

HERPES GÉNITAL ET AUTRES IST



Parlons-en

■ Herpès génital et au

Quand on parle d'Infections Sexuellement Transmissibles, on pense immédiatement au Sida. Le Sida occulte cependant d'autres IST, insidieuses et aux conséquences importantes.

Les IST concernent chacun d'entre nous : tout le monde peut, un jour, y être exposé. Certaines d'entre elles sont particulièrement fréquentes en France : l'herpès génital, les chlamydioses, les condylomes et l'hépatite B.

■ Qu'est-ce qu'une infection sexuellement transmissible (IST) ?

C'est une infection qui se transmet lors d'un rapport sexuel, avec ou sans pénétration, avec un partenaire contaminé. Le virus se trans-

met par le vagin, l'anus, la bouche, l'urètre (canal qui conduit l'urine hors de la vessie), et le pénis.

Le Haut Comité de la santé publique précise dans son rapport "La santé en France 2002":

Autre infection sexuellement transmissible, l'herpès génital constitue un problème de santé extrêmement répandu et en progression. Mais il reste très peu reconnu... Sa fréquence et son rôle favorisant dans la transmission de l'infection à VIH rendent indispensables une meilleure connaissance épidémiologique de cette infection, et la mise en place de mesures permettant d'en améliorer la prévention, le diagnostic et la prise en charge.

tes IST : vigilance

■ Quels sont les symptômes d'une IST ?

Pour une femme, comme pour un homme, certaines IST (Sida, hépatite B) ne se manifestent pas par des signes génitaux. D'autres IST (herpès, chlamy-

dioses et condylomes) peuvent présenter des symptômes génitaux parfois évidents, mais le plus souvent très discrets, voire inexistants.

Chez la femme

- Des pertes vaginales importantes ou malodorantes.
- Des démangeaisons de la vulve.
- Des brûlures en urinant ou lors de rapports sexuels.
- Des saignements en dehors des règles.
- Des petites lésions ou des cloques douloureuses sur le sexe, l'anus, la bouche.
- Des douleurs dans le bas du ventre.
- Une angine avec de la fièvre.
- Des verrues sur le sexe ou l'anus.

Chez l'homme

- Un écoulement à l'extrémité de la verge.
- Des brûlures ou des difficultés en urinant.
- Des démangeaisons sur les organes génitaux.
- Des petites lésions ou des cloques douloureuses sur le sexe, l'anus, la bouche.
- Des douleurs aux testicules.
- Une angine avec de la fièvre.
- Des verrues sur le sexe ou l'anus.

■ Quand faut-il consulter un médecin?

Il est indispensable de consulter un médecin dès l'apparition du moindre symptôme. Après avoir établi un diagnostic, celui-ci sera en mesure de prescrire un traitement efficace pour soigner la maladie, ralentir l'infection ou diminuer les effets gênants. Il ne faut jamais essayer de se soigner seul.

N'utilisez ni crème, ni pommade, ni antibiotiques sans avis médical. Même si vous ou votre partenaire n'avez aucun symptôme, n'hésitez pas à vous faire pratiquer un test de dépistage anonyme et gratuit dans les centres hospitaliers et les centres de planification familiale.

L'herpès génital : une IST fréquente

On estime que l'herpès génital concernerait environ **2 millions de personnes en France**. C'est une **Infection Sexuellement Transmissible** provoquée par un virus, l'herpès simplex virus. Les crises, récidivantes, peuvent être à l'origine de douleurs et d'inconfort qui altèrent la qualité de vie.

■ Les modes de transmission

Le premier contact de l'organisme avec le virus se produit lors d'un rapport sexuel, avec ou sans pénétration, avec une personne présentant des lésions herpétiques sur le sexe, les fesses ou les cuisses, ou simplement porteuse du virus sans symptômes.

En cas de bouton de fièvre, un rapport sexuel mettant en con-

tact la bouche avec le sexe peut être à l'origine d'une transmission du virus présent sur les lèvres aux parties sexuelles du partenaire. C'est le cas de 10 à 30 % des herpès génitaux. L'inverse est également possible.

■ Une maladie à récidives

Une fois dans l'organisme, le virus se multiplie à l'endroit de la pénétration puis gagne un ganglion nerveux, situé au bas du dos. Là, il y élit domicile à vie.

Il ressort plus ou moins régulièrement, reprend le même trajet nerveux qu'à l'aller et réapparaît là où il a été contracté : ce sont les **poussées d'herpès**, appelées aussi « récidives » ou « crises » dont la fréquence et l'intensité varient d'une personne à l'autre.

Le premier contact de l'organisme avec le virus passe inaperçu dans 90 % des cas. Lorsqu'en revanche il se déclare, il se manifeste généralement par des signes très douloureux au niveau de l'infection.

▲ Certaines circonstances accidentelles peuvent favoriser la contamination par les IST

comme la rupture d'un préservatif... Mais il existe également des situations spécifiques du risque de contamination par le Sida ou l'hépatite B, comme la blessure avec un objet souillé de sang.

ATTENTION : la pilule contraceptive, le stérilet, les ovules, les crèmes spermicides, le diaphragme, le coït interrompu (sortir avant d'éjaculer) ne protègent pas des IST.

et contagieuse

■ Les facteurs favorisant les crises :

La fièvre



Le stress
ou une vive
émotion



La fatigue,
le décalage
horaire



La prise
d'alcool



Les règles



Un traumatisme
local (extraction
d'une dent,
irritation
sexuelle...)



L'exposition
au soleil
(pour l'herpès
du visage)



Les relations
sexuelles
(pour l'herpès
général)



▲ Porteur du virus sans le savoir

Certaines personnes peuvent avoir été en contact avec le virus et ne jamais développer de signes visibles d'herpès. Malgré cette absence de signes, la contagiosité demeure possible.

Savoir reconnaître

■ Les symptômes

Ils sont souvent très douloureux au niveau du site de l'infection (sexe, fesses, cuisses...).

Cela commence par des **démangeaisons**, des **brûlures**,

des **picotements**, parfois accompagnés de fièvre, de maux de tête et de ventre. Des douleurs peuvent être ressenties au passage de l'urine.

Chez la femme

Une rougeur apparaît au niveau de la vulve, suivie de **petites cloques** groupées en «bouquet». Ces cloques chargées de virus vont se rompre et provoquer de petites plaies à vif, parfois très douloureuses. La cicatrisation n'intervient qu'au bout de 2 à 3 semaines. Ces symptômes peuvent être accompagnés de pertes vaginales.

Chez certaines femmes, l'herpès peut être localisé dans le vagin et même sur le col de l'utérus, ce qui rend le diagnostic difficile car les signes ne sont pas visibles à l'œil nu.

Chez l'homme

Les symptômes sont souvent moins douloureux et plus rapides à passer. Les zones touchées se situent en général **sur le pénis et/ou le prépuce**. L'herpès peut également se trouver sur la petite région cutanée située entre les deux. Il est particulièrement gênant et long à cicatriser lorsque les boutons se trouvent sur les testicules.

▲ L'herpès génital n'est pas une maladie honteuse. C'est faussement rassurant de se dire que l'on connaît bien son partenaire et que l'on ne risque rien : votre partenaire peut parfaitement vous transmettre le virus sans savoir lui-même qu'il en est porteur.

l'herpès génital

■ Le diagnostic

Seul le médecin peut établir un diagnostic fiable. En effet, l'herpès peut être confondu avec d'autres maladies touchant les organes sexuels (mycoses, infections urinaires, autres IST...) car les symptômes sont proches.

Pour savoir si on est porteur du virus, il existe deux méthodes : par prélèvement à l'aide d'écouvillons (sorte de grand coton tige) frottés sur

les lésions puis mis en culture, et/ou à l'aide d'une prise de sang.

Il est important de consulter votre médecin dès l'apparition des premiers symptômes ou devant toute lésion douloureuse, irritation, ou simple gêne au niveau des organes sexuels car tout retard dans la consultation peut rendre le diagnostic plus difficile.

■ Les complications de la maladie herpétique

Elles peuvent parfois être graves, notamment si les yeux sont contaminés ou lors d'une grossesse où il existe un risque de transmission de la

maladie de la mère à l'enfant lors de l'accouchement, avec des conséquences graves pour le nouveau-né.

▲ L'herpès se soigne

Des traitements antiviraux efficaces en curatif et préventif existent. Pris suffisamment tôt, ils empêchent le virus de se multiplier réduisant ainsi la douleur, l'intensité et la durée des crises.

Mieux vivre l'herpès protéger les autres

Conseils pratiques

- **Consulter son médecin dès l'apparition des premiers symptômes.**

Il vous prescrira un traitement antiviral qui accélère la cicatrisation, diminue la fréquence et la durée des crises et lutte contre la contagion.



- **En parler avec son partenaire.**

- **Garder les parties atteintes parfaitement propres.**

Laver les lésions à l'eau et au savon.



- **Sécher les parties atteintes.**

Le sèche-cheveux, à faible chaleur, aide à cicatriser.

- **Se laver soigneusement les mains**

lorsqu'elles ont été en contact avec les lésions.

Conseils pratiques

- **Utiliser un préservatif** car il peut y avoir des risques de contamination, sans symptômes, en dehors des poussées.



- **En parler** avec son médecin et son entourage.

- **Essayer de réduire le stress** et les tensions qui peuvent avoir une influence sur le système de défenses immunitaires.

génital, c'est aussi

lors des poussées

■ A éviter

- **Se toucher les yeux** ; le virus peut se trouver sous les ongles (risque de contamination à l'œil).
- **Humecter ses lentilles avec sa salive** (risque de contamination à l'œil).
- **Les relations sexuelles** même "protégées". En effet, le préservatif protège si les lésions sont situées sur le sexe. En revanche, s'il existe des lésions situées à proximité des organes sexuels, et donc non protégées par le préservatif, la contamination peut se faire.
- **Porter des vêtements serrés** (jeans, par exemple) ou des sous-vêtements synthétiques qui gardent l'humidité.
- **Gratter les lésions**. Cela ralentit la cicatrisation et peut contaminer, par contact des mains, une autre région du corps.
- **Panser les lésions**. L'air sec aide à cicatriser.
- **Partager ses serviettes** et gants de toilette avec son entourage.
- **Le contact avec des nouveau-nés**, des personnes atteintes d'eczéma ou dont les défenses immunitaires sont affaiblies (femmes enceintes, personnes atteintes de Sida, ayant subi une greffe ou une transplantation d'organe, sous chimiothérapie...).



en dehors des crises

■ Eviter les fortes expositions au soleil

ou les températures extrêmes, et utiliser un écran total (en cas d'herpès labial).

■ Apprendre à reconnaître les signes annonciateurs

afin de débiter rapidement un traitement.

■ Virus de l'Immuno-déficience Humaine et Sida

Toute Infection Sexuellement Transmissible présentant des signes au niveau génital augmente le risque de contamination par le VIH. En effet, toute plaie au niveau des organes génitaux, si minime soit-elle, favorise la pénétration par voie sexuelle du VIH dans l'organisme. D'autre part, une IST qui survient chez une personne infectée par le VIH, connaît une évolution plus grave et un traitement plus difficile.

■ Les modes de contamination par le VIH

Le Virus de l'Immuno-déficience Humaine se transmet lors de rapports sexuels non protégés, lors d'échanges de seringues ou d'aiguilles souillées de sang chez les toxicomanes. Le partage de la brosse à dents ou du rasoir peuvent également

transmettre le virus, en cas de saignement des gencives ou de micro-coupures sur la peau.

Le virus peut également se transmettre pendant la grossesse, d'une mère séropositive à son bébé.



ficience Humaine (VIH)

■ Les symptômes de l'infection par le VIH

- La première fois que le virus entre en contact avec l'organisme.

Après la contamination, le virus prolifère sans symptômes apparents. Dans la plupart des cas, une fièvre et des diarrhées de quelques jours se déclarent. Mais ce sont des symptômes qui peuvent également se voir dans d'autres maladies.

Dès que le virus entre en contact avec l'organisme, on est porteur du VIH . On est séro-positif et contagieux : on peut transmettre le virus.

- Des années sans symptômes
On vit tout à fait normalement, sans signes visibles, mais on peut toujours transmettre le virus.

- Le Sida devient visible

Le Sida est le stade où le VIH montre des signes extérieurs de la maladie.

En effet, en affaiblissant les défenses immunitaires, des maladies infectieuses peuvent apparaître, touchant les poumons, la peau, le cerveau, le tube digestif...

■ Diagnostic et traitement

Le dépistage du VIH se fait à partir d'une prise de sang. Des médicaments actifs contre le VIH permettent de diminuer la multiplication du virus et de ralentir la progression de l'infection. Après une prise de

risque, il faut consulter un médecin de toute urgence. Ce dernier jugera de l'opportunité d'un traitement préventif pour limiter une contamination possible.

Les principales Infections Sexuellement Transmissibles

	Symptômes	Mode(s) de transmission	Complications principales
Herpès génital	<ul style="list-style-type: none"> Inexistants ou démangeaisons, brûlures, petites cloques, plaies au niveau des organes génitaux. 	<ul style="list-style-type: none"> Voie sexuelle, mais les seuls contacts entre les muqueuses sans pénétration suffisent. De la mère à l'enfant pendant l'accouchement. Par le baiser. 	<ul style="list-style-type: none"> Impact psychologique important en raison de la chronicité de la maladie (anxiété, dépression, sentiment de vie gâchée, perte de confiance en soi...). Herpès transmis au nouveau-né lors de la grossesse (conséquences graves pour le nouveau-né), aux immunodéprimés (personnes atteintes de Sida, sous chimiothérapie...). Transmission à l'œil (herpès oculaire); au doigt (herpès digital).
Chlamydioses	<ul style="list-style-type: none"> Inexistants ou limités à des picotements urinaires, douleurs au bas-ventre ou pendant les rapports. Pertes vaginales. Sécrétion à l'extrémité de la verge. 	<ul style="list-style-type: none"> Sexuelle. 	<ul style="list-style-type: none"> Chez la femme : salpingite (infection des trompes) pouvant entraîner la stérilité ou des grossesses extra-utérines. Chez l'homme : baisse de la fertilité.
Condylomes	<ul style="list-style-type: none"> Excroissances ressemblant à des verrues sur les organes génitaux, l'anus. Parfois, non visibles à l'œil nu. 	<ul style="list-style-type: none"> Sexuelle. 	<ul style="list-style-type: none"> Chez la femme : cancer du col de l'utérus. Chez l'homme : cancer de la verge.
Hépatite B	<ul style="list-style-type: none"> Inexistants au niveau génital. Fièvre, fatigue, jaunisse dans 10% des cas. 	<ul style="list-style-type: none"> Sexuelle. Par le sang chez les toxicomanes. De la mère à l'enfant durant la grossesse (très rare). 	<ul style="list-style-type: none"> Maladies graves du foie (cirrhose et/ou cancer).
VIH/SIDA	<ul style="list-style-type: none"> Syndrome pseudo-grippal au moment du premier contact avec le virus. 	<ul style="list-style-type: none"> Sexuelle. Par le sang chez les toxicomanes. De la mère à l'enfant durant la grossesse. 	<ul style="list-style-type: none"> Stade Sida déclaré : affaiblissement des défenses immunitaires, développement de maladies infectieuses et de cancers ou tumeurs malignes touchant différents organes (cerveau, peau, poumons...).

*Dans le cas de l'herpès génital et des condylomes, le préservatif protège les parties situées à proximité des organes sexuels, et donc non protégées par le

ctions issibles

Diagnostic	Traitement	Comment diminuer les risques de contamination
<ul style="list-style-type: none"> • Culture après prélèvement local. • Prise de sang dans certains cas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Antiviraux pour diminuer la contagiosité, réduire la douleur, la durée et la fréquence des crises. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pendant les poussées* : préservatif et traitement antiviral. • En dehors des poussées : préservatif et traitement antiviral (si poussées fréquentes).
<ul style="list-style-type: none"> • Prélèvement cervical. • Prélèvement d'urine. • Prise de sang dans certains cas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Antibiotiques. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pendant le traitement, soit rapports protégés, soit abstinence sexuelle.
<ul style="list-style-type: none"> • Observation des excroissances. • Test à l'acide acétique. • Frottis du col. • Parfois, une biopsie cutanée. 	<ul style="list-style-type: none"> • Suppression par azote liquide, laser au CO2 ou électrocoagulation. 	<ul style="list-style-type: none"> • Préservatif tant que la contagion persiste*. • Surveillance prolongée afin de dépister une récurrence.
<ul style="list-style-type: none"> • Prise de sang. 	<ul style="list-style-type: none"> • A la phase aigüe : traitement des symptômes (fièvre, jaunisse...). • A la phase chronique : l'interféron alpha. 	<ul style="list-style-type: none"> • Vaccination du ou des partenaires sexuels. • Préservatif.
<ul style="list-style-type: none"> • Prise de sang. 	<ul style="list-style-type: none"> • Anti-rétroviraux pour diminuer la multiplication du virus et ralentir la progression de l'infection. 	<ul style="list-style-type: none"> • Préservatif.

si les lésions sont situées sur le sexe. En revanche, s'il existe des lésions préservatif, la contamination peut se faire.

■ Herpès génital et au

■ **Les IST sont-elles liées à une mauvaise hygiène ?**

NON. Les modes de transmission des principales IST sont expliqués dans le tableau (page 12/13). Cependant, lorsqu'on se sait porteur d'une IST, l'hygiène doit être renforcée pour éviter toute transmission, soit à une autre personne, soit à une autre partie de son corps, particulièrement pour le virus herpès.

■ **Doit-on consulter un médecin généraliste, un dermatologue ou un gynécologue, en cas de suspicion d'IST ?**

OUI. Ces médecins disposent de tous les moyens nécessaires pour établir un diagnostic précis et apporter les traitements et conseils adéquats.

■ **Le virus de l'herpès se transmet-il par le sperme ?**

NON. Le virus ne se trouve pas dans le sperme. Le plus souvent ce sont les contacts directs entre la peau et les muqueuses lors de relations sexuelles qui sont responsables de la transmission du virus.

■ **Au bout de combien de rapports sexuels, peut-on contaminer son partenaire ?**

Un seul rapport peut suffire.

■ **Dans un couple stable, l'utilisation du préservatif est-elle obligatoire entre les crises d'herpès génital ?**

Pour le savoir, il faut consulter votre médecin. Il pourra prescrire une analyse simple à la personne du couple qui n'a jamais fait de poussées d'herpès génital. Ce sérodiagnostic permet de savoir si la personne est porteuse ou non du virus de l'herpès. Ce test, disponible depuis peu en France, est spécifique de type, c'est à dire qu'il permet de reconnaître les virus de l'herpès labial et génital.

Si le test est positif, il ne sera plus nécessaire d'utiliser de préservatifs en dehors des crises.

■ **Le virus de l'herpès se transmet-il par le sang ?**

NON. Le virus se transmet par le contact direct entre la peau et les muqueuses, le plus souvent lors des rapports sexuels.

■ **Même sans signes ressentis ou visibles d'IST, doit-on consulter un médecin ?**

OUI. En cas de doute (même sans symptômes), ou s'il existe des antécédents d'IST, ou s'il y a un changement de partenaire ou plusieurs partenaires, il est conseillé de consulter rapidement un médecin.

Les IST en questions

■ Peut-on soigner l'herpès génital avec des " médecines douces " ?

L'homéopathie, l'aromathérapie, la phytothérapie et autres méthodes n'ont pas démontré, à ce jour, leur efficacité de manière scientifique.

■ La lésion peut-elle se déplacer ?

Le plus souvent, l'herpès réapparaît à l'endroit de la " poussée " précédente, qu'il s'agisse d'un herpès labial ou génital. En revanche, une auto-inoculation est possible : on peut se contaminer soi-même à un autre endroit du corps comme l'œil, le doigt...

■ Quelles sont les analyses à faire pour confirmer un herpès génital ?

En cas de présomption d'herpès génital, il faut aller consulter le médecin (dès l'apparition des premiers symptômes si possible). L'examen clinique permettra au médecin de diagnostiquer l'herpès. Il pourra faire confirmer ce diagnostic (surtout s'il s'agit des premières poussées) par des examens de laboratoire. L'analyse consiste en un prélèvement au niveau des lésions ou une prise de sang. Ces examens sont simples et rapides.

■ L'herpès est-il lié au sida ?

NON. Ce sont deux maladies différentes.

Cependant, l'herpès génital facilite la contamination par d'autres maladies, notamment le Sida.

■ Quand ai-je pu attraper le virus de l'herpès ?

Vous pouvez avoir été contaminé il y a longtemps par une personne porteuse du virus et n'avoir eu aucune poussée pendant de nombreuses années.

■ J'ai une mycose récidivante qui ne cède pas au traitement. Est-ce possible qu'il s'agisse plutôt d'un herpès génital ?

Herpès génital et mycose sont deux pathologies souvent liées. L'herpès peut être une porte d'entrée à d'autres infections et favoriser l'installation d'une candidose.

Les signes cliniques des deux pathologies étant proches, la confusion est courante.

Cela est donc possible.

Parlez en à votre médecin.

Pour faire face à l'herpès, parlez-en

L'herpès peut être source de douleur, d'inconfort et d'anxiété qui altèrent la **qualité de vie**. L'herpès génital facilite la contamination par d'autres maladies virales (notamment le sida).

Au moindre doute sur une éventuelle contamination, à la moindre question sur certains symptômes, n'hésitez pas à

en parler à votre médecin. Il pourra vous aider à limiter la douleur, la fréquence des crises d'herpès et la contagion. **Le dialogue avec le partenaire** est également essentiel pour mieux vivre la maladie.

On peut mener une vie sexuelle normale, en respectant quelques règles simples de **prévention**.


FIL
SANTÉ
JEUNES

0 800 235 236

Numéro réservé aux 12-25 ans
pour qu'ils en parlent gratuitement
tous les jours de 8h à minuit

Pour en savoir plus sur l'herpès

www.herpes.asso.fr

 N° Indigo 0 825 80 08 08

0,15 € TTC / MN

Les publications de l'Association Herpès

Herpès, parlons-en

Herpès et grossesse

Herpès génital et autres IST

Herpès du visage : bouche-nez-yeux

Guide pratique n°1

Guide pratique n°2

Guide pratique n°3

Guide pratique n°4



ASSOCIATION HERPES

Agissons contre l'herpès

L'Association Herpès est dirigée par un comité d'experts scientifiques indépendants. Elle bénéficie du soutien de GlaxoSmithKline.