



La prévention des infections transmissibles sexuellement (ITS)

Preventing Sexually Transmitted Infections (STIs)

Connaissez l'état de votre santé sexuelle

Les tests de dépistage de routine peuvent vous dire si vous avez une ITS comme la gonorrhée, la chlamydia, la syphilis, l'herpès ou le VIH. Certaines ITS ne présentent pas de symptômes. Vous pouvez donc les avoir contractées sans le savoir. Le dépistage et le traitement précoces d'une ITS comportent des avantages :

- Ils réduisent les chances de transmettre l'ITS à votre ou vos partenaires sexuels.
- Vous avez moins de chances de développer les complications associées aux ITS, comme la maladie inflammatoire pelvienne ou l'infertilité ou, encore, une défaillance du système immunitaire découlant d'un état avancé du VIH.
- Si vous êtes atteint d'une ITS, la probabilité d'en contracter ou d'en transmettre d'autres augmente. En traitant les ITS et le VIH, on réduit la propagation du VIH.

Plus vos partenaires sont nombreux, plus vous êtes susceptible d'être exposé à une infection transmissible sexuellement (ITS).

Vaccins

On peut prévenir certaines ITS, comme l'hépatite A, l'hépatite B et le virus du papillome humain (VPH) ou papillomavirus par l'administration de vaccins.

Parlez de la prévention

Avant d'avoir des rapports sexuels, discutez de la prévention avec votre partenaire, en mentionnant la méthode que vous aimeriez utiliser pour prévenir des ITS comme le VIH.

- Assurez-vous que votre partenaire a subi des tests de dépistage des ITS et qu'il a été traité en cas d'ITS.
- La consommation d'alcool, de certains médicaments sur ordonnance et de drogues illégales peuvent nuire à votre capacité de tenir une conversation sur les rapports sexuels sécuritaires et de prendre des décisions à ce sujet.

Si vous avez des difficultés à discuter des rapports sexuels sécuritaires avec votre partenaire, parlez-en à votre fournisseur de soins de santé ou à un conseiller.

Pour obtenir des conseils sur la façon d'avoir une conversation avec votre partenaire, visitez la ressource sur les rapports sexuels sécuritaires Smart Sex Resources du BC Centre for Disease Control (BCCDC) ou Centre de contrôle des maladies de la C.-B., à <http://smartsexresource.com/sex-talk/talk-about-it> (en anglais).

Faits importants sur les condoms

- Les condoms masculins sont faits de caoutchoucs naturels (latex) ou synthétiques (polyuréthane, nitrile, polyisoprène), ou d'intestins de mouton. On peut les utiliser pour des rapports sexuels vaginaux, anaux ou oraux. Les condoms féminins sont faits de caoutchoucs synthétiques.
- Les condoms faits de caoutchouc préviennent les ITS, dont le VIH, en empêchant l'échange de sécrétions sexuelles et des liquides organiques durant un rapport sexuel.
- Les condoms faits d'intestin de mouton ne protègent pas contre les ITS ou le VIH.
- Les personnes allergiques au latex peuvent utiliser des condoms faits d'intestin de mouton et de caoutchoucs synthétiques.
- Les condoms protègent moins efficacement contre les ITS transmissibles par contact peau à peau, comme l'herpès simplex, les verrues génitales (virus du papillome humain) et la syphilis.
- N'utilisez pas de condoms après la date d'expiration et ne réutilisez pas les condoms.
- Rangez les condoms à température de la pièce et tenez-les éloignés des objets pointus.
- Avec un condom masculin fait de latex, n'utilisez que des lubrifiants à base d'eau. Les lubrifiants à base d'huile, comme la vaseline (ou gelée de pétrole), la lotion ou l'huile pour bébés, peuvent affaiblir le latex et le détruire.
- Les lubrifiants à base d'eau ou d'huile peuvent être utilisés avec des condoms faits de polyuréthane.
- Il ne faut pas utiliser de condoms féminins et masculins ensemble. L'un des deux peut se déchirer.

- Bien que cela soit rare, les condoms peuvent avoir de minuscules défauts ou se déchirer pendant l'utilisation.
- Si un condom se rompt, on peut prévenir la grossesse en prenant des pilules de contraception d'urgence (PCU) ou en installant un dispositif intra-utérin (DIU) en cuivre, dès que possible. Pour en savoir plus, adressez-vous à votre fournisseur de soins de santé. Pour plus de renseignements sur la contraception d'urgence, consultez la fiche HealthLinkBC [n° 91b Les contraceptifs d'urgence \(CU\)](#).
- On peut se procurer des condoms et des contraceptifs d'urgence dans la plupart des pharmacies.

Comment puis-je mettre un condom masculin?

Voici les étapes à suivre lors de l'utilisation d'un condom masculin :

1. Lavez-vous les mains.
2. Sortez le condom de son emballage avec précaution. Évitez d'utiliser vos dents, des ciseaux ou d'autres objets pointus, car ils peuvent endommager le condom.
3. Assurez-vous que la bordure roulée du condom est à l'extérieur.
4. Insérez le condom sur le bout du pénis, alors qu'il est dur et en érection, et avant de commencer le rapport sexuel.
5. Pincez le bout du condom pour retirer l'air emprisonné. Déroulez ensuite le condom le long du pénis en érection jusqu'à la base.
6. Après le rapport sexuel et avant que le pénis ne ramollisse, maintenez la bordure du condom sur le pénis, pour que le sperme éjaculé ne se déverse pas et retirez-le du pénis avec précaution.
7. Enlevez le condom doucement en le faisant glisser le long du pénis, faites un nœud dans l'extrémité ouverte et jetez-le à la poubelle.

Comment puis-je mettre un condom féminin?

Un condom féminin a l'apparence d'un petit sac étroit et transparent. Il peut être inséré dans le vagin jusqu'à 8 heures avant un rapport sexuel.

Voici les étapes à suivre lors de l'utilisation d'un condom féminin :

1. Lavez-vous les mains.
2. Sortez le condom de son emballage avec précaution. Évitez d'utiliser vos dents, des ciseaux ou d'autres objets pointus, car ils peuvent endommager le condom.
3. Trouvez une position confortable pour vous allonger, vous asseoir les genoux écartés ou vous tenir debout en

mettant un pied sur un tabouret. Ensuite, comprimez le petit anneau et insérez le condom tout droit dans le vagin, aussi profondément que vous le pouvez.

4. Insérez un doigt à l'intérieur du condom et poussez le petit anneau aussi profondément que possible. Laissez l'anneau externe du condom à l'extérieur du vagin. Cet anneau reposera à plat sur la vulve lorsque le pénis se trouvera à l'intérieur.
5. L'utilisation de lubrifiant aide à garder le condom féminin en place durant le rapport sexuel.
6. Lorsque le pénis pénètre dans le vagin, assurez-vous qu'il est placé à l'intérieur du condom.
7. Après un rapport sexuel, retirez immédiatement le condom en tournant doucement l'anneau externe de manière à empêcher le sperme de sortir. Retirez ensuite le condom et jetez-le à la poubelle.

Pour plus de renseignements

Pour en savoir plus sur les infections transmissibles sexuellement (ITS), visitez le site du BC Centre for Disease Control (BCCDC) ou Centre de contrôle des maladies de la C.-B., à <http://smartsexresource.com> (en anglais).

Pour en savoir plus sur la réduction des méfaits, consultez la fiche [n° 102a Comprendre la réduction des méfaits : La consommation de substances](#).

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles ou votre unité de santé publique locale.

Pour obtenir des renseignements sur la santé et des services de santé non urgents, cliquez sur www.HealthLinkBC.ca ou composez le **8-1-1** en C.-B.

Les personnes sourdes ou malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le 7-1-1 en C.-B.

Des services de traduction dans plus de 130 langues sont disponibles sur demande.



BC Centre for Disease Control
An agency of the Provincial Health Services Authority