

CHAPITRE 18

Les infections sexuellement transmissibles

Dans ce chapitre :

Que sont les infections sexuellement transmissibles ?	321
Comment les IST se transmettent . . .	322
Traitement des IST	322
Les écoulements du vagin	323
La chlamydia et la gonorrhée	323
La trichomonase.	326
L'infection à champignons (candidose, infections à levure) . . .	326
La vaginose bactérienne.	328
Les plaies sur les parties génitales (ulcères génitaux)	329
La syphilis	329
Le chancre mou	331
L'herpès génital.	331
Le VPH (verruques génitales).	333
Les IST qui affectent tout le corps	334
HIV et sida.	334
L'hépatite B	336
Apprendre aux femmes à prévenir les IST	336
Comment arrêter la transmission d'IST dans votre communauté	337

Les infections sexuellement transmissibles

CHAPITRE

18

et autres infections des parties génitales

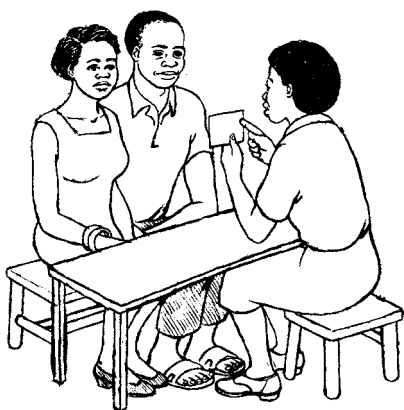
Que sont les infections sexuellement transmissibles ?

Les infections sexuellement transmissibles (IST) sont des infections qui se transmettent d'une personne à une autre pendant les rapports sexuels. Hommes, femmes et enfants peuvent tous être affectés par les IST. Les IST les plus courantes sont la gonorrhée, la chlamydia, la trichomonase, la syphilis, le chancre mou, l'herpès, l'hépatite B et le VIH.

Si une personne présente l'un des signes suivants, elle peut avoir une IST :

- écoulement vaginal avec mauvaise odeur
- démangeaisons dans les parties génitales
- parties génitales douloureuses
- plaies ou ampoules sur les parties génitales
- douleur au niveau du bassin ou douleur pendant les rapports sexuels

Il arrive aussi très souvent qu'on ait une IST sans présenter de signe de maladie. Beaucoup de femmes et d'hommes ont des IST, mais ne le savent pas.



Les IST non traitées peuvent causer de très graves problèmes de santé. Les personnes infectées devraient donc suivre un traitement le plus tôt possible. Chez la femme, une IST non traitée peut causer une grossesse tubaire (voir page 113), un cancer du col de l'utérus, l'infertilité (voir page 30), ou la naissance d'un bébé prématuré, trop petit, aveugle, malade ou mort-né. Une personne qui a une IST peut aussi attraper plus facilement une autre IST – y compris le VIH.

Ce chapitre décrit les IST les plus courantes et explique comment les traiter et les prévenir. Il décrit aussi d'autres infections des parties génitales, qui sont courantes mais ne sont pas transmises sexuellement.

Comment les IST se transmettent

Pour attraper une IST, la personne doit avoir un contact intime avec une personne déjà infectée. Le contact peut être une relation sexuelle avec pénétration (le pénis de l'homme dans le vagin de la femme), un rapport sexuel anal (pénis dans l'anus), ou, moins souvent, un rapport sexuel oral (bouche sur les parties génitales ou l'anus). Les IST se transmettent parfois par un simple frottement du pénis ou du vagin infecté contre les parties génitales d'une autre personne. Beaucoup de gens attrapent des IST de personnes qui n'ont aucun signe d'infection.

On peut éviter les IST en évitant les relations sexuelles avec quelqu'un qui a une infection. La majorité de ces infections peuvent aussi être évitées grâce aux capotes. Pour trouver des informations détaillées sur la prévention des IST, consultez les pages 334 et 336.

Les bébés peuvent aussi être infectés par une IST, à travers le sang de la mère pendant la grossesse, ou pendant le passage du bébé dans le vagin, à l'accouchement.

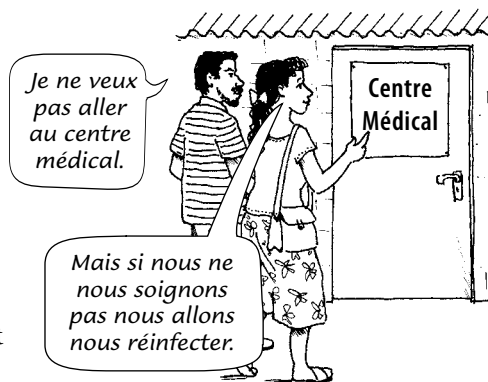
Le traitement des IST

La plupart des IST s'améliorent ou disparaissent si la personne infectée se fait traiter immédiatement. Mais beaucoup de femmes ne se font pas traiter : elles peuvent ne pas avoir les moyens de le faire, être gênées, ou avoir honte. Elles peuvent avoir peur que leur mari pense qu'elles ont eu des rapports sexuels avec quelqu'un d'autre.

C'est pourquoi la manière de recevoir une femme qui a une IST est très importante. Quand elle vient vous demander de l'aide, ne parlez à personne de ce qu'elle vous a dit. Elle pourrait ne plus revenir vers vous, même si elle en a besoin. Ne la critiquez pas. Répondez à ses questions avec honnêteté, et du mieux que vous pouvez. Si vous ne pouvez pas traiter son infection, aidez-la à trouver des soins à faible coût dans la zone où elle vit.

Rappelez-vous qu'il faut :

- traiter les IST le plus tôt possible. Traiter les IST tôt coûte moins cher, et est plus efficace que les soins tardifs ;
- traiter les partenaires aussi. Traiter une femme qui a une IST sera inutile si son partenaire est encore infecté ;
- s'assurer que la femme prend tous les médicaments qu'on lui a prescrits. Même si les signes d'infection disparaissent, elle doit prendre tous les médicaments pour guérir complètement l'infection.



— **Remarque :** tous les médicaments cités dans ce chapitre sont sans danger ; on peut les prendre pendant la grossesse ou pendant l'allaitement, à moins que nous n'ayons inclu un avertissement qui indique le contraire. Les femmes qui ne sont pas enceintes ou qui n'allaitent pas pourraient peut-être prendre d'autres médicaments plus efficaces. Consultez le livre *Where Women Have No Doctor (Là où les femmes n'ont pas de docteur)*, ou un pharmacien, pour vous renseigner sur d'autres médicaments.

Écoulements du vagin

Il est normal que les femmes aient un petit écoulement sortant du vagin (pertes vaginales). Ces pertes sont le moyen par lequel le vagin se nettoie lui-même. La qualité des pertes change pendant la période des règles, et aussi pendant la grossesse.

Mais un changement très remarquable dans la quantité, la couleur ou l'odeur des pertes vaginales peut indiquer que les organes génitaux sont infectés. Cette infection pourrait être une IST, ou un autre type d'infection.

Dans ce chapitre, nous classons les différentes infections possibles chez la femme à partir des symptômes (signes) de l'infection. Certaines pertes vaginales peuvent être un symptôme de chlamydia, de gonorrhée, de trichomonase, ou d'une infection vaginale qui n'est pas transmise sexuellement.



La chlamydia et la gonorrhée (« la chaude-pisse »)

La chlamydia et la gonorrhée sont deux maladies graves. Mais elles sont faciles à guérir si on les traite tôt. Si elles ne sont pas traitées, elles peuvent causer une infection grave ou l'infertilité chez la femme et chez l'homme.

Les signes chez la femme

Les signes peuvent se voir des semaines ou des mois après une relation sexuelle avec une personne infectée :



- écoulement jaune ou vert du vagin ou de l'anus
- douleur ou sensation de brûlure en urinant
- fièvre
- douleur dans le bas-ventre
- douleur ou saignements pendant les rapports sexuels
- ou pas de signes du tout

Hommes et femmes peuvent avoir la chlamydia ou la gonorrhée sans montrer de signes du tout. Par contre, même les personnes ne présentant aucun signe peuvent transmettre la chlamydia ou la gonorrhée.

Les signes chez l'homme

Les signes apparaissent généralement 2 à 5 jours après qu'un homme a eu des relations sexuelles avec une personne infectée.



- écoulement du pénis
- douleur ou sensation de brûlure en urinant
- douleur ou enflure des testicules
- ou pas de signes du tout

Le traitement

Si possible, toutes les femmes enceintes doivent être testées pour la chlamydia et la gonorrhée. Si le test montre qu'une femme a l'une ou les deux infections, **elle et son partenaire doivent être traités**. Mais si elle n'a pas la possibilité d'être testée, et qu'elle ou son partenaire présente des signes d'infection, ils doivent absolument être traités. Il est préférable de traiter une personne qui est probablement contaminée – même si vous n'en êtes pas absolument sûre.



Pour traiter la chlamydia

- donner 500 mg d'érythromycine..... par la bouche, 4 fois par jour pendant 7 jours

ou

- donner 500 mg d'amoxicilline par la bouche, 3 fois par jour pendant 7 jours

Pour traiter la gonorrhée

- injecter 125 mg de ceftriaxone..... dans un muscle, 1 seule fois

ou

- donner 400 mg de céfixime par la bouche, 1 seule fois

Il est très courant d'avoir la chlamydia et la gonorrhée en même temps. Si vous n'êtes pas sûre que la femme ait l'une ou l'autre de ces 2 maladies, ou si elle a les deux à la fois, traitez-la, et traitez son partenaire pour ces deux infections.

—● **Remarque :** avant, on traitait la gonorrhée avec de la pénicilline. Dans de nombreuses régions aujourd'hui, la pénicilline ne guérit plus la gonorrhée à cause de la résistance du microbe au médicament (voir page 468). Renseignez-vous sur les médicaments qui sont les plus efficaces dans votre région.

Problèmes chez les bébés infectés par la chlamydia et la gonorrhée

Quand les femmes qui ont la chlamydia ou la gonorrhée accouchent, elles peuvent transmettre ces infections à leur bébé. Ceci peut causer chez le bébé soit des infections à l'œil qui risquent de le rendre aveugle, soit de graves problèmes aux poumons. Une infection de chlamydia ou de gonorrhée aux yeux cause généralement un écoulement épais et jaune qui sort des yeux du bébé dans le premier mois après l'accouchement. Pour prévenir les infections des yeux chez les bébés, appliquez une pommade antibiotique dans chaque œil du bébé, après sa naissance (voir page 260).



Si un bébé a la chlamydia

- donner 30 mg de sirop d'érythromycine..... par la bouche, 4 fois par jour pendant 14 jours

Si un bébé a la gonorrhée

- injecter 125 mg de ceftriaxone..... dans le muscle de la cuisse, 1 seule fois

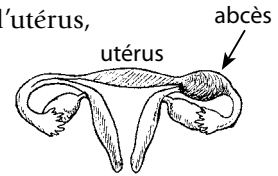
Si vous ne pouvez pas faire de test pour savoir quelle maladie cause l'infection, faites un traitement pour les deux infections.



L'infection pelvienne (maladie inflammatoire pelvienne, ou MIP)

La maladie inflammatoire pelvienne est une infection grave de l'utérus, des trompes de Fallope, ou des ovaires d'une femme.

Une infection pelvienne peut se produire quand une femme attrape une IST, souvent une chlamydia ou une gonorrhée, qui reste non traitée. Elle peut aussi se produire chez une femme qui a eu un avortement ou un accouchement. Les microbes entrent dans l'utérus, les trompes de Fallope ou les ovaires, et causent une infection.



infection pelvienne

Si l'infection pelvienne n'est pas traitée, elle peut créer des douleurs pendant très longtemps. Les femmes qui ont eu cette infection ont plus de risques de développer une grossesse tubaire, et de devenir stériles. La MIP peut même causer la mort.



Signes d'infection pelvienne

- douleur dans le bas-ventre
- forte fièvre (plus de 38 ° C ou 100,4 ° F)
- sensation d'être très malade ou faible
- pertes vertes ou jaunes, qui sentent mauvais
- douleur ou saignements pendant les rapports sexuels.



Pour traiter les infections pelviennes

Une femme qui a une infection pelvienne doit prendre 3 médicaments à la fois. Un médicament pour traiter la chlamydia, l'autre pour traiter la gonorrhée, et un troisième antibiotique – la métronidazole :

Pour la chlamydia

- donner 500 mg d'érythromycine..... par la bouche, 4 fois par jour pendant 14 jours
- ou**
- donner 500 mg d'amoxicilline..... par la bouche, 3 fois par jour pendant 14 jours

ET pour la gonorrhée

- injecter 125 mg de ceftriaxone..... dans le muscle, 1 seule fois
- ou**
- donner 400 mg de céfixime par la bouche, 1 seule fois

ET pour tuer tous les microbes qui causent les infections pelviennes

- donner à 400 à 500 mg de métronidazole..... par la bouche, 3 fois par jour pendant 14 jours

**Ne prenez pas de métronidazole pendant les 3 premiers mois de la grossesse.
Ne buvez pas d'alcool pendant que vous prenez du métronidazole.**

Si la femme ne se sent pas mieux au bout de 2 jours et 2 nuits (48 heures), ou si elle a une forte fièvre ou des vomissements, elle doit aller immédiatement à un centre médical. Elle doit recevoir des médicaments puissants par intraveineuse (injection dans les veines).

La trichomonose

La trichomonose est une IST très désagréable, qui cause des démangeaisons. Le plus souvent, les hommes n'ont aucun signe visible, mais ils peuvent porter le parasite dans leur pénis et le passer à la femme pendant un rapport sexuel.

La trichomonose n'est pas dangereuse, mais elle peut irriter le vagin, ce qui facilite la venue d'autres IST, dont le VIH.

Les signes de trichomonose

- des pertes grises ou jaunes, mousseuses
- des pertes qui sentent mauvais
- une rougeur et des démangeaisons autour du vagin, et dans le vagin
- des douleurs ou une sensation de brûlure quand on urine

Pour aider la femme à se sentir mieux, conseillez-lui de prendre un **bain de siège**. Elle devrait s'asseoir dans une cuvette d'eau propre tiède, pendant 15 minutes, le plus souvent possible. Cela soulage les parties génitales et accélérera la guérison. La femme ne doit pas avoir de rapports sexuels jusqu'à ce que son partenaire et elle aient terminé le traitement, et que tous les signes aient disparu.



Pour traiter la trichomonose

Si la femme est enceinte :

elle doit attendre après la fin du troisième mois pour suivre le traitement. Ce médicament n'est pas sans danger pendant les 3 premiers mois de grossesse. Après le 3ème mois :

- donner 400 à 500 mg de métronidazole..... par la bouche, 2 fois par jour pendant 7 jours

Traiter aussi le partenaire de la femme avec 2 g de métronidazole par la bouche, une seule fois.

L'infection à champignons (candidose, infection à levure)

Normalement, l'infection à champignons n'est pas transmise sexuellement, mais c'est une infection vaginale très courante. Elle est particulièrement fréquente chez les femmes enceintes ou les femmes qui prennent des antibiotiques ou des pilules contraceptives. Les hommes peuvent aussi attraper des infections à champignons.

Les signes d'infection à champignons

- démangeaisons dans les parties génitales
- pertes blanches, grumeleuses, et collantes
- peau rouge vif autour et à l'intérieur du vagin, et qui peut saigner
- sensation de brûlure en urinant
- odeur de moisissure ou de pâte à pain venant du vagin.

Le traitement

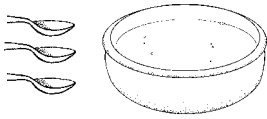
L'infection à champignons n'est pas dangereuse, mais il vaut mieux la traiter avant l'accouchement, sinon le bébé risque d'avoir le muguet (voir page 290). Souvent, l'infection à champignons peut être guérie par des remèdes naturels.

Remèdes naturels contre les infections à champignons

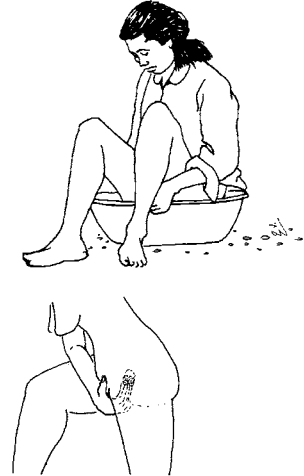
Mélanger du vinaigre ou du yaourt dans une cuvette d'eau propre tiède. La femme doit s'asseoir dans ce mélange 2 fois par jour jusqu'à ce qu'elle se sente mieux.

ou elle peut aussi préparer le mélange suivant :

Mélanger 3 grandes cuillères de vinaigre dans 1 litre d'eau bouillie et refroidie.



Trempez un morceau de coton propre dans ce mélange et introduisez le coton dans le vagin chaque soir pendant 3 nuits. Retirez le coton chaque matin..



Si les remèdes naturels ne marchent pas, essayez les médicaments suivants :

Pour traiter l'infection à champignons



Tremper un morceau de coton propre une solution de violet de gentiane à 1%:

- introduire le coton dans le vagin, chaque nuit pendant 3 nuits. Retirez le coton chaque matin.

ou

- mettre un suppositoire de 200 mg de miconazole..... au fond du vagin, chaque nuit pendant 3 nuits

ou

- mettre 100,000 unités de nystatine en suppositoire au fond du vagin, chaque nuit pendant 14 nuits

ou

- introduire un applicateur complet de crème de clotrimazole à 1% dans le vagin, chaque nuit pendant 7 nuits

Prévention

Portez des vêtements et des sous-vêtements qui ne vous collent pas au corps, en coton plutôt qu'en polyester ou en nylon, pour permettre à l'air de circuler dans la zone génitale et donc prévenir l'infection à champignons. Lavez ou changez de sous-vêtements souvent. Ne mettez pas de savon dans votre vagin quand vous vous lavez. Ne vous servez pas de douches vaginales.

La vaginose bactérienne (VB, gardnerella)

La vaginose bactérienne n'est pas transmise sexuellement. Elle n'est généralement pas dangereuse, mais, chez les femmes enceintes, elle peut causer des naissances prématurées, ou une infection après l'accouchement.

Signes de vaginose bactérienne

- plus de pertes que d'habitude
- une odeur de poisson venant du vagin, surtout après un rapport sexuel
- de légères démangeaisons



Pour traiter la vaginose bactérienne

Si la femme est enceinte :

Elle doit attendre la fin du 3^{ème} mois. Ce médicament présente des risques pendant les 3 premiers mois de grossesse. Après le 3^{ème} mois :

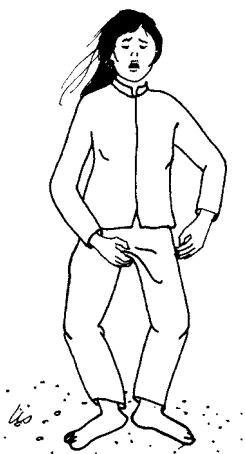
- donner 400 à 500 mg de métronidazole..... par la bouche, 2 fois par jour pendant 7 jours.

ou

- ou introduire un suppositoire de 500 mg..... haut dans le vagin,
de métronidazole chaque nuit pendant 7 nuits

Les démangeaisons des parties génitales

Les démangeaisons des parties génitales peuvent avoir de nombreuses causes. Des démangeaisons autour de l'entrée du vagin pourraient être des signes d'infection à champignons, ou de trichomonase.



Les démangeaisons dans la partie poilue du pubis, ou près des parties génitales, peuvent être causées par la gale et les morpions. La gale ou les morpions (poux du pubis) peuvent être traités avec des remèdes locaux, ou avec des médicaments qu'on peut trouver dans la plupart des pharmacies. Pour plus d'informations, voir *Là où il n'y a pas de docteur*, ou un autre livre de médecine générale.

Certaines démangeaisons sont causées par des savons ou des déodorants qui contiennent du parfum. Elles peuvent aussi être causées par les plantes et les herbes qui sont utilisées pour les douches vaginales.

Lavez à l'eau claire et vérifiez si les démangeaisons ont disparu.

Les plaies sur les parties génitales (ulcères génitaux)

La plupart des plaies sur les parties génitales sont transmises sexuellement (mais il existe d'autres causes aux plaies génitales – comme les furoncles ou les blessures.)

Les plaies génitales doivent être gardées propres. Lavez-les avec du savon et de l'eau propre. Séchez-les soigneusement. Lavez tout tissu avec lequel vous avez séché vos plaies avant de l'utiliser à nouveau.



ATTENTION! Quand quelqu'un a une plaie sur les parties génitales, il lui est facile d'attraper d'autres infections par cette plaie – en particulier le VIH. La meilleure façon d'éviter de transmettre l'infection à une autre personne est de ne pas avoir de rapports sexuels jusqu'à ce que la plaie se cicatrise.

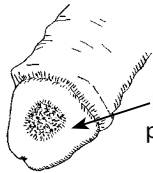
La syphilis

La syphilis est une IST grave qui affecte tout le corps. Elle peut durer pendant plusieurs années, en s'aggravant progressivement.

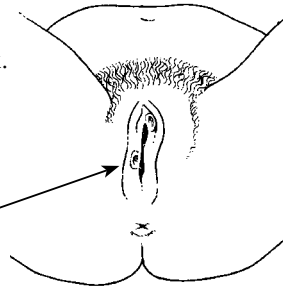
La syphilis peut être guérie si elle est traitée très tôt.

Signs of syphilis

1. Le premier signe est une lésion (un point ou une surface abîmée, blessée ou malade) qui peut ressembler à un petit bouton, à une ampoule, ou à une plaie ouverte. Elle apparaît 2 à 5 semaines après un contact sexuel avec une personne qui a la syphilis. Cette lésion est pleine de microbes, qui peuvent facilement être transmis à une autre personne. La lésion ne fait pas mal, et si elle est à l'intérieur du vagin, la femme peut ne pas savoir qu'elle en a une. Mais elle peut toujours infecter toute personne qui a des relations sexuelles avec elle. La plaie ne dure que quelques jours ou quelques semaines, puis disparaît. Mais l'infection est toujours là, et continue à se développer dans le corps.

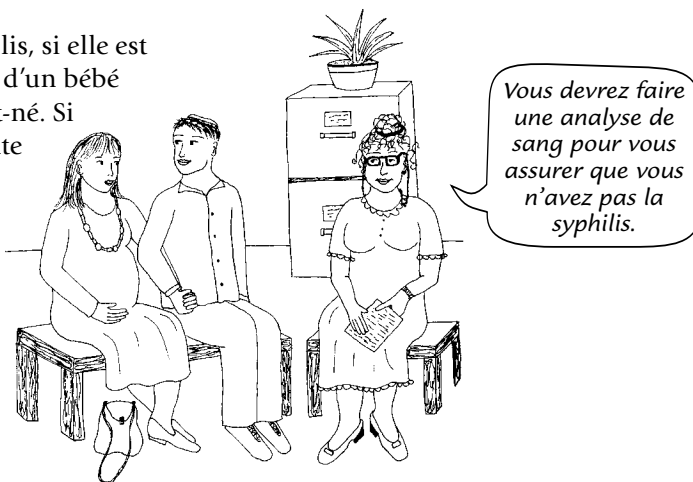


Plaie causée par la syphilis sur le pénis d'un homme



Syphilis et grossesse

Quand une femme a la syphilis, si elle est enceinte, elle peut accoucher d'un bébé prématuré, déformé, ou mort-né. Si possible, toute femme enceinte doit se faire dépister (faire un analyse du sang) pour la syphilis — surtout si elle a déjà eu des plaies sur les parties génitales.



Pour traiter la syphilis

- injecter 2,4 millions d'unités de benzathine benzylpénicillinedans le muscle, 1 fois seulement

ou

si la personne est allergique à la pénicilline :

- donner 500 mg d'érythromycine par la bouche, 4 fois par jour, pendant 14 jours

(L'érythromycine n'est pas toujours efficace contre la syphilis. Il vous faudra traiter la femme avec de la tétracycline, quand elle aura fini d'allaiter)

Si la personne a la syphilis depuis 2 ans ou plus, demandez conseil à un médecin. Elle a besoin de médicaments différents.



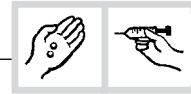
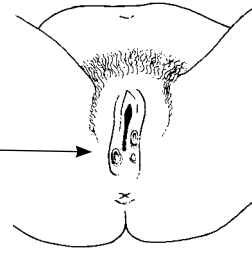
ATTENTION ! Il est très difficile de différencier la syphilis et le chancre mou (voir page 331). Si vous n'êtes pas sûre de quelle maladie il s'agit, ou si la femme a les deux à la fois, vous devez lui donner de la benzathine pénicilline et de l'érythromycine.

Le chancre mou

Le chancre mou est une IST qui cause des lésions sur les parties génitales. Il est facile à confondre avec la syphilis.

Les signes de chancre mou

- une ou plusieurs petites plaies douloureuses sur les parties génitales ou l'anus, qui saignent facilement
- un gonflement des glandes (ganglions) dans l'aïne (là où les cuisses rejoignent le pubis), qui deviennent douloureuses
- une légère fièvre



Pour traiter le chancre mou

- donner 500 mg d'érythromycine par la bouche, 4 fois par jour pendant 7 jours
- ou**
- injecter 250 mg de ceftriaxone..... dans le muscle, 1 seule fois

L'herpès génital

L'herpès génital est un virus qui cause des ampoules douloureuses qui éclatent et se transforment en plaies sur la peau. L'herpès se transmet quand la plaie d'une personne infectée touche la peau d'une autre personne – généralement pendant les rapports sexuels. L'herpès génital affecte le plus souvent les parties génitales ou l'anus. Les plaies passent rarement à la bouche pendant le sexe oral.

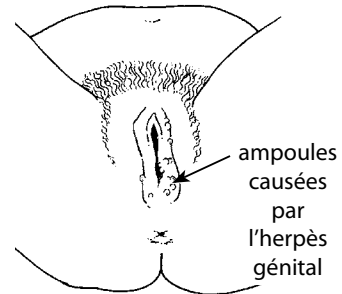
Remarque : certaines lésions sur la bouche – appelées boutons de fièvre – sont causées par un autre type d'herpès. Ces plaies peuvent être transmises depuis la bouche aux organes génitaux pendant un rapport sexuel oral.

Les signes d'herpès

- picotements, démangeaisons ou douleurs sur les parties génitales
- petites ampoules qui éclatent et forment des plaies ouvertes et douloureuses sur les parties génitales

Une fois qu'une personne a attrapé le virus, les lésions peuvent revenir plusieurs fois. Quand une personne a des boutons d'herpès pour la première fois, ils peuvent durer 3 semaines ou plus. La personne peut aussi avoir des maux de tête, de la fièvre, des courbatures, des frissons et des ganglions lymphatiques enflés près des parties génitales. Les infections qui suivent sont généralement moins inconfortables que la première.

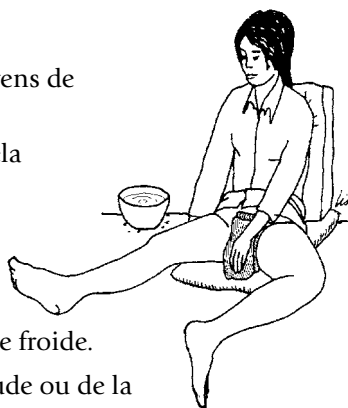
Pour arrêter la transmission de l'herpès, les gens devraient arrêter d'avoir des relations sexuelles tant qu'ils ont une plaie. Les capotes peuvent prévenir la transmission de l'herpès, si elles recouvrent bien les plaies. Les capotes pour femmes sont encore plus efficaces, parce qu'elles recouvrent une grande partie des organes génitaux.



Le traitement

Il n'existe pas de remède contre l'herpès, mais il y a des moyens de soulager les plaies :

- mettre de la glace sur la plaie dès que vous la sentez. Cela peut l'empêcher de s'aggraver.
- tremper une serviette ou un morceau de tissu dans du thé noir ou dans une solution à base de clous de girofle. Appliquer le tissu humide sur les plaies.
- s'asseoir dans une cuvette ou une baignoire d'eau propre froide.
- préparer une pâte en mélangeant du bicarbonate de soude ou de la fécule de maïs avec de l'eau, puis l'appliquer sur les plaies.
- appliquer de l'hamamélis ou une plante locale qui assèche la peau.



Pour atténuer la douleur et les plaies d'une première crise d'herpès

- donner 400 mg d'acyclovir par la bouche, 3 fois par jour pendant 7 à 10 jours

Pour les crises qui reviennent

- donner 400 mg d'acyclovir..... par la bouche, 3 fois par jour pendant 5 jours

Pour une femme qui a plus de 6 crises d'herpès par an

- donner 400 mg d'acyclovir..... par la bouche, 2 fois par jour pendant 1 an. Puis arrêter le traitement et voyez s'il est toujours nécessaire.

Pour une femme enceinte qui a déjà eu des crises d'herpès dans le passé

- donner 400 mg d'acyclovir..... par la bouche, 2 fois par jour pendant tout le dernier mois de la grossesse

Pour soulager la douleur

- donner 500 à 1000 mg de paracétamol..... par la bouche, toutes les 4 heures

Une personne très stressée ou qui a d'autres problèmes de santé risque d'avoir des ampoules et des plaies plus souvent. Donc, si possible, les personnes qui ont un herpès devraient se reposer souvent et manger des aliments sains.



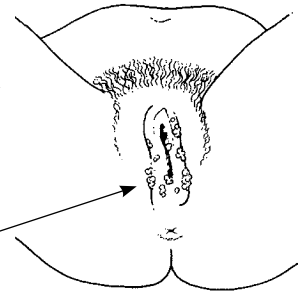
ATTENTION ! L'herpès est très dangereux pour les yeux et peut rendre aveugle. Après avoir touché une plaie d'herpès, lavez-vous toujours les mains avec de l'eau propre et du savon.

Herpès et grossesse

Si elle a des plaies au moment de l'accouchement, une mère peut transmettre l'herpès à son bébé, généralement à la naissance. Une femme qui attrape un herpès pour la première fois alors qu'elle est enceinte, risque encore plus de le transmettre à son bébé. Quand une femme en travail a des plaies vives d'herpès, il vaut mieux qu'elle accouche dans un hôpital, où on pourra lui faire une césarienne pour empêcher que le bébé n'entre en contact avec les plaies. Le risque de transmettre l'herpès pendant l'accouchement peut être diminué ou éliminé si la femme est traitée à l'acyclovir dès la première éruption, quel que soit le moment de la grossesse où elle a attrapé l'herpès. Une femme qui a déjà eu un herpès peut être traitée à l'acyclovir pendant le dernier mois de sa grossesse.

Le VPH (verrues génitales)

Le VPH (ou virus du papillome humain) est un virus qui peut causer des verrues sur les parties génitales ou sur l'anus. On peut aussi avoir des verrues sans le savoir, surtout si elles se développent à l'intérieur du vagin. Les verrues ne sont pas dangereuses, mais elles peuvent être inconfortables.



Signes du VPH

- démangeaisons
- petits boutons secs, blancs ou marron, sur les parties génitales ou l'anus. Les boutons ont une surface dure et inégale, et ne font pas mal

Test : passez un mélange d'eau et de vinaigre pur sur les verrues ; si c'est un VPH, elles deviendront blanchâtres.



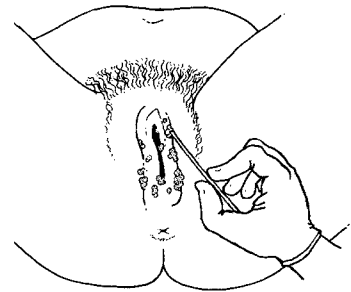
ATTENTION ! Des boutons plus larges, plus plats, et humides, qui ressemblent à des verrues, ne sont généralement pas causées par un VPH. Elles peuvent être un signe de syphilis. La personne doit se faire dépister pour la syphilis, et ne doit pas suivre le traitement ci-dessous.

Le traitement

1. Mettez un peu de vaseline ou une autre pommade grasse sur la peau qui entoure chaque verrue, pour protéger la peau saine.
2. Avec un petit bâton, appliquez une petite quantité de solution d'acide trichloracétique (ATC) à 80 % ou 90 %, ou de l'acide dichloroacétique (ADC) sur la verrue. Laissez l'acide jusqu'à ce que la verrue devienne blanche. Faites attention à ne pas verser d'acide sur les parties saines de la peau. Lavez l'acide au bout de 30 minutes, ou quand la sensation de brûlure devient très intense.

L'acide doit brûler la verrue et laisser une plaie douloureuse là où elle se trouvait.

Normalement, il faut répéter le traitement une fois par semaine pendant quelques semaines, avant que la verrue ne disparaisse complètement. Gardez la plaie propre et sèche jusqu'à ce qu'elle guérisse. De plus, la femme ne doit pas avoir de rapports sexuels jusqu'à guérison de la plaie.



Il existe plusieurs types de VPH. Certains types, qui causent le cancer du col de l'utérus, ne sont pas les mêmes que ceux qui causent les verrues génitales. Voir la page 380 pour savoir comment faire un dépistage de VPH sur le col de l'utérus.

Il existe aujourd'hui un vaccin appelé Gardasil, qui protège de la plupart des types de VPH dangereux. Il protège aussi des VPH qui causent la plupart des verrues génitales. Le vaccin, administré en une série de 3 piqûres, peut être donné aux filles et jeunes femmes âgées de 9 à 26. Mais les femmes enceintes ne doivent pas le prendre, et il ne soignera pas les femmes qui ont déjà le VPH.

Les IST qui affectent tout le corps

L'infection au VIH et le sida

Le VIH est un virus qui attaque le système immunitaire, c'est-à-dire les parties du corps qui combattent les maladies ; le système immunitaire est tout le temps en activité. Les gens qui portent le VIH attrapent facilement des maladies comme la diarrhée, la pneumonie, la tuberculose, le cancer et d'autres infections. L'infection au VIH ne peut pas être guérie, mais elle peut être traitée par des médicaments, pour que la personne ne tombe pas malade aussi facilement. Une personne qui peut obtenir ce traitement, manger correctement, et prendre soin de son corps, de son moral, et de son esprit, pourra vivre bien plus longtemps, en restant en bonne santé.

Le VIH se transmet quand le sang, le sperme, le lait maternel, ou le liquide vaginal d'une personne infectée, entrent dans le corps d'une autre personne. Le plus souvent, la transmission se fait :

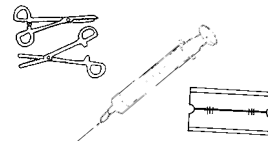
pendant des rapports sexuels avec une personne infectée au VIH



pendant la grossesse. La mère infectée transmet le virus au bébé qu'elle porte



par une aiguille ou tout instrument coupant ou tranchant qui a touché du sang infecté au VIH



Dans les endroits où il n'y a pas de dépistage du VIH, les gens peuvent aussi être contaminés par une transfusion sanguine. Parfois, les mères qui portent le virus le passent à leur bébé quand elles allaitent (voir page 293).

Les symptômes du VIH et du sida

Les gens qui ont le VIH peuvent ne pas présenter de signes pendant de nombreuses années – jusqu'à 10 ans après l'infection – et donc facilement le transmettre à d'autres. Le seul moyen sûr de savoir si quelqu'un est infecté est de faire le test du VIH.

Quand une personne a le sida, c'est que sa capacité à combattre les infections est tellement affaiblie qu'elle attrape beaucoup de maladies, y compris des maladies graves et rares. Une autre indication du sida est une prise de sang qui montre que le système immunitaire est très faible.

Pour prévenir la transmission du VIH, hommes et femmes doivent :

- se faire dépister
- faire traiter toute autre infection
- éviter toute relation sexuelle avec quelqu'un qui a le VIH, ou avec ceux dont ils ne savent pas s'ils sont infectés ou pas.
- éviter d'utiliser des seringues, des aiguilles, ou d'autres instruments qui pourraient être sales. Ne couper la peau qu'avec des instruments stérilisés (voir page 59), y compris les instruments de piercing, d'acupuncture, de tatouage, de scarification, ou de circoncision.
- se faire traiter pour le VIH si elles en sont atteintes.



Deux personnes qui n'ont pas le VIH (qui ont des résultats négatifs au test) et qui sont totalement fidèles l'une à l'autre peuvent avoir des rapports sans capotes ; ils n'attraperont pas le virus de cette manière.

Rester en bonne santé avec le VIH

Quand le système immunitaire d'une femme est attaqué par le VIH, il est très important qu'elle évite ou traite toute autre infection.

- Si elle a des signes de toute autre IST, comme des démangeaisons, une éruption de boutons, des pertes vaginales anormales, ou des plaies sur les parties génitales, elle doit voir un soignant.
- Elle doit manger plus, et avoir une alimentation saine (voir page 33). Elle pourrait aussi prendre une pilule multivitaminée.
- Elle doit se protéger contre la tuberculose (TB). Les gens qui ont le VIH meurent plus de tuberculose que de toute autre maladie. Une femme infectée au VIH ne devrait pas s'approcher de personnes qui ont la tuberculose et, au cas où elle attraperait la TB, elle devra voir un soignant sans attendre. Les symptômes de la TB sont la toux, de brusques et fortes transpirations la nuit, la fièvre, ou une grande perte de poids.
- Elle ne doit boire que de l'eau très propre, non contaminée par des microbes, qui pourraient lui causer des diarrhées ou d'autres problèmes.

Les femmes qui ont le VIH ont aussi besoin de soutien moral. Encouragez-les à chercher un appui auprès des gens en qui elles ont confiance. Elles peuvent aussi apprendre beaucoup de choses auprès d'autres personnes qui ont le VIH.



Une femme qui a le VIH et qui commence à être malade (qui a, par exemple, des lésions autour de la bouche, qui perd du poids, ou qui a des rhumes fréquents) peut prendre du cotrimoxazole tous les jours, pour se protéger des infections, et pour aider son système immunitaire à résister plus longtemps (voir page 482).

Si c'est possible, la femme doit faire une analyse de sang appelée test de CD4. Ce test, qui compte le nombre de cellules CD4, permet de vérifier l'état du système immunitaire. Plus le nombre est élevé, mieux le corps peut combattre les infections. Une femme dont le taux de CD4 est de moins de 500 devrait suivre un traitement contre le VIH appelé traitement ARV.

Les médicaments qui freinent le VIH

Le traitement antirétroviral ou TAR, est une combinaison de médicaments qui peut améliorer la santé des gens infectés et leur permettre de vivre plus longtemps ; il aide aussi à prévenir la transmission du VIH d'une mère à son bébé pendant le travail et l'accouchement.

Pour être efficaces, ces médicaments doivent être pris tous les jours, à la même heure. Si la femme arrête de suivre le traitement, son VIH aura plus de force, assez pour la rendre malade. Et si elle recommence à prendre ces mêmes médicaments par la suite, ils risquent de ne plus être aussi efficaces.

Il existe différentes combinaisons de médicaments possibles pour le traitement ARV. Vous trouverez plus d'informations sur ce traitement à partir de la page 496.

- **Remarque :** là où la possibilité de traitement ARV n'existe toujours pas, ou s'il est difficile à obtenir, les femmes auront du mal à se soigner avec des médicaments qui la garderaient en bonne santé. Mais même quand c'est le cas, les femmes et les sages-femmes obtiendront probablement des médicaments qui empêcheront la transmission au bébé pendant l'accouchement. Voir page 500.

L'hépatite B

L'hépatite B est une infection dangereuse du foie causée par un virus. Elle se transmet quand le sang ou d'autres sécrétions (salive, liquides vaginaux et sperme) du corps d'une personne infectée, entrent dans le corps d'une personne non infectée. L'hépatite B se transmet très facilement d'une personne à une autre, surtout pendant les rapports sexuels. Elle peut aussi être transmise par la femme enceinte à son bébé.

Les signes d'hépatite (y compris l'hépatite B)

- perte de l'appétit
- sensation de fatigue et de faiblesse
- yeux jaunes et parfois peau jaune (surtout les paumes des mains et la plante des pieds)
- douleurs dans le ventre, ou nausées
- urine marron, qui ressemble au coca-cola, et selles blanchâtres
- ou pas de signes du tout

Le traitement

Il n'y a pas de médicament qui soigne l'hépatite B. En fait, la prise de médicaments peut encore plus endommager le foie. Mais la plupart gens se remettent de l'hépatite B.

Les personnes atteintes de l'hépatite B se remettent plus vite si elles se reposent, mangent des aliments faciles à digérer, et ne boivent pas d'alcool.



Hépatite B et grossesse

Si une femme présente des signes d'hépatite B pendant une grossesse, consultez un médecin. Elle peut se faire vacciner pour empêcher la contamination du bébé.

Apprendre aux femmes à prévenir les IST

Les femmes doivent comprendre que n'importe quel partenaire sexuel peut avoir une IST. Les hommes sont beaucoup plus à risque d'IST s'ils ont des rapports sexuels avec d'autres partenaires sans utiliser de capotes.



Le dépistage est le seul moyen certain de savoir si quelqu'un a une IST. Renseignez-vous sur le prix des tests de dépistage des IST. Vous trouverez à la page 379 des informations sur les tests de dépistage que vous pouvez administrer vous-même.

Le moyen le plus sûr d'éviter les IST est de ne pas avoir de rapports sexuels avec toute personne qui pourrait être infectée. Sinon, la femme peut utiliser des capotes (pour homme ou pour femme). Les capotes protègent très bien de la plupart des IST, même s'il existe quand-même un faible risque d'en attraper alors qu'on porte une capote.

Les sages-femmes peuvent aider les femmes à se protéger du VIH et de l'hépatite B en stérilisant les seringues ou les autres instruments utilisés pendant l'accouchement ou les interventions effractives. Voir page 59.

Ce que les sages-femmes peuvent dire aux femmes pour les aider à se protéger des IST

- Utiliser une capote chaque fois qu'elles ont des rapports sexuels.
- Ne pas avoir de rapports sexuels avec quelqu'un qui présente les signes d'une IST (bien que beaucoup d'IST se transmettent même quand la personne ne montre aucun signe).
- Ne pas faire de douches vaginales, ni utiliser d'herbes ou de poudres pour sécher le vagin. Quand le vagin est sec ou irrité par des douches vaginales, les rapports sexuels peuvent causer des petites lésions de la peau, qui favorisent le passage des microbes et virus.

Si un homme ne veut pas utiliser de capote, ces méthodes peuvent fournir à la femme une petite protection contre les IST :

- Utiliser un diaphragme.
- Laver la vulve après un rapport sexuel.
- Uriner immédiatement après un rapport sexuel.

La femme et son partenaire peuvent aussi avoir des rapports sexuels sans pénétration (voir page 312).

Prévenir les IST dans votre communauté

Voici quelques idées pour aider à prévenir la transmission des IST dans votre communauté :

- parlez des IST aux femmes dont vous vous occupez. Certaines femmes sont gênées d'en parler, mais les informations que vous leur donnerez peuvent leur sauver la vie.
- pendant les visites prénatales, demandez aux femmes si elles ont des pertes vaginales inhabituelles ou des plaies sur les parties génitales, ou proposez-leur de les examiner pour voir si elles ne montrent pas de signes d'IST.
- organisez un groupe pour parler de sujets touchant la santé, y compris les IST et le VIH.
- soutenez l'éducation sexuelle à l'école de votre localité. Aidez les parents à comprendre que les communications sur les IST, y compris le VIH, aident les jeunes à faire des choix plus informés et réfléchis plus tard, au moment où ils pourraient commencer à avoir des relations sexuelles.
- parlez aux hommes et aidez-les à comprendre les dangers des IST, y compris les risques pour les femmes enceintes et leurs bébés.
- renseignez-vous auprès du centre médical ou hôpital local, ou des bureaux locaux du ministère de la Santé pour savoir quelles sont les IST les plus courantes dans votre communauté.
- renseignez-vous sur les tests de dépistage, les médicaments les plus efficaces pour le traitement des IST dans votre région – et leur prix. Apprenez à traiter les IST, ou aidez les femmes à trouver où se faire traiter.
- organisez une pharmacie communautaire pour que tout le monde puisse trouver capotes et médicaments plus facilement.

Je veux que mes filles soient protégées - mais je ne sais pas quoi leur dire. Ma mère ne m'a jamais parlé de ce sujet

Je te comprends. Est-ce que nous pourrions réfléchir aux meilleures façons de leur expliquer ces choses ?

