

ne faut PAS partager des seringues déjà utilisées ou malpropres. Certaines villes disposent de programmes d'échange de seringues permettant l'échange de seringues déjà utilisées contre de nouvelles.

### **SI VOUS VIVEZ AVEC LE VIH, VOUS POUVEZ EVITER LA TRANSMISSION DE LA MALADIE AUX AUTRES SI:**

- vous n'allaites pas
- vous bénéficiez des soins et traitements prénataux
- vous informez votre partenaire sexuel que vous êtes porteur ou porteuse du VIH avant d'avoir des relations sexuelles.
- vous avez des relations sexuelles plus sûres (utilisation de préservatifs et de barrages dentaires)
- vous ne partagez pas vos seringues servant à percer le corps, aux injections et au tatouage

### **APPRENEZ À UTILISER UN PRESERVATIF MASCULIN CORRECTEMENT:**

- ouvrez l'emballage du préservatif avec vos doigts et NON PAS AVEC VOS DENTS
- pincez le bout du préservatif pour vous assurer qu'il n'y a pas d'air dans le préservatif
- posez le préservatif le long du pénis en érection. Si vous n'arrivez pas à le dérouler, il est préférable de le jeter et de recommencer avec un nouveau préservatif.
- après la relation sexuelle et l'éjaculation, tenez la partie inférieure du préservatif et retirez le pénis.
- jetez le préservatif usagé dans la poubelle et nettoyez le pénis.
- NE RÉUTILISEZ PAS LES PRESERVATIFS.
- exercez-vous avant d'avoir à vous servir d'un préservatif.

### **Pour plus d'information sur l'examen du HIV dans ta communauté, appelle:**

1-800-342-2437

*Plus plus d'information, visitez la page internet:*

*[www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)*

*[www.hivpositive.com](http://www.hivpositive.com)*

*[www.thebody.com](http://www.thebody.com)*

• • •

*Les informations continues dans ce brochure sont tirées du matériel développé par:*

*The National Minority AIDS Council*

*The Centers for Disease Control and Prevention (CDC)*

*Body Health Resources Corporation*

*Ce brochure a été développé avec le support du Département des Affaires Sociales et de la Santé, Bureau de Réinstallation des Réfugiés.*

#### **CONTACT INFORMATION:**

**[riht@uscridc.org](mailto:riht@uscridc.org)**

**U.S. Committee for Refugees and Immigrants**

**1717 Massachusetts Ave., NW**

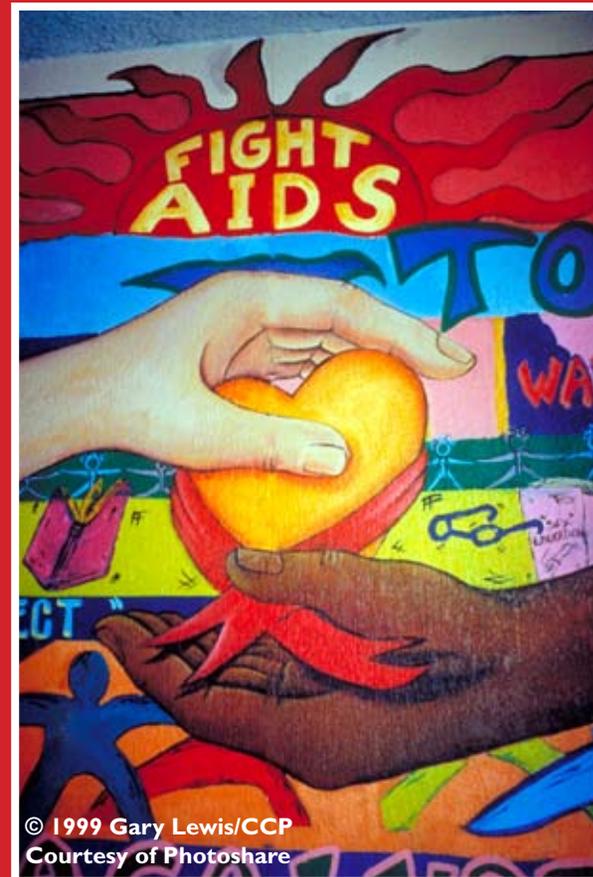
**Suite 200**

**Washington, DC 20036**

**Phone: 202 • 347 • 3507**

**Fax: 202 • 347 • 7177**

**[www.refugees.org](http://www.refugees.org)**



**COMBATTEZ LE SIDA**  
(Aids-French)



**[www.refugees.org](http://www.refugees.org)**

*Protecting Refugees, Serving Immigrants,  
Upholding Freedom since 1911*

## **DONNEES DE BASE SUR LE VIH /SIDA**

Le virus VIH (Virus de l'Immunodéficience Humaine) est le virus qui cause le SIDA (Syndrome de l'Immunodéficience Acquise). Le virus démunit le corps de ses défenses naturelles contre la maladie y compris contre les maladies courantes comme le rhume. Selon un médecin, une personne est atteinte du SIDA quand son corps est affaibli et ne peut plus se défendre contre certaines maladies.

Il est possible de prévenir l'infection par le VIH. Les personnes infectées par le VIH peuvent vivre longtemps en bonne santé grâce à des soins médicaux de qualité et une détection précoce.

## **SE SOUMETTRE AU TEST VIH**

Le HIV est transmissible par le sang, par les spermés, par le lait maternel, par les fluides vaginal des personnes infectées. Le HIV peut être transmissible d'une personne à l'autre au cours de l'acte sexuel, du partage des seringues, des tatous, du percing, pendant l'accouchement d'un enfant, et de l'allaitement maternel.

Aux Etats-Unis, le sang utilisé lors des transfusions fait l'objet de tests pour éviter tout danger de contamination lors des dons du sang ou de transfusions médicales. Vous ne pouvez pas contracter le VIH en donnant du sang.

Les risques qu'une mère transmette le VIH à son enfant lors de l'accouchement peuvent être diminués considérablement grâce aux soins prénataux et aux traitements médicaux contre le VIH. Il est important que les femmes enceintes subissent le test de dépistage du VIH pour éviter qu'elles ne transmettent le VIH à leur bébé.

## **SE SOUMETTRE AU TEST VIH**

Il est impossible de se rendre compte si une personne est atteinte du VIH ou non. Certaines personnes peuvent avoir l'air d'être en bonne

santé, en forme ou de forte corpulence, ne pas présenter de lésions ou de contusions bien qu'elles soient porteuses du VIH ; de ce fait elles peuvent transmettre la maladie à d'autres. L'unique façon de savoir si une personne est porteuse du virus est qu'elle se soumette au test VIH.

Le test VIH est simple et facile. Dans la plupart des villes il y a des endroits où l'on peut se faire tester à prix réduit ou gratuitement. Le test pour le VIH requiert soit un échantillon de cellules prélevées à même la bouche ou un échantillon de sang prélevé sur un doigt. Les résultats sont connus en l'espace de 20 minutes. La plupart des villes offrent des tests confidentiels ou anonymes.

- Le test confidentiel enregistre le nom de la personne qui se soumet au test et rapporte confidentiellement ce nom aux autorités de la Santé Publique tel que le Département de la Santé de l'État.
- Le test anonyme n'exige pas que la personne qui se soumet au test donne son nom. On utilise alors un code d'identification unique à la personne. Un test anonyme signifie que seule la personne qui a subi le test peut en connaître le résultat.

## **VOUS NE POUVEZ PAS ÊTRE CONTAMINÉ PAR LE VIH APRÈS:**

- des contacts anodins
- une poignée de main
- une accolade, un baiser
- que quelqu'un à proximité de vous ait toussé ou éternué
- avoir donné du sang
- avoir nagé dans une piscine
- vous être assis sur un siège de toilette
- avoir partagé des draps de lit
- avoir partagé des fourchettes, cuillères, baguettes, couteaux, assiettes, bols ou verres
- des piqûres de moustiques ou d'autres insectes

## **VOUS ENCOUREZ QUELQUES RISQUES DE CONTRACTER LE VIH**

### **même si vous avez adopté:**

- des pratiques plus sûres en matière de sexualité
- des pratiques plus sûres dans l'utilisation de seringues

## **QUE SIGNIFIE "AVOIR DES RELATIONS SEXUELLES PLUS SÛRES?"**

Des relations sexuelles plus sûres bloquent les contacts directs avec le sperme, les sécrétions vaginales et le sang avec l'utilisation correcte de préservatifs en latex (masculin ou féminin) et d'un barrage dentaire ("digue dentaire" en latex)

Before having sex

Avant d'avoir des relations sexuelles:

- discutez avec votre partenaire de la pratique de relations sexuelles plus sûres
- exercez-vous à utiliser des préservatifs en latex (masculin ou féminin) correctement avant d'avoir un rapport sexuel
- n'ayez pas de relations sexuelles après avoir consommé de la drogue ou de l'alcool
- n'utilisez pas de lubrifiants à base d'eau ou de gel lubrifiant à base de pétrole

Les produits de contraception tels que pilules, injections, anneaux, timbres contraceptifs ("patch") et éponges n'empêchent pas la transmission du virus VIH /SIDA. Il faut aussi utiliser un préservatif en latex (masculin ou féminin).

## **EN QUOI CONSISTE "L'UTILISATION PLUS SÛRE DES SERINGUES?"**

L'utilisation plus sûre des seringues consiste à éviter tout contact direct avec le sang quand on utilise une seringue propre ou neuve lors de l'injection de drogues et de médicaments, pour percer une partie du corps ou pour le tatouage Il faut se servir de seringues propres ou non utilisées pour injecter des drogues et des médicaments. Il