apparaître. Habituellement ces symptômes ne sont que passagers et la personne infectée se sent de nouveau en bonne santé.

Quelques mois plus tard, de nouveaux symptômes apparaissent tels que : fièvre inexplicée, inflammation des glandes, fungus dans la bouche, herpès, pneumonie, perte de poids et diarrhée persistante.

Il est important de noter que ces symptômes peuvent avoir une autre cause que le vih.

### **Qu'est-ce que le sida ?**

Sida est l'abréviation de «Syndrome d'Immunodéficience Acquise». Le sida n'est donc pas une maladie en soi, mais plutôt un état dans lequel la personne infectée par le vih contracte des maladies secondaires liées à un affaiblissement important du système immunitaire. Ces maladies sont appelées, de manière générale, «infections opportunistes» ou maladies secondaires. Quand une personne séropositive contracte des maladies secondaires graves, on dit qu'elle est au stade sida.

Certaines personnes arrivent au stade sida deux ans seulement après avoir été contaminées par le vih, mais dans la plupart des cas les personnes contaminées développeront le sida 8 à 10 ans après l'infection si elles ne reçoivent pas de traitement.

Les maladies secondaires, comme par exemple la tuberculose et le cancer, peuvent être très difficiles à guérir et jusqu'à dernièrement,

la plupart des personnes qui développaient le sida mourraient dans les quelques années qui suivaient.

Quand on meurt du sida, on meurt en fait des maladies secondaires.

Auparavant, une personne porteuse du vih ne vivait que 10-12 ans en moyenne, mais de nos jours il n'y a que très peu de personnes qui meurent du sida au Danemark. C'est en grande partie grâce à un nouveau traitement introduit au milieu des années 90, la multithérapie, et également parce que l'on a acquis plus d'expérience et de connaissances sur les maladies secondaires et leur traitement.

## **Contamination**

Le virus vih est présent dans tous les liquides biologiques de l'organisme des personnes atteintes, mais ce n'est que dans le sang, le sperme, les sécrétions vaginales et le lait maternel que la concentration est suffisamment élevée pour qu'il puisse y avoir contamination si le liquide pénètre dans l'organisme.

### **Voies de transmission**

#### **Les rapports sexuels**

Les rapports sexuels non protégés, c'est-à-dire sans préservatif masculin ou féminin, représentent, et de loin, la cause principale de la contamination par le vih dans le monde.

Les rapports sexuels anaux non protégés présentent un très grand risque de contamination parce que les muqueuses du rectum sont fines et donc particulièrement réceptives. Les personnes atteintes d'une maladie vénérienne non traitée, comme par exemple chlamydia, herpès ou verrues, courent un risque accru de contracter le vih lors de rapports sexuels non protégés.

On ne connaît pas avec certitude le risque d'infection lors de rapports sexuels oraux, mais l'avis général est qu'il y a un risque si on reçoit du sperme ou des sécrétions vaginales infectés dans la bouche.

#### **Le sang**

Le risque de contamination est le plus élevé quand le sang d'une personne non contaminée entre en contact direct avec le sang d'une personne séropositive. Le vih peut donc aussi se transmettre en partageant des seringues ou canules. Le risque de contamination est ainsi particulièrement élevé dans les milieux où l'injection de drogue est répandue.

Quand le sida était encore un phénomène nouveau, un certain nombre de personnes furent infectées par le vih lors de transfusions sanguines. De nos jours, dans les pays comme le Danemark ayant des services de santé performants, il n'y a cependant en pratique aucun risque de contamination lors d'une transfusion sanguine étant donné que tout le sang est testé pour le vih.

### **De la mère à l'enfant**

Le vih peut se transmettre de la mère à l'enfant pendant la grossesse ou l'accouchement et par le lait maternel.

Le risque de transmission de la mère à l'enfant est le plus élevé lors de l'accouchement, mais le virus peut aussi être transmis pendant la grossesse ou l'allaitement. Le risque de contamination peut être considérablement réduit si la mère suit un traitement médical et éventuellement accouche par césarienne. C'est pourquoi on propose un traitement aux femmes séropositives enceintes dès le quatrième mois de leur grossesse. Au Danemark, on déconseille l'allaitement aux mères séropositives.

### **Ce qui n'est pas contaminant :**

On ne peut pas être contaminé par le vih lors de simples contacts sociaux avec des personnes séropositives.

- Le vih **ne se transmet pas** par les embrassades, baisers ou caresses
- Le vih **ne se transmet pas** en utilisant la même tasse ou en partageant une assiette
- Le vih **ne se transmet pas** en utilisant les mêmes toilettes ou la même salle de bain
- Le vih **ne se transmet pas** par l'eau, comme par exemple l'eau de la piscine
- Le vih **ne se transmet pas** par les boissons ou la nourriture préparée par un séropositif
- Le vih **ne se transmet pas** par la toux ou les éternuements
- Le vih **ne se transmet pas** par les piqûres ou morsures d'insectes

### **Test de dépistage du vih**

Une personne peut être contaminée par le vih sans le savoir et sans rien sentir pendant de nombreuses années jusqu'à ce que les maladies secondaires commencent à se développer. La seule façon de savoir si l'on est contaminé est de se faire dépister. Le test de dépistage du vih est une analyse sanguine qui révèle si l'organisme produit des anticorps contre le vih, indiquant ainsi la présence du vih dans le sang.

Le test donnera une réponse absolument sûre s'il est effectué 3 mois après l'exposition au risque de contamination par le vih. La réponse n'est sûre qu'après 3 mois parce que c'est le temps qu'il faut à l'organisme pour produire suffisamment d'anticorps pour que l'on puisse les détecter lors de l'analyse sanguine.

Normalement on aura le résultat du test après environ une semaine.

### **Qui ?**

Le parlement danois a décidé qu'au Danemark la lutte contre le vih et le sida relève de la libre volonté de chacun. Cela signifie que chacun peut bénéficier d'un test de dépistage du vih gratuit et, s'il le souhaite, anonyme. Un test de dépistage du vih est proposé aux demandeurs d'asile à leur arrivée au Danemark, mais là aussi, le test est volontaire.

Passer le test de dépistage anonyme signifie que l'on ne dévoile ni son nom ni son adresse ni son numéro de sécurité sociale. On ne vous demande pas non plus de produire votre carte de sécurité sociale ni aucun autre document. Si vous demandez à votre généraliste habituel de faire le test, il ne sera évidemment pas anonyme. Donc, si vous voulez passer le test de façon anonyme, il vaut mieux vous rendre à l'hôpital ou chez un autre généraliste qui ne vous connaît pas. Dans tous les cas, le test est gratuit, mais vous pourrez avoir à payer la consultation si vous le faites faire par un autre généraliste que votre médecin habituel. Quand le test est anonyme, on vous donne un code pour être sûr que c'est bien le résultat de votre analyse sanguine que vous recevrez.

Le dépistage est obligatoire dans certaines circonstances. C'est le cas si l'on veut donner du sang, des organes pour transplantation, du sperme pour insémination artificielle ou du lait maternel ainsi que si l'on souhaite adopter ou se faire implanter des ovules fécondés.

En outre, certaines caisses de retraite exigent de connaître le statut vih des nouveaux membres.

### **Où ?**

On peut faire le test chez son généraliste habituel ou chez n'importe quel autre généraliste, dans les cliniques pour les maladies de la peau et les maladies vénériennes et dans les cliniques de dépistage du vih dans les hôpitaux.

### **Se faire tester ou pas ?**

Si on décide de se faire tester pour le vih, il est important d'être prêt à recevoir le résultat, qui peut être séropositif. Pour certaines personnes le fait de savoir qu'elles sont séropositives constitue un grand stress psychique. Les avantages du dépistage sont :

- connaissance de son statut vih
- réduction du risque de ne pas recevoir le bon traitement. En fait, des patients n'ont pas reçu le bon traitement parce que le médecin ne savait pas que leur maladie était liée au vih
- possibilité de contrôle si on est séropositif
- en général plus le traitement commence tôt, meilleur est le résultat.

## Traitement

Il n'y a pas de vaccin qui protège contre le vih. Il n'y a pas non plus de traitement qui élimine complètement le virus de l'organisme. Mais depuis 1996 nous pouvons, au Danemark, traiter le vih de façon efficace grâce à la multithérapie qui est un traitement médical combinant trois sortes de médicaments ou plus.

Le rôle de la multithérapie est de freiner la multiplication du virus dans l'organisme permettant ainsi au système immunitaire affaibli de se reconstituer. Quand le système immunitaire de la personne atteinte du vih est normalisé, celle-ci peut vivre plus longtemps parce qu'elle sera moins sujette aux infections et aux maladies secondaires pouvant être mortelles chez les porteurs du vih.

La multithérapie prolonge la vie de la plupart des porteurs du vih et améliore aussi leur qualité de vie. Il y a cependant encore trop de personnes qui ne peuvent pas en profiter pleinement. Certaines personnes ne supportent pas les médicaments et éprouvent des effets secondaires, par exemple nausée, fatigue, diarrhée et modification de la répartition des graisses du corps et d'autres développent une résistance au traitement.

La multithérapie n'élimine pas le virus définitivement mais freine seulement sa multiplication, et il s'agit donc d'un traitement à vie. On n'en connaît pas encore les effets à long terme, mais on pense qu'il pourra prolonger la vie des personnes vivant avec le vih pendant de nombreuses années.

### La multithérapie – quand et où?

Au Danemark, quand une personne est diagnostiquée séropositive, on lui propose un traitement par multithérapie gratuit. Normalement il doit s'écouler un certain temps entre le diagnostic et le début du traitement. Les médecins utilisent plusieurs critères pour déterminer le meilleur moment pour commencer le traitement. Dans tous les cas, il est important de commencer le traitement avant que le système immunitaire soit tellement affaibli que l'on risque de contracter de graves infections.

Au Danemark, il y a 8 hôpitaux qui proposent le traitement par multithérapie. À l'hôpital, on effectue un suivi environ tous les 3

mois pour contrôler la concentration du vih dans le sang et on choisit les médicaments appropriés en accord avec le médecin.

## **PPE**

La prophylaxie post-exposition – PPE – est le nom donné au traitement préventif par multithérapie à commencer dans les 24 heures suivant l'exposition au virus.

L'idée à la base de la PPE est qu'il est peut-être possible d'empêcher le virus de se multiplier si le traitement est administré dans les 24 heures suivant l'exposition au virus. Le traitement PPE dure un mois.

La PPE est proposée dans certaines conditions particulières :

- quand on sait que l'on n'est pas déjà infecté
- quand son partenaire est, ou est très probablement, infecté
- quand on a eu des rapports sexuels non protégés avec une personne porteuse du vih
- quand on a été exposé à un risque immédiat de contamination par le vih, par exemple une piqûre accidentelle avec une seringue

Ces conditions ne sont qu'indicatives et c'est au médecin de juger, dans chaque cas, si une PPE est indiquée. Si l'on souhaite recevoir une PPE, il faut s'adresser à l'un des hôpitaux qui traitent les personnes infectées par le vih.

Il faut souligner que la PPE **ne doit pas** être utilisée comme prévention générale, mais seulement dans les cas d'extrême urgence, parce que ses effets sont mal connus et parce qu'elle peut avoir des effets secondaires violents et gênants.

## **Services conseil**

Le fait d'être porteur du vih peut constituer un stress physique et psychique. Beaucoup de personnes éprouvent souvent le besoin d'en parler avec quelqu'un. C'est pourquoi il y a au Danemark plusieurs services conseil que les porteurs du vih ou leurs proches peuvent contacter.

Les organisations HIV-Danmark, Positivgruppen et AktHIVhuset offrent un service conseil par l'intermédiaire de Conseil Est à Copenhague et Conseil Ouest à Århus, Odense, Vejle et Aalborg.

*AIDS-Linien* offre un service conseil par téléphone ainsi que des informations sur le vih et le sida.

*The Training, Information & Counselling Centre* offre un service conseil destiné en particulier aux africains de la région de Copenhague.

*Carina Wöhlk*, prêtre spécialisée dans le vih et le sida tient une permanence lundi, mardi et jeudi de 10 h à 11 h à l'église Helligåndskirken, téléphone 3318 1644, 3940 1431 ou 2163 2787 AIDS-Linien.

## **Comment éviter la contamination ?**

Le traitement du vih/sida n'est pas une cure et il est donc important d'éviter de se faire contaminer.

Le vih se transmet par le sang, le sperme, les sécrétions vaginales et le lait maternel. Dans les autres liquides biologiques tels que la salive, les larmes et la sueur, le virus est présent en quantité trop faible pour qu'il puisse y avoir contamination.

### **Rapports sexuels protégés**

Les rapports sexuels sont le principal mode de transmission du virus. La seule protection efficace pour éviter la contamination par le VIH lors des rapports sexuels est l'utilisation de préservatifs, soit masculin (condom) soit féminin (femidom).

### **Condom & femidom**

Le condom est une poche en latex non-réutilisable que l'on déroule sur le pénis. Le condom recueille le sperme lors de l'éjaculation l'empêchant ainsi de pénétrer dans le vagin. Les condoms sont en vente dans les pharmacies, les kiosques et les commerces de produits de consommation courante.

Le femidom est un préservatif féminin en vente dans les pharmacies. Le femidom est une poche en latex non-réutilisable prélubrifiée avec un anneau à chaque extrémité (un anneau interne et un anneau externe). L'anneau interne permet d'insérer le femidom correctement dans le vagin. L'anneau externe, soit l'extrémité ouverte de la poche, doit rester à l'extérieur du vagin. Le rôle du femidom est, comme celui du condom, d'empêcher le sperme de pénétrer dans le vagin.

Les condoms et les femidoms ne protègent pas seulement contre le vih/sida mais aussi contre les autres maladies sexuellement transmissibles et les grossesses involontaires. Les autres méthodes contraceptives comme le diaphragme, la pilule et le stérilet ne protègent que contre la grossesse et pas contre le vih/sida ou les autres maladies sexuellement transmissibles.

## **Ne jamais utiliser une seringue usagée**

Le vih peut se transmettre par des seringues usagées, qui peuvent être souillées par du sang contaminé. Il est important de ne jamais partager des seringues ou canules.

## **Éviter la contamination de la mère à l'enfant**

Les femmes enceintes porteuses du vih doivent prendre des précautions particulières pour réduire les risques de contamination de la mère à l'enfant. Il faut être sous traitement vih pendant la grossesse, accoucher par césarienne et ne pas allaiter son enfant.

Quand une femme porteuse du vih constate qu'elle est enceinte, Il est important qu'elle contacte l'hôpital le plus tôt possible.

## **Il faut renforcer l'information**

Beaucoup trop de gens ne sont pas suffisamment informés sur le vih et le sida. Ainsi les porteurs du vih n'ont pas seulement à lutter contre une maladie mortelle mais ils vivent en outre dans la peur d'être isolés et rejetés.

Une enquête effectuée par la Fondation SIDA montre qu'un porteur du vih sur cinq ne révèle pas son statut vih à ses proches et que 41,9% d'entre eux ne l'ont pas révélé à leur employeur de peur d'être isolés.

Malheureusement, la peur des porteurs du vih est bien fondée. Une autre enquête, réalisée par l'institut d'analyse Sonar pour la Fondation SIDA, montre que presque 20% de la population danoise ne souhaitent pas fréquenter des porteurs du vih et que 44% souhaitent, dans une grande mesure ou dans une certaine mesure, éviter le contact physique avec les personnes contaminées.

La peur de la population n'est pas fondée parce qu'**on ne peut pas** être contaminé par le vih lors de simples contacts sociaux ou physiques. Cette peur est causée par l'ignorance, le manque d'information ou l'information erronée sur la maladie et son mode de transmission. L'ignorance est typiquement la source de préjugés. C'est le plus souvent ce que nous ne connaissons pas qui nous fait peur. Cette peur entraîne une discrimination inacceptable des porteurs du vih.

Le meilleur moyen de dissiper les préjugés et de mettre fin à la discrimination est de renforcer l'information sur le vih et le sida. Il faut espérer que si les gens sont mieux informés et ont une meilleure compréhension de la maladie, leur attitude vis à vis de la maladie et de ceux qui en sont atteints changera.

L'information est aussi la meilleure prévention. Plus nous serons informés, plus nous saurons prendre soin de nous-mêmes et les uns des autres.