

# Soyez «PrEP» à éviter toute contamination au VIH

**SEXUALITÉ** Saviez-vous qu'il existe une «pilule anti-VIH»? On l'appelle la «PrEP». A qui s'adresse-t-elle et auprès de qui se la procurer? On fait le tour de la question.

PAR ESTELLE.BAUR@LENOUVELLISTE.CH

Selon les dernières estimations de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), environ 16 600 personnes infectées par le VIH vivent en Suisse. «Chaque année, une centaine de nouveaux cas de sida sont diagnostiqués, la plupart du temps chez des personnes dont l'infection au VIH a été détectée tardivement.» Dans notre pays, les patients pris en charge pour cette maladie n'en meurent plus aujourd'hui. Le dépistage reste cependant primordial pour éviter toute nouvelle contamination.

A ce titre, la PrEP (pour «prophylaxie pré-exposition») s'avère fort utile puisqu'elle protège les personnes qui ne vivent pas avec ce virus. Il s'agit d'un traitement antirétroviral qui peut être pris de manière intermittente ou en continu, en prévention du VIH. A ne pas confondre avec la PEP (qui se prend 48 à 72 heures après un rapport sexuel avec exposition potentielle au VIH et dont la prise est poursuivie durant un mois pour éviter que le virus ne se développe), la PrEP se prend à titre préventif à raison d'un comprimé par jour pendant au moins sept jours avant le premier rapport. Avant d'arrêter la PrEP, il faut continuer de prendre un comprimé par jour pendant au moins sept jours après la dernière pénétration sans préservatif. «Cela permet, si on est en contact avec le virus du VIH, que ce dernier ne se développe pas dans notre organisme», explique Aymeric Dallinge, chargé du programme HSH au sein de Promotion santé Valais.

## Est-ce recommandé dans mon cas?

La PrEP s'adresse à toute personne ayant un rapport sexuel, même si elle s'avère le plus souvent utile au public plus à risque, «à savoir les HSH (ndlr: hommes ayant des rapports sexuels avec d'autres hommes, quelle que soit leur orientation sexuelle), les travailleurs et travailleuses du sexe ou encore les personnes issues de la migration (populations originaires de pays à haute prévalence d'infection au VIH et où aucun traitement n'est disponible)», précise Aymeric Dallinge. Elle est aussi particulièrement indiquée lorsque l'utilisation d'un préservatif n'est pas possible ou lorsque l'oubli de celui-ci est fréquent. Vos pratiques sexuelles peuvent déterminer si la PrEP vous est particulièrement recommandée: le risque de transmission du VIH par le biais des rapports bucco-génitaux est pratiquement nul (attention, ce n'est toutefois pas le cas pour les autres IST). La

**Pour éviter une contamination au virus du VIH:**

Adonnez-vous au «safe-sex», en n'oubliant pas d'utiliser un préservatif.

Procédez à des dépistages réguliers (par auto-tests ou auprès de professionnels de santé).

La PrEP empêche le développement du virus du VIH dans le cas d'un rapport à risque.

Illustration: SHUTTERSTOCK/INFORMAPHIE, LE NOUVELLISTE

SIPE www.sipe-vs.ch

Pour toute information, vous pouvez vous adresser aux centres SIPE, à l'antenne sida de Promotion santé Valais, à une pharmacie ou à votre médecin traitant.



**«Si on est en contact avec le virus du VIH, la PrEP permet que ce dernier ne se développe pas dans notre organisme.»**

AYMERIC DALLINGE  
CHARGÉ DE PRÉVENTION ET DU PROGRAMME HSH  
AU SEIN DE PROMOTION SANTÉ VALAIS

PrEP – ou, à défaut, le préservatif – est nécessaire pour tout rapport engendrant un contact entre les muqueuses du pénis, du vagin ou de l'anus.

## Où se procure-t-on la PrEP?

Ce comprimé est prescrit par des professionnels de la santé. Une consultation médicale est donc nécessaire pour se le procurer, consultation lors de laquelle seront effectués des dépistages (VIH et autres IST) ainsi qu'un contrôle d'autres constantes, pour s'assurer que le traitement convienne à la personne qui souhaite le prendre. Généralement bien tolérée, la PrEP nécessite néanmoins un suivi médical régulier, afin de s'assurer qu'aucun effet secondaire contraignant n'apparaisse. «La personne qui prend le traitement est ainsi suivie tous les trois mois, afin d'être sûre que ce dernier est bien assimilé par les organes vitaux», précise Aymeric Dallinge. Pour que la PrEP soit efficace et qu'elle

protège du virus du sida, il est par ailleurs impératif de la commencer au bon moment et de continuer à la prendre le temps nécessaire pour qu'elle fasse effet, même après les rapports sexuels. Il existe plusieurs manières de commencer et d'arrêter la prise, ce qui nécessite aussi une consultation avec un professionnel de la santé.

## A quels coûts?

«C'est le gros point noir de ce traitement», reconnaît Aymeric Dallinge, «puisque'il n'est pas pris en charge par les assurances-maladie. Heureusement, il existe aujourd'hui un générique au produit initialement commercialisé (qui coûte tout de même la modique somme de 900 francs) au prix de 75 francs environ la boîte de 30 comprimés.»

Sachez encore qu'hormis le préservatif, le dépistage et la PrEP, il existe des auto-tests VIH qui, parce qu'ils sont apparus au même moment que cette dernière, sont un peu passés «sous les radars». Disponibles dans toutes les pharmacies et dans certaines grandes surfaces, ils coûtent entre 30 et 80 francs et consistent en une piqure au bout du doigt, avant de placer une goutte de sang sur une bandelette qui révélera ou non la présence d'anticorps. Avec ce système, vous ne bénéficiez toutefois pas du conseil en santé sexuelle que peut vous délivrer un professionnel de la santé (contrairement aux centres SIPE qui le proposent pour 40 francs).

Plus d'infos au sujet de la PrEP sur [drgay.ch](http://drgay.ch) ou auprès des centres SIPE: [www.sipe-vs.ch](http://www.sipe-vs.ch)  
Promotion santé Valais répond aussi à vos questions dans sa FAQ: [promotionsantevalais.ch/fr](http://promotionsantevalais.ch/fr)

## INFOS PRATIQUES

### Le dépistage reste la clé d'une sexualité sans risque

Depuis juin 2018, des auto-tests de dépistage sont disponibles en Suisse (voir [ci-contre](http://ci-contre)). Des kits sont également achetables en ligne et livrables chez soi pour dépister non seulement le VIH, mais aussi les principales IST. Comptez 175 francs si vous souhaitez procéder à l'intégralité des dépistages, mais des kits moins chers existent aussi si l'on ne souhaite tester que l'une ou l'autre

des infections sexuelles (plus d'infos sur [check-at-home.ch/fr](http://check-at-home.ch/fr)). Enfin, les centres SIPE proposent également ces dépistages, qui sont aussi réalisables lors d'un contrôle sanguin auprès de son médecin. Pour savoir quels sont les contrôles qui vous sont recommandés selon vos pratiques sexuelles, passez e test sur [lovelife.ch/fr/safer-sex-check/](http://lovelife.ch/fr/safer-sex-check/)

## EN BREF

### WEBINAIRE

#### Troubles psy et dépendance

Ce jeudi, de 18 h à 20 h, une visioconférence évoquera les interactions entre les troubles psychiques et les addictions (cannabis, alcool, jeux, Internet, sexe, etc.). Ces dépendances sont-elles une cause ou une conséquence de la maladie? Est-il correct de parler de «fatalité»? L'équipe de PositiveMinders répondra en direct aux questions des internautes sur un tchat. Informations et inscriptions en ligne, sur [www.eventbrite.fr](http://www.eventbrite.fr); Webinaire «Troubles psy... et dépendances. Une fatalité?»

## ATELIERS

### Promotion de la santé

Qu'est-ce que la promotion de la santé? Comment promouvoir des comportements sains en matière de santé? Quels sont les outils pour favoriser ces comportements? Ces questions seront soulevées à l'occasion de la journée de promotion de la santé du 16 mars prochain. A travers des ateliers pratiques en présence de nombreux partenaires, découvrez des outils concrets sur les thèmes de l'alimentation, du mouvement et de la santé psychique. Cette journée s'adresse en particulier aux professionnels de la santé et du social, ainsi qu'aux communes. Inscriptions jusqu'au 28 février sur: [www.promotionsantevalais.ch/journee2022](http://www.promotionsantevalais.ch/journee2022)

PARTENARIATS