

**JOURNÉE
MONDIALE
DU SIDA**

1^{ER} DÉCEMBRE 2018

**COMMÉMORATION
DES 30 ANS**

CE QU'IL FAUT SAVOIR À PROPOS DU DÉPISTAGE DU VIH

**VIVRE SA VIE
POSITIVEMENT**

Connaître son statut sérologique **VIH**



CETTE ANNÉE MARQUE LA 30^E ANNÉE D'ACTION DEPUIS LA PREMIÈRE JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LE SIDA, ORGANISÉE LE 1^{ER} DÉCEMBRE 1988.

Un engagement mondial fort pour en finir avec le sida a permis d'immenses progrès. En 2017, près de 75 % des personnes vivant avec le VIH dans le monde connaissaient leur état sérologique vis-à-vis du VIH et 59 % de toutes les personnes vivant avec le VIH ont eu accès au traitement.

Pourtant, les nouvelles infections à VIH ne reculent pas assez vite et trop de personnes meurent encore de maladies liées au sida, malgré la disponibilité d'un traitement efficace et de qualité. Et avec 36,9 millions d'hommes, de femmes et d'enfants vivant avec le VIH dans le monde, le nombre de personnes vivant avec le VIH n'a jamais été aussi élevé. Un quart d'entre elles ne savent même pas qu'elles sont atteintes du virus.

Les personnes vivant avec le VIH ne devraient pas mourir du sida et les personnes séronégatives au VIH devraient être soutenues en recevant les connaissances et les outils de prévention du VIH dont elles ont besoin pour rester séronégatives.

Journée mondiale de lutte contre le sida 2018

Pour cette édition 2018 de la Journée mondiale de lutte contre le sida, l'ONUSIDA a décidé de mettre en avant le dépistage du VIH. Passer un test de dépistage du VIH permet d'agir, de recevoir un traitement anti-VIH si l'on est séropositif au VIH ou de se protéger si l'on est séronégatif au VIH. Connaître son état sérologique vis-à-vis du VIH, c'est avoir le pouvoir de prendre le contrôle de sa santé et de son bien-être.

En 2017 :

36,9 MILLIONS DE PERSONNES VIVAIENT
AVEC LE VIH DANS LE MONDE.

UN QUART DE TOUTES LES PERSONNES
VIVANT AVEC LE VIH (9,4 MILLIONS)
NE SAVAIENT PAS QU'ELLES AVAIENT
LE VIRUS.

21,7 MILLIONS DE PERSONNES ONT
EU ACCÈS AU TRAITEMENT (59 % DES
PERSONNES VIVANT AVEC LE VIH).

1,8 MILLION DE PERSONNES ONT ÉTÉ
NOUVELLEMENT INFECTÉES PAR LE VIH.

940 000 PERSONNES SONT DÉCÉDÉES
DE MALADIES LIÉES AU SIDA.

Pourquoi se faire dépister ?

Le test de dépistage est l'unique moyen de savoir avec certitude si l'on est atteint du VIH. Si vous pensez avoir été exposé(e) à un risque d'infection à VIH, il est important de connaître votre état sérologique vis-à-vis du VIH et de démarrer un traitement dès que possible si le résultat du test est positif. Plus tôt vous commencez un traitement, plus vous resterez en bonne santé et moins vous serez susceptible de transmettre le virus.

Si vous êtes enceinte, ou que vous envisagez d'avoir un enfant, il est important de faire un test de dépistage du VIH afin de savoir si vous avez besoin de prendre des médicaments antirétroviraux pour prévenir la transmission du virus à votre enfant et, autre aspect important, pour rester en bonne santé à long terme en observant un traitement antirétroviral permanent.

Les personnes dont le résultat du test de dépistage du VIH est négatif devraient être orientées vers des services de prévention du VIH et continuer de se protéger du virus.



« Ma mère était là pour moi, mes amis les plus proches également. Quand il s'agit du VIH, c'est un long chemin à parcourir. Nous avons beaucoup appris ensemble. »
Yeshua, Ghana.

« UN TEST DE
DÉPISTAGE DU VIH,
C'EST... SAVOIR QUEL
EST SON ÉTAT DE
SANTÉ ET OU ON EN
EST DANS SA VIE. »

Léonie | Cameroun





Comment savoir si je suis exposé(e) à un risque ?

Le risque de contracter le VIH peut varier d'un pays à l'autre et d'une communauté à l'autre. Dans certains pays d'Afrique subsaharienne, par exemple, le pourcentage d'adultes âgés de 15 à 49 ans vivant avec le VIH est supérieur à 20 %.

Dans les zones de forte prévalence du VIH, il est capital que les personnes connaissent leur état sérologique, en particulier pour les nouveau-nés, les enfants, les jeunes, notamment les jeunes femmes et les filles, les femmes enceintes et les hommes de tous âges.

Il existe également des populations clés, notamment les hommes gays et les autres hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes, les personnes transgenres, les professionnel(le)s du sexe, les consommateurs de drogues injectables, les détenus et les personnes en structures fermées et les migrants, qui sont davantage exposés au risque du VIH et devraient faire des tests de dépistage du VIH.

Le Test du test

Si vous ne savez pas si vous devez faire un test de dépistage du VIH, répondez à notre Test du test.

Répondez aux questions suivantes :

- Vivez-vous dans une région où le taux de prévalence du VIH est élevé ?
- Vous-même ou votre famille avez déjà vécu dans une région où le taux de prévalence du VIH est élevé ?
- Avez-vous déjà payé ou été payé(e) pour des relations sexuelles ou avez-vous déjà échangé des biens ou des services contre des relations sexuelles ?
- Avez-vous déjà été diagnostiqué(e) ou avez-vous déjà reçu un traitement pour une autre infection sexuellement transmissible ?
- Avez-vous déjà eu la tuberculose ?
- Êtes-vous un homme ayant eu des relations sexuelles avec un autre homme sans préservatif ?
- Êtes-vous une personne transgenre ayant eu des relations sexuelles sans préservatif ?
- Avez-vous consommé des drogues injectables et échangé du matériel d'injection avec d'autres personnes ?
- Avez-vous eu des relations sexuelles sans préservatif avec une personne qui pourrait répondre oui à l'une des questions ci-dessus ?
- Avez-vous déjà eu des relations sexuelles sans préservatif avec une personne qui vit avec le VIH et dont vous ignorez si la charge virale est indétectable ?
- Êtes-vous enceinte ou prévoyez-vous de tomber enceinte ?

Si vous répondez oui à n'importe laquelle des questions ci-dessus, il serait préférable de faire un test de dépistage du VIH. Connaître votre état sérologique vis-à-vis du VIH vous permettra d'accéder aux connaissances nécessaires pour continuer de faire des choix éclairés sur votre santé, ainsi que d'accéder à un traitement essentiel si nécessaire.

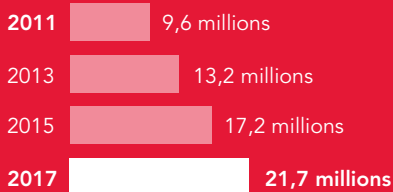
Si vous répondez oui à plusieurs des questions ci-dessus, il est fortement recommandé de faire un test de dépistage du VIH. Si vous estimez que vous êtes peut-être exposé(e) en permanence au risque de VIH, il est recommandé de vous adresser à des services de prévention du VIH et de faire un test de dépistage du VIH tous les six mois.

CONNAITRE SON STATUT SÉROLOGIQUE VIH : AVANTAGES

Le dépistage sauve des vies

Les personnes peuvent commencer un traitement anti-VIH uniquement si elles savent qu'elles vivent avec le virus : environ 9,4 millions de personnes ne savent pas qu'elles vivent avec le VIH.

Personnes vivant avec le VIH sous traitement



Savoir plus tôt pour se soigner plus tôt

Plus une personne est diagnostiquée tôt comme vivant avec le VIH, plus tôt elle pourra entamer un traitement qui lui sauvera la vie. Et plus le traitement anti-VIH commence tôt après l'infection, meilleurs sont les résultats. Avec une détection précoce du VIH, les personnes peuvent vivre longtemps et en bonne santé grâce à un traitement et des soins appropriés.



Se protéger du VIH

Un résultat de test du VIH ouvre l'accès à toute la palette d'options de prévention du VIH disponible en fonction de l'état sérologique de la personne vis-à-vis du VIH, pour qu'elle-même et ceux qu'elle aime restent séronégatifs au VIH.



Protéger ses proches

Le dépistage permet d'accéder au traitement et un traitement efficace est un excellent outil de prévention du VIH : il sauve des vies et prévient la transmission du VIH. Le traitement du VIH réduit la charge virale, c'est-à-dire la quantité de VIH présente dans l'organisme d'une personne, à des niveaux indétectables. Avec un niveau de VIH indétectable, une personne ne peut pas transmettre le virus à quelqu'un d'autre.



En finir avec la transmission aux bébés

Une femme enceinte ou allaitante vivant avec le VIH peut accéder à toute une série d'options lui permettant de rester en bonne santé et de faire en sorte que son bébé naisse sans le VIH et reste séronégatif au VIH, mais uniquement si elle connaît son état sérologique vis-à-vis du VIH.

**J'AI FAIT
LE TEST**

Revendiquer son droit à la santé

En décidant de connaître leur état sérologique vis-à-vis du VIH, les gens gagnent en autonomie dans leurs choix concernant leur droit à la santé.



Rester vivant et en bonne santé

Le dépistage du VIH peut aussi être une occasion de se faire dépister pour d'autres maladies, comme la tuberculose, les hépatites, l'hypertension artérielle et le diabète. C'est faire des économies tout en sauvant des vies.



« JE PENSE QUE L'ATTITUDE DES GENS A
BEAUCOUP CHANGE. LA STIGMATISATION
LIÉE À LA SÉROPOSITIVITÉ AU VIH A REÇULÉ.
IL VAUT MIEUX CONNAITRE SON STATUT. »

Charles et Francine | Cameroun

Si vous répondez non à l'ensemble des questions ci-dessus, votre risque d'infection à VIH devrait être faible ; toutefois, si vous cela vous inquiète, faire un test de dépistage du VIH est rapide et facile et confirmera votre état sérologique vis-à-vis du VIH tout en vous apportant les connaissances dont vous avez besoin pour rester en bonne santé.

Comment faire un test de dépistage du VIH ?

Faire un test de dépistage du VIH est facile et gratuit dans la plupart des établissements de santé. Il existe de nombreux endroits où vous pouvez faire un test de dépistage : chez votre médecin local, dans les dispensaires, dans les services de planification familiale et les services prénataux, dans les hôpitaux et les unités mobiles de dépistage, ou, si cette possibilité existe dans votre région, vous pouvez aussi faire votre test à domicile au moyen d'un kit d'auto-dépistage.

Le test de dépistage du VIH est réalisé au moyen d'une prise de sang dans le doigt ou le bras, ou au moyen d'un frottis buccal. En fonction du type de test que vous effectuez, les résultats peuvent être obtenus en 20 minutes, mais si un échantillon doit être envoyé à un laboratoire, cela peut prendre quelques semaines.

Lorsque vous passez un test de dépistage du VIH, vous devriez obtenir des informations concernant le virus avant et après le test et avoir la possibilité de poser des questions. Le dépistage du VIH est aussi une occasion de se faire dépister pour d'autres maladies, comme les hépatites virales, la tuberculose et les infections sexuellement transmissibles.

Le test de dépistage du VIH est-il confidentiel ?

Le dépistage du VIH devrait toujours être volontaire et confidentiel. Toutes les services de dépistage du VIH devraient être fournis dans le respect des « Cinq C » : consentement, confidentialité, conseil, résultats corrects et connexion avec la prévention, le traitement et les soins.

Que faire si je suis séropositif(ve) au VIH ?

Apprendre que l'on est séropositif au VIH peut être une expérience bouleversante ; cependant, il est important de se rappeler que d'énormes avancées ont été réalisées et qu'un traitement efficace est désormais disponible pour tenir à distance les maladies liées au VIH.

Si vous avez obtenu un résultat positif avec un kit d'auto-dépistage, vous devrez vous rendre dans une clinique ou un hôpital afin de confirmer le résultat au moyen d'une nouvelle prise de sang. Vous pouvez contacter votre établissement de santé le plus proche, qui pourra vous conseiller.

Si vous êtes séropositif(ve) au VIH, il est important de commencer le traitement dès que possible, même si vous vous sentez bien. Plus le traitement anti-VIH commence tôt, meilleurs sont les résultats. Avec une détection précoce du VIH, les personnes peuvent vivre longtemps et en bonne santé grâce à un traitement et des soins appropriés.

Une fois que vous êtes sous traitement antirétroviral contre le VIH, vous n'avez plus besoin de refaire un test de dépistage du VIH, mais vous devez faire contrôler régulièrement votre charge virale. Une charge virale faible ou indétectable signifie que le traitement est efficace et que le virus est supprimé.

Si vous êtes séronégatif(ve) au VIH, il est important de continuer de vous protéger contre le VIH, et si vous pensez être exposé(e) à un risque accru, il est recommandé de faire un test de dépistage du VIH tous les six mois.

En finir avec la stigmatisation, améliorer l'accès

Éliminer la stigmatisation, qui se traduit par des attitudes, des comportements et des jugements irrationnels ou suscités par la peur envers les personnes vivant avec le VIH, est absolument fondamental. La stigmatisation liée au VIH empêche les personnes d'accéder aux services anti-VIH, notamment pour la prévention, le dépistage et le traitement du VIH. L'élimination de la stigmatisation et de la discrimination liées au VIH dans les établissements de santé, envers les populations clés et envers les personnes vivant avec le VIH et touchées par le virus permettra d'abattre les barrières et d'augmenter l'accès aux services anti-VIH.

Beaucoup d'hommes évitent le dépistage du VIH et l'orientation vers les soins, car les services de santé ne sont souvent pas adaptés à leurs besoins, ce qui les rend mal à l'aise à l'idée d'aller dans un dispensaire ou un hôpital. Mieux adapter les services de santé aux hommes, par exemple avec la présence d'un plus grand nombre d'agents de santé masculins, les incitera à demander des informations et des conseils sur leur santé, y compris le dépistage du VIH.

Comment faire pour s'engager ?

Le dépistage du VIH est une étape positive et, pour cette Journée mondiale de lutte contre le sida, nous vous encourageons à :

- Vous informer sur le VIH.
- Faire reculer la stigmatisation en parlant du VIH.
- Réfléchir à votre propre exposition au risque de VIH et répondre au Test du test.
- Faire un test de dépistage du VIH si vous pensez avoir été exposé(e) au risque.
- Partager les documents d'information de la Journée mondiale de lutte contre le sida sur vos comptes de réseaux sociaux.
- Participer aux manifestations de votre région pour la Journée mondiale de lutte contre le sida.

Pour en savoir plus, rendez-vous sur : [knowyourstatus.unaids.org](https://www.knowyourstatus.unaids.org)



« IL NE FAUT PAS S'INQUIÉTER... IL SUFFIT
D'Y ALLER ET DE SE FAIRE DÉPISTER. »

Artyom | Bélarus

DÉPISTAGE DU VIH : CE QU'IL FAUT SAVOIR

Des lacunes dans le dépistage

En 2017, un quart de toutes les personnes vivant avec le VIH dans le monde n'étaient pas au courant de leur état sérologique vis-à-vis du VIH. Quand on ne connaît pas son statut, on ne peut pas entamer un traitement ni réfléchir aux moyens de prévention les mieux adaptés.

Vous seul(e) pouvez décider de faire un test de dépistage du VIH

La décision de faire un test de dépistage du VIH vous appartient, à vous seul(e). Personne ne devrait vous forcer à faire un test de dépistage du VIH : ni les médecins, ni vos partenaires, ni les membres de votre famille, ni les employeurs ou qui que ce soit d'autre.

Personne d'autre n'a besoin de savoir que vous faites un test ou de connaître votre résultat

Les agents de santé sont liés par le secret médical et doivent garantir la confidentialité de toutes vos données médicales. Le dépistage du VIH, le résultat du test et toute discussion concernant le résultat sont confidentiels. Seule la personne qui passe le test peut décider si elle souhaite communiquer le résultat à quelqu'un d'autre.

Parler du test et du résultat

Avant de faire un test dans un établissement de santé, les personnes auront la possibilité de parler avec un conseiller pour pouvoir comprendre le test, le résultat et ses conséquences, et pour exprimer leurs inquiétudes éventuelles. Après le test, elles recevront des conseils personnalisés en fonction du résultat et seront accompagnées pour comprendre les options qui s'offrent à elles.

Le dépistage est simple

Le test de dépistage du VIH est rapide et indolore. Tout ce qu'il faut, c'est une petite goutte de sang prélevée au niveau du doigt ou du bras ou un peu de salive. En général, il faut compter 20 minutes pour obtenir le résultat, mais cela peut prendre plus longtemps si l'échantillon doit être envoyé à un laboratoire.

Un dépistage régulier

Une personne exposée au risque d'infection à VIH devrait faire vérifier son statut et passer régulièrement un test de dépistage du VIH, au moins tous les six mois pour les personnes les plus exposées au risque.

Le dépistage à domicile

Des kits d'auto-dépistage du VIH sont déjà disponibles dans de nombreux pays, et ils sont en train de le devenir dans beaucoup d'autres : les personnes peuvent ainsi faire le test à tout moment, dans le cadre privé de leur domicile. Il est alors essentiel de pratiquer un second test dans un établissement de santé pour confirmer un résultat positif et se mettre en relation avec les services appropriés de prévention, de traitement et de soins.

Connaître son statut n'a que des avantages

Qu'il soit positif ou négatif, un test de dépistage du VIH est toujours utile. Les personnes qui apprennent ainsi leur statut seront orientées soit vers un traitement qui pourra leur sauver la vie, soit vers des options de prévention qui leur permettront, à elles-mêmes et à leurs proches, de se protéger du VIH.

Être sûr(e)

Un résultat négatif veut simplement dire que la personne n'est pas séropositive au VIH et ne vit pas avec le VIH. Elle peut être rassurée, mais doit garder à l'esprit qu'il existe une « fenêtre sérologique » : une période durant laquelle la personne qui vient d'être infectée par le VIH n'obtiendra pas un résultat positif au test de dépistage. Si cette personne reste exposée au VIH, elle devra envisager de renouveler le test de dépistage du VIH tous les 6 à 12 mois.

Un seul test positif au VIH sera toujours suivi d'un second test visant à confirmer le résultat. Il peut arriver que le second test donne un résultat différent du premier, auquel cas un nouveau test est recommandé au bout de six semaines. Cependant, si les deux tests, effectués à partir de deux échantillons différents, sont positifs, le diagnostic de séropositivité au VIH est confirmé et le traitement devrait être démarré aussitôt que possible.





20 Avenue Appia
1211 Genève 27
Suisse

+41 22 791 3666

unaids.org