

# Trans- mission du VIH

Où les risques existent et  
où il n'y en a pas.

**BZgA**  
Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung



**LIEBES  
LEBEN**

**Es ist deins.  
Schütze es.**

# Les risques en bref

Une **contamination par le VIH** est possible lorsque du sang, du sperme ou des sécrétions vaginales parviennent dans le système sanguin. Cela se produit lors de l'utilisation commune de seringues, **mais également et surtout lors de rapports sexuels non protégés.**

Une mère séropositive peut contaminer son **enfant lors de la grossesse**, à la naissance ou durant la période d'allaitement. En Allemagne, le risque constitué par les **produits sanguins** et les transfusions sanguines est réduit à son strict minimum.

En cas de voyages dans d'autres pays, la qualité différente des soins médicaux doit être prise en compte. Demande en cas de doute à utiliser des instruments désinfectés et l'utilisation exclusive de produits sanguins testés !

Dans de nombreux pays en dehors de l'Europe, le VIH/SIDA et d'autres infections sexuellement transmissibles (IST) sont considérablement plus répandus que chez nous. Et la qualité des préservatifs sur place n'est parfois pas au niveau habituel. Prends-en donc suffisamment.

Les préservatifs supportent uniquement des lubrifiants non gras. Les huiles, les graisses, les lotions, les crèmes et la vaseline endommagent le préservatif. Et : les préservatifs sont sensibles à la chaleur.

Dans diverses situations de vie, il y a des **risques de contamination par le VIH plus ou moins conséquents**. Cette petite brochure t'aidera à en avoir une vue d'ensemble rapide. Les situations, risques et conseils sont donc désignés sur les pages suivantes par des couleurs :

---

**Risque élevé**

---

**Risque faible**

---

**Pas de risque**

## **Important !**

**Il n'y a pas de vaccin contre le VIH. Mais il existe une protection facile et efficace contre la contamination : les préservatifs ! Il est important que tu saches quand tu dois te protéger et où les risques de contamination existent.**

# Préservatifs et lubrifiant

**Les préservatifs protègent du VIH. Lorsque tu choisis des préservatifs, prend leur qualité en considération. Tu reconnaîtras des préservatifs homologués grâce au sigle CE sur l'emballage. Fais attention à la date de péremption sur l'emballage des préservatifs et à la taille adaptée de ceux-ci.**

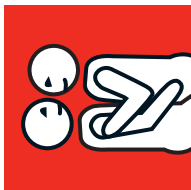
**En cas d'utilisation de lubrifiant, les éléments suivants doivent être gardés à l'esprit : le lubrifiant ne doit pas contenir de graisses ! Les huiles, les graisses, les lotions, les crèmes ou la vaseline endommagent le préservatif et peuvent conduire à une déchirure de celui-ci. De ce fait, seuls des lubrifiants solubles ou non-gras doivent être utilisés, lesquels sont spécialement adaptés aux préservatifs.**



## Sexe anal sans préservatif

**Risque très élevé.** Le sexe anal (pénis dans l'anus) sans préservatif constitue un risque pour les deux partenaires. Pour le partenaire passif, qu'il s'agisse d'un homme ou d'une femme, il est particulièrement élevé. Un risque existe même s'il n'y a pas d'éjaculation.

**Notre conseil :** pour pratiquer le sexe anal, utilise des préservatifs ainsi que du lubrifiant en quantité suffisante.



## Sexe vaginal sans préservatif

**Risque très élevé.** Pratiquer le sexe vaginal (pénis dans le vagin) sans préservatif constitue un risque de contamination élevé.

**Notre conseil :** utilise des préservatifs pour pratiquer le sexe vaginal.



## Grossesse pour une femme séropositive

**Risque élevé pour l'enfant.** La future mère séropositive peut contaminer l'enfant avant, pendant et après la naissance (lors de la période d'allaitement). Une prise en charge médicale complète et le traitement par des médicaments anti-VIH peuvent toutefois diminuer très fortement le risque pour l'enfant. Un test de dépistage VIH est recommandé à chaque femme et à son partenaire s'ils souhaitent avoir un enfant et qu'une infection par le VIH n'est pas à exclure.

**Notre conseil :** demander conseil le plus tôt possible à son médecin !

---

**Risque élevé**

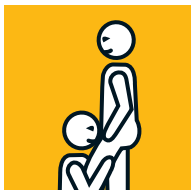


## Utilisation commune de seringues et aiguilles

**Risque très élevé.** L'utilisation des mêmes aiguilles et seringues par plusieurs personnes présente un très grand danger.

**Notre conseil :** Toujours utiliser ses propres aiguilles et seringues stériles. Ne pas partager avec d'autres les aiguilles et les seringues.





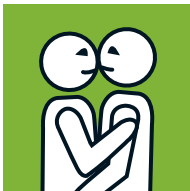
## Sexe oral (sexe avec la bouche sur un homme ou une femme)

**Risque faible.** Le risque d'être contaminé par le VIH lors d'un rapport sexuel oral est faible tant qu'il n'y a ni sperme ni sang dans la bouche.

**Notre conseil :** éviter le contact du sperme ou du sang avec la bouche.

---

**Risque faible**



## Baisers, baisers avec la langue

**Embrasser ne constitue pas un risque.** En cas de baiser avec la langue, un risque n'est en théorie pas à exclure mais cela n'est aucunement considéré comme un mode de transmission à l'échelle mondiale.



## Contacts corporels

**Pas de risque** en cas de contacts corporels tels que les poignées de main, les caresses, les câlins.

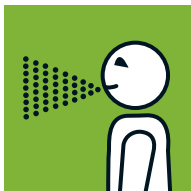
---

**Pas de risque**



## Vie de famille, vie en communauté

**Pas de risque.** Aucune personne ne peut être contaminée si elle côtoie, dans une famille ou une communauté, une autre personne séropositive.



## Transmission aérienne

**Pas de risque.** Une toux ou des éternuements ne vont pas non plus contaminer quelqu'un avec le VIH.

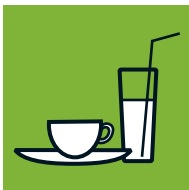


## Manger et restaurant

**Pas de risque.**

---

**Pas de risque**



## Vaisselle, vêtements, sous-vêtements

**Pas de risque.** L'utilisation commune de la vaisselle de table ne présente aucun danger. Les vêtements ou les sous-vêtements de personnes séropositives n'ont pas non plus besoin d'être lavés séparément.



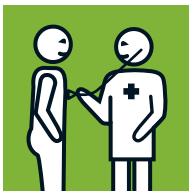
## Piscine, sauna, toilettes, lavabos

**Pas de risque.** Le HIV ne peut pas être transmis lors de l'utilisation commune d'installations communautaires.

---

**Pas de risque**





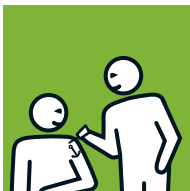
## Médecin, dentiste, hôpital

**Pas de risque** lié aux examens médicaux tant que les règles d'hygiène habituelles (à savoir l'utilisation de matériel à usage unique ou d'instruments désinfectés) sont respectées.

**Dans le cas de don de sang et de plasma sanguin,** malgré des procédures de sécurité très efficaces, un risque très faible subsiste. Il est de ce fait recommandé de constituer une réserve de son propre sang avant des opérations chirurgicales. Des produits sanguins inactivés ne sont pas porteurs de VIH s'ils sont correctement fabriqués.

---

**Pas de risque**



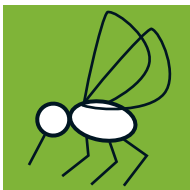
## Coiffeur, tatouage, manucure, piercing, perçage des oreilles

**Pas de risques**, si les **règles d'hygiène** existantes sont respectées. Tous les objets piquants ou coupants qui peuvent être en contact avec du sang doivent **toujours être utilisés une seule fois** ou être efficacement **désinfectés**.

**Notre conseil** : faites faire votre piercing, tatouage ou perçage des oreilles chez des professionnels uniquement.

---

**Pas de risque**



## Piqûres d'insectes

**Pas de risque.**

---

**Pas de risque**

# Où puis-je trouver de plus amples informations ?

En cas de questions, tu peux t'adresser à l'assistance en ligne et téléphonique personnelle et si tu en fais la demande, anonyme, du BZgA :

**0221 892031, [www.aidsberatung.de](http://www.aidsberatung.de)**

Si tu as d'autres questions, par exemple à propos du **test du VIH**, tu peux également obtenir des conseils détaillés et personnels en contactant les **services d'hygiène, auprès de AIDS-Hilfe (Aide contre le SIDA) ou d'autres centres d'informations et de conseils sur le SIDA**, le tout anonymement si tu le souhaites.

**Tu obtiendras du matériel d'information gratuit auprès  
du :**

**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung,**

50819 Cologne

Par fax : 0221 8992257

Par e-mail : [order@bzga.de](mailto:order@bzga.de)

[www.bzga.de](http://www.bzga.de)

[www.liebesleben.de](http://www.liebesleben.de)

et auprès de

**Deutsche AIDS-Hilfe e.V. (DAH)**

Wilhelmstraße 138, 10963 Berlin

Par e-mail : [dah@aidshilfe.de](mailto:dah@aidshilfe.de)

[www.aidshilfe.de](http://www.aidshilfe.de)

Cette brochure est disponible dans les langues suivantes :

<b>Allemand</b>	<b>N° comm. : 70280000</b>
<b>Anglais</b>	<b>N° comm. : 70280070</b>
<b>Français</b>	<b>N° comm. : 70280080</b>
<b>Russe</b>	<b>N° comm. : 70280110</b>
<b>Turc</b>	<b>N° comm. : 70280060</b>
<b>Arabe</b>	<b>N° comm. : 70280150</b>

Tu trouveras ces informations à propos de la transmission du SIDA sous forme de copies en noir et blanc en 29 langues sur Internet sur **[www.gib-aids-keine-chance.de](http://www.gib-aids-keine-chance.de)**

Une vue d'ensemble des moyens d'information du BZgA à propos de la prévention en matière de VIH/IST est donnée par le **N° comm.: 70950000**

**Mentions légales :**

Publié par le Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Centre Fédéral d'éducation à la santé), Cologne, pour le compte du Ministère de la santé, financé par la République fédérale d'Allemagne

Tous droits réservés.

1.10.11.16

**N° comm.: 70280080**

Cette brochure est distribuée gratuitement par le BZgA, 50819 Cologne. Elle ne peut être revendue par le ou la destinataire ou par des tiers.

**Assistance téléphonique du BZgA :**

**0221 892031**

**Autres informations :**

**[www.liebesleben.de](http://www.liebesleben.de)**