



GUIDE D'INFORMATION

sur l'herpès génital

Centre intégré universitaire
de santé et de services sociaux
du Saguenay–Lac-Saint-Jean



*Être bien informé...
C'est l'affaire de tous!*

Québec 



TABLE DES MATIÈRES

Définition

Qu'est-ce que l'herpès génital?	3
Transmission	3
Symptômes.....	4
Prise de rendez-vous	4

Soins de santé

Diagnostic et traitement.....	5
Prévention	5
Informers ses partenaires	6
Petit mot sur l'herpès labial	6
Petits conseils	7

Définition

Qu'est-ce que l'herpès génital?

L'herpès génital est provoqué par le virus herpès simplex. Il en existe deux types :

- le type 1, herpès labial ou feux sauvages, infecte principalement la bouche mais peut aussi se transmettre aux organes génitaux.
- le type 2, herpès génital, se manifeste principalement dans la zone des organes génitaux et de l'anus.

À la suite d'une infection, le virus rejoint un ganglion et devient latent (au repos) mais peut se réactiver régulièrement. Dans certains cas, on pourrait observer jusqu'à 6 poussées ou épisodes et plus par année. Les récidives sont impossibles à prédire. Certaines personnes feront une seule poussée durant toute leur vie.

Transmission

- soit de la mère infectée à son bébé lors de la grossesse ou de l'accouchement. Un accouchement vaginal est quand même possible, parlez-en avec votre professionnel de la santé.
- soit par contact sexuel :
 - au cours d'une relation sexuelle avec ou sans pénétration;
 - au cours d'un contact peau à peau avec une personne infectée présentant des lésions ou non;
 - au cours d'un contact de la bouche avec le pénis, la vulve, le vagin ou l'anus;
 - lors du partage de jouets sexuels.

La transmission est possible d'une personne infectée à une autre même si elle ne présente aucun symptôme. Le risque de transmission est faible soit environ de 3 à 8 jours par année. C'est souvent lors de la première année d'infection que la transmission sans symptôme est la plus élevée.

On ne contracte pas le virus de l'herpès par une poignée de main, dans l'eau du bain ou par le siège des toilettes.





Symptômes

Très souvent, les personnes infectées par l'herpès n'ont pas de symptôme. Une personne peut être infectée sans le savoir.

La première poussée peut être très intense. Ensuite, certaines personnes auront plusieurs crises par année et d'autres seulement quelques-unes au cours de leur vie.

Le nombre et l'intensité de ces crises varient d'une personne à l'autre. S'il y a présence de symptômes, ce sont généralement :

- une sensation de picotement ou de brûlement peut être le signe qu'une poussée active est sur le point de se manifester;
- des bosses sensibles à l'aine peuvent apparaître (surtout au moment de la première apparition);
- la première apparition peut être accompagnée de fièvre, de maux de tête ou de douleurs musculaires;
- de petites vésicules ou ulcères douloureux et très contagieux sur ou près des organes génitaux (pénis, vulve, vagin, anus), des cuisses et des fesses. Ces vésicules peuvent souvent éclater et laisser des plaies douloureuses. Ces plaies peuvent sécher et laisser une gale;
- une sensation de brûlure en urinant.

Les 12 à 24 heures précédant l'apparition visuelle des lésions sur la peau sont considérées comme une période possible de contagiosité.

Prise de rendez-vous

Si vous présentez des symptômes : vous devrez consulter un médecin, une infirmière praticienne spécialisée (IPS), un GMF, une clinique sans rendez-vous (planning-CLSC-hôpital) ou l'urgence.

Parlez-en à un professionnel de la santé rapidement afin d'être dirigé adéquatement.

Soins de santé



Diagnostic et traitement

Un prélèvement au niveau des lésions permet de détecter le virus. S'il n'y a pas de lésion, il n'est pas possible de poser un diagnostic fiable.

Il n'existe pas de traitement pour guérir l'herpès. Cependant, certains médicaments antiviraux peuvent contribuer à :

- soulager les symptômes;
- réduire la fréquence et la durée des récurrences;
- diminuer le risque de transmission.

Pour augmenter l'efficacité, la médication doit être prise rapidement dès l'apparition des symptômes.

Aucun vaccin ne protège contre l'herpès. C'est une infection que l'on porte en nous toute notre vie.

Des tests sanguins permettent d'identifier et de différencier les deux types d'herpès. Après une infection initiale ou primaire, plusieurs semaines peuvent s'écouler avant que n'apparaissent les anticorps produits par votre organisme au contact du virus de l'herpès. Le moment choisi pour effectuer ces tests est important et spécifique. Parlez-en avec un professionnel de la santé.

Prévention

Lorsqu'une personne est atteinte, certains facteurs favorisent l'arrivée des crises :

- le stress;
- l'exposition au soleil;
- la fatigue;
- la fièvre;
- les règles menstruelles;
- des plaies ou blessures;
- le port de vêtements serrés, des sous-vêtements synthétiques qui favorisent l'humidité.



Conseils préventifs en présence de lésions :

- éviter de se toucher les yeux après un contact sexuel afin d'éviter une transmission possible (herpès oculaire);
- se laver les mains avec du savon et bien assécher;
- laisser les zones de lésions à l'air libre plutôt que recouvertes d'un pansement;
- en cas d'herpès labial (feux sauvages), ne pas partager de brosses à dents, boire dans le même verre que votre ami, etc.;
- laver fréquemment les serviettes et sous-vêtements avant de les réutiliser.

Informez vos partenaires

Les personnes infectées doivent aviser leurs partenaires qu'elles ont l'herpès génital et qu'elles peuvent le transmettre même si elles n'ont pas de symptôme. Il pourrait être difficile pour vous d'en parler aisément avec un nouveau partenaire potentiel. Une approche calme, directe et ouverte aidera souvent à générer la discussion.

La peur de l'herpès prend souvent racine dans votre propre ignorance de l'herpès, ou dans l'ignorance de votre partenaire. Informez-vous à un professionnel de la santé des services qui peuvent vous être offerts.

Petit mot sur l'herpès labial

Parfois appelés herpès buccal ou boutons de fièvre, les feux sauvages sont des lésions ou des ulcères très contagieux qui se forment sur le contour extérieur de la bouche et qui durent généralement de 7 à 10 jours. Selon les estimations, 60 % de la population adulte souffrent de feux sauvages. Règle générale, les personnes atteintes auront 3 ou 4 feux sauvages par année. Les symptômes, traitements et préventions demeurent les mêmes que l'herpès génital.

Petits conseils

L'utilisation du condom peut diminuer le risque de transmission mais non complètement, car certaines zones ne sont pas protégées par celui-ci.

Portez le condom

- lors de relations orales, vaginales, anales, demandez à votre partenaire d'utiliser un condom et ne soyez pas gêné d'en parler, c'est pour votre santé;
- lors de relations orales (bouche-anus, bouche-vulve), vous pouvez utiliser une pellicule de plastique (Saran Wrap ou digue dentaire) ou appliquer un condom coupé en deux sur la vulve ou l'anus pour votre protection.

En cas de doute sur un de vos partenaires, n'hésitez pas à passer un test de dépistage pour d'autres infections transmissibles sexuellement ou par le sang (ITSS), selon vos facteurs de risque : chlamydia, gonorrhée, syphilis, VIH, hépatite B et hépatite C.

- Rappelez-vous que les tests usuels de dépistage des ITSS n'incluent pas le test d'herpès et que ce dépistage n'est pas encore recommandé de façon routinière.
- Ne partagez pas votre matériel de consommation de drogue (paille, argent, seringue, pipe à crack, etc.).
- Faites-vous tatouer ou percer avec du matériel stérile.
- Le partage d'effets personnels, comme un rasoir, une brosse à dents ou un jouet sexuel comporte un risque de transmission d'une ITSS. Il est conseillé de ne pas les emprunter ou d'appliquer un condom sur les jouets sexuels.



Notes

Références : - www.itss.gouv.qc.ca - www.masexualité.ca - www.pvsq.org - www.sante.gouv.qc.ca - www.cliniquelactuel.com - www.sosherpes.com - www.inspq.qc.ca / Document élaboré par : Oliver Samson, Médecin résident en gynécologie de l'Université de Sherbrooke; Marie-Lou Hébert, infirmière clinicienne, Clinique SIDEP-ITSS, Hôpital de Jonquière. Collaboration de : Marie-Ève Godin, Médecin de famille, Hôpital de Jonquière.

Ce document est disponible sur le site Internet du CIUSSS du Saguenay–Lac-Saint-Jean à l'adresse suivante : www.santesaglac.gouv.qc.ca/documentation
