

Virus de l'herpès simplex (VHS) Herpes Simplex Virus (HSV)

L'herpès est une infection transmissible sexuellement (ITS) causée par le virus de l'herpès simplex (VHS). Il peut se produire sur la peau autour ou parfois à l'intérieur du pénis ou des organes génitaux externes, le vagin ou les organes génitaux internes, l'anus et la bouche. Pour de nombreuses personnes, l'herpès est une affection cutanée qui va et vient sans causer de problèmes.

L'herpès peut être géré. C'est une ITS très courante en Colombie-Britannique.

Il existe deux types d'herpès : l'herpès simplex de type 1 (VHS-1) et l'herpès simplex de type 2 (VHS-2).

Le VHS-1 se trouve généralement autour de la bouche et est souvent appelé « herpès labial ». Il peut être transmis oralement par un baiser et il peut être transmis aux organes génitaux par un rapport sexuel oral. Le VHS-2 se trouve généralement dans la zone génitale et se transmet lors de rapports sexuels vaginaux et anaux, mais il peut également être transmis à la bouche lors de rapports sexuels oraux. Il est rare de trouver le VHS-2 sur les lèvres, mais il est de plus en plus fréquent de trouver le VHS-1 dans la zone génitale. Les deux types sont parfois transmis à d'autres parties du corps par contact cutané.

Après la première poussée, l'herpès reste dans le corps et devient inactif. Le virus peut devenir actif de temps à autre. Lorsque cela se produit, les symptômes se manifestent généralement dans la même zone générale que la première fois. Il n'y a aucun moyen de savoir si, ou à quelle fréquence, une personne aura de nouvelles poussées. Pour la plupart des gens, la situation se dégrade avec le temps.

Causes Causes

L'herpès est transmis par contact sexuel vaginal, oral et anal. Cela inclut à la fois les rapports sexuels avec pénétration et les activités sexuelles où il y a un contact peau à peau. Le contact doit se faire directement avec la partie du corps où la personne a le virus.

L'herpès peut être transmis aux autres même si vous n'avez pas de symptômes. Le virus peut être trouvé sur la peau même quand il n'y a pas de symptômes, appelé « excrétion asymptomatique ». Cependant, il est plus probable qu'il soit transmis lorsque les symptômes sont présents.

Une fois que vous avez un type de VHS, il est inhabituel d'avoir le même type sur une autre partie de votre corps. L'exception se situe dans les premiers mois suivant l'exposition au VHS, pendant que votre organisme fabrique des anticorps contre le virus. Le VHS peut être transmis à d'autres parties du corps pendant cette période. Essayez de ne pas toucher les plaies et lavez-vous souvent les mains, afin de réduire les risques de transmission à une autre partie du corps.

Une fois que vous avez un type d'herpès, il est inhabituel d'avoir le même type sur une autre partie de votre corps.

Symptômes Symptoms

Si vous avez de l'herpès, il est courant de ne pas remarquer de symptômes. Si vous présentez des symptômes, ils apparaîtront probablement dans les 2 à 21 jours après un contact sexuel.

La première fois que vous entrez en contact avec le virus et que vous présentez des symptômes s'appelle une *première éclosion*. La première éclosion peut durer plus longtemps et être plus grave que les éclosions suivantes. Les premiers symptômes comprennent des démangeaisons, des brûlures ou des picotements à l'endroit où les cloques ou les plaies peuvent apparaître, suivis de plaies rouges douloureuses ou de petites cloques et parfois de glandes enflées, de fièvre et de courbatures. Vous pouvez présenter des symptômes grippaux graves, comme de la fièvre, des maux de tête et des douleurs musculaires. Avec le temps, les épidémies sont généralement moins fréquentes et les symptômes sont plus légers.

Les poussées d'herpès peuvent être déclenchées par différents facteurs. Il peut s'agir de l'exposition au soleil, du manque de sommeil, de la consommation d'alcool, d'une irritation de la peau et d'événements stressants. Les symptômes peuvent être réduits en utilisant un écran solaire, en dormant suffisamment, en buvant de l'eau, en utilisant un lubrifiant, en mangeant bien et en utilisant des stratégies d'adaptation au stress.

Tests et diagnostics Tests and Diagnosis

La plupart des tests de dépistage de l'herpès sont effectués au moyen d'un examen et d'un échantillon prélevé sur une cloque. Les résultats sont les plus précis si vous voyez un fournisseur de soins de santé dès qu'une plaie se développe. Celui-ci examinera la plaie pour déterminer de quoi il s'agit. Si possible, il fera un prélèvement.

Il y a un test sanguin pour l'herpès, mais il n'est pas fait régulièrement. Le guide du patient au bas de cette page contient plus d'information sur les tests sanguins pour l'herpès.

Il est préférable de se faire tester pour l'herpès lorsque vous avez des symptômes.

Fenêtre sérologique (temps d'attente avant le test) :

La plupart des tests par écouvillonnage sont précis lorsque vous présentez des symptômes. La plupart des résultats des analyses sanguines sont exacts 12 à 16 semaines après votre contact avec l'herpès. En Colombie-Britannique, la plupart des résultats des tests devraient être prêts dans 10 jours.

Traitement Treatment

Vous pouvez choisir si vous voulez traiter votre herpès. Les symptômes disparaîtront sans traitement, bien qu'ils puissent disparaître plus tôt avec le traitement. L'herpès est traité avec des médicaments antiviraux sur ordonnance. Ces médicaments peuvent atténuer la gravité d'une poussée et réduire les risques de transmission aux partenaires sexuels. La médication est plus efficace si elle commence le plus tôt possible après le début d'une éclosion.

Pour soulager les symptômes d'une épidémie génitale, vous pouvez essayer ce qui suit :

- porter des vêtements amples et des sous-vêtements en coton;
- vous baigner dans l'eau tiède pour apaiser les plaies;
- garder la zone sèche;
- appliquer une poche de glace, enveloppée dans une couverture propre, sur les plaies;
- prendre de l'acétaminophène ou de l'ibuprofène (analgésique en vente libre), au besoin;
- boire beaucoup de liquides pour garder l'urine diluée (pour réduire la douleur en urinant);
- si uriner est douloureux, essayer d'uriner dans une douche ou un bain tiède, ou essayer de verser de l'eau tiède sur les parties génitales en urinant;
- utiliser uniquement des médicaments, des onguents ou des crèmes selon les directives de votre fournisseur de soins de santé.

Partenaires sexuels Sexual Partners

C'est votre choix si vous parlez à vos partenaires sexuels actuels de l'herpès. Dire à vos partenaires leur permet de faire des choix éclairés, mais vous ne voudrez peut-être pas le faire ou vous ne vous sentirez peut-être pas en sécurité de le dire à vos partenaires. Vous devez prendre la décision qui vous convient le mieux.

Les partenaires actuels peuvent se vérifier eux-mêmes régulièrement pour détecter l'herpès. S'ils remarquent des symptômes, ils peuvent consulter leur fournisseur de soins de santé. Une fois la poussée terminée, il est moins probable que vous puissiez transmettre l'herpès à vos partenaires sexuels.

Complications Complications

L'herpès ne cause habituellement pas d'autres problèmes de santé. Les complications sérieuses, bien qu'extrêmement rares, peuvent inclure :

- un risque plus élevé de contracter et de transmettre le VIH;
- des poussées continues, fréquentes et douloureuses;

- un herpès oculaire;
- une infection et inflammation du cerveau (encéphalite ou méningite)

Grossesse : Informez votre fournisseur de soins de santé si vous êtes enceinte et avez l'herpès. Vous pouvez transmettre l'herpès à votre enfant pendant la naissance.

Prévention Prevention

Pour réduire les chances de passer ou d'obtenir l'herpès :

- vous pouvez toujours avoir des relations sexuelles lorsque vous avez une poussée, mais veillez à éviter tout contact peau à peau dans la zone où vous avez des plaies (par exemple, n'ayez pas de relations sexuelles buccogénitales lorsque vous avez une plaie sur la bouche);
- vous pouvez envisager la prise de médicaments antiviraux si vous avez des éruptions fréquentes.

C'est une bonne idée d'être testé régulièrement pour les ITS, surtout si vous avez de nouveaux partenaires sexuels ou des relations ouvertes. En discutant avec ses partenaires de la sexualité à moindre risque, chacun sait à quoi s'attendre. Les préservatifs sont formidables s'ils fonctionnent pour vous – l'utilisation correcte des préservatifs pourrait réduire vos chances de contracter et de transmettre l'herpès (selon l'endroit où se trouvent les éruptions).

Ressources Resources

HealthLink BC - Informations sur l'herpès en plusieurs langues
<https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/genital-herpes>

The Herpes Handbook – Information sur l'herpès (en provenance des États-Unis)
<http://www.westoverheights.com/wp-content/uploads/2014/08/Updated-Herpes-Book.pdf>

SmartSexResource – En cas d'inquiétude ou d'anxiété au sujet de l'herpès
<https://smartsexresource.com/topics/worry-and-anxiety>

TransCareBC – Information sur la santé sexuelle et génésique basée sur l'affirmation de genre
<http://www.phsa.ca/transcarebc/care-support/access-care/sexual-hlth>