

# Faites-vous dépister pour jouir en toute sérénité

## SANTÉ SEXUELLE

A quand remonte votre dernier test VIH/IST? Durant le mois de mai, une campagne «hors murs» s'adresse aux HSH et personnes trans\*. L'occasion pour tous de faire le point.

PAR ESTELLE.BAUR@LENOUVELLISTE.CH

C'est une première en Valais: cette année, l'Antenne sida propose un dépistage «hors murs». Ce dernier, qui prend place hors du milieu médical, est réalisé par des personnes formées, mais qui ne sont pas des professionnels de la santé. L'intérêt: créer plus de proximité et faciliter l'accès au dépistage. Les 21 et 25 mai, une permanence sera donc ouverte dans les locaux de Promotion santé Valais: de 18 h à 22 h, il sera possible de s'y rendre pour bénéficier d'un dépistage VIH et/ou IST et parler de santé sexuelle. Les HSH (le sigle désigne tous les hommes qui ont des rapports sexuels avec d'autres hommes, sans tenir compte du fait qu'ils se reconnaissent comme hétérosexuels, bisexuels ou homosexuels) et personnes trans\* à qui est destinée cette campagne de dépistage pourront bénéficier d'un prix préférentiel de 75 francs (25 francs pour les jeunes nés en 2001 ou après). Les personnes n'appartenant pas à ces populations et souhaitant néanmoins bénéficier d'un dépistage VIH/IST peuvent se rendre toute l'année auprès des centres SIPE ou de l'ICH (Institut central des hôpitaux). Il leur en coûtera 110 francs (55 francs pour les moins de 18 ans).

### Est-ce vraiment nécessaire?

«Cette campagne du mois de mai offre les mêmes prestations que celles qu'on peut trouver toute l'année dans les centres SIPE ou auprès de l'ICH. A la différence qu'elle nous permet ici de cibler d'autres publics», explique Aymeric Dallinge, chargé de prévention VIH et IST auprès des HSH. «La population HSH n'est pas la plus difficile à dépister, car c'est celle qui est la plus informée au sujet de la santé sexuelle. Il existe toutefois un biais d'évaluation de ce phénomène. Le Valais est un canton rural sans grands centres urbains où peuvent se retrouver ces communautés.» La campagne cherche donc à ouvrir le dialogue avec ces populations, mais son message de prévention se veut aussi à plus large échelle: «Il ne s'adresse pas uniquement aux hommes gays, car ce n'est pas l'orientation sexuelle qui définit nos publics cibles mais bien les pratiques sexuelles. Dès lors, tout homme ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes est concerné. Ce dépistage hors murs permet de rencontrer ceux qui ne se sentent pas concernés par ces pratiques et qui, de ce fait, ne vont d'ordinaire pas se faire dépister dans les centres SIPE.»

## Principales infections sexuellement transmissibles en Valais\*



**“On recommande un dépistage par année dès que l'on change de partenaire. Deux dépistages annuels à partir de dix partenaires.”**

AYMERIC DALLINGE  
CHARGÉ DE PRÉVENTION VIH ET IST  
AUPRÈS DES HSH

En Suisse, les chiffres de nouveaux diagnostics de VIH augmentaient presque chaque année depuis 2001, notamment au sein des HSH. Depuis 2015, les cas déclarés dans cette population sont toutefois en baisse. On constate même une diminution assez drastique en 2019. Aymeric Dallinge l'explique par des dépistages de plus en plus réguliers et l'apparition de la PREP, un traitement antirétroviral à prendre en prévention du VIH.

### Suis-je concerné par le dépistage?

Quelle que soit votre orientation sexuelle, un dépistage régulier est vivement recommandé, surtout à l'heure de Tinder et de la possibilité de multiplier les partenaires. Les chiffres valaisans des infections aux IST et VIH entre 2012 et 2019 attestent d'un pic de cas de syphilis entre 2017 et 2018: «Un bassin de population l'avait contractée, et comme il s'agit d'une maladie très contagieuse, les cas ont flambé», explique Aymeric Dallinge. Malgré ses résonances surannées (le mal français – ou napolitain, selon les sources – a

connu ses «heures de gloire» au XIXe siècle), cette grande vérole est toujours d'actualité et si les lésions qu'elle provoque à son premier stade sont bien souvent indolores, elles peuvent engendrer à long terme de sérieuses atteintes cérébrales, nerveuses, cardiaques ou oculaires.

Les chiffres concernant la gonorrhée sont quant à eux en augmentation depuis 2013. L'infection, asymptomatique dans certains cas, peut entraîner la stérilité. La chlamydia présente également des chiffres très élevés – avec 449 cas déclarés dans le canton durant la seule année 2019, elle est, à l'heure actuelle, la plus courante des infections sexuellement transmissibles. «Elle touche principalement les jeunes femmes, engendrant un risque accru d'infertilité», précise Aymeric Dallinge. Le prix du dépistage de la gonorrhée et des chlamydias a récemment été revu à la baisse et se monte aujourd'hui à 60 francs.

Les cas de VIH semblent quant à eux stables, avec une déclaration moyenne de quinze cas par année en Valais depuis 2012. Qu'il s'agisse du VIH ou d'une IST, un seul geste permet de vous en préserver: le dépistage. «On recommande un dépistage par année lorsqu'on a jusqu'à dix partenaires différents; deux dépistages annuels au-delà. Cela devrait être un réflexe dès qu'on a plusieurs partenaires, car le préservatif ne protège pas à 100% des IST.» C'est ce que vous propose la campagne du mois de mai, puisqu'elle permet de faire l'état des lieux et, pourquoi pas, de se faire tester pour les quatre infections.

La permanence de dépistage «hors murs» est accessible sans inscription ni réservation, dans le respect des règles sanitaires en vigueur.  
Plus d'infos: [www.promotionsantevalais.ch](http://www.promotionsantevalais.ch)  
Centres SIPE: [www.sipe-vs.ch](http://www.sipe-vs.ch)

## Portez un préservatif

**Le VIH est un virus.** Pour éviter l'infection, il est recommandé de porter un préservatif lors d'une pénétration (anale ou vaginale), mais il n'est plus nécessairement recommandé lors de rapports buccaux.

**Certaines IST sont des infections bactériennes** (c'est le cas de celles citées dans cet article). Il est possible de les contracter lors de contacts des muqueuses, de pénétrations (anales et vaginales) et de rapports buccaux (fellation, cunnilingus, anulingus) non protégés.



## Quand faire un dépistage VIH/IST?

**Une fois par année**, dès qu'on change de partenaire et quand on a moins de dix partenaires annuels différents.

**Deux fois par année**, dès dix partenaires.

## PETIT RAPPEL

### Comment attrape-t-on le VIH et les IST?

Le VIH comme les IST se transmettent par un contact de muqueuses, lors d'un rapport non protégé. Cela vaut pour la pénétration, anale ou vaginale, mais également pour tout rapport buccal sans préservatif (sauf, dans ce cas précis, pour le VIH), «qu'il s'agisse d'un cunnilingus, d'un anulingus ou d'une fellation», et ce, quelle que soit la durée ou l'intensité du rapport. Si vous avez eu de tels

échanges, il est vivement recommandé de procéder à un dépistage, «six semaines après l'exposition pour le VIH, si l'on souhaite faire une prise de sang; trois mois après le rapport pour un autotest ou via une piqûre du doigt». Pour la syphilis, la gonorrhée et les chlamydias, il est possible de se faire dépister un mois après le contact ou dès l'apparition de symptômes.

## EN BREF

### ECHANGE

#### Consommation d'alcool

La Semaine alcool propose une réflexion sur les changements que la crise sanitaire a engendrés dans nos habitudes de consommation. Vendredi 7 mai, de 17 h à 18 h, participez à ces échanges en ligne sur le thème «Comment réinventer la fête?». Un chat est prévu spécialement pour le jeune public ce jeudi 6 mai dès 20 h: «Comment vous fête avec le Covid?». Inscriptions et informations complémentaires sur [www.grea.ch/publications/](http://www.grea.ch/publications/)

semaine-alcool-et-lalcool-dans-tout-ca

### ATELIER

#### Parler des règles sans tabou

Samedi 8 mai, le centre SIPE de Sierre propose un atelier animé par des professionnelles pour parler des règles: «Rougir sans gêne». Cet ultime atelier d'une série de rencontres organisées depuis la mi-mars est destiné aux adolescentes accompagnées d'une femme de leur entourage. Celles-ci pourront y participer entre 9 h et 12 h 30, moyennant une cotisation de 20 francs (qui comprend une collation, durant la pause). Inscriptions obligatoires. Plus d'infos sur [www.sipe-vs.ch/fr/formations-338.html](http://www.sipe-vs.ch/fr/formations-338.html)

PARTENARIATS