

Qu'est-ce que l'herpès génital?

Le virus de l'herpès simplex se transmet par contact, de peau à peau.

Cette infection transmissible sexuellement est caractérisée par des épisodes symptomatiques récidivants, que l'on appelle aussi récurrence, éruptions ou poussées.

Il existe deux types d'herpès transmissibles sexuellement:

- Le Type 1 (VHS-1) se manifeste principalement au niveau du visage et de la bouche (feu sauvage) et peut parfois se transmettre aux organes génitaux.

- Le Type 2 (VHS-2) se manifeste dans la région anale et génitale et très rarement au niveau de la bouche.

Signes et symptômes

L'herpès peut ne présenter aucun symptôme.

L'épisode initial : (le premier) est généralement plus douloureux, plus intense et plus diffus que les récurrences, et dure en moyenne une vingtaine de jours sans traitement.

L'herpès peut causer fièvre, douleurs musculaires, sensations de brûlure, rougeurs, lésions pustuleuses et ulcérées contenant un liquide.

Les récurrences : surviennent après l'épisode initial. Le virus s'inactive et se cache dans les cellules nerveuses des ganglions. Lorsqu'il se réactive, il remonte à la surface, par les nerfs, et peut causer des symptômes et des lésions en surface.

Facteurs favorisant la réactivation du virus:

- le stress et le mode de vie
- l'exposition au soleil
- la fièvre, ou autres problèmes affectant le système immunitaire
- les menstruations
- les plaies ou blessures
- la chirurgie dentaire

Les symptômes des épisodes de récurrence sont moins intenses que lors de l'épisode initial, et durent en moyenne une dizaine de jours.

Lors des récurrences, les lésions sont plus petites, moins nombreuses, moins douloureuses et généralement localisées au même endroit que l'épisode initial. Elles peuvent être situées aux organes génitaux ou à la région anale ainsi que sur les cuisses et les fesses.

Il est parfois possible de ressentir les signes avant-coureurs d'un épisode: des symptômes annonciateurs. Ils apparaissent quelques heures à 2 jours avant l'éruption: rougeurs, démangeaisons et/ou picotements.

Transmission

La transmission se fait par contact direct de peau à peau avec une région activement infectée lors de:

- Tout contact sexuel, avec la peau (cuisse, fesse) ou les muqueuses (bouche, nez, vulve, vagin, anus, pénis), avec ou sans pénétration (sexe oral, vaginal et anal).

- Lors de l'accouchement, de la mère infectée à l'enfant.

Deux conditions sont minimalement nécessaires pour une transmission de l'herpès:

1. Il faut que le virus soit présent au niveau de la peau de la personne infectée.

2. Il faut une porte d'entrée au niveau de la personne non-infectée (petite lésion, plaie ouverte, muqueuse).

Le virus peut être actif au niveau de la peau:

- quelques jours avant l'apparition des lésions
- pendant la durée d'un épisode symptomatique
- quelques jours après la guérison des lésions
- pendant des périodes asymptomatiques

Une personne vivant avec l'herpès génital peut être plus à risque de contracter le VIH car les lésions peuvent agir comme porte d'entrée.

Si la transmission par jouets sexuels est possible, la transmission indirecte par un objet contaminé (serviettes, bol de toilettes, etc.) est exceptionnelle.

Périodes asymptomatiques

Il est possible de transmettre le virus lorsqu'il n'y a pas de lésions. Le virus peut en effet être en quantité suffisante au niveau de la peau pour être infectieux, mais pas assez pour causer des lésions.

Ces périodes asymptomatiques sont impossibles à prédire et surviendraient en moyenne 3 % du temps la première année qui suit une période infectieuse et 1% les deux années suivantes et durent de 1 à 2 jours.

Le nombre de période sans symptôme diminue avec le temps s'il n'y a pas de récurrences.

Un traitement d'antiviraux peut diminuer les excréments asymptomatiques s'il est pris régulièrement.

Diagnostic

Le diagnostic de l'herpès génital se fait en cas de signe visuel confirmé par un prélèvement sur les lésions. Une prise de sang peut aider au diagnostic dans certains cas.

Dépistage

Le dépistage du virus herpès simplex ne fait pas partie du dépistage des ITSS.

Traitements

Il n'existe actuellement pas de traitement ou de vaccin qui permettent d'éliminer le virus herpès simplex.

Cependant, il existe des médicaments antiviraux très efficaces pour diminuer les symptômes comme le valacyclovir (Valtrex), l'acyclovir (Zovirax) et le famciclovir (Famvir). On doit consulter un médecin pour avoir une ordonnance.

Méthodes de prévention

- L'utilisation du condom masculin
- La surveillance des signes précurseurs d'une récurrence
- L'abstinence sexuelle durant les épisodes de symptômes avant-coureurs, durant l'épisode active
- La prise d'antiviraux en mode suppressif tous les jours
- La prise d'antiviraux oraux par la femme enceinte à partir de la 36ième semaine de grossesse
- L'accouchement par césarienne dans le cas de lésions génitales lors de l'accouchement

Vivre avec l'herpès

Un diagnostic d'herpès peut avoir un impact sur les émotions et l'estime personnelle. N'hésitez pas à consulter un(e) sexologue ou un médecin.

Vous n'est pas seule !

Dans le monde, chez les moins de 55 ans (OMS, 2015):

- 3,7 milliards de personnes ont l'herpès de type 1
- 400 millions de personnes ont l'herpès de type 2

Informez-vous

Recevoir de l'information récente et crédible est une des clés pour accepter le diagnostic et briser les mythes.

Une meilleure connaissance de l'herpès permet de normaliser la présence du virus et d'adopter des mesures préventives afin de prévenir la transmission.

Essayez de relativiser

L'herpès ne définit pas qui on est. Vous n'êtes pas le virus. Il ne change rien de votre personnalité et de vos aspirations.

Une personne vivant avec l'herpès peut vivre une vie heureuse avec une sexualité épanouie. L'herpès n'est pas un danger pour la vie sauf quelques rares exceptions de personnes ayant un système immunitaire affaibli ou pour les bébés lors de l'accouchement s'il n'y a pas de suivi médical.

Projet Info-Herpès

Le projet Info-Herpès soutient la population atteinte de l'herpès ou à risque de le contracter, en offrant de l'information, des références, du soutien et de l'écoute.

Info herpès 2065 rue Parthenais, suite 302
Montréal

Groupes de soutien (Montréal)

Rencontres mensuelles permettant de développer des connaissances sur le virus et d'échanger avec d'autres personnes vivant des situations similaires. (Soirées discussion)

Intervention à distance

Service de soutien et d'information par courriel, clavardage courriel : infoherpes@gmail.com,
Facebook : infoherpes
Téléphone : 1-844-847-4242.
Lundi et jeudi, de 9h à 16h.

Discussion pour vaincre les préjugés, démystifier les mythes et réduire les peurs liées à l'herpès.

Ateliers thématiques

Séances animées par un/ne bachelier/ère, sexologue sur des thèmes spécifiques en lien avec la sexualité et l'herpès.

Formation Herpès 101

Développée pour familiariser les intervenants des milieux de la santé sexuelle aux réalités des personnes vivant avec l'herpès. Elle permet de mettre à jour les connaissances, briser les mythes et donner des outils concrets aux intervenants.

Info herpès 2065 rue Parthenais, suite 302
Montréal

**Toutes ces activités sont gratuites.



VOUS AVEZ DES QUESTIONS SUR L'HERPÈS ?

Tiré de documents le CAPAHC et le
Portail VIH/sida du Québec

Clinique de planning des naissances
CISSS du Bas -Saint-Laurent
150 avenue Rouleau
Rimouski (Québec)
G5L 5T1
Tél. : (418) 724-8578
www.planningchrr.com