

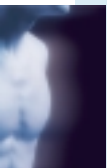
Herpès génital



Ce qu'il faut savoir.

Madame, Mademoiselle, Monsieur,

Si votre médecin vient de vous apprendre que vous souffrez d'herpès génital ou si vous souhaitez tout simplement vous informer à propos de cette maladie et des possibilités de traitement, **cette brochure vous est destinée.**



L'herpès génital est provoqué par l'herpès simplex virus. On en connaît deux formes: l'herpès simplex virus de type 1, qui est principalement responsable des infections de la région péribuccale, et l'herpès simplex virus de type 2, qui est essentiellement à l'origine des infections de la sphère génitale. Toutefois, tous deux peuvent engendrer des infections d'autres parties du corps et même des yeux. En particulier, HSV-1

peut aussi infecter la région génitale, probablement à la faveur de relations orogénitales.

En Suisse, environ 20% de la population est porteuse du virus de l'herpès de type 2, la plupart du temps sans le savoir.

Les personnes atteintes d'herpès génital se sentent souvent coupables, dévalorisées, et n'osent pas parler de leur maladie. Je vous l'assure: l'herpès génital est une infection dont vous ne devez pas avoir honte. Parlez-en à votre médecin et à votre partenaire.

Bien que très pénible et invalidant, l'herpès ne doit pas vous inquiéter.

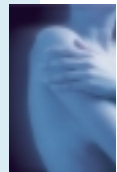
Il existe des méthodes de traitement efficace qui peuvent vous soulager rapidement. Vous trouverez dans cette brochure des informations importantes

et des réponses aux questions les plus fréquentes.

Si vous souhaitez de plus amples renseignements ou si vous pensez souffrir d'herpès génital, consultez votre médecin, qui vous apportera volontiers son aide.

Avec tous mes souhaits de bonne santé.

Dr Stefan Gerber,
Maternité CHUV, Lausanne

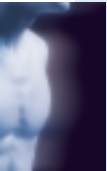


Qu'est-ce que l'herpès génital et comment se transmet-il ?

L'herpès génital est une infection virale qui peut toucher aussi bien l'homme que la femme, généralement localisée sur les organes sexuels, l'anus ou, moins fréquemment, sur d'autres parties du corps, telles les fesses ou les cuisses. Elle se transmet la plupart du temps lors d'un rapport sexuel génital ou oral avec une personne porteuse de l'herpès simplex virus.

Par de petites lésions cutanées à peine visibles, les virus pénètrent dans la peau, où ils se multiplient et forment de petites vésicules. Une fois ces lésions cicatrisées, ces virus passent dans les cellules nerveuses où ils restent sous forme latente. Certains facteurs déclenchants comme les règles, la grippe, le stress ou une blessure peuvent favoriser la multiplication des virus et

réactiver la maladie. En général, de nouvelles vésicules se forment. Le liquide qu'elles contiennent abrite une nouvelle génération de virus susceptibles de contaminer d'autres personnes. Parfois, le virus peut être réactivé et excrété à la surface de la peau sans qu'aucune lésion puisse être visualisée (sécrétion asymptomatique).



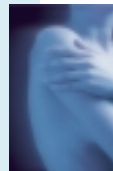
La transmission du virus nécessite un contact direct de peau à peau et bien que théoriquement possible, le risque d'infection par l'intermédiaire d'objets fraîchement contaminés est quasiment inexistant dans la vie de tous les jours.

Les deux images de la page précédente représentent des éruptions cutanées de l'herpès génital chez l'homme et ci-dessous chez la femme.



Les femmes sont-elles plus fréquemment atteintes ?

Les femmes sont généralement plus souvent atteintes que les hommes.



Comment savoir si l'on est atteint d'herpès génital ?

L'herpès génital se manifeste généralement par l'apparition de petites vésicules groupées en «bouquet» dans la sphère génitale. La peau environnante est rouge et sensible. Les symptômes les plus typiques sont les suivants :

- douleurs, brûlures ou démangeaisons,
- douleurs au passage de l'urine (surtout chez les femmes),
- formation de petites plaies à vif suite à la rupture des vésicules, les ulcérations.

D'autres symptômes sont moins fréquents : petites fissures, boursoufflures ou plaies isolées.

Les blessures guérissent au bout de quelques jours ou de quelques semaines, la plupart du temps sans laisser de cicatrices.



Lorsque le virus pénètre pour la première fois dans l'organisme (**primo-infection**), il peut entraîner une maladie qui peut être assez sévère et qui peut durer jusqu'à 2-3 semaines. Les premiers symptômes sont en général :

- fièvre accompagnée de douleurs musculaires, de maux de tête ou de ventre,
- douleurs croissantes dans la région génitale, difficulté à uriner,
- gonflement des ganglions lymphatiques dans la région de l'aîne, sensibilité de ces ganglions.

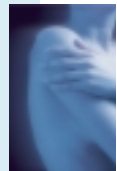
Cet épisode guérit. Mais le virus se cache dans des cellules d'où il peut causer des récurrences. Ces récurrences peuvent présenter les mêmes lésions, mais en général moins douloureuses et de durée plus courte (environ 1 semaine).

Conseils pratiques concernant l'identification de la maladie

- Consultez votre médecin le plus rapidement possible si vous soupçonnez une infection génitale par l'herpès ou si vous constatez des symptômes.
- Les symptômes de l'herpès génital sont proches de ceux d'autres infections touchant les organes sexuels. Un simple frottis effectué par votre médecin vous permettra de savoir rapidement si les symptômes dont vous souffrez sont ou non dus à l'herpès.

L'herpès génital est-il dangereux ?

A l'exception des primo-infections, l'herpès génital est une maladie paucisymptomatique et sans danger ni séquelles graves à long terme. Une fois dans l'organisme, le virus y reste à vie. Certaines personnes infectées souffrent de crises récurrentes, dont la fréquence diminue toutefois avec l'âge.



Attention !

- L'herpès génital peut être mortel chez les nouveau-nés ou engendrer des séquelles neurologiques graves. Les femmes enceintes doivent donc absolument consulter leur médecin si elles soupçonnent une infection. Les futures mères ayant déjà eu une poussée d'herpès doivent en informer leur gynécologue.
- L'herpès génital peut également toucher les yeux. Si vous constatez des symptômes d'infection, consultez immédiatement votre ophtalmologue.
- L'herpès génital est plus fréquent et provoque des symptômes plus graves chez les personnes dont les défenses immunitaires sont affaiblies (personnes atteintes du SIDA, ayant subi une chimiothérapie, etc.).



En combien de temps les symptômes disparaissent-ils après l'apparition de la maladie ?

La durée des symptômes peut varier de quelques jours à quelques semaines selon qu'il s'agisse respectivement d'une récurrence ou d'une première manifestation. Il existe des médicaments antiviraux efficaces qui raccourcissent la durée des crises s'ils sont pris dès les premiers symptômes.

Quand la maladie se déclare-t-elle ?

La plupart du temps (60% des cas), la contamination ne s'accompagne d'aucun symptôme, et il est souvent impossible de déterminer le moment où elle s'est produite. Elle peut dater de plusieurs années ou même de plusieurs dizaines d'années. Cependant, l'apparition de symptômes typiques de primo-infection accompagnés d'une détérioration de l'état général indiquent que la contamination a eu lieu une à deux semaines auparavant.

Les facteurs qui peuvent déclencher l'herpès sont :

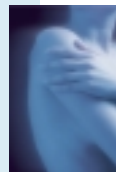
- l'affaiblissement du système immunitaire, en raison par ex. d'une autre maladie (grippe, pneumonie, etc.),
- le stress prolongé,
- les règles,
- les lésions de la peau dans la région génitale,

- les rayons ultraviolets,
- la fatigue physique.


Comment se protéger et protéger les autres ?

L'herpès génital n'est contagieux que lorsque les virus se multiplient et remontent à la surface de la peau, ce qui est le cas surtout en présence de vésicules ou de lésions et lors de récurrences asymptomatiques. En présence de lésions il est donc recommandé de s'abstenir de toute relation sexuelle durant toute cette période. L'herpès peut également récidiver sans symptôme apparent et se transmettre à une autre personne.

L'utilisation des préservatifs offre une certaine protection principalement dans le sens d'une transmission hommes-femmes.



Peut-on être atteint d'herpès génital si on a déjà souffert soi-même d'herpès labial ou si sa ou son partenaire en a déjà souffert ?



En règle générale, l'herpès labial, plus connu sous le nom de «boutons de fièvre», est provoqué par un autre type de virus (l'herpès simplex virus de type 1). Toutefois, la transmission directe de ce virus aux organes génitaux est possible en cas de contact de peau à peau (jusqu'à 50% des cas d'herpès génital). Evitez donc tout rapport sexuel oral tant que vous avez des boutons de fièvre.

Le fait d'avoir souffert d'herpès labial ne protège pas de l'herpès génital.

Conseils de prévention

- Si vous avez déjà eu des poussées d'herpès génital, parlez-en à votre partenaire.
- Renoncez aux contacts sexuels si vous constatez des symptômes dans la région génitale. Utilisez des préservatifs si vous ne savez pas si vous souffrez d'une poussée ou non.
- Durant la première année suivant une primo-infection, la maladie est beaucoup plus contagieuse que dans les années qui suivent et les récurrences sont plus fréquentes dans l'année qui suit une primo-infection. Discutez avec votre médecin des mesures de protection à prendre.

Que faire en cas d'infection par l'herpès ?

Consultez votre médecin le plus rapidement possible si vous constatez des symptômes d'herpès. Il existe aujourd'hui des médicaments extrêmement efficaces qui bloquent la reproduction des virus. En Suisse, différents principes actifs sont disponibles sous forme de comprimés. Ce sont le famciclovir et également le valaciclovir et l'aciclovir. Ils diminuent non seulement la gravité des symptômes, mais aussi la durée des poussées. Ces médicaments ne sont délivrés que sur ordonnance. Le traitement dure 5 à 10 jours et ne présente aucun danger, tous trois étant très bien tolérés.

Vous pouvez bénéficier de trois modes de traitement :

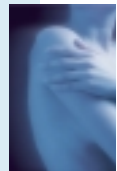
- Un traitement symptomatique lors d'une première infection

- Un traitement lors de récurrences
- Un traitement suppressif à long terme

Un test sanguin pourra également définir si votre partenaire a déjà été en contact avec le virus ou pas. Cela permettra de mieux conseiller le couple quant aux précautions à prendre dans l'avenir.

Ce traitement guérit-il ?

Non. Une fois les symptômes disparus, le virus de l'herpès se retire dans les cellules nerveuses, où il reste sous forme latente, («au repos») jusqu'à la prochaine poussée. Toutefois, lorsqu'elle récidive, la maladie est généralement moins grave et plus courte.



Conseils pratiques concernant le traitement et la prévention des récurrences

- Plus le traitement est débuté précocement, plus les symptômes disparaissent rapidement. Si vous avez déjà eu une poussée d'herpès génital par le passé, il faut commencer le traitement au plus tard un à deux jours après les manifestations d'une récurrence, sans quoi il sera moins efficace.
- Apprenez à reconnaître les facteurs déclenchants. Certains d'entre eux (vêtements serrés et irritant la peau, rayons ultraviolets des solariums, etc.) peuvent être évités.



- Un traitement médicamenteux de longue durée permet la plupart du temps d'empêcher les récurrences. Ce type de traitement est recommandé pour les personnes souffrant de plus de six poussées d'herpès génital par année ou dont les crises sont particulièrement pénibles et invalidantes. Renseignez-vous auprès de votre médecin.

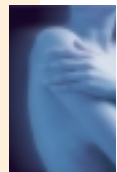
Comment vivre en couple avec l'herpès génital ?

L'herpès génital peut être douloureux, notamment lors de la première crise. Toute activité sexuelle devient alors impossible. A ces difficultés vient s'ajouter celle d'en parler avec votre partenaire. Peut-être craignez-vous une réaction de rejet, des accusations d'infidélité ou même une rupture. Expliquez-lui que l'infection peut avoir eu lieu avant le début de votre relation.

N'hésitez en aucun cas à parler de la maladie avec votre partenaire. Votre relation restera franche et empreinte de confiance.

Conseils pratiques pour en parler

- Informez votre partenaire que l'herpès génital n'empêche pas d'avoir une vie sexuelle normale à condition que vous preniez les mesures de précaution dont nous avons parlé plus haut.
- Parlez à votre partenaire de la maladie, même si vous n'avez eu qu'une seule poussée.
- Réfléchissez à la façon dont vous souhaiteriez que votre partenaire vous informe si vous étiez à sa place.
- Pensez-y : vous n'êtes pas responsable de votre maladie. L'herpès génital est une affection très répandue et peut toucher tout un chacun. Souvent, la contamination date de plusieurs années.
- Parlez ensemble des mesures de précaution à prendre. Consultez ensemble votre médecin, qui répondra à toutes vos questions.



Comment vivre avec la maladie au quotidien ?

Une poussée d'herpès génital peut provoquer des douleurs, des brûlures ou des démangeaisons. Il faut éviter dans la mesure du possible toute irritation supplémentaire de la région génitale, que ce soit par la sueur, des frottements ou une pression constante.



Conseils pratiques pour le quotidien

- Durant les poussées, évitez de rester longtemps en position assise et ne vous livrez à aucun effort physique intense.
- Evitez les pantalons étroits ou synthétiques. Préférez des vêtements larges et aérés en coton ou en soie.

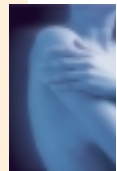
Conseils pratiques d'hygiène pendant et après les poussées d'herpès génital

- Les blessures causées par l'herpès génital peuvent être infectées par des bactéries ou des levures. Evitez par conséquent de toucher les zones concernées.
- Lavez-vous soigneusement les mains lorsque vous avez touché les vésicules. Le virus de l'herpès peut se transmettre à d'autres parties du corps. Si vous portez des verres de contact, attention : une infection des yeux peut causer des troubles de la vue.
- Ne partagez pas vos linges et gants de toilette. Changez de gants de toilette tous les jours.

- Les savons liquides non irritants sont particulièrement recommandés pour la toilette intime. Des bains de siège désinfectants ou des compresses avec des produits contenant des tannins peuvent également vous soulager. Il est conseillé d'appliquer des pommades assouplissantes sur les endroits présentant des croûtes. Votre pharmacien peut vous recommander les produits adéquats.

Pour de plus amples informations concernant l'herpès génital,

- adressez-vous à votre médecin,
- consultez le site **www.herpes-info.ch**, où vous trouverez également des liens vers d'autres sites traitant de l'herpès génital.



Une information de



