



L'herpès et vous ! (partie 1)

L'herpès est un **virus contagieux** de la famille des ITS (**I**nfection **T**ransmise **S**exuellement) qu'on appelle aussi VHS. Il existe deux types de VHS. Le type 1 qui est aussi appelé herpès buccal, feu sauvage parce que les lésions sont particulièrement autour de la bouche mais aussi aux organes génitaux. Le type 2, c'est l'herpès génital parce que ses lésions sont aux organes génitaux principalement.



Dans les deux cas, on attrape ce virus par contact direct avec les lésions ou le prodrome d'un partenaire sexuel. **Le prodrome**, c'est la période qui vient juste avant une lésion, soit de quelques minutes à quelques jours avant. Cette période passe souvent inaperçue malgré qu'il puisse y avoir des démangeaisons, élancements et douleurs musculaires à l'endroit de la future lésion. Il peut y avoir des prodromes qui n'aboutiront pas en lésion mais seront quand même contagieux. Le virus du VHS s'exprime en termes de crises qui reviennent au cours de la vie de la personne infectée.

Les symptômes ? La première crise est généralement plus sévère que les suivantes mais peut aussi passer inaperçue. Une première crise peut durer de deux à trois semaines.

PREMIÈRE CRISE : LA PRIMO-INFECTIION

- Maux de tête
- Fièvre
- Douleurs musculaires
- Ganglions enflés et douloureux au pourtour de la lésion
- Ça peut brûler en urinant
- Ça pique et ça fait mal, c'est enflé, c'est rouge à l'endroit de la lésion
- La lésion est sous forme d'ulcère et/ou de bulle
- Il peut y avoir un écoulement du pénis ou vagin

Lors des crises suivantes, les symptômes seront moins intenses et dureront moins longtemps. Par contre, les lésions auront toujours sensiblement la même apparence, soit une **ampoule** entourée d'une **rougeur** qui finira par se croûter.

Entre les crises, le virus dormira dans les ganglions. Le nombre de crises et leur intensité est variable d'une personne à l'autre et au cours d'une même vie. Certaines circonstances semblent contribuer à déclencher de nouveaux épisodes.

LES DÉCLENCHEURS DE CRISE

- La fatigue
- Le stress et la dépression
- L'exposition au soleil
- La fièvre
- D'autres infections
- Les menstruations
- Les blessures cutanées ou aux ganglions
- Les personnes ayant le VIH et le VHS semblent avoir plus de crises et plus sévères que les autres porteurs du VHS

Entre un contact avec le virus et les premiers symptômes de la maladie, il y a une **incubation de 2 à 21 jours**. Donc dès que tu vois chez ton partenaire ou toi-même des lésions suspectes, un dépistage chez le médecin s'impose. Le dépistage de l'herpès se fait par prélèvement du liquide des ampoules; idéalement dans les premières 24 heures ou avant que la lésion soit croûtée. L'avantage à consulter rapidement, c'est que le médecin pourrait prescrire un antiviral pour soulager les symptômes. Son efficacité est meilleure lorsqu'il est pris dès le début, voire pendant le prodrome. Il est important de se rappeler qu'il ne fait que réduire la durée, la douleur et l'intensité de la crise. Un traitement prolongé peut être proposé chez ceux qui font beaucoup de crises. Il n'existe pas à ce jour de solution pour éliminer le virus. Il faut apprendre à vivre avec lui. Comment ? En adoptant des moyens préventifs pour réduire l'intensité des crises, en évitant de transmettre le virus aux autres et, finalement, en s'informant le plus possible sur le sujet.

Dire à ses partenaires qu'on est porteur et ne pas attendre d'être rendu aux pulsions sexuelles dans le lit pour en parler.

Lors d'une grossesse, si toi ou ton partenaire est porteur du VHS, il faut en parler au médecin. Le VHS peut se transmettre pendant l'accouchement et serait alors très dangereux pour le bébé. C'est pourquoi plusieurs femmes vont se faire proposer la césarienne.

Il est possible que ces lignes aient stimulé des questions, des réflexions, des inquiétudes chez toi. N'hésite pas, viens me voir à Cactus les lundis et jeudis soirs, appelle Info-Santé ou la ligne Info-ITSS : 1-888-855-7432 ou encore visite le site Web : www.masexualite.ca

Dans le prochain numéro de l'injecteur, il sera question de comment vivre avec l'herpès, d'ici là prenez-soin de vous ☺ ■

Eliocha Cournoyer, infirmière de proximité, CLSC Des Faubourgs.

RÉFÉRENCES :

- Images prises sur Internet : <http://search.sympatico.msn.ca/images/results.aspx?q=herp%C3%A8s+simplex&FORM=MSNH&setlang=fr-CA&cp=65001&lang=fr-CA>
- Agence de santé publique du Canada, *Infections génitales à virus herpès simplex, Lignes directrices*, 2006
- <http://www.hc-sc.gc.ca/iyh-vsv/diseases-maladies/herpes-f.html> Santé Canada, *Votre santé et vous, Herpès génital*, site consulté le 03-11-2006
- Santé Canada, *Lignes directrices canadiennes pour les MTS*, édition de 1998
- Protocole Info-Santé, *L'herpès*, édition de 2005