

ESPACE SANTÉ ÉTUDIANTS

université de BORDEAUX

Les Infections Sexuellement Transmissibles (IST), on en entend parler et on peut en avoir peur, mais pas de panique ! Le meilleur moyen de se rassurer est de s'informer, et pour ça tu es au bon endroit. Ce livret a pour mission de te donner des infos utiles et claires. Les IST, c'est souvent moins effrayant que ça en a l'air, et la plupart du temps, c'est tout à fait gérable.

Tu seras peut-être surpris.e d'apprendre que beaucoup d'infections ne montrent pas de symptômes.

Mais pas de stress, le dépistage reste une des meilleures défenses. Se faire dépister, ce n'est pas seulement pour se soigner rapidement si besoin, c'est aussi un geste pour protéger tes partenaires et rompre la chaîne de transmission des IST.

Alors, prends une pause et jette un coup d'œil à ces infos. Parce que le savoir, c'est le super-pouvoir qui te permet de prendre soin de toi et de tes partenaires !

Attention, ce livret n'a pas vocation à t'auto-diagnostiquer, il faudra toujours consulter un.e professionnel.le de santé !

Cette liste n'est pas exhaustive et présente les IST les plus fréquentes.

LÉGENDE DES RISQUES DE TRANSMISSION

ϟϟϟ **Risque majeur**
ϟϟ **Risque modéré**
ϟ **Risque faible**

SOMMAIRE

Chlamydia..... P.4
Gonocoque..... P.6
Hépatite B..... P.8
Herpès..... P.9
HPV..... P.10
Syphilis..... P.12
VIH..... P.14
Autres IST..... P.16

Lexique..... P.17
Préservatifs..... P.18
Carrés de latex..... P.20
Dépistage : où m'adresser ? P.22

CHLAMYDIA

SYMPTÔMES

Aucun dans la plupart des cas

SINON APRÈS 1 À 3 SEMAINES :

- Sensation de brûlure en urinant
- Douleurs dans le bas ventre, testicules
- Écoulements par la verge, l'anus ou le vagin, saignements
- Fièvre
- Angine
- Conjonctivite

MODES DE TRANSMISSION

- Pénétration vaginale ⚡⚡⚡
- Pénétration anale ⚡⚡⚡
- Cunnilingus ⚡⚡
- Fellation ⚡⚡
- Anulingus ⚡⚡
- Caresse sexuelle ⚡⚡
- Partage de sextoys ⚡⚡⚡
- Accouchement ⚡⚡⚡
  (de la mère à l'enfant)

PRÉVENTION

Utilisation correcte de préservatifs et/ou de carrés de latex



RISQUES SI NON TRAITÉ

À COURT/MOYEN TERME :

- Inflammation pelvienne
- Douleurs abdominales, pelviennes
- Infection des trompes de l'utérus
- Infection du col de l'utérus
- Infection des testicules et prostate

À LONG TERME :

- Grossesse extra-utérine
- Infertilité

MODE DE DÉPISTAGE

(selon les pratiques / symptômes)

- Analyse d'urine
- Auto prélèvement vaginal
- Prélèvement anal
- Prélèvement de la gorge

DÉLAI DE DÉPISTAGE

—

2 SEMAINES APRÈS UNE PRISE DE RISQUE

TRAITEMENT

SIMPLE, EFFICACE ET INDOLORE

Comprimés antibiotiques dose unique ou deux fois par jour pendant 7 jours

Mais pour casser la dynamique de l'infection, et éviter de se réinfecter après un traitement, il est important de :

—> prévenir son/sa partenaire habituel.le

—> prévenir les partenaires des six derniers mois.

—> continuer à utiliser des préservatifs et carrés de latex 7 jours après la fin du traitement et jusqu'à ce que tous.tes les partenaires soient traité.es

Nouveau dépistage proposé 1 à 6 mois après la fin du traitement

GONOCOQUE

MODES DE TRANSMISSION

- Pénétration vaginale ϟϟϟ
- Pénétration anale ϟϟϟ
- Cunnilingus ϟϟϟ
- Fellation ϟϟϟ
- Anulingus ϟϟϟ
- Caresse sexuelle ϟϟ
- Partage de sextoys ϟϟϟ
- Accouchement ϟϟϟ
  (de la mère à l'enfant)

DÉLAI DE DÉPISTAGE

7 JOURS APRÈS UNE PRISE DE RISQUE

SYMPTÔMES

Aucun dans la plupart des cas

SINON APRÈS 2 À 5 JOURS :

- Pertes vaginales, douleurs dans le bas ventre, irritation de la vulve
- Écoulement au niveau du pénis et irritation du pénis
- Difficultés à uriner ou sensation de brûlure, saignements possibles
- Douleurs à la gorge
- Douleurs anales ***(souvent avec écoulement de liquide)***

APRÈS PLUSIEURS SEMAINES :

- Conjonctivite
- Gonflement ou douleur testiculaire
- Plus rarement fièvre, douleurs articulaires, éruption cutanée

RISQUES SI NON TRAITÉ

- Infection des parties génitales
- Troubles urinaires
- Infection de l'utérus et des trompes de Fallope,
- Infection de la prostate et/ou des testicules
- Stérilité

MODE DE DÉPISTAGE

(selon les pratiques / symptômes)

- Analyse d'urine
- Autoprélèvement vaginal
- Prélévement anal
- Prélèvement de la gorge

PRÉVENTION

Utilisation correcte de préservatifs et/ou de carrés de latex

TRAITEMENT

Injection intramusculaire d'antibiotiques et parfois prise de comprimés, contrôle clinique après 7 jours si besoin

Mais pour casser la dynamique de l'infection, et éviter de se réinfecter après un traitement, il est important de :

—> prévenir son/sa partenaire habituel.le

—> prévenir les partenaires des six derniers mois.

—> continuer à utiliser des préservatifs et carrés de latex 7 jours après la fin du traitement et jusqu'à ce que tous.tes les partenaires soient traité.es



HÉPATITE A

SYMPTÔMES

Aucun dans la plupart des cas

SINON APRÈS 15 À 30 JOURS (MAX. 50)

- D'abord état grippal avec signes digestifs
- Douleurs musculaires, articulaires
- Maux de tête, sensation de malaise
- Grande fatigue
- Fièvre
- Perte d'appétit, nausée, diarrhées
- Jaunisse ou urines très foncées

MODES DE TRANSMISSION

- Anulingus ϟϟϟ

DÉLAI DE DÉPISTAGE

4 À 8 SEMAINES APRÈS LA PRISE DE RISQUE

PRÉVENTION

Utilisation correcte de préservatifs et/ou de carrés de latex

RISQUES SI NON TRAITÉ

- Hépatite fulminante à la phase aiguë
- Transmission à l'entourage familial

MODE DE DÉPISTAGE

- Prise de sang
- TROD* + confirmation prise de sang

TRAITEMENT

Traitement antiviral



HÉPATITE B

SYMPTÔMES

Aucun dans la plupart des cas

SINON APRÈS 25 JOURS À 6 MOIS :

- D'abord état grippal avec signes digestifs
- Douleurs musculaires, articulaires
- Maux de tête, sensation de malaise
- Grande fatigue
- Fièvre
- Perte d'appétit, nausée, diarrhées
- Jaunisse ou urines très foncées

MODES DE TRANSMISSION

- Pénétration vaginale ⚡⚡⚡
- Pénétration orale ⚡⚡⚡
- Pénétration anale ⚡⚡⚡
- Cunnilingus ⚡⚡⚡
- Fellation ⚡⚡⚡
- Par le sang ⚡⚡⚡
  (transfusion, partage de matériel d'injection, paille de sniff ⚡⚡, brosse à dent, rasoir)
- Partage de sextoys ⚡⚡⚡
- Accouchement ⚡⚡⚡
  (de la mère à l'enfant)

DÉLAI DE DÉPISTAGE

—

4 À 8 SEMAINES APRÈS LA PRISE DE RISQUE

MODE DE DÉPISTAGE

- Prise de sang
- TROD* + confirmation prise de sang

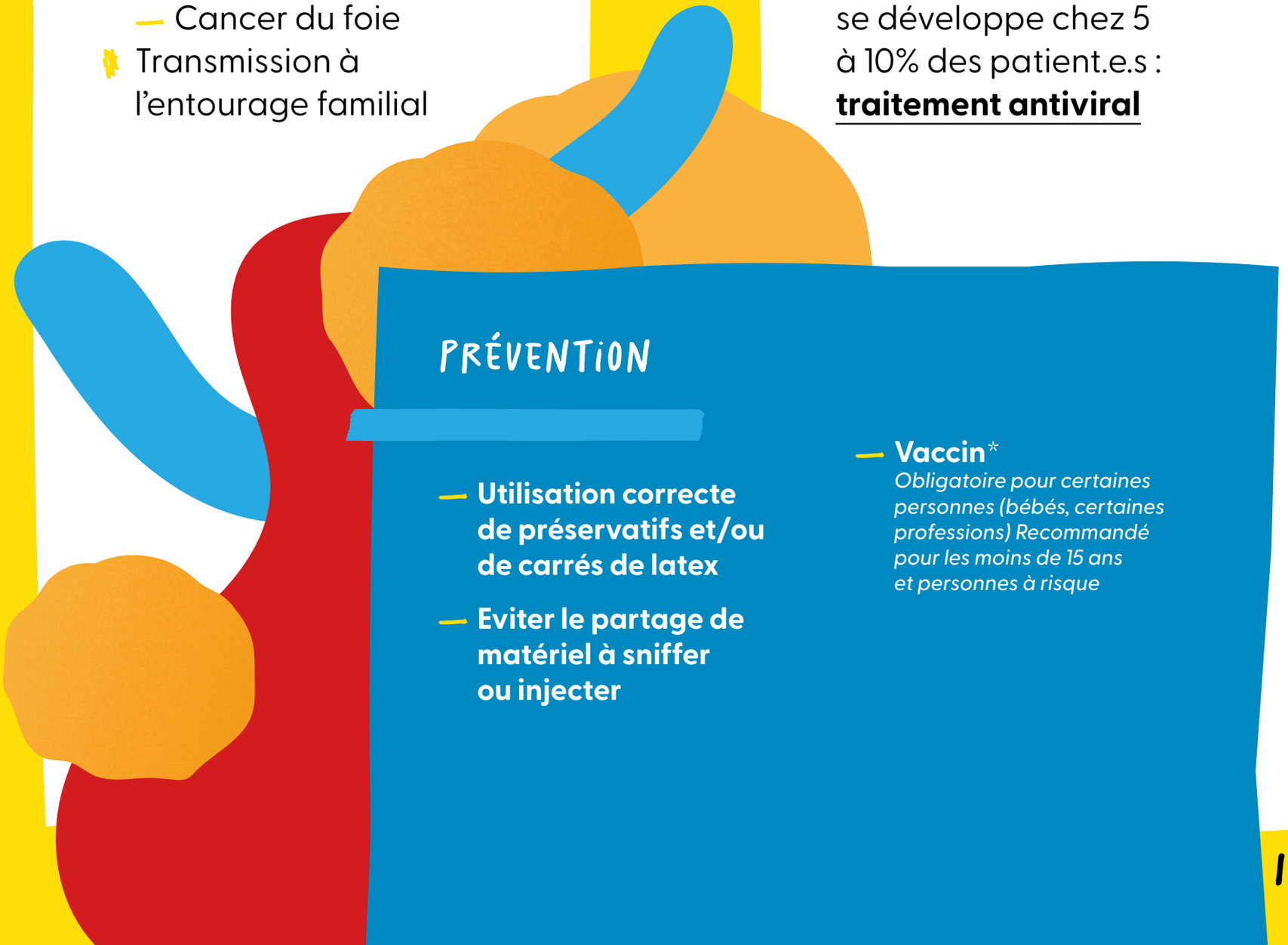
RISQUES SI NON TRAITÉ

- Hépatite fulminante à la phase aiguë
- Hépatite chronique avec risque d'évolution vers :
  - Cirrhose
  - Cancer du foie
- Transmission à l'entourage familial

TRAITEMENT

La majeure partie des personnes n'ont pas besoin de traitement car elles guérissent spontanément.

L'infection chronique se développe chez 5 à 10% des patient.e.s : **traitement antiviral**



PRÉVENTION

- **Utilisation correcte de préservatifs et/ou de carrés de latex**
- **Eviter le partage de matériel à sniffer ou injecter**
- **Vaccin***
  Obligatoire pour certaines personnes (bébés, certaines professions) Recommandé pour les moins de 15 ans et personnes à risque

HERPÈS

SYMPTÔMES

Aucun dans la plupart des cas

SINON :

- Fièvre
- Courbatures
- Gonflement des ganglions lymphatiques
- Petits boutons douloureux en forme de bulles (cloques) sur les organes génitaux, l'anus, nez et bouche
- Démangeaisons qui peuvent s'accompagner de fièvre, de maux de tête, de ventre et de douleurs quand on urine

MODES DE TRANSMISSION

- Pénétration vaginale ⚡⚡⚡
- Pénétration anale ⚡⚡⚡
- Cunnilingus ⚡⚡⚡
- Fellation ⚡⚡⚡
- Anulingus ⚡⚡⚡
- Caresse sexuelle ⚡⚡⚡
- Partage de sextoys ⚡⚡⚡
- Transmission de la mère à l'enfant ⚡⚡⚡
- Baisers ⚡⚡

DÉLAI DE DÉPISTAGE

—

2 SEMAINES APRÈS UNE PRISE DE RISQUE

RISQUES SI NON TRAITÉ

Une personne enceinte ayant de l'herpès génital ou porteuse du virus doit être particulièrement surveillée. Le virus peut être transmis à l'enfant, et l'herpès néonatal peut avoir de graves conséquences.

PRÉVENTION

- **Utilisation correcte de préservatifs et/ou de carrés de latex**
- **Lavage des mains**
- **En cas de poussée : éviter les rapports sexuels, rapports oro-génitaux, baisers**

MODE DE DÉPISTAGE

- Virus très répandu, très grande partie de la population porteuse du virus sans symptôme apparent
- Il n'y a pas de dépistage, mais un diagnostic clinique .
- Le diagnostic de l'herpès est possible uniquement en cas de poussée

TRAITEMENT

Pas de traitement curatif qui permette d'éliminer les virus à l'origine de l'herpès

Médicaments antiviraux qui peuvent réduire la durée des symptômes et leur gravité

HPV

SYMPTÔMES

Aucun dans la plupart des cas

SINON APRÈS 2 À 3 MOIS :

- Verrues (condylomes) sur les parties génitales, péri-anales, anales

MODES DE TRANSMISSION

- Pénétration vaginale ⚡⚡⚡
- Pénétration anale ⚡⚡⚡
- Cunnilingus ⚡⚡⚡
- Fellation ⚡⚡⚡
- Anulingus ⚡⚡⚡
- Caresse sexuelle ⚡⚡⚡
- Partage de sextoys ⚡⚡⚡
- Accouchement ⚡⚡
  (de la mère à l'enfant)

RISQUES SI NON TRAITÉ

- Certains HPV favorisent l'apparition de différents cancers génitaux (col de l'utérus, anus, vagin, vulve, pénis) et certains cancers de la gorge
- Certains HPV disparaissent naturellement en un à deux ans sans symptômes
- Les verrues en revanche ne se transforment jamais en cancer

MODE DE DÉPISTAGE

- Dépistage par frottis (prélèvement au niveau du col de l'utérus) à partir de 25 ans (et pas avant !)
- Diagnostic par examen médical si des condylomes (verrues) sont visibles

TRAITEMENT

Traitement des condylomes (crème, laser, chirurgie)



PRÉVENTION

- **Utilisation correcte de préservatifs et/ou de carrés de latex (attention, ils diminuent les risques de transmission mais ne les annulent pas entièrement)**
- **Vaccination (hommes et femmes)**
  - De 11 à 14 ans (2 doses espacées de 6 à 13 mois)
  - Rattrapages de 15 à 19 ans (3 doses, 0, 2 et 6 mois)
  - Pour les hommes ayant des relations sexuelles avec des hommes, jusqu'à 26 ans (3 doses)

SYPHILIS

MODES DE TRANSMISSION

- Pénétration vaginale ϟϟϟ
- Pénétration anale ϟϟϟ
- Cunnilingus ϟϟϟ
- Fellation ϟϟϟ
- Anulingus ϟϟϟ
- Caresse sexuelle ϟϟϟ
- Partage de sextoys ϟϟϟ
- Par le sang ϟϟϟ
  (transfusion, partage de matériel d'injection)
- Baisers ϟ
- Accouchement ϟϟ
  (de la mère à l'enfant)
- Grossesse *(placenta)*

DÉLAI DE DÉPISTAGE

—

15 À 20 JOURS APRÈS UNE PRISE DE RISQUES, DÉLAI DE CERTITUDE DE 3 MOIS.

SYMPTÔMES

Aucun dans la plupart des cas

RISQUES SI NON TRAITÉ

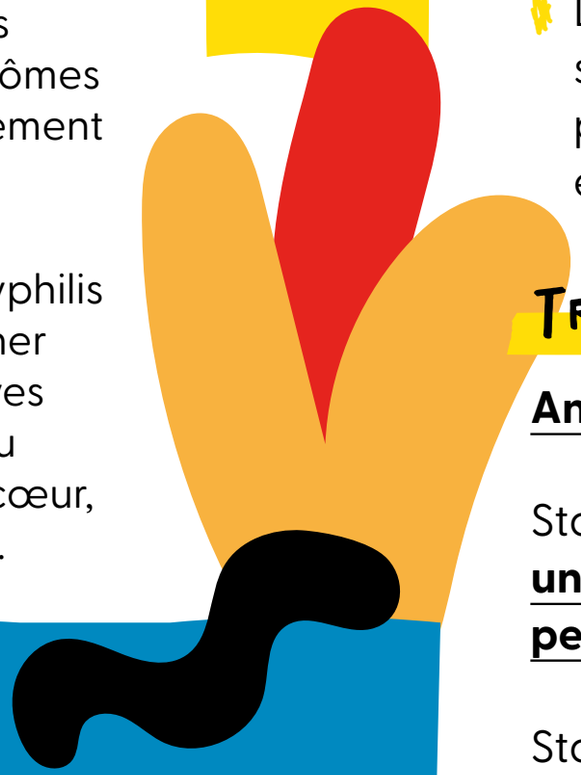
SYPHILIS PRIMAIRE :

Durée d'environ 3 semaines à plus de 3 mois

Un chancre (plaie ronde et indolore) apparaît au niveau des organes génitaux ou de l'anus, bouche et lèvres.
Associé à des ganglions
Ce chancre peut passer inaperçu et disparaît spontanément au bout de 3 à 6 semaines

SYPHILIS SECONDAIRE :
6 semaines après le chancre et durée de plusieurs mois
Éruption cutanée (tâches rosées) sur certaines parties du corps (dos, torse, paumes de mains, pieds, bouche et organes génitaux...). Fièvre, fatigue, douleurs musculaires. Ces symptômes disparaissent spontanément

SYPHILIS TERTIAIRE :
Après 1 à 30 ans, une syphilis non traitée peut entraîner des complications graves telles qu'une atteinte du cerveau, des nerfs, du cœur, des artères et des yeux.



PRÉVENTION

- **Utilisation correcte de préservatifs et/ou de carrés de latex** *(attention, ils diminuent les risques de transmission mais ne les annulent pas entièrement)*
- **Prévenir les partenaires des 6 derniers mois**

MODE DE DÉPISTAGE

- Prise de sang
- Systématique pour les femmes enceintes en France
- Le diagnostic de la syphilis s'effectue par examen médical et prise de sang.

TRAITEMENT

Antibiotiques (pénicilline)

Stade précoce : **Injection unique ou comprimés pendant 14 jours**

Stade tardif : **1 injection/ semaine pendant 3 semaines ou comprimés pendant 28 jours**

VIH

MODES DE TRANSMISSION

- Pénétration vaginale ϟϟϟ
- Pénétration anale ϟϟϟ
- Fellation ϟϟϟ
- Par le sang ϟϟϟ
  (transfusion, partage de matériel d'injection, accident d'exposition au sang par piqûre ou projection sur une muqueuse par exemple oeil)
- Partage de sextoys ϟϟϟ
- Accouchement ϟϟϟ
- Allaitement ϟϟϟ
  (de la mère à l'enfant)

DÉLAI DE DÉPISTAGE

—

6 SEMAINES (PRISE DE SANG)

3 MOIS (TROD)

SYMPTÔMES

Peut passer inaperçu

ENTRE 2 ET 8 SEMAINES APRÈS LA CONTAMINATION

- Etat grippal
- Fatigue extrême
- Perte d'appétit
- Sueurs nocturnes
- Ganglions gonflés
  (aisselles, cou, aine)
- Fièvre
- Douleurs musculaires
- Éruptions cutanées

PUIS DEVIENT ASYMPTOMATIQUE TANDIS QUE LE VIRUS CONTINUE DE SE DÉVELOPPER

MODE DE DÉPISTAGE

- Prise de sang.
- TROD* + confirmation prise de sang
- Autotest* + confirmation prise de sang

RISQUES SI NON TRAITÉ

Pendant plusieurs mois voire années, l'infection ne se manifeste pas. Puis apparition de la maladie (stade SIDA) qui peut entraîner des complications graves

TRAITEMENT

Traitement antirétroviral qui bloque l'évolution du virus avant le stade SIDA

—> *Permet aux personnes vivant avec le VIH de rester en bonne santé et d'atteindre le même niveau d'espérance de vie que le reste de la population*

—> *Permet de faire baisser la charge virale au point de ne plus pouvoir transmettre le virus (indétectable = intransmissible).*



PRÉVENTION

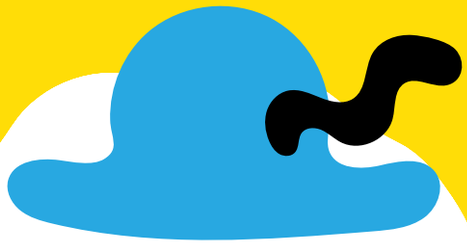
- **Utilisation correcte de préservatifs et/ou de carrés de latex**
- **PrEP* : Pour les personnes les plus exposées au virus. La PrEP empêche le virus de survivre et permet à la personne de rester séronégative (sur prescription).**
- **TPE* : En cas de prise de risque avérée et sous conditions : Traitement Post Exposition (TPE) au plus tard 48h après. Se rendre aux urgences.**

AUTRES IST

HÉPATITE C

L'hépatite C peut être **transmise par voie sexuelle en cas de présence de sang** *(rapport traumatique, rapport avec une personne porteuse du virus pendant ses règles).*

+ D'INFORMATIONS SUR
—> *www.hepatites-info-service.org*



TRICHOMONAS

Les trichomonas sont **des parasites de l'être humain**. L'espèce Trichomononas vaginalis est à l'origine de la trichomonase, une infection sexuellement transmissible.

+ D'INFORMATIONS SUR
—> *www.questionsexualite.fr*

MPOX

L'infection par le virus Mpox (MPXV) est **transmissible essentiellement par contact direct cutanéomuqueux** *(lors de contacts sexuels le plus fréquemment)*, plus occasionnellement par gouttelettes respiratoires et/ou par l'intermédiaire d'un objet (*linge, vaisselle ...*). Il existe un vaccin pour les personnes les plus exposées

+ D'INFORMATIONS
—> *www.monkeypox-info-service.fr*

LEXIQUE

CEGIDD : Centre Gratuit d'Information, de Dépistage et de Diagnostic

Dépistage : Permet de détecter ou non la présence du virus via différents tests

Diagnostic : Permet d'identifier l'infection par l'examen des symptômes

PrEP : Prophylaxie pré-ExPosition

SIDA : Syndrôme d'Immuno-Déficience Acquise

TPE : Traitement Post-Exposition

TROD : Test Rapide d'Orientation Diagnostique

VIH : Virus de l'Immunodéficience Humaine

LES PRÉSERVATIFS

Les préservatifs externes et internes sont **gratuits pour les moins de 26 ans.** Il te suffit simplement de te rendre en pharmacie et de donner ta carte vitale (ou une attestation de droits ou ta carte AME ou ta carte européenne d'assurance maladie) gratuitement*. Si tu as moins de 18 ans, une simple déclaration sur l'honneur suffit à justifier ton âge. Et si tu as plus de 26 ans tu peux quand même obtenir des préservatifs gratuits en demandant une ordonnance à ton médecin !

Tu peux également trouver des préservatifs gratuits dans les centres de santé sexuelle et à l'Espace Santé Étudiants.

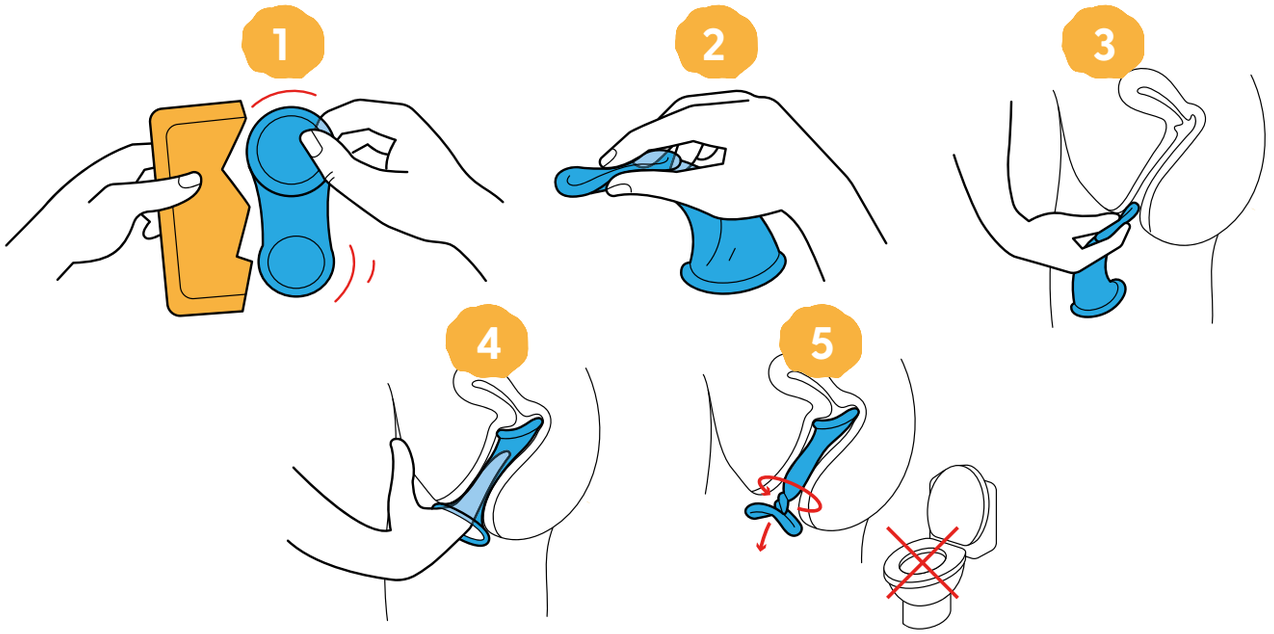
**dans la limite d'une boîte par jour*

Attention, les préservatifs ne sont réellement efficaces que s'ils sont utilisés correctement !

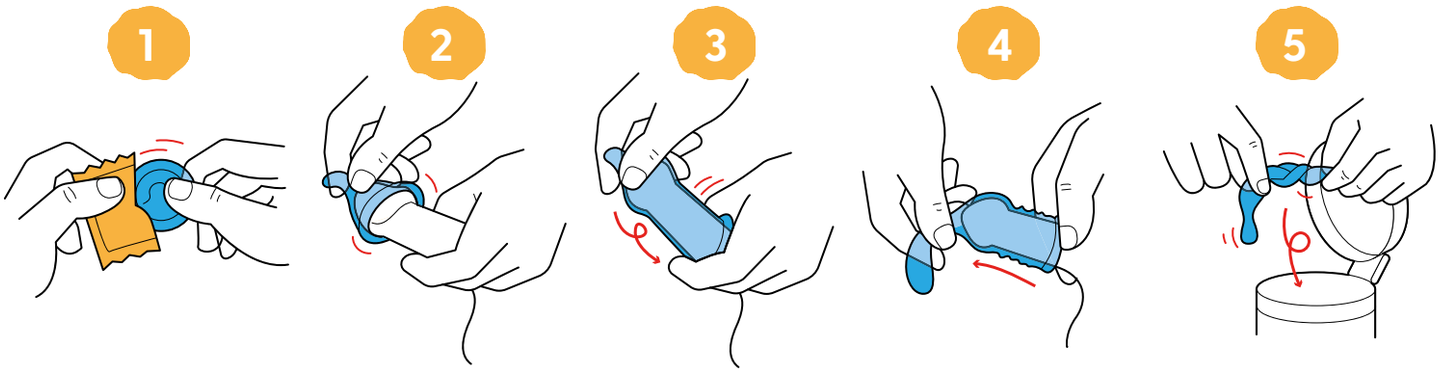
- **Conserve les préservatifs dans les conditions indiquées et vérifie la date de péremption**
- **N'utilise jamais deux préservatifs en même temps (même externe et interne)**
- **Manipule tes préservatifs avec précaution (n'ouvre pas le sachet avec tes dents ou un objet tranchant)**
- **Si le préservatif est déchiré, change en**
- **Change de préservatif à chaque changement de pratique et/ou de partenaire**

MINUTE TUTO

Préservatif interne



Préservatif externe



LE CARRÉ DE LATEX / LA DIGUE DENTAIRE

Le carré de latex permet de **te protéger des IST lors de pratiques bucco-génitales** (cunnilingus, anulingus).

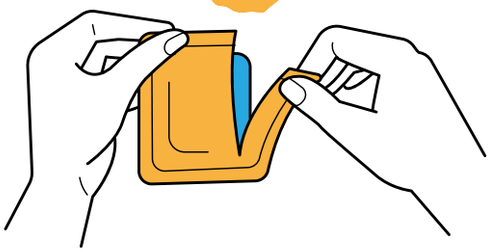
- **Applique le carré sur la zone à stimuler avec la bouche (face lubrifiée côté muqueuse).**
- **Pense à changer de carré à chaque changement de zone et/ou de partenaire.**
- **N'utilise pas le carré s' il est endommagé et jette le après utilisation.**

Tu peux trouver des carrés de latex gratuits dans certains centres de santé sexuelle et à l'Espace Santé Étudiants.

Si tu n'en n'as pas, découpe un préservatif dans la longueur à l'aide de ciseaux propres et désinfectés, et utilise le de la même façon.

MINUTE TUTO

1



OUVRE L'EMBALLAGE À LA MAIN, SORS LE TISSU DE SON ENVELOPPE ET DÉPLIE-LE.

2



HUMECTE LA ZONE DU VAGIN OU LA ZONE ANALE AVEC UN GEL LUBRIFIANT À BASE D'EAU.

3



PLACE-LE SUR L'ENTRÉE DU VAGIN ET LE CLITORIS OU SUR LA ZONE ANALE. MAINTIENS LE TISSU BIEN PLACÉ DURANT L'ACTE.

4



JETTE LE TISSU AVEC LES ORDURES MÉNAGÈRES. NE JAMAIS LE JETER DANS LES WC !

DÉPISTAGE : OÙ M'ADRESSER ?

→ **Ton médecin généraliste, sage-femme, ou gynécologue pour te prescrire un dépistage complet et/ou diagnostiquer à partir des symptômes**

Espace Santé Etudiants
22 av. Pey Berland
33600 Pessac

→ **Auprès d'un laboratoire médical pour un dépistage VIH sans ordonnance et entièrement pris en charge**

→ **Auprès d'un centre de santé sexuelle**

CACIS
163 avenue Emile Counord
33000 BORDEAUX
Dépistage gratuit et anonyme, avec ou sans rendez-vous

→ **Auprès d'un CEGIDD *(anonyme & gratuit, avec ou sans RDV)***

CEGIDD MDPS
2 rue du Moulin Rouge
33200 BORDEAUX
Dépistage gratuit et anonyme, avec ou sans rendez-vous

SI TU ES POSITIF.VE À UNE/DES IST

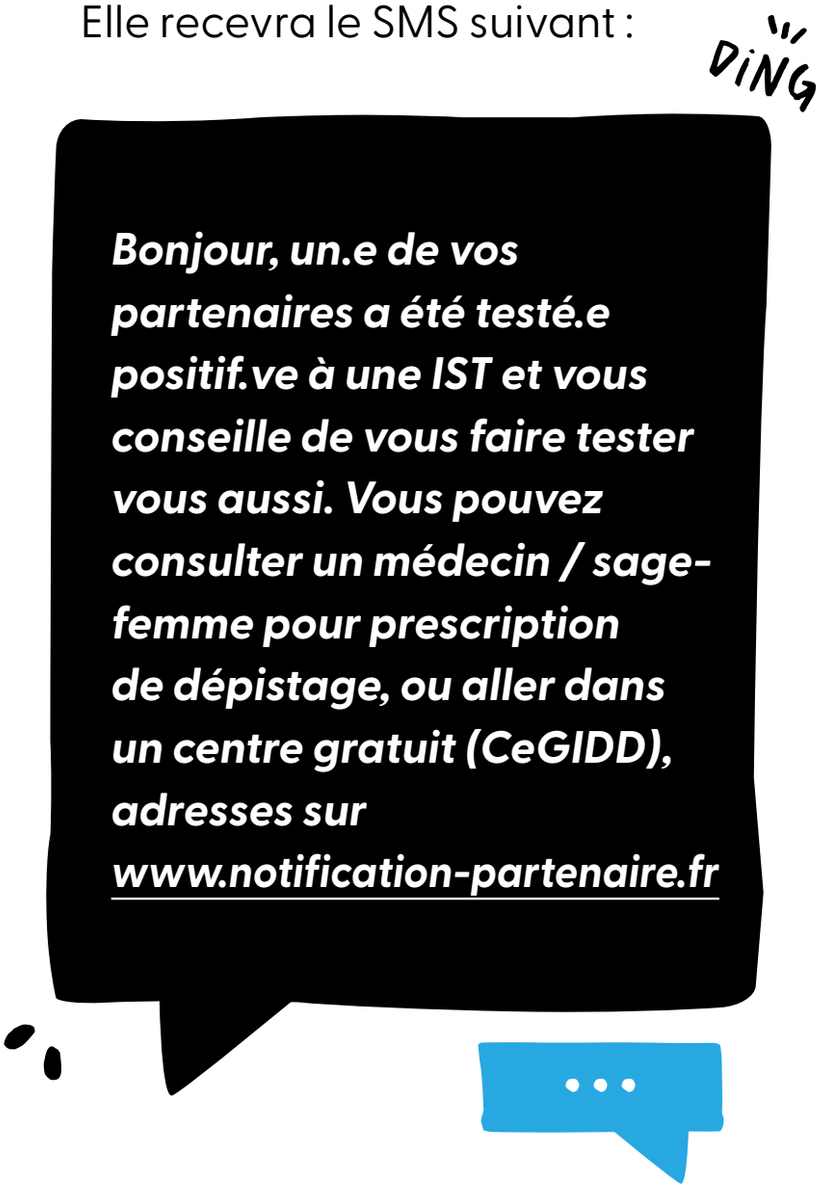
N'oublie pas d'en informer tes partenaires des derniers mois !

Si tu préfères le faire de manière anonyme, tu peux utiliser l'outil **Notification Partenaire***

Rend toi sur :
www.notification-partenaire.fr
puis renseigne le numéro de téléphone de la personne à informer.

**Anonyme et gratuit*

Elle recevra le SMS suivant :



ESPACE SANTÉ ETUDIANTS / Université de BORDEAUX

Espace Santé Etudiants

22 avenue Pey Perland

33600 Pessac

Tram B arrêt Doyen Brus / Bus 80

@ESPACE_SANTE_ETUDIANTS_BDX

WWW.SANTE-ETUDIANTS-BDX.FR

Avec le soutien de :

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté Égalité Fraternité

ars Agence Régionale de Santé Nouvelle-Aquitaine

cvec Contribution Vie Étudiante et de Campus

\\ DONNE-NOUS TON AVIS //

Création graphique : page publique · Imprimerie certifiée Imprim'Vert -
Imprimerie Laplante RCS Bordeaux 337 926 745 - 3, impasse Jules Hetzel 33700 Mérignac - **Ne pas jeter sur la voie publique**