

LE PETIT GUIDE DES IST

INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES

POUR PARTIR SUR DE BONNES BAISES



DEPSTAGE.BE

SOMMAIRE

○	CE QU'IL FAUT SAVOIR	04
○	MODES DE TRANSMISSION DES IST	06
○	LES DÉLAIS DU DÉPISTAGE DES IST	08
○	COMMENT ÉVITER UNE IST	10
○	BON À SAVOIR	12
○	LES PRINCIPALES IST	
	CHLAMYDIA	14
	GONORRHÉE	16
	SYPHILIS	18
	HPV (PAPILLOMAVIRUS)	20
	HERPÈS	22
	HÉPATITES A & B	24
	HÉPATITE C	26
	VIH/SIDA	28
	TRICHOMONAS	30
	MYCOPLASME GÉNITAL, MYCOSE, GALE ET MORPIONS	31
○	POUR EN PARLER	32
○	COMMENT SE FAIRE DÉPISTER ?	34
○	OÙ SE FAIRE DÉPISTER ?	40
○	LEXIQUE	42
○	LES ASSOS PORTEUSES DU PROJET	44
○	EN BREF	46

CE QU'IL FAUT SAVOIR !

Mycose



Gonorrhée



Hépatite C



**HPV/
Papillomavirus**



VIH/SIDA



Morillon



Herpès génital



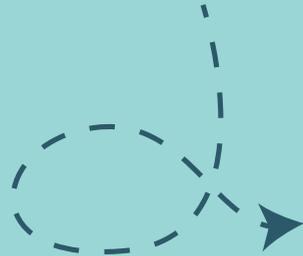
Trichomonas



Hépatite A



Gale



Avant toute chose : le sexe, c'est fun !

Pour que ça continue à le rester, comme les IST font partie de la vie sexuelle, pense à te protéger et à te faire dépister. En Belgique, le nombre d'IST dépistées est en constante augmentation, en particulier chez les jeunes !

MST > IST =

Infection(s) Sexuellement Transmissible(s)

Hépatite B



Mycoplasma
Genitalium



Chlamydia



Syphilis



Les IST, tout le monde est concerné

Tout le monde est susceptible d'attraper une IST au cours de sa vie, d'autant plus en ayant une vie sexuelle active.

La plupart du temps, elles sont sans symptômes, d'où la nécessité de te faire dépister régulièrement. Pour ce faire, il suffit d'une prise de sang, d'un test urinaire, de frottis et/ou d'un examen visuel des parties génitales.

Si on laisse traîner une IST, les conséquences peuvent être importantes: stérilité, cancers, etc. Avoir une IST non traitée augmente le risque d'en contracter d'autres. Par contre, dépistées à temps, la plupart se traitent facilement !

Pour continuer à t'éclater en toute tranquillité, découvre ce livret et rends-toi sur : www.depistage.be

MODES DE TRANSMISSION DES IST

	PÉNÉTRATION VAGINALE	PÉNÉTRATION ANALE	FELLATION	CUNNILINGUS	AN
VIH/SIDA	●	●	○***		
HÉPATITE A					
HÉPATITE B	●	●	●	●	
HÉPATITE C	●	○			
SYPHILIS	●	●	●	●	
HERPÈS GÉNITAL	●	●	●	●	
HPV*	●	●	●	●	
CHLAMYDIA	●	●	○	○	
GONORRHÉE	●	●	●	●	
TRICHOMONAS	●		○	○	

○	RISQUE FAIBLE	○	RISQUE MOYEN	●
---	---------------	---	--------------	---

Attention, en cas d'échange de sextoys, utilise aussi un préservatif.

Résumer en un tableau les modes de transmission de toutes les IST n'est pas chose aisée. Les avis des spécialistes ne sont parfois pas tranchés sur certaines questions. N'hésite pas à en parler à ton ou ta médecin. Voici un tableau qui reprend le dernier consensus.

ORAL	CARESSE SEXUELLE	EMBRASSER	ÉCHANGE SERINGUE	SNIFF	MÈRE/ ENFANT
			●		●
●					
		○	●	○	●
			●	○	○
●	●	○	●		●
●	●	○			●
●	●				○
○	○				●
○	○				●
○	○				●

RISQUE ÉLEVÉ	●**	RISQUE AVEC DU SANG
--------------	-----	---------------------

* Human PapillomaVirus
 ** Lors de rapports sexuels non protégés et/ou incluant la présence de sang (fisting, règles, lésions, etc.)
 *** La personne faisant la fellation court un risque faible si elle reçoit du sperme en bouche et que ses muqueuses sont abimées

LES DÉLAIS DU DÉPISTAGE DES IST

En cas de **prise de risque**, il est important de se faire dépister. Cependant, toutes les IST ne sont pas détectables rapidement.

Plusieurs jours, voire semaines, sont nécessaires pour toutes les détecter.

Il est utile de **se faire dépister régulièrement**.

	PRISE DE RISQUE	7 JOURS	2 SEMAINES	
VIH/SIDA				
HÉPATITE A				
HÉPATITE B				
HÉPATITE C				
SYPHILIS				
HERPÈS GÉNITAL*				
HPV**				
CHLAMYDIA				
GONORRÉE				
TRICHOMONAS				

6 SEMAINES	2 MOIS 8 SEMAINES	3 MOIS 12 SEMAINES	AU-DELÀ DE 3 MOIS
PRISE DE SANG		TEST RAPIDE/AUTO-TEST	
		PRISE DE SANG TEST RAPIDE	
PRISE DE SANG		TEST RAPIDE	

Un dépistage complet des IST les plus fréquentes est donc généralement possible **6 semaines** après une relation à risque. **Dans certains cas**, ton ou ta médecin peut te conseiller un test plus tôt (pour le VIH) et/ou plus tard (pour les hépatites). Attention : ces conseils peuvent varier d'une personne à l'autre. Si tu remarques quelque chose d'inhabituel, **n'attends pas** ! Consulte un-e médecin pour effectuer un contrôle et, au besoin, fais-toi dépister et **traiter**.

COMMENT ÉVITER UNE IST ?

Protège-toi !

- Préservatif externe* : limite la contamination lors des fellations et/ou lors des rapports sexuels avec pénétration
- Préservatif interne** : limite la contamination lors des rapports sexuels avec pénétration
- Carré de latex*** : limite la contamination lors des rapports bouche/vulve et bouche/anus
- Gant en latex : limite la contamination lors des rapports main/parties génitales et main/anus



PRÉSERVATIF
EXTERNE



PRÉSERVATIF
INTERNE



CARRÉ
DE LATEX

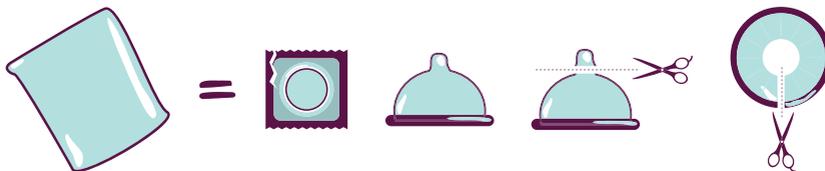


GANT

Do It Yourself - le carré de latex

Tu peux te procurer des carrés de latex dans le commerce mais tu peux aussi les fabriquer toi-même :

- Ouvre le préservatif
- Coupe le réservoir afin d'avoir le préservatif ouvert des deux côtés
- Coupe sur la longueur. Pour plus de facilité, le maintenir roulé lors de la découpe
- Déroule le préservatif avant de l'utiliser



* Anciennement appelé masculin

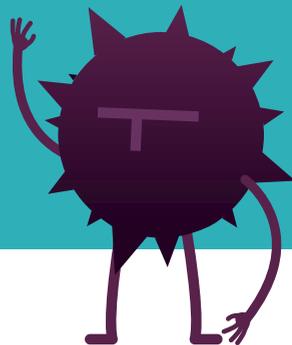
** Anciennement appelé féminin

*** Cf. lexique - voir page 42

BON À SAVOIR

Il existe des vaccins contre les IST suivantes :

- Hépatite A
- Hépatite B
- HPV/Papillomavirus



LE TROD* VIH, C'EST QUOI ?

Connais-tu les tests rapides également appelés TROD ? Grâce à une simple goutte de sang, il te permet de savoir en quelques minutes si tu es infecté-e par le VIH. Pour que le résultat soit fiable, il est nécessaire de respecter un délai de 12 semaines entre le rapport à risque et la date de réalisation du TROD.

Tout résultat réactif (positif) doit être confirmé par une prise de sang.

Le TROD peut être réalisé par du personnel non médical formé au dépistage. Certaines associations, centres de planning familial (www.betested.be) et centres médicaux les proposent gratuitement et de manière anonyme (voir les centres p. 36). Il doit comporter la norme CE.

Tu peux également acheter en pharmacie un auto-test, c'est-à-dire un TROD que tu peux réaliser toi-même.

Pour ton information, sache qu'il existe également des TROD pour l'**hépatite C** et la **syphilis**.

POUR LE VIH/SIDA

- **Traitement Préventif :**

La PrEP (prophylaxie pré-exposition) est un traitement oral préventif actif contre le VIH accessible pour les groupes les plus exposés comme les hommes ayant des rapports sexuels avec d'autres hommes, les personnes trans** ou les personnes originaires de pays à forte prévalence du VIH. Voir avec un centre spécialisé VIH*** ou sur www.myprep.be.

- **Traitement d'urgence :**

Le Traitement Post-Exposition (TPE)

À prendre le plus rapidement possible, maximum 72 heures après un rapport fortement à risque (agression, partenaire à risque, rapport entre hommes, etc.), il est possible de se rendre aux urgences, si possible d'un hôpital spécialisé pour le VIH** pour demander un TPE.

- **Indétectable = Intransmissible, le traitement comme prévention**

Les traitements actuels permettent aux personnes vivant avec le VIH de ne plus transmettre le virus par voie sexuelle à leur(s) partenaire(s).

Avoir une charge virale indétectable signifie que, grâce aux médicaments, la quantité de virus dans le corps est si faible qu'il n'est plus possible de le détecter en laboratoire. En d'autres termes, une personne séropositive qui obtient une charge virale indétectable grâce à son traitement ne transmet plus le virus par voie sexuelle et protège ses partenaires.

* Test Rapide d'Orientation Diagnostique

**Trans - Personnes transgenres

*** Centre spécialisé VIH - voir page 37

CHLAMYDIA



Fiche d'identité : CHLAMYDIA

Type : Bactérie

Symptômes : Le plus souvent sans symptômes. Dans les autres cas, on observe des douleurs en urinant, au bas-ventre/à la gorge/à l'anus, un écoulement inhabituel des parties génitales et des saignements irréguliers

Conséquences : Infections sévères, stérilité

Dépistage : Frottis vaginal, anal et/ou gorge et/ou prélèvement urinaire

Traitement : Antibiotiques

Particularité : Aucun symptôme dans 70% des cas. On peut être à nouveau contaminé-e, même après un traitement et la guérison. Il existe plusieurs formes de chlamydia dont certaines plus virulentes que d'autres comme la lymphogranulomatose vénérienne (LGV).

Ses symptômes sont parfois différents de ceux rencontrés dans les infections plus classiques à chlamydia. La LGV peut laisser des séquelles sérieuses si on la laisse évoluer : ulcérations, gonflement des parties génitales, rétrécissement anormal de l'anus, etc.

Protection : Préservatif externe* ou interne* , carré de latex**

Recommandation : Il est conseillé de se faire dépister régulièrement, même en l'absence de symptômes. Attention, seuls 2 dépistages gonorrhée/chlamydia sont remboursés par an

Plus d'infos sur www.depistage.be

* Voir page 11

** Cf. lexique - voir page 42

GONORRHÉE

ALIAS BLENNORRAGIE & CHAUDE-PISSE



Fiche d'identité : GONORRHÉE ALIAS BLENNORRAGIE & CHAUDE-PISSE

Type : Bactérie

Symptômes : Le plus souvent sans symptômes. Dans les autres cas, on observe un écoulement inhabituel (du pénis ou du vagin), une irritation du pénis ou de la vulve, des douleurs dans le bas-ventre, une sensation de brûlure en urinant ou encore une douleur à la gorge et à l'anus (souvent avec écoulement de liquide)

Conséquences : Stérilité

Dépistage : Frottis vaginal, anal et/ou gorge et/ou prélèvement urinaire

Traitement : Antibiotiques

Particularité : On peut être à nouveau contaminé-e même après un traitement et la guérison

Protection : Préservatif externe* ou interne*, carré de latex**

Recommandation : Il est conseillé de se faire dépister régulièrement, même en l'absence de symptômes. Attention, seuls 2 dépistages gonorrhée/chlamydia sont remboursés par an

Plus d'infos sur www.depistage.be

* Voir page 11

** Cf. lexique - voir page 42

SYPHILIS



Fiche d'identité : SYPHILIS

Type : Bactérie

Symptômes : Chancre* buccal, génital ou anal au stade précoce (peut passer inaperçu) et éruption cutanée

Conséquences : À un stade avancé, complications articulaires, cardiovasculaires et neurologiques

Dépistage : Prise de sang et examen clinique. TROD** possible mais seulement pour diagnostiquer une première contamination

Traitement : Antibiotiques injectables

Protection : Préservatif externe*** ou interne*** et carré de latex*** permettent de réduire le risque d'exposition mais n'offrent pas une protection totale car le chancre peut se trouver sur d'autres parties du corps

Recommandation : Dépistage régulier pour les personnes qui ont des partenaires multiples : la syphilis se soigne bien et est sans conséquence quand elle est diagnostiquée tôt

Plus d'infos sur www.depistage.be

* Cf. lexique - voir page 42

** Voir page 12

*** Voir page 11

HUMAN PAPILLOMAVIRUS (HPV)



Fiche d'identité : HUMAN PAPILLOMAVIRUS

Type : Virus

Symptômes : Le plus souvent sans symptômes. Dans les autres cas, on observe des lésions précancéreuses très souvent indolores et/ou des irritations et démangeaisons dues aux verrues (appelées condylomes)

Conséquences : Variables selon les souches (plus d'une centaine), dont verrues génitales ou lésions précancéreuses qui peuvent évoluer en cancer (col de l'utérus, vulve, gorge, anus, pénis)

Dépistage : Examen médical pour les verrues et frottis pour les lésions précancéreuses

Traitement : Ablation des verrues ou des lésions précancéreuses (pommade, azote liquide, acide, laser...)

Particularité : Le virus est souvent éliminé naturellement par le corps dans les 1 à 3 ans. L'apparition des symptômes peut se faire des mois voire des années après la contamination !

Protection : Le vaccin est vivement conseillé pour tout le monde et est remboursé jusqu'à 18 ans inclus. Le préservatif* et le carré de latex** permettent de réduire le risque d'exposition aux HPV mais n'offrent pas une protection totale car ils ne couvrent pas l'entièreté des parties génitales

Recommandation : Il est conseillé de faire un frottis du col de l'utérus (remboursé) tous les 3 ans ou en cas de lésions. En cas de pratique régulière du sexe anal, un examen régulier chez un-e proctologue peut être recommandé

Plus d'infos sur www.depistage.be
et www.les-hpv.be

* Voir page 11
** Cf. lexique - voir page 42

HERPÈS



Fiche d'identité : HERPÈS

Type : Virus

Symptômes : Lésions/boutons par « poussées ». Très douloureux lors de la primo-infection

Conséquences : Récidives plus ou moins fréquentes et importantes, impact sur la vie intime et sexuelle

Dépistage : Examen médical si symptômes apparents et frottis

Traitement : Il existe un traitement antiviral* pour atténuer les poussées

Particularité : Une fois infectée, la personne porte l'herpès à vie. A quelques rares exceptions, les transmissions n'ont lieu que lors des poussées

Protection : Les préservatifs** et le carré de latex*** permettent de réduire le risque d'exposition mais n'offrent pas une protection totale. Éviter de toucher les lésions/boutons

Recommandation : En cas d'herpès avant ou pendant la grossesse, il est conseillé de consulter une gynécologue pour éviter de contaminer le bébé lors de l'accouchement

Plus d'infos sur www.depistage.be

* Cf. lexique - voir page 42

** Voir page 11

*** Cf. lexique - voir page 42

HÉPATITES

A & B



Fiche d'identité : HÉPATITES A et B

Type : Virus

Symptômes : Le plus souvent sans symptômes. Dans les autres cas, on observe en phase aiguë de la fièvre, des nausées, des douleurs musculaires ou abdominales ou encore la jaunisse. En cas d'hépatite B chronique, on peut également observer une fatigue récurrente

Conséquences : Dans la majorité des cas, il n'y a pas de conséquences car le virus de l'hépatite A ou B s'élimine tout seul (guérison).
Dans les formes chroniques de l'hépatite B : maladie du foie, cirrhose, cancer et décès

Dépistage : Prise de sang

Traitement : Hépatite A : le virus s'élimine tout seul, il existe des traitements pour soulager les symptômes. Hépatite B chronique : il existe un traitement par voie orale

Protection : Il existe un vaccin pour les hépatites A et B. Hépatite A : éviter les contacts entre la bouche et les matières fécales (carré de latex* pour l'anulingus). Hépatite B : préservatif externe** ou interne** et carré de latex*

Recommandations : L'hépatite A se transmet par contact entre la bouche et des matières fécales. Pratiquer le sexe oral après une pénétration anale peut augmenter le risque de transmission de l'hépatite A
Hépatite B : utiliser du matériel stérile à usage unique pour les tatouages, les piercings, les injections ou le sniff. Ne pas partager son matériel de toilette (Brosse à dent, pinces à épiler, rasoir, etc.)

Plus d'infos sur www.depistage.be

*Cf. lexique - voir page 42

** Voir page 11

HÉPATITE C



Fiche d'identité : HÉPATITE C

Type : Virus

Symptômes : Le plus souvent sans symptômes. Dans les autres cas, on observe en phase aigüe de la fièvre, des nausées, des douleurs musculaires ou abdominales ou encore la jaunisse

Conséquences : Élimination spontanée dans une partie des cas mais dans les formes chroniques de l'hépatite C : maladie du foie, cirrhose, cancer et décès

Dépistage : Prise de sang et TROD*

Traitement : Antiviraux** par voie orale pendant 2 à 3 mois qui permettent d'éliminer le virus. Ils sont accessibles à toutes les personnes atteintes d'hépatite C chronique

Protection : Préservatif externe*** ou interne*** et carré de latex**, utilisation de pailles/ seringues stériles et à usage unique

Recommandations : Éviter le contact de sang infecté avec son propre sang (plaie ouverte, injection). Les tatouages et piercings doivent être faits avec du matériel stérilisé à usage unique. Ne partage jamais ton matériel d'injection ou de sniff (n'utilise pas de billet par exemple) ni ton matériel de toilette (rasoir et/ou pince à épiler). Le sexe anal peut représenter un risque pour l'hépatite C, de même que la pratique du fist** ou d'autres pratiques impliquant la présence de sang

Plus d'infos sur www.depistage.be

* Test Rapide d'Orientation Diagnostique - voir page 12

** Cf. lexique - voir page 42

*** Voir page 11

VIH/SIDA



Fiche d'identité : VIH/SIDA

Type : Virus

Symptômes : Le plus souvent sans symptômes. Dans les autres cas, on observe des éruptions cutanées et/ou des symptômes qui ressemblent à ceux de la grippe (fièvre, fatigue, ganglions gonflés, etc.). Ils apparaissent les premières semaines après la contamination

Conséquences (réduites quand on est sous traitement) : Infections provoquées par une baisse de l'immunité, maladies cardiovasculaires, cancers. Décès en l'absence de traitement

Dépistage : Prise de sang et test rapide possible (TROD* et auto-test)

Traitement : Sous prescription, le traitement permet d'arrêter l'évolution du virus et de prévenir l'apparition de diverses infections mais pas de guérir définitivement

Particularité : Une personne séropositive qui prend un traitement et qui a une charge virale indétectable ne transmet plus le virus par contact sexuel**

Protection : Préservatif externe*** ou interne*** et carré de latex**. Éviter le contact entre des liquides contaminants (sang, sperme, liquide pré-séminal, sécrétions vaginales, lait maternel) et une plaie ouverte ou une muqueuse. Traitement préventif (PrEP**) et traitement d'urgence (TPE**) en cas de prise de risque

Recommandation : Le délai entre le moment où une personne est contaminée par le VIH et où elle le découvre par un dépistage est généralement très long (jusqu'à plusieurs années). Pense donc à te faire dépister régulièrement même en l'absence de symptômes

Plus d'infos sur www.depistage.be

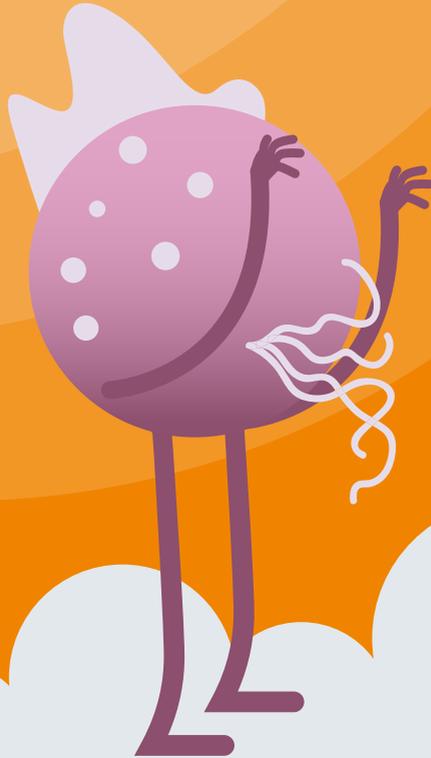
* Voir page 12

** Voir page 13

*** Voir page 11

**** Cf. lexique - voir page 11 ou 42

TRICHOMONAS



Fiche d'identité : TRICHOMONAS

Type : Parasite

Symptômes : Pertes vaginales odorantes et colorées, démangeaisons, sensation de brûlure en urinant. Symptômes fréquents au niveau vaginal (80% des cas) mais sans symptômes dans 90% des cas au niveau du pénis

Conséquences : Accouchements prématurés, forte augmentation du risque d'attraper d'autres IST

Dépistage : Frottis vaginal ou de l'urètre, échantillon d'urine si symptômes apparents

Traitement : Antibiotiques

Protection : Préservatif externe* ou interne*

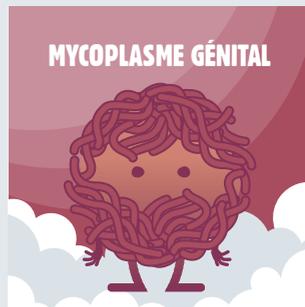
Recommandation : Le dépistage n'est pas systématique et se fait en fonction des symptômes

Plus d'infos sur www.depistage.be

* Voir page 11

La petite «nouvelle»

Le mycoplasme génital est une IST moins fréquente en Belgique. Un dépistage n'est recommandé qu'en présence de symptômes. Un résultat positif au mycoplasme genitalium ne signifie pas toujours qu'un traitement est nécessaire.



IST ou pas ?

La mycose touche également les parties génitales mais n'est d'ordinaire pas sexuellement transmissible, consulte ton ou ta médecin si tu remarques quelque chose d'inhabituel.



Gale et morpions

La gale et les morpions peuvent également se transmettre par contact sexuel. Leurs conséquences ne sont généralement pas graves mais peuvent devenir très gênantes.



Plus d'infos sur www.depistage.be

POUR EN PARLER

- **O'YES**

02 303 82 14
hello@o-yes.be

- **EXÆQUO**

(Hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes)
02 736 28 61
info@exaequo.be

- **Plateforme Prévention Sida**

02 733 72 99
info@preventionsida.org

- **Genres Pluriels**

(Visibilisation et défense des droits des personnes transgenres et intersexes)
0487 63 23 43
contact@genrespluriels.be

- **Aide Info Sida**

(Ligne d'écoute téléphonique de 18h à 21h)
0800 20 120
aide.info.sida@gmail.com

- **Centre S Liège**

04 287 67 00
info@centre-s.be

- **SIDA IST Charleroi Mons**

071 92 54 10
sidamons@skynet.be

- **Service de Santé Affective, Sexuelle et de Réduction des Risques (Namur)**

081 77 68 20

COMMENT SE FAIRE DÉPISTER ?

Pour dépister toutes les IST, **une prise de sang ne suffit pas**. Comme tu peux le voir dans le tableau ci-dessous, il est en effet nécessaire de **faire d'autres examens** (frottis, examen clinique et échantillon d'urine) pour dépister des IST comme la chlamydia, la gonorrhée ou les HPV, qui font partie des infections les plus fréquentes chez les jeunes.

Ce tableau donne des informations généralistes, dans certains cas, des examens médicaux supplémentaires peuvent être nécessaires. Si vous voulez vous passer de moyens de protection dans une relation, **chacun-e doit se faire dépister pour l'ensemble des IST**.

Si les tests s'avèrent négatifs et que vous êtes dans une relation exclusive, alors vous pouvez arrêter les moyens de protection (préservatifs, etc.) !

N.B. : si nécessaire, choisir un moyen de contraception (www.moncontraceptif.be).

LES TYPES DE DÉPISTAGE PAR IST

PRÉLÈVEMENT SANGUIN		EXAMEN MÉDICAL		
PRISE DE SANG	TEST À RÉSULTAT IMMÉDIAT	SIGNES CLINIQUES	PRÉLÈVEMENT (FROTTIS, ...)	PRÉLÈVEMENT URINAIRE
VIH/SIDA	VIH/SIDA			
HÉPATITE A				
HÉPATITE B				
HÉPATITE C	HÉPATITE C			
SYPHILIS	SYPHILIS	SYPHILIS		
		HERPÈS GÉNITAL		
		HPV/PAPILLOMAVIRUS	HPV/PAPILLOMAVIRUS*	
		CHLAMYDIA	CHLAMYDIA	CHLAMYDIA
		GONORRHÉE	GONORRHÉE	GONORRHÉE
		TRICHOMONAS	TRICHOMONAS	

* En Belgique, un frottis de dépistage du col de l'utérus est recommandé et remboursé tous les trois ans de 25 à 64 ans.

En cas de signes cliniques, il faut tout de même confirmer l'infection par un examen complémentaire.

OÙ SE FAIRE DÉPISTER ?

- Dans un **centre spécialisé** dans le VIH et les IST ;
- Dans un **centre de planning familial** : trouve le centre qui te convient sur www.loveattitude.be ;
- Dans certaines **associations spécialisées**
- Des **autotests VIH** sont également disponibles en pharmacie
- Chez ta ou ton **médecin généraliste** ou **gynécologue**, et en fonction des pratiques ou des signes cliniques : **urologue, ORL, dermatologue, proctologue**, etc. ;
 - Les personnes LGBTQIA+* et les personnes vivant avec le VIH peuvent visiter les sites suivants :
 - www.trestresbonmedecin.be
*(Pour les HSH** et les HSH séropositifs)*
 - www.gotogyneco.be
*(Pour les FSF***)*
 - www.genrespluriels.be
(Réseau Psycho-médico-social Trans et Inter belge)

**RETROUVE TOUTES
LES COORDONNÉES
SUR WWW.DEPISTAGE.BE**

LGBTQI+* : Lesbiennes, Gay, Bi, Trans, Queer, Intersexe et plus
HSH** : Hommes ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes
FSF*** : Femmes ayant des relations sexuelles avec d'autres femmes

Centres spécialisés VIH et IST : Voir horaire sur le site de chaque centre

■ LE CENTRE MIA

- Rue Haute, 290 (batiment 900)
- 1000 Bruxelles
- ▲ 02 535 31 77

▲ ERASME - Sur RDV

- ▲ Route de Lennik, 808
- 1070 Anderlecht
- 02 555 74 84 (option 2)
- prevention@erasme.ulb.ac.be

■ CLINIQUES ST LUC - Sur RDV

- ▲ Avenue Hippocrate, 10
- ▲ 1200 Woluwe-Saint-Lambert
- 02 764 21 56

■ S KLINIEK UZ BRUSSEL - Sur RDV

- ▲ Avenue du Laerbeek, 101
- 1090 Jette
- 02 477 60 01
- rendezvous_infectiologie@uzbrussel.be

■ CENTRE RÉFÉRENCE VIH LIÈGE - Sur RDV

- ▲ Quai Godefroid Kurth, 45
- 4020 Liège
- 04 287 67 00
- centre-s.be/rendezvous/

■ CHU CHARLEROI - Sur RDV

- Chaussée de bruxelles, 140 - 6042 Lodelinsart
- 6000 Charleroi
- ▲ 071 92 23 07

■ CHU MONT GODINNE - Sur RDV

- ▲ Avenue Gaston Thérèse, 1
- ▲ 5530 Yvoir
- 081 42 38 22 24

■ HÔPITAL D'ARLON - Sur RDV

- ▲ Rue des Déportés, 137
- ▲ 6700 Arlon
- 063 55 15 28

■ CHU HELORA - Sur RDV

- ▲ Bv. Kennedy, 2
- ▲ 7000 Mons
- 065 41 41 41

Test VIH anonyme et gratuit ■

Test complet IST ■

Test rapide VIH ■

Test rapide syphilis ■

PrEP ▲

TPE ▲

■ Test rapide hépatite C

● Accueil spécifique hommes ayant des rapports avec d'autres hommes

● Accueil spécifique travail du sexe

● Accueil spécifique du public migrant

● Accueil spécifique public trans* et inter*

● Accueil spécifique des personnes lesbienne, bi, pan,...

Bruxelles et Wallonie :

■ **PROJET BETESTED**

- Centres de planning familial partenaires
- www.betested.be

■ **EXAEQUO** - Sur RDV

- Rue des Grands Carmes, 20
- 1000 Bruxelles
- 02 736 28 61
- www.exaequo.be

■ **MAISON ARC EN CIEL DE LA SANTÉ –**

- **GRANDS CARMES** - Sur rdv
- Maison médicale à destination des publics LGBTQIA+
- Rue des Grands Carmes, 20
- 1000 Bruxelles
- www.macs.brussels

Bruxelles-Capitale :

■ **EPICENTRE** - Sur RDV

- Rue du Fort, 85B
- 1060 Saint Gilles
- www.epicentre.brussels

■ **AIDE INFO SIDA** - Sans RDV

- Rue Duquesnoy, 45
- 1000 Bruxelles
- 02 514 29 65
- www.aideinfosida.be

■ **PLATEFORME PRÉVENTION SIDA** - Sur RDV

- Uniquement à destination des communautés afro-latino-caribbéennes.
- Place de la Vieille Halle aux Blés 29,
- 1000 Bruxelles
- 02 733 72 99
- 0467 807 879
- www.cool-and-safe.org

■ **ALIAS** - Sans RDV

- (Exclusivement travail du sexe HSH et trans*)
- Rue marché au charbon, 33
- 1000 Bruxelles
- www.alias.brussels/contacts

■ **RÉSEAU HÉPATITE C** - Sur RDV

- Rue Haute, 322
- 1000 Bruxelles
- 02 506 70 92
- sampas@stpierre-bru.be
- www.reseauhepatitec.be

Hainaut :

■ **SIDA IST CHARLEROI MONS** - Sur RDV
● Bv Zoé Drion, 1
● 6000 Charleroi
071 92 54 10
www.sida-charleroimons.be

■ **CHU TIVOLI** - Sur RDV
▲ Avenue Max Buset 34,
7100 La Louvière
064 27 62 81
www.chu-tivoli.be/consultations/infectiologie/

■ **POUR LES HABITANT-ES DE MOUSCRON**
■ **ET COURTRAI SEULEMENT :**
▲ CH DRON - Avec ou sans RDV
▲ Rue du Président Coty, 155
59208 Tourcoing
France
+ 33 3 20 69 46 04

Liège :

■ **CENTRE S LIÈGE** - Sur RDV
■ Rue des Fontaines-Roland, 29
● 4000 Liège
▲ 04 287 67 00
centre-s.be/rendezvous/

● ■ **TEST&VOUS** - Sur RDV
● ■ Rue Xhavée, 21
● ■ 4800 Verviers
(Entrée par le parking de la piscine communale)
087 39 89 41

■ **CHR VERVIERS** - Sur RDV
Rue du Parc, 29
4800 Verviers
Consultations : 087 21 26 54
www.chrverviers.be

Test VIH anonyme et gratuit ■

Test complet IST ■

Test rapide VIH ■

Test rapide syphilis ■

PrEP ▲

TPE ▲

■ Test rapide hépatite C

● Accueil spécifique hommes ayant des rapports avec d'autres hommes

● Accueil spécifique travail du sexe

● Accueil spécifique du public migrant

● Accueil spécifique public trans* et inter*

● Accueil spécifique des personnes lesbienne, bi, pan,...

Namur :

- **SASER** - Sur RDV
 - Rue Docteur Haibe, 4
 - 5002 Saint-Servais
 - 081 77 68 20
 - saserprovince.namur.be
 - www.lesaser.jimdo.com
- **CHR de Namur** - Sur RDV
 - ▲ Avenue Albert I^{er}, 185
 - 5000 Namur
 - 081 72 69 05

Brabant Wallon :

- **Passerelle Santé** - Sur RDV
 - Rue du Val Saint-Lambert, 10
 - 1348 Louvain-la-Neuve
 - 010 68 89 80
- **Polyclinique de LLN** - Sur RDV
 - ▲ Rue du traité de Rome, 5
 - 1348 Louvain-la-Neuve
 - 010 23 25 70
- **Clinique Saint Pierre** - Sur RDV
 - ▲ Avenue Reine Fabiola, 9
 - ▲ 1340 Ottignies
 - 010 437 370
 - www.cspo.be/rendez-vous
- **Maison Médicale de Limal** - sur RDV
 - Rue Joséphine Rauscent, 16
 - 1300 Limal (Wavre)
 - 010 56 04 60

Luxembourg :

■ **MAC de la province de Luxembourg** - Sur RDV

- Avenue Bouvier, 87
- 6760 Virton
- 063 22 35 55
- 0471 49 80 53

■ **Drugs'care Infos-Services** - Sur RDV

- Rue Joseph Netzer, 37
- 6700 Arlon
- 063 23 05 00
- 0496 18 92 64

Et en Flandre ?

● ■ **Helpcenter Institute of Tropical Medicine** - Sur RDV

- ■ Kronenburgstraat, 43
- ▲ 2000 Antwerpen
- 03 247 66 66
- www.itg.be/E/helpcenter

Pour d'autres centres en Flandre :

www.allesoverseks.be

Test VIH anonyme et gratuit ■

Test complet IST ■

Test rapide VIH ■

Test rapide syphilis ■

PrEP ▲

TPE ▲

■ Test rapide hépatite C

● Accueil spécifique hommes ayant des rapports avec d'autres hommes

● Accueil spécifique travail du sexe

● Accueil spécifique du public migrant

● Accueil spécifique public trans* et inter*

● Accueil spécifique des personnes lesbienne, bi, pan,...

Lexique

ANTIVIRAUX

Les antiviraux sont des molécules destinées à agir contre un virus. Ils sont donc utilisés en cas d'infection virale.

ANULINGUS

Pratique sexuelle consistant à stimuler l'anus avec la bouche.

BACTÉRIE

Organisme vivant microscopique pouvant causer une maladie s'il n'est pas traité par des antibiotiques.

CARRÉ DE LATEX

Carré en latex ou en polyuréthane, doux et parfois parfumé, à placer entre la bouche et la vulve/l'anus afin d'éviter une infection à certaines IST.

CHANCRE

Ulcère ou plaie creuse et non douloureuse de la peau ou des muqueuses.

CIRRHOSE

Maladie du foie caractérisée par une modification des cellules du foie et un mauvais fonctionnement de celles-ci.

CONDYLOMES

Verrues sur les organes génitaux, symptômes d'une infection aux HPV.

CUNNILINGUS

Pratique sexuelle bucco-génitale consistant à stimuler la vulve avec la bouche.

FELLATION

Pratique sexuelle bucco-génitale consistant à stimuler le pénis avec la bouche.

FISTING

Le fist-fucking est une pratique sexuelle consistant à pénétrer le vagin ou le rectum avec le poing/la main.

FROTTIS

Dépistage via un prélèvement de cellules au niveau de la gorge, de l'urètre, de l'anus, du vagin ou du col de l'utérus.

LÉSION

Dégradation d'une cellule, d'un tissu ou d'un organe (plaie, blessure, etc.).

LGV

LymphoGranulomatose Vénérienne, aussi appelé maladie de Nicolas-Favre. Forme maligne d'une chlamydia très virulente.

LIQUIDE SÉMINAL

Liquide pré-éjaculatoire, lubrifiant naturel du pénis pouvant contenir des spermatozoïdes ou des bactéries/virus. Il est présent dès l'érection et est considéré comme un liquide contaminant pour les IST.

MUQUEUSES

Membranes tapissant certaines cavités du corps (oeil, bouche, nez, anus, intérieur de la vulve, vagin, gland). Plus fines, fragiles et perméables que la peau, continuellement chaudes et humides. Elles sont une porte d'entrée aux IST.

Prise de risque

Prendre un risque, c'est entre autres avoir des rapports sexuels (avec ou sans pénétration) non protégés, partager une seringue usagée ou du matériel de sniff, avoir un contact avec une lésion, etc.

PrEP

Prophylaxie Pré-Exposition, stratégie de prévention du VIH. Médicament préventif du VIH, proposé aux personnes ayant des pratiques à risque de contracter le virus. Nécessite un suivi médical.

SYMPTÔMES

Manifestations, signes d'une maladie.

TROD

Test Rapide à Orientation Diagnostique. Dans le cas du VIH, il s'agit de prélever une goutte de sang sur le doigt et de mettre en contact cette goutte avec des produits réactifs. Ce test peut être réalisé 3 mois après une prise de risque ; si le résultat est réactif, il faut le confirmer avec une prise de sang.

TPE

TPE est l'acronyme de traitement post-exposition. Il s'agit d'un traitement d'urgence qui vise à empêcher une infection au VIH après un comportement à risque.

VÉSICULE

Dans le cas de l'herpès génital : boutons de petite taille remplis de liquide très contagieux.

VIRUS

Organisme microscopique plus petit qu'une bactérie, qui infecte les cellules du corps humain pouvant être à l'origine d'une maladie.

VULVE

Ensemble des organes génitaux externes femelles (gland du clitoris, lèvres internes et externes, orifice urinaire et vaginal).

LES ASSOS PORTEUSES DU PROJET



ORGANIZATION
FOR YOUTH
EDUCATION
& SEXUALITY

O'YES est une ASBL créée par des jeunes et pour les jeunes en 2009 et qui est reconnue comme organisation de jeunesse (OJ) depuis 2013.

Elle est active dans le domaine de l'éducation et de la promotion de la santé. Elle a pour mission de sensibiliser les jeunes à la santé sexuelle via l'éducation par les pairs afin de changer les mentalités et d'améliorer les comportements sur le long terme.



exæquo

Le partenaire **santé**
des **hommes** qui
aiment les **hommes**

Exæquo est l'association de santé pour tous les hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes.

Ici, tu peux parler librement de tes pratiques, de dépistage, de séropositivité, de PrEP, de chemsex, de consommation de produits sans craindre d'être jugé et en toute confidentialité.

Ici, on t'aide !

WWW.DEPISTAGE.BE :

depistage.be est le premier site inter-associatif et inter-hôpitaux francophone qui rassemble toutes les informations à la pointe de l'actualité en matière de dépistage.

Afin de garantir la qualité des informations reprises dans la brochure et le site, nous avons rassemblé les professionnel·les du secteur au sein d'un comité de pilotage. Nous les remercions chaleureusement pour ce travail collaboratif !

MEMBRES DU COMITÉ DE PILOTAGE :

De nombreuses associations :
Centre S, Aide Info Sida, IST Charleroi-Mons, l'Observatoire du Sida et des Sexualités, la Société Scientifique de Médecine Générale (SSMG), la Fédération Laïque des Centres de Planning Familial, Alias, l'Association des unions des pharmaciens (AUP), Réseaux Hépatite C.

Et hôpitaux :

Erasmus, CHU St Pierre, Cliniques Universitaires St Luc, CHU Ambroise Paré, CHU Liège, CHU Charleroi, CHU UCL Namur, Vivalia.



EN BREF...

Il faut retenir que :

- Tout le monde peut avoir une IST au cours de sa vie, quelles que soient son orientation sexuelle et ses pratiques.
- Les caresses sexuelles, le cunnilingus, l'anulingus, la fellation, les pénétrations vaginales et anales sont toutes des pratiques à risque.
- La plupart des IST sont sans symptômes.
- Partager sa seringue ou sa paille peut transmettre des IST.

Pour avoir une vie sexuelle épanouie, pense donc à :

- T'assurer du consentement de l'autre.
- Te faire vacciner contre les HPV et les hépatites A & B.
- Te protéger (préservatifs, dépistages, traitements).
- Te faire dépister à chaque changement de partenaire et après une prise de risque.
- Communiquer avec ton/ta/tes partenaires sur les risques que tu as éventuellement pris, les résultats de ton dernier dépistage, etc.
- Avoir et donner du plaisir !





Tu as une IST* ?
Préviens tes partenaires.
Si t'as du mal à leur dire,
utilise **Depistage.be/sms**
C'est anonyme et gratuit !



DEP  STAGE.BE

*IST : Infection Sexuellement Transmissible

E. R. : O'YES ASBL - Rue du fort 85, 1060 Saint-Gilles.
Cette brochure est gratuite. Édition 2024-2025.
Ne pas jeter sur la voie publique.

