



# vaincre le sida

**Conseils utiles pour soi  
et pour les autres**

Transmission - Diagnostic/dépistage - Prévention

Information VIH/SIDA

*Cette plaquette d'information sur le VIH et sur le sida est faite pour que chacun sache comment se transmet le virus et comment se protéger. Si vous pensez qu'elle ne vous concerne pas, **elle peut cependant intéresser vos enfants ou vos proches.***

## **Ce que l'on sait**

---

### **On sait**

comment le virus du sida (VIH) se transmet.

### **On sait**

ce qu'il faut faire pour l'éviter.

### **On sait**

dépister la présence du virus.

### **On sait**

soulager les personnes atteintes, leur donner des soins efficaces qui permettent de prolonger la durée de la vie.

### **Mais on ne sait pas**

les guérir définitivement du sida.

## Le sida est dû à un virus

---

Le **virus** responsable du sida s'appelle le virus de l'immunodéficience humaine : **VIH**.



Lorsqu'il entre dans l'organisme, le **VIH** attaque principalement certains globules blancs (**les lymphocytes T4**) qui ont pour fonction de nous défendre contre les maladies.

La maladie sida est **l'étape la plus avancée** et la plus grave d'une infection par le VIH.

## L'évolution de l'infection par le VIH

---

Après une contamination par le VIH, il peut se passer plusieurs années avant que des signes de maladie apparaissent. Mais **dès que** l'on sait qu'on est atteint par le virus, il est important de **se faire suivre régulièrement** par un médecin.

**En effet, même si aujourd'hui on ne sait pas guérir le sida, les traitements retardent considérablement l'évolution vers la maladie.**

Dès qu'on est atteint par le VIH, on peut **transmettre** le virus à une autre personne dans certaines situations, si les précautions nécessaires ne sont pas prises. La transmission peut avoir lieu **même** si la personne atteinte n'a aucun signe de maladie.

## Comment se transmet le VIH ?

---

Le virus du sida se transmet pendant un **rapport sexuel** non protégé ou lorsque **le sang** d'une personne qui est contaminée par le virus pénètre dans le corps d'une autre personne qui n'est pas contaminée.

### Lors d'un rapport sexuel sans préservatif :

- Un homme infecté par le VIH peut le transmettre à une femme.
- Une femme infectée par le VIH peut le transmettre à un homme.
- Un homme infecté par le VIH peut le transmettre à un autre homme.

**Lorsqu'on utilise une seringue et une aiguille** qui ont déjà servi à une personne atteinte par le VIH : le sang de la personne infectée resté dans la seringue et dans l'aiguille peut pénétrer dans l'organisme. De même, **en cas de blessure** accidentelle avec un objet souillé de sang contaminé, une contamination peut se produire.

**Le virus peut passer** d'une femme enceinte atteinte par le VIH à son enfant pendant la grossesse et l'accouchement ou après la naissance si elle allaite son bébé.

## Comment éviter d'être contaminé par le virus du sida ?

---

### *Lors des rapports sexuels*

Le préservatif est le seul moyen de se protéger lors de rapports sexuels.

Les préservatifs s'achètent dans les pharmacies, les supermarchés, dans certains bars-tabac, dans des distributeurs automatiques.





### **Si on se sert de seringues et d'aiguilles**

- Si on est usager de drogues par voie intraveineuse, il faut utiliser uniquement son matériel personnel : ne partager ni aiguille, ni seringue, ni cuiller, ni eau, ni produit, ni filtre.
- **Une seringue ne doit servir qu'une fois.**
- Les seringues et aiguilles sont en vente libre en pharmacie. Le Stéribox<sup>®</sup>, trousse de prévention vendue en pharmacie, contient deux seringues jetables, le matériel stérile pour la préparation des injections et un préservatif.
- Certaines associations distribuent gratuitement aux usagers de drogues des trousse de prévention.

## Le préservatif

---

Le préservatif **protège** à la fois contre l'infection par le **VIH** et contre toutes les infections sexuellement transmissibles (**IST**).

Le préservatif est également **un moyen contraceptif** : il permet d'éviter les grossesses non désirées.

L'efficacité du préservatif est prouvée, à condition qu'il soit bien utilisé. N'utilisez que les préservatifs portant le marquage **CE** sur l'emballage. Cette inscription est la preuve de leur conformité aux **normes de qualité européennes**.

**Un préservatif ne doit servir qu'une seule fois. Il est important de bien lire et de bien respecter le mode d'emploi.**

En cas d'utilisation de produits ou de médicaments destinés à être appliqués sur le pénis ou dans le vagin, **vérifiez** auprès d'un pharmacien qu'ils sont compatibles avec l'utilisation de préservatifs, c'est-à-dire qu'ils ne risquent pas de les abîmer.

Pour que l'utilisation du préservatif devienne plus rapidement familière et donc plus facile, il peut être utile d'essayer d'abord tout seul !

## Les lubrifiants

---

En cas de pénétration anale, l'application d'un lubrifiant est **indispensable** afin de diminuer les risques de rupture du préservatif. Le lubrifiant doit être appliqué sur le préservatif une fois mis en place et sur l'anus.

Il ne faut utiliser comme lubrifiant **que des gels à base d'eau**. Ces gels sont vendus en pharmacie, par correspondance ou dans certaines grandes surfaces.

**Ne pas utiliser des produits gras** comme : crèmes et laits de soins corporels, vaseline, huiles de table, crèmes et huiles solaires, crèmes et huiles de massage, etc.

Ces produits **abîment** le préservatif et le rendent **inefficace**.

## Mode d'emploi du préservatif masculin



— Ouvrir **délicatement** l'emballage. Attention aux coups d'ongles, de dents et d'objets coupants qui pourraient déchirer le préservatif.



— Une goutte de liquide séminal ou de sperme peut être libérée avant l'éjaculation. Le préservatif doit donc être placé sur le sexe en érection **avant tout contact** :

- avec les organes génitaux féminins,
- avec la bouche ou avec l'anus de la partenaire ou du partenaire.



— Lors de la mise en place, **pincer** avec les doigts le réservoir ou l'extrémité du préservatif pour en chasser l'air.



— Déroulez le préservatif **aussi loin que possible** sur le sexe. S'il ne se déroule pas bien, surtout ne forcez pas ; vous l'avez peut-être posé à l'envers ; jetez-le et prenez en un autre.



— Retirez-vous juste **après l'éjaculation, avant la fin de l'érection**, en retenant le préservatif à la base du sexe.

— Jetez le préservatif usagé à la poubelle après l'avoir noué.

**Les préservatifs doivent être entreposés dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière directe du soleil.**

## Accidents et défaillances dans les pratiques de prévention

---

**Il peut arriver des accidents et des défaillances dans les pratiques habituelles de prévention :**

- relation sexuelle sans avoir pu utiliser le préservatif,
- rupture du préservatif,
- partage du matériel d'injection lors d'un usage de drogues,
- piqûre ou coupure accidentelle avec un objet souillé de sang contaminé.

**Il faut alors se rendre le plus tôt possible et sans dépasser un délai de 48 heures, dans une consultation de dépistage ou aux urgences d'un hôpital.**

Un médecin examinera avec vous la situation et vous conseillera. Selon ce que vous savez de votre partenaire et selon ce qui s'est passé, un **traitement préventif** d'une durée d'un mois, destiné à tenter **d'éviter** qu'il y ait contamination par le VIH, pourra être prescrit.

## Comment savoir si on est atteint ou non par le virus du sida ?

---

Aujourd'hui, on peut dépister la présence du virus du sida **dès le 15<sup>ème</sup> jour** après une situation à risque : si les tests de dépistage pratiqués à ce moment sont **positifs**, cela veut dire de façon certaine qu'il y a eu **contamination** par le VIH.

Une prise en charge dans les meilleures conditions possibles peut alors être immédiatement proposée.

Par contre, si ces tests ont un résultat **négatif**, ce sera seulement **trois mois** après la dernière situation à risque qu'un nouveau test permettra d'avoir la **certitude** que l'on n'est pas atteint par le VIH. En attendant, il faudra se protéger et protéger son, sa ou ses partenaire(s).

### **La démarche de dépistage**

Vous voulez **savoir** si vous êtes ou non contaminé par le VIH :

- vous **pensez avoir été confronté à une situation à risque**, vous êtes inquiet ;
- vous et votre partenaire vivez une relation stable et vous voulez abandonner l'utilisation du préservatif ;
- vous envisagez une grossesse.

**Dans toutes ces situations, il est important de consulter au plus vite un médecin.**

Celui-ci vous écoutera, répondra à vos demandes d'information, vous conseillera et vous **prescriera un test si c'est nécessaire.**

Si ce test est pratiqué trois mois (ou plus) après la dernière situation à risque, son résultat est certain, qu'il soit positif ou négatif.



## L'organisation du dépistage

Pour faire un dépistage du VIH, vous pouvez **choisir** entre diverses possibilités :

- rencontrer un médecin dans une **consultation de dépistage anonyme et gratuit**. Il y en a au moins une dans chaque département (voir plus loin la liste des numéros de téléphone). Vous n'aurez rien à payer.
- consulter **votre médecin** qui vous fera, si nécessaire, l'ordonnance permettant de faire pratiquer un test dans un **laboratoire** d'analyses médicales.
- vous rendre dans un centre de **planification familiale**, dans un dispensaire **antivénérien**, dans une **consultation de protection maternelle et infantile (PMI)** ou dans un **hôpital**.

Que le résultat du test soit négatif ou positif, il est important, au moment où il est remis, de s'entretenir avec un médecin. Celui-ci est tenu au **secret médical**.

**Tous les soins en rapport avec une infection par le VIH sont pris en charge à 100 % par la Sécurité sociale ou par l'aide médicale.**

Le dépistage n'est obligatoire en France que dans les situations suivantes : dons de **sang**, dons **d'organes**, dons de **sperme**, dons de **lait**.

Le dépistage est  **systématiquement proposé** aux femmes qui envisagent une grossesse ou qui sont enceintes.

## **Les consultations de dépistage anonyme et gratuit (CDAG)**

**Il existe dans chaque département une ou plusieurs consultations de dépistage anonyme et gratuit où on peut, sans prescription médicale, dans le respect de l'anonymat et gratuitement, recevoir des informations et des conseils et bénéficier si nécessaire d'un test de dépistage.**

**On peut aussi réaliser un dépistage de l'hépatite C et de l'hépatite B.**

Vous trouverez dans les pages suivantes les numéros de téléphone des consultations de dépistage anonyme et gratuit.

Les adresses peuvent également être obtenues soit par le Minitel 3611 en tapant « sida » dans la rubrique « nom » ou « activité » et en précisant le numéro du département, soit en téléphonant à :

**Sida Info Service : 0 800 840 800.**

# Liste des numéros de téléphone des consultations de dépistage anonyme et gratuit (CDAG)

## 01. AIN

04.74.45.41.89 Bourg-en-Bresse  
04.74.73.10.86 Oyonnax  
04.50.40.38.16 Gex

## 02. AISNE

03.23.24.37.37 Laon  
03.23.69.66.68 Chateau-Thierry  
03.23.06.74.74 Saint Quentin  
03.23.75.74.04 Soissons  
03.23.59.08.19 Soissons

## 03. ALLIER

04.70.03.89.77 Montluçon  
04.70.20.88.00 Moulins  
04.70.97.13.30 Vichy

## 04. ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE

04.92.30.17.27 Digne les Bains  
04.92.36.76.52 Digne les Bains  
04.92.70.17.52 Manosque  
04.92.81.12.37 Barcelonnette  
04.92.61.06.92 Sisteron  
04.92.64.48.01 Saint Auban  
04.92.89.10.23 Saint-André-les-Alpes

## 05 - HAUTES-ALPES

04.92.40.61.89 Gap  
04.92.25.34.33 Briançon

## 06. ALPES-MARITIMES

04.93.85.12.62 Nice  
04.93.69.71.79 Cannes  
04.93.39.06.36 Cannes  
04.92.41.71.99 Menton  
04.93.65.98.98 Antibes  
04.93.36.40.40 Grasse

## 07. ARDÈCHE

04.75.20.20.73 Privas  
04.75.35.60.22 Aubenas  
04.75.67.89.30 Annonay

## 08. ARDENNES

03.24.58.78.15 Charleville-Mézières  
03.24.41.54.80 Fumay  
03.24.27.80.00 Sedan  
03.24.38.66.66 Rethel

## 09. ARIÈGE

05.61.03.31.60 Saint Jean de Verges

## 10. AUBE

03.25.49.00.27 Troyes

## 11. AUDE

04.68.24.29.99 Carcassonne  
04.68.90.68.90 Narbonne

## 12. AVEYRON

05.65.75.42.24 Rodez  
05.65.65.30.03 Villefranche de Rouergue

## 13. BOUCHES-DU-RHÔNE

04.91.14.21.16 Marseille  
04.91.78.43.43 Marseille  
04.91.08.33.28 Marseille  
04.42.20.13.89 Aix en Provence  
04.90.93.00.95 Arles  
04.42.36.95.40 Aubagne  
04.42.88.48.00 Marignane  
04.90.45.06.60 Salon de Provence  
04.42.89.05.06 Vitrolles

## 14. CALVADOS

02.31.94.84.22 Caen

## 15. CANTAL

04.71.46.56.10 (répondeur) ou  
04.71.46.56.58 Aurillac  
04.71.60.64.63 Saint-Flour

## 16. CHARENTE

05.45.90.76.07 Angoulême  
05.45.24.42.84 Angoulême  
05.45.35.13.13 Cognac

## 17. CHARENTE-MARITIME

05.46.45.52.40 La Rochelle  
05.46.92.77.20 Saintes

## 18. CHER

02.48.48.48.40 Bourges

## 19. CORRÈZE

05.55.92.66.67 ou  
05.55.92.60.06 Brive  
05.55.29.79.71 Tulle

## 20A. CORSE-DU-SUD

04.95.29.90.10 ou  
04.95.29.15.92 Ajaccio

## 20B. HAUTE-CORSE

04.95.55.06.24 ou  
04.95.56.06.25 Bastia  
04.95.59.12.66 Bastia

## 21. CÔTE-D'OR

03.80.63.68.14 Dijon - Beaune

## 22. CÔTE-D'ARMOR

02.96.01.72.99 Saint-Brieuc

## 23. CREUSE

05.55.51.70.62 Guéret

## 24. DORDOGNE

05.53.07.70.00 ou  
05.53.07.70.53 Périgueux  
05.53.63.86.40 Bergerac

## 25. DOUBS

03.81.65.44.50 Besançon  
03.81.99.37.00 Montbéliard

## 26. DRÔME

04.75.42.35.70 Valence  
04.75.75.75.49 Valence  
04.75.01.29.04 Montélimar  
04.75.70.82.66 Romans-sur-Isère

## 27. EURE

02.32.33.80.51 Évreux  
02.37.71.69.52 Vernon

**28. EURE-ET-LOIR**

02.37.30.31.06 Chartres  
02.37.30.30.71 Le Coudray  
02.37.51.52.53 Dreux

**29. FINISTÈRE**

02.98.22.33.15 ou  
02.98.34.71.91 Brest  
02.98.52.62.90 Quimper

**30. GARD**

04.66.87.66.70 Nîmes  
04.66.78.34.56 ou  
04.66.78.31.78 Alès  
04.66.79.12.70 Bagnols-sur-Cèze

**31. HAUTE-GARONNE**

05.61.77.78.59 Toulouse  
05.61.14.81.50 Toulouse  
05.61.50.41.41 Toulouse  
05.34.45.40.40 Toulouse  
05.61.89.80.12 Saint Gaudens

**32. GERS**

05.62.05.22.75 Auch

**33. GIRONDE**

05.57.22.46.66 Bordeaux

**34. HÉRAULT**

04.67.33.69.50 Montpellier  
04.67.35.73.84 Béziers  
04.67.46.58.87 Sète

**35. ILLE ET VILAINE**

02.99.28.43.02 Rennes  
02.99.21.27.57 Saint Malo

**36. INDRE**

02.54.29.60.04 Chateauroux

**37. INDRE-ET-LOIRE**

02.47.66.48.94 Tours

**38. ISÈRE**

04.76.12.12.85 Grenoble  
04.74.31.50.31 Vienne  
04.76.12.12.85 Bourg d'Oisans  
(antenne)

**39. JURA**

03.84.35.60.53 Lons-le-Saunier  
03.84.79.80.77 Dôle

**40. LANDES**

05.58.46.27.27 Mont-de-Marsan  
05.58.90.19.06 Dax

**41. LOIR-ET-CHER**

02.54.55.64.05 Blois  
02.54.58.42.23 Blois  
02.54.23.36.96 Vendôme

**42. LOIRE**

04.77.32.68.17 Saint-Étienne  
04.77.42.77.89 Saint-Étienne  
04.77.44.31.08 Roanne

**43. HAUTE-LOIRE**

04.71.05.66.90 Le Puy en Velay  
04.71.50.82.00 Brioude

**44. LOIRE-ATLANTIQUE**

02.40.08.38.15 ou  
02.40.08.31.19 Nantes  
02.40.90.63.33 Saint Nazaire  
02.40.55.88.09 Châteaubriand  
02.40.90.63.33 Guérande  
(antenne)

**45. LOIRET**

02.38.51.43.61 Orléans-la-Source  
02.38.74.45.54 Orléans cedex 1

**46. LOT**

05.65.20.54.11 Cahors  
05.65.50.65.93 Figeac

**47. LOT-ET-GARONNE**

05.53.69.40.41 Agen  
05.53.20.30.50 Marmande  
05.53.40.59.59 Villeneuve sur lot

**48. LOZÈRE**

04.66.49.49.40 Mende

**49. MAINE-ET-LOIRE**

02.41.35.41.13 Angers  
02.41.49.68.81 Cholet

**50. MANCHE**

02.33.20.70.43 Cherbourg  
02.33.06.33.07 Saint Lô

**51. MARNE**

03.26.69.60.60 poste 71-95  
Chalons-en-Champagne

03.26.78.45.70 ou  
03.26.78.79.97 Reims (répondeur)  
03.26.58.73.04 ou  
03.26.58.71.02 Epernay  
03.26.81.79.18 Cézanne  
03.26.60.81.41 Sainte Ménehould

**52. HAUTE-MARNE**

03.25.30.71.77 Chaumont  
03.25.56.84.00 Saint Dizier

**53. MAYENNE**

02.43.56.00.17 Laval  
02.43.66.50.80 Laval

**54. MEURTHE-ET-MOSELLE**

03.83.15.40.06 ou  
03.83.15.40.13 Vandœuvre-les-Nancy

**55. MEUSE**

03.29.83.83.32 Verdun  
03.29.45.88.55 Bar-le-Duc

**56. MORBIHAN**

02.97.54.76.00 ou  
02.97.54.76.69 Vannes  
02.97.84.42.66 Lorient  
02.97.28.42.40 Pontivy

**57. MOSELLE**

03.87.55.33.83 Metz  
03.87.56.30.70 Metz  
03.87.87.33.33 Forbach  
03.87.23.24.44 Sarrebourg  
03.82.55.89.10 Thionville

**58. NIÈVRE**

03.86.68.30.61 Nevers

**59. NORD**

03.20.54.57.73 Lille  
03.27.81.57.00 Cambrai  
03.27.98.50.61 Douai  
03.28.24.04.00 Dunkerque  
03.20.69.48.14 Tourcoing  
03.27.33.55.62 Valenciennes

**60. OISE**

03.44.06.53.40 Beauvais  
03.44.86.32.23 Compiègne  
03.44.61.60.00 ou  
03.44.61.65.10 Creil

**61. ORNE**

02.33.26.04.23 Alençon  
 02.33.32.30.49 Alençon

**62. PAS-DE-CALAIS**

03.21.21.31.99 Arras  
 03.21.01.25.62 Béthune  
 03.21.10.05.80 Boulogne-sur-mer  
 03.21.34.62.30 Calais  
 03.21.69.10.95 Lens  
 03.21.95.61.70 Saint-Omer

**63. PUY-DE-DÔME**

04.73.14.50.80 Clermont-Ferrand

**64. PYRÉNÉES-ATLANTIQUES**

05.59.92.48.12 Pau  
 05.59.63.35.29 Bayonne

**65. HAUTES-PYRÉNÉES**

05.62.56.74.94 Tarbes

**66. PYRÉNÉES-ORIENTALES**

04.68.51.60.84 Perpignan  
 04.68.66.24.00 Perpignan

**67. BAS-RHIN**

03.88.11.65.78 ou  
 03.88.11.63.30 Strasbourg  
 03.88.23.78.48 Strasbourg

**68. HAUT-RHIN**

03.89.64.61.85 Mulhouse  
 03.89.45.89.69 Mulhouse  
 03.89.12.44.65 Colmar

**69. RHÔNE**

04.72.41.32.91 Lyon  
 04.78.42.29.26 Lyon  
 04.72.11.62.06 Lyon  
 04.72.50.08.68 Vénissieux (antenne)  
 04.74.09.28.27 Villefranche-sur-Saône

**70. HAUTE-SAÔNE**

03.84.96.61.23 Vesoul

**71. SAÔNE-ET-LOIRE**

03.85.38.09.17 Mâcon  
 03.85.48.62.28 Chalon-sur-Saône

**72. SARTHE**

02.43.43.43.70 Le Mans

**73. SAVOIE**

04.79.96.50.83 Chambéry  
 04.79.96.51.52 Chambéry  
 04.79.96.51.72 Chambéry  
 04.79.34.01.26 Aix-les-Bains  
 04.79.37.89.56 Albertville  
 04.79.59.93.88 Saint Jean de Maurienne

**74. HAUTE-SAVOIE**

04.50.88.33.71 Annecy  
 04.50.83.21.19 Thonon-les-Bains  
 04.50.47.30.49 ou  
 04.50.47.30.48 Sallanches  
 04.50.87.48.27 Ambilly  
 04.79.85.50.09 ou  
 04.79.33.96.00 ou  
 04.79.62.56.24 Chambéry  
 04.50.38.23.81 Annemasse

**75. PARIS**

01.42.61.30.04 ou  
 01.42.97.48.29 1<sup>er</sup>  
 01.49.96.62.70 4<sup>ème</sup>  
 01.58.41.18.17 6<sup>ème</sup>  
 01.40.05.43.75 ou 01.40.05.41.87  
 (répondeur) ou 01.40.27.00.00  
 Hôpital Fernand Vidal ou  
 01.42.49.99.24 (avant midi, 10<sup>ème</sup>  
 sinon répondeur) 12<sup>ème</sup>  
 01.49.28.21.54 13<sup>ème</sup>  
 01.42.16.10.53 14<sup>ème</sup>  
 01.40.78.26.00 ou 01.40.78.26.56  
 (répondeur) 14<sup>ème</sup>  
 01.58.14.30.30 14<sup>ème</sup>  
 01.40.25.80.80 ou  
 01.40.25.84.34 18<sup>ème</sup>  
 01.40.33.52.00 20<sup>ème</sup>

**76. SEINE-MARITIME**

02.32.88.80.40 Rouen  
 02.35.07.33.33 Rouen  
 02.32.73.38.23 ou  
 02.32.73.38.20 Le Havre  
 02.35.77.00.85 Elbeuf  
 02.35.82.20.81 Dieppe  
 02.35.28.23.99 Fécamp

**77. SEINE-ET-MARNE**

01.64.14.55.55 Melun  
 01.64.35.38.38 ou  
 01.64.35.38.77 Meaux  
 01.60.06.26.76 Lognes  
 01.64.12.46.80 Lagny  
 01.60.71.22.07 Fontainebleau  
 01.60.52.51.42 Provins  
 01.64.26.51.06 Chelles

**78. YVELINES**

01.39.63.92.99 ou  
 01.39.63.80.90 Le Chesnay (répondeur)  
 01.30.22.09.60 Les Mureaux  
 01.34.83.79.07 Rambouillet

**79. DEUX-SÈVRES**

05.49.78.30.72 Niort  
 05.49.68.31.22 Bressuire

**80. SOMME**

03.22.91.07.70 Amiens  
 03.22.45.56.69 Amiens

**81. TARN**

05.63.47.44.58 Albi

**82. TARN-ET-GARONNE**

05.63.92.81.19 Montauban  
 05.63.04.67.00 Moissac

**83. VAR**

04.94.22.70 92 ou  
 04.94.22.74.45 Toulon  
 04.94.50.90.53 ou  
 04.94.50.90.52 Draguignan  
 04.94.51.18.65 Fréjus  
 04.94.12.60.33 Hyères  
 04.94.97.03.01 Saint Tropez

**84. VAUCLUSE**

04.90.04.34.13 Apt  
 04.90.87.38.44 Avignon  
 04.90.16.19.49 Avignon  
 04.32.85.88.96 Carpentras  
 04.90.78.85.29 Cavaillon  
 04.90.11.22.30 ou  
 04.90.11.22.33 Orange

**85. VENDÉE**

02.51.44.63.18 La Roche-sur-Yon  
 02.51.21.86.71 Les-Sables-d'Olonne

## 86. VIENNE

05.49.44.39.05 ou  
0800.000.385 Poitiers  
(répondeur)  
05.49.02.90.19 ou  
05.49.02.90.90 Chatellerault  
(standard)

## 87. HAUTE-VIENNE

05.55.05.66.52 Limoges  
05.55.45.12.70 Limoges

## 88. VOSGES

03.29.68.73.02 Épinal

## 89. YONNE

03.86.48.48.62 Auxerre  
03.86.34.95.30 ou  
03.86.34.95.32 Avallon  
03.86.65.21.34 Sens

## 90. TERRITOIRE DE BELFORT

03.84.28.17.12 Belfort

## 91. ESSONNE

01.64.96.02.49 Corbeil-Essonnes  
01.64.94.53.99 Étampes  
01.60.77.73.52 Évry-  
Courcouronnes  
01.69.21.49.22 Juvisy-sur-Orge  
01.69.20.88.87 Massy  
01.64.90.14.54 Arpajon

## 92. HAUTS - DE - SEINE

01.41.20.29.29 Nanterre  
01.47.69.65.89 Nanterre  
01.47.93.03.24 Gennevilliers  
01.49.09.59.59 ou  
01.49.09.59.57 Boulogne  
01.46.03.39.11 Boulogne  
01.45.37.42.01 Clamart  
01.42.42.08.69 ou  
01.74.60.67.68 Colombes  
01.47.93.03.24 Asnières  
01.41.18.15.50 Suresnes  
01.46.42.14.24 Vanves  
01.46.42.14.24 Fontenay aux  
Roses  
01.46.42.14.24 Chatenay-  
Malabry

## 93. SEINE-SAINT-DENIS

01.42.35.61.99 Saint Denis  
01.48.30.20.44 ou  
01.48.95.51.72 Bobigny  
01.41.70.81.91 Montfermeil  
01.43.85.65.08 Aulnay sous bois

## 94. VAL-DE-MARNE

01.45.17.55.00 Créteil  
01.47.06.02.32 Champigny-sur-  
Marne  
01.43.90.20.17 Ivry-sur-Seine  
01.43.86.22.37 Villeneuve-Saint-  
Georges  
01.55.53.50.80 Vitry-sur-Seine

## 95. VAL-D'OISE

01.30.30.22.49 Cergy  
01.34.53.22.11 Gonesse  
01.34.23.25.29 Argenteuil

## 971. GUADELOUPE

CDAG\*  
0590.89.10.10 poste 30.24  
Pointe-à-Pitre  
0590.91.24.52 Pointe-à-Pitre  
0590.87.01.17 Saint Martin  
0590.81.16.40 Basse Terre  
0590.91.85.25 Abymes  
972. MARTINIQUE  
CDAG\*  
0596.55.23.01 Fort de France  
0596.60.36.87 Fort de France

## 973. GUYANE

CDAG\*  
0594.39.50.50 ou  
0594.39.53.25 ou  
0594.31.81.60 Cayenne  
0594.34.87.77 Saint Laurent  
du Maroni  
0594.32.42.20 Kourou  
CDG\*\*  
0594.27.09.28 Apatou  
0594.27.09.28 Cacao  
0594.37.44.02 Camopi  
0594.30.21.42 Cayenne  
0594.31.01.20 Cayenne  
0594.37.41.02 Grand Senti  
0594.34.62.54 Iracubo

0594.38.88.79 Macouria Tonate  
0594.34.82.26 Mana  
0594.37.20.49 Maripasoula  
0594.35.60.84 Natoury  
0594.27.06.51 Régina  
0594.35.40.40 Remire  
0594.28.06.79 Roura  
0594.37.02.00 Saint Georges  
de l'Oyapock  
0594.34.11.47 Saint Laurent  
du Maroni  
0594.34.51.54 Sinnamary  
0594.34.10.60 Awala Yalimapo  
0594.34.17.01 Javouhey

## 974. LA RÉUNION

CDAG\*  
0262.90.55.60 ou  
0262.90.55.61 Saint Denis  
0262.35.91.65 Saint Pierre-le-  
Tampon  
0262.43.38.20 poste 400 ou  
poste 407 Le Port  
0262.50.20.00 poste 239  
Saint Benoît  
0262.41.32.75 poste 29  
Saint Denis  
0262.96.90.80 Saint Pierre  
0262.34.86.00 Saint Leu  
98. NOUVELLE CALÉDONIE  
0687.27.27.73

\*CDAG : Consultation de  
dépistage anonyme et gratuit.

\*\*CDG : Consultation de  
dépistage gratuit.

## **Que signifie précisément le résultat du test ?**

**Un résultat positif** est vérifié, sans attendre, sur une deuxième prise de sang. Si ce test est lui aussi positif, cela veut dire que vous êtes contaminé par le virus du sida.

**Vous devrez alors vous faire suivre régulièrement par un médecin.**

Dès qu'une personne est atteinte par le VIH, elle peut **transmettre** le virus, même si elle ne ressent aucun trouble particulier. Elle doit donc penser à protéger son, sa ou ses partenaire(s) :

- en utilisant systématiquement le préservatif lors des rapports sexuels
- en ne partageant avec personne son matériel d'injection, en cas d'usage de drogues par voie intraveineuse

**Un résultat négatif** est certain seulement si trois mois (ou plus) ont passé depuis la dernière situation à risque. Dans ce cas il signifie que vous n'êtes pas atteint par le virus du sida, mais il ne témoigne de votre situation **qu'à un moment donné** et ne vous protège pas de risques futurs de contamination par le VIH.

**Vous devrez continuer à vous protéger en utilisant des préservatifs et/ou du matériel d'injection neuf et stérile en cas d'usage de drogues par voie intraveineuse.**

## **Pourquoi se faire dépister le plus vite possible ?**

Quand une personne est atteinte par le VIH, les traitements actuels ne font pas disparaître l'infection, mais ils permettent de **ralentir** fortement l'évolution vers la maladie sida. Ils **améliorent** souvent considérablement la qualité de vie des personnes atteintes. Il est donc important de savoir le plus tôt possible après une situation à risque de contamination si on est atteint par le VIH, afin de pouvoir bénéficier **d'une prise en charge médicale.**

Quand une femme enceinte est atteinte par le VIH, des traitements **réduisent** considérablement les risques de transmission du virus à l'enfant.

### **En quoi consistent les traitements contre le VIH ?**

Les traitements contre le VIH ont pour objectif de **diminuer la multiplication du virus** dans le corps. Actuellement, ils sont donnés en associant le plus souvent plusieurs médicaments différents (**multithérapies**). Ces traitements sont contraignants car, pour être efficaces, ils obligent à prendre chaque jour un grand nombre de médicaments à des moments très précis. Cependant, ils transforment la vie d'un grand nombre de personnes atteintes par le VIH, en améliorant considérablement leur état général.

### **On « n'attrape » pas le sida au travail, au café, à l'école...**

Le sida n'est pas une maladie comme la grippe ou la tuberculose. Il ne se transmet pas par des postillons ou des crachats, ni en serrant la main, ni en mangeant dans le même plat, ni en buvant dans le même verre.

- On ne peut pas « l'attraper » en utilisant des équipements publics : piscine, toilettes, douches, bains.
- Si quelqu'un a été contaminé par le virus du sida, il ne peut le transmettre dans son entourage que lors de rapports sexuels non protégés ou par un partage de matériel d'injection en cas d'usage de drogues par voie intraveineuse.
- Les rapports de tendresse (baisers, caresses...) ne sont pas contaminants. **Le sida n'empêche pas d'aimer**



## La prévention du sida et la contraception

---

La pilule et le stérilet sont des moyens contraceptifs qui permettent d'éviter une grossesse non désirée.

**Ils ne protègent pas des infections sexuellement transmissibles (IST), ni du virus du sida.**

Le préservatif, seul moyen de se protéger des IST et du sida lors des rapports sexuels, est aussi un moyen contraceptif.



## Il n'y a pas que le sida

---

La plupart des **infections sexuellement transmissibles (IST)**, **si elles ne sont pas soignées**, peuvent avoir des conséquences graves sur la santé, telle que la stérilité. **Mais elles peuvent être traitées et guéries.**

L'hépatites B et les IST se transmettent au moment d'un rapport sexuel non protégé.

### **L'utilisation du préservatif évite la contamination.**

Les virus des hépatites B et C peuvent se transmettre également par le sang :

- notamment chez les **usagers de drogues**, par le partage de seringues et du matériel de préparation de l'injection. Pour s'en protéger, il faut utiliser à chaque injection une seringue et une aiguille neuves. Il ne faut partager ni aiguille, ni seringue, ni cuiller, ni eau, ni produit, ni filtre.
- lors d'une **blesseure accidentelle** avec un objet souillé de sang contaminé.

Il existe un vaccin contre l'hépatite B (remboursé partiellement). Il n'existe pas de vaccin contre l'hépatite C.

Si vous pensez que vous avez pu être contaminé, il est important de consulter un médecin le plus vite possible, en cabinet ou dans un centre antivénérien. En cas de nécessité, vous pourrez ainsi bénéficier rapidement d'un traitement efficace. Le test de dépistage du virus de l'hépatite C peut être pratiqué dans toutes les consultations de dépistage anonyme et gratuit.

## Où s'informer

---

- dans les consultations de dépistage anonyme et gratuit (CDAG) (*voir liste page 14 à page 17*) ;
- chez votre médecin généraliste ;
- dans les centres de protection maternelle et infantile (PMI, consultations prénatales) ;
- dans les centres de planification et d'éducation familiale ;
- dans les dispensaires antivénéériens ;
- lors de consultations de gynécologie ou de dermatologie ;
- auprès d'associations.

**Des lignes de téléphone confidentielles et anonymes pour obtenir des informations :**

**SIDA INFO SERVICE 0 800 840 800**

(communication gratuite - tous les jours, 24 h/24) écoute, soutien, orientation pour les problèmes ayant trait au sida. Un écoutant peut vous répondre en arabe, en bambara, en anglais ou en espagnol les lundi, mercredi et vendredi entre 14 h et 19 h.

**SIDA INFO DROIT 0 801 636 636**

(coût d'une communication locale - mardi de 16 h à 22 h - vendredi de 14 h à 18 h) questions juridiques et sociales liées au sida.

## **FIL SANTÉ JEUNES : 0 800 235 236**

(communication gratuite tous les jours de 8 heures à minuit) pour les jeunes de 12 à 25 ans.

## **DROGUES ALCOOL TABAC INFO SERVICE : 113**

(communication gratuite tous les jours, 24h/24).

*Pour obtenir ou consulter des documents  
d'information et de communication sur le sida :*

### **INPES Institut National de prévention et d'éducation pour la santé**

42, boulevard de la Libération • 93203 Saint-Denis Cedex

### **CRIPS Centres régionaux d'information et de prévention sur le sida**

Aquitaine : 05 57 57 18 80 / 81

Auvergne : 04 73 34 12 12

Ile de France : 01 53 68 88 88

Nord - Pas de Calais : 03 20 15 49 10

Pays de Loire : 02 40 41 41 28

PACA - Marseille : 04 91 59 83 93

PACA - Nice : 04 92 14 41 20

Rhône Alpes : 04 78 38 18 17

### **LE KIOSQUE**

Information sur le sida et sur la toxicomanie :

Paris - 01 44 78 00 00

 **Sida Info Service**  
**0 800 840 800**

24 h sur 24 . confidentiel, anonyme et gratuit

**Document rédigé sous la responsabilité  
de la Direction générale de la Santé,  
ministère de la Santé, de la Famille  
et des Personnes handicapées.**

**Édition et diffusion :**

**Institut national de prévention  
et d'éducation pour la santé  
(INPES)**

**42 boulevard de la Libération  
93203 Saint-Denis Cedex  
Fax : 01.49.33.23.90**

*État des connaissances :  
avril 2002.*

