

**IST** Pour stopper la transmission du VIH et des infections sexuellement transmissibles, il faut encourager le dépistage auprès de la population.

Et si l'épidémie du sida n'était bientôt qu'un mauvais souvenir? C'est en tout cas l'objectif ambitieux qui a été fixé sur le plan international en 2014 à la 20e Conférence internationale sur le sida. Un but à atteindre d'ici à 2030. Les années passent. La situation progresse, mais il reste encore beaucoup de travail. Concrètement, à l'horizon 2020, il faut que 90% des personnes vivant avec le virus VIH connaissent leur statut sérologique. Il faut ensuite que 90% de ces personnes dépistées reçoivent un traitement antirétroviral. Enfin, il faut que 90% des personnes recevant ce traitement aient une charge virale indétectable. Une fois cette cible atteinte, au moins 73% de toutes les personnes vivant avec le VIH dans le monde auront une charge virale indétectable. «Autrement dit, le virus VIH ne sera plus visible chez elles et elles ne le transmettront plus lors de rapports sexuels», explique le professeur Nicolas Troillet, médecin chef du Service des maladies infectieuses à l'Institut central des hôpitaux à l'Hôpital du Valais. Ainsi,



## QUAND FAIRE UN TEST DE DÉPISTAGE?

- pour connaître son statut sérologique
- lorsque l'on commence une nouvelle relation
- après des rapports sexuels à risque
- le «safer sex check» sur [www.lovelife.ch](http://www.lovelife.ch) permet de connaître ses risques

# Se faire dépister pour rester en bonne santé

PAR **LYSIANE.FELLAY@LENOUVELLISTE.CH**



**Un résultat positif au test n'est plus synonyme de condamnation à mort.**

**JOHANNE GUEX,**  
RESPONSABLE DE L'ANTENNE SIDA  
DU VALAIS ROMAND

l'épidémie s'essoufflerait petit à petit. «En Suisse, nous devons encore progresser au niveau du dépistage. Les deux autres objectifs sont déjà atteints. Les personnes dépistées sont toutes de suite traitées. Si le traite-

ment est suivi sans faille, le virus devient indétectable, ce qui est bénéfique pour la personne traitée aussi bien qu'en termes de santé publique», relève Nicolas Troillet.

### Dépistage et bonne santé

En termes de dépistage volontaire, on peut donc mieux faire... «Aujourd'hui, il est encore trop fréquent que le diagnostic d'infection se fasse tardivement, plusieurs années après qu'une personne ait contracté le VIH et seulement lorsqu'elle devient malade. D'autres fois, c'est le médecin qui pense à proposer le test à une personne qui pourrait avoir été

exposée», continue-t-il. En 2016, 542 nouveaux cas de VIH ont été recensés en Suisse, dont onze en Valais. Il vaut mieux ne pas attendre que le sida se déclare... «Nous recommandons aux personnes qui ne connaissent pas leur statut sérologique de se faire tester. Un dépistage régulier est conseillé aux personnes qui prennent des risques lors de rapports sexuels», souligne Johanne Guex, responsable de l'Antenne sida du Valais romand. Un «safer sex check» aide à définir ses propres risques sur le site internet [www.lovelife.ch](http://www.lovelife.ch). Sans ces dépistages réguliers, il peut arriver que le VIH sommeille pendant des années discrètement

dans le corps de son hôte. Certains signes peuvent laisser soupçonner la présence du VIH. Sans être exhaustif, il faut se faire tester si l'on a pris des risques, si l'on a contracté une autre infection sexuellement transmissible, si l'on déclare une sorte de grippe dans les jours ou semaines qui suivent un rapport sexuel à risque, si on a du muguet dans la bouche de manière répétée ou si on perd du poids sans explication. «Plus l'infection est détectée tôt, plus vite le patient sera traité. Il pourra ainsi maintenir ses défenses immunitaires, éviter de tomber malade et éviter de transmettre le virus sans le savoir», explique Nicolas Troillet.

### Populations prioritaires

C'est pour cela qu'il est important de sensibiliser et d'encourager la population à se faire tester. «Un résultat positif fait peur. C'est sûr. Toutefois, aujourd'hui, ce n'est plus du tout synonyme de condamnation à mort. Le traitement fonctionne très bien et assure une excellente qualité de vie», poursuit Johanne Guex. Le dépistage est encore plus impor-

tant pour les groupes prioritaires. Près de 50% des nouvelles infections VIH en Suisse sont contractées à la suite de rapports sexuels entre hommes (HSH). «Le plus souvent, la transmission a lieu lors d'une pénétration anale sans protection (préservatif et/ou PrEP, un traitement préventif pour empêcher une infection au VIH) avec un partenaire de statut sérologique inconnu ou incertain», précise Johanne Guex. Il y a également une autre population particulièrement vulnérable, certaines communautés provenant d'Afrique subsaharienne. «C'est l'une des régions du monde les plus touchées par le VIH. C'est pour cela qu'il est important de dépister pour pouvoir les traiter si besoin», poursuit Johanne Guex. Pour ces populations, des actions de dépistage gratuit sont prévues en novembre (voir encadré). Si ces groupes sont plus vulnérables, cela n'empêche pas tout un chacun de penser à se protéger. «Il y a également toutes les autres infections sexuellement transmissibles dont il vaut mieux se préserver qui sont en recrudescence comme la syphilis, la gonorrhée et la chlamydie», informe Nicolas Troillet.

## EN BREF

### ANTIBIOTIQUES

## Sensibiliser à l'antibiorésistance

La résistance aux antibiotiques est une menace de plus en plus sérieuse pour la santé mondiale. L'OMS tire la sonnette d'alarme en cette semaine mondiale pour un bon usage des antibiotiques qui a lieu du 13 au 19 novembre. Le rhume ou la grippe, plus globalement les virus ne se soignent pas avec des antibiotiques. Il faut éviter d'en prendre quand on n'en a pas besoin car cela accélère l'apparition des résistances. Très concrètement, les bactéries deviennent résistantes aux antibiotiques et les infections sont plus difficiles à traiter. Ainsi, il vaut mieux prendre les antibiotiques uniquement sur prescription médicale.



### BPCO

## Se faire dépister gratuitement

Les dépistages gratuits de la bronchopneumopathie chronique obstructive, BPCO, se poursuivent en Valais. La Ligue pulmonaire valaisanne en collaboration avec le service de pneumologie de l'Hôpital du Valais fait passer ces tests de dépistage des fonctions pulmonaires à Sion au centre commercial Tourbillon center les 16, 17 et 18 novembre dès 9 heures. Le test peut également s'effectuer dans certaines pharmacies jusqu'au 18 novembre. Il faut savoir que la BPCO touche une personne adulte sur huit. C'est la plus fréquente des maladies respiratoires. Les premiers symptômes sont un essoufflement, une toux ou des glaires. Souvent, ces symptômes passent inaperçus. Une fois le diagnostic posé, la personne peut mettre en place des actions spécifiques pour améliorer son état. Plus d'infos: [www.promotionsantevalais.ch](http://www.promotionsantevalais.ch)

### HSH ET COMMUNAUTÉS AFRICAINES

## DÉPISTER LES POPULATIONS PRIORITAIRES

Un test de dépistage permet d'être au clair et de connaître son statut sérologique et d'entamer un traitement si le résultat est positif. On l'a dit, certaines populations sont plus touchées. C'est le cas des hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes (HSH) et des personnes venant d'Afrique subsaharienne - région fortement touchée par le VIH. Au mois de novembre, ils pourront se faire dépister gratuitement dans les centres SIPE du Valais romand et à l'Institut central. Pour les membres de la

communauté d'Afrique subsaharienne des bons de dépistage seront remis par les médiateurs interculturels de l'Antenne sida du Valais romand. Une soirée de dépistage pour les HSH est organisée le 18 novembre dans les locaux d'Alpagai. Plus d'infos: [www.gettested.ch](http://www.gettested.ch); [www.drgay.ch/securion](http://www.drgay.ch/securion); [www.promotionsantevalais.ch/fr/antenne-sida-445.html](http://www.promotionsantevalais.ch/fr/antenne-sida-445.html); <http://www.hopitalduvalais.ch/fr/professionnels-de-la-sante/institut-central-ichv/maladies-infectieuses.html>