Santé sexuelle: et si on parlait de la vaccination contre les IST?

PROTECTION Pour aborder sa vie intime sereinement, un choix éclairé commence par une information fiable. Face aux tabous et aux doutes, comment mieux se préserver des infections sexuellement transmissibles?

PAR JOËLLE ANZÉVUI



Premier constat: la vaccination contre certaines infections sexuellement transmissibles (IST) ne vise pas seulement à éviter une contamination. Elle contribue aussi à limiter la propagation de certains virus et à prévenir de graves complications, dont des cancers et de sévères atteintes du foie. Pour la Dre Malela Kalubi, médecin-cheffe de clinique en infectiologie à l'Hôpital du Valais et référente médicale des centres SIPE, elle s'inscrit dans une prévention globale, associant préservatif correctement utilisé, dépistage et, pour certaines infections comme le VIH, traitements médicamenteux. Parmi les infections concernées figure le papillomavirus humain (HPV), très répandu et contagieux. Souvent asymptomatique, il peut néanmoins provoquer des verrues génitales ou, selon les types de virus, des cancers du col de l'utérus, de l'anus, des organes génitaux ou de la gorge. «Le vaccin actuel cible neuf types de HPV, dont deux responsables de la majorité des cancers associés à ce virus. Il permet de prévenir jusqu'à 90 % des cancers liés aux HPV s'il est administré avant exposition aux types concernés.» Les hépatites A et B touchent également le foie, mais diffèrent par leurs voies de contamination et leurs conséquences. La première, contractée par voie féco-orale, provoque une inflammation aiguë. «Son vaccin présente une efficacité estimée entre 94 à 100%.» L'hépatite B, contractée lors de contacts sexuels ou sanguins, mais aussi de la mère à l'enfant, peut devenir chronique et évoluer vers une cirrhose ou un cancer du foie. La vaccination offre une protection efficace contre ces deux infections. Moins connue, la mpox se propage par contact étroit avec une personne infectée, notamment lors de rapports sexuels. Elle provoque des lésions cutanées parfois très douloureuses et peut nécessiter une hospitalisation.

> «UNE GRANDE PARTIE DES RÉTICENCES À LA VACCINATION SONT LIÉES AU FAIT QUE NOS REPRÉSENTATIONS COLLECTIVES DES IST N'ONT PAS ÉTÉ MISES À JOUR.»
>
> DRE MALELA KALUBI

Vacciner mais pas seulement

L'intérêt des vaccins dépasse la protection individuelle. «En limitant certaines infections, ils peuvent aussi réduire la circulation des virus.» La Dre Kalubi évoque ainsi les épidémies d'hépatite A parmi les hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes, dont la fréquence a diminué au fil des campagnes de vaccination. Un exemple qui illustre les bénéfices collectifs de cette démarche, sans pour autant réserver les IST à un groupe particulier. «Dans les centres SIPE ou chez un médecin généraliste, un dépistage d'IST standard – chlamydiose, gonorrhée ou syphilis et VIH – peut aussi être l'occasion de faire le point sur sa vaccination, d'obtenir des réponses à ses questions et, si nécessaire, de compléter sa protection.» Pour le HPV, la vaccination est recommandée dès l'adolescence, idéalement avant les premiers contacts sexuels. «Les études montrent que vacciner les jeunes permet de réduire à long terme les cancers liés au virus.» Le vaccin contre l'hépatite B figure au calendrier vaccinal suisse dès la petite enfance. Celui contre l'hépatite A est notamment indiqué selon les voyages ou les risques d'exposition. Quant à la mpox, la vaccination concerne surtout les personnes particulièrement exposées.

Dépasser les idées reçues

Malgré ces bénéfices, les réticences persistent. En cause, selon la spécialiste: la désinformation, notamment sur les réseaux sociaux, la peur des effets secondaires ou la méconnaissance des infections. D'où l'importance de prendre le temps d'expliquer ces infections et leurs conséquences, mais aussi d'accueillir les questions et les inquiétudes sans jugement. Car derrière une hésitation se cache souvent un besoin d'être écouté et rassuré. «Les réactions aux vaccins sont le plus souvent légères et passagères, alors que les infections peuvent laisser des séquelles durables.» Une idée reçue concerne notamment le HPV: vacciner les adolescents favoriserait une sexualité plus précoce ou des comportements à risque. «Or, les recherches n'ont pas mis en évidence de tels changements chez les jeunes vaccinés.» Pour la Dre Kalubi, l'essentiel aujourd'hui reste d'encourager chacun à s'informer auprès de professionnels de la santé pour faire des choix éclairés et préserver sa santé et celle des autres. ●

Infos
Centres SIPE Valais: sipe-vs.ch
Service des Maladies infectieuses: consultations, 027 603 47 80 / ich.infectiologie@hopitalvsch

EN BREF

Journée d'information diabète

Diabète Valais invite la population à une journée d'information consacrée au diabète, le samedi 21 novembre 2026 à la Clinique romande de réadaptation à Sion. Au programme: diverses conférences sur le diabète, stands d'information, prise de glycémie gratuite, conseils, informations et un jeu-concours. Entrée libre, inscription obligatoire.

Infos et inscription:
diabetevalais.ch
ou au 027 322 99 72. ●



Campagne nationale de vaccination

La campagne nationale de vaccination contre la grippe, le COVID-19 et le VRS se déroulera cette année en deux temps, **2 au 7 novembre 2026 et du 23 au 28 novembre 2026.**.
La population pourra se faire vacciner dans les pharmacies et cabinets médicaux participants. La seconde période permet de tenir compte des retards de livraison de vaccins contre la grippe, qui touchent toute l'Europe, et d'élargir l'accès à la vaccination fin novembre. ●

PARTENAIRES

DSSC Service cantonal de la santé publique
www.vs.ch/sante

Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis
www.promotionsantevalais.ch

LIGUE PULMONAIRE VALAISANNE
LUNGENLIGA WALLIS
www.liguepulmonaire-vs.ch

POUR EN SAVOIR PLUS...

UN PODCAST POUR MIEUX COMPRENDRE ET AGIR POUR SA SANTÉ, À RETROUVER SUR MONPODCAST.CH

Cette page a été réalisée par **Le Studio**, le département de création de contenus personnalisés d'ESH Médias, pour le compte du DSSC Service cantonal de la santé publique, de Promotion santé Valais et de la Ligue pulmonaire valaisanne.
Pour toute information complémentaire: **charte-partenariat.lenouvelliste.ch**.