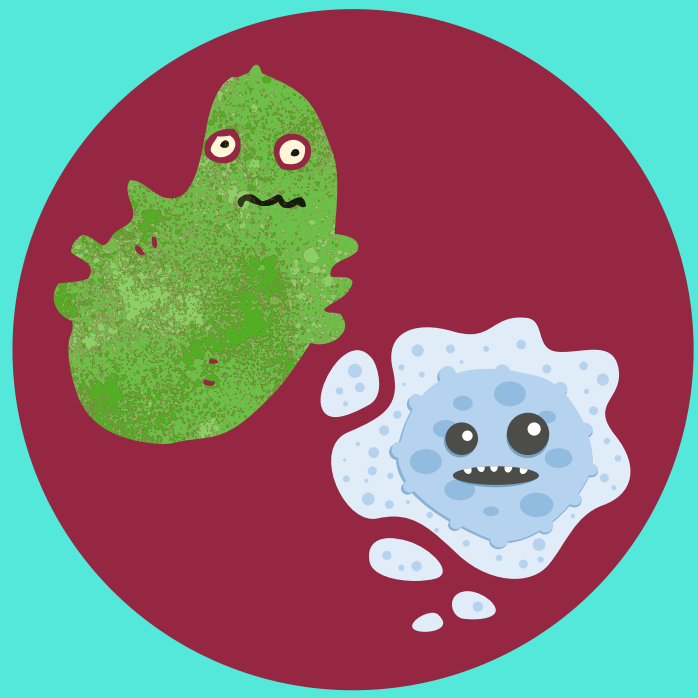




Des pratiques sexuelles plus sûres

Qu'est-ce qu'une infection transmissible sexuellement?



Les infections transmissibles sexuellement (ITS) et les infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS) sont causées par une bactérie ou un virus et sont transmises par contact sexuel.



Transmission des ITS et des ITSS

- Échange de sécrétions provenant des organes génitaux (sperme et/ou sécrétions vaginales)
- Échanges de sécrétions par la salive
- Contact corporel intime
- Contact avec du sang

Risque de transmission des ITS et des ITSS

Le niveau de risque encouru dépend du type d'activités sexuelles dans lesquelles la personne s'engage



Activités sexuelles à faible niveau de risque

- Habituellement, les activités sexuelles où l'on utilise une protection
- Le sexe oral (contact de la bouche avec le pénis, la vulve ou l'anus) protégé avec une digue dentaire ou un préservatif externe
- Le sexe avec pénétration (où un pénis entre dans un vagin ou un anus) protégé avec un préservatif interne ou externe



Activités sexuelles à plus haut niveau de risque



- Habituellement, les activités sexuelles non protégées
- Le sexe oral (contact de la bouche avec le pénis, la vulve ou l'anus) sans digue dentaire ou préservatif externe
- Le sexe avec pénétration (où un pénis entre dans un vagin ou un anus) sans préservatif externe ou interne

Le pénis et la vulve/le vagin ne sont pas les seules parties du corps susceptible de transmettre ou de contracter une ITS/ITSS. Il est possible de contracter ou de transmettre une infection par la bouche, la gorge, les lèvres ou l'anus.



Les ITS et les ITSS peuvent également être transmises lorsqu'on utilise un accessoire sexuel qui est entré en contact avec les sécrétions corporelles d'une autre personne.



Healthy Relationships, Sexuality & Autism

Developed by: **Autism Nova Scotia**

Prévention des ITS et des ITSS

Lorsqu'elles sont utilisées correctement, les méthodes contraceptives de barrière constituent une façon efficace de se protéger contre la transmission d'ITS et d'ITSS. Ces méthodes doivent être utilisées dès lors qu'une personne s'engage dans une activité sexuelle.



• Préservatifs (internes et externes)

• Dignes dentaires



• Gants



Ces méthodes garantissent des pratiques sexuelles plus sûres, mais il n'existe pas de méthode de barrière « 100 % sûre ». La seule manière de garantir qu'une personne ne se trouvera pas infectée par une ITS ou une ITSS est l'abstinence, c'est-à-dire en n'ayant aucune relation sexuelle avec une autre personne.

Prévalence des ITS et des ITSS

Les infections transmissibles sexuellement sont courantes, en particulier chez les jeunes sexuellement actifs et actives. La plupart des personnes infectées sont asymptomatiques, c'est-à-dire qu'elles ne présentent aucun symptôme ou signe d'infection.

Les ITS et les ITSS ne font pas d'une personne porteuse quelqu'un de « sale ». Elles ne dépendent pas du nombre de partenaires sexuels que la personne a connus.

La seule façon pour une personne de savoir si elle a une ITS/ITSS est de consulter un médecin pour faire pratiquer un test. .





Healthy Relationships, Sexuality & Autism

Developed by: **Autism Nova Scotia**

Traitement des ITS



De nombreuses ITS causées par des bactéries peuvent être traitées et soignées à l'aide de médicaments prescrits par un médecin.

Les ITS causées par une infection virale peuvent être traitées, mais pas soignées. Lorsqu'une personne est infectée par un virus, elle le reste toute sa vie. Il existe des vaccins préventifs pouvant protéger les personnes contre les infections virales. Il est possible de se faire vacciner auprès d'un(e) professionnel(le) de la santé.



Quand elles ne sont pas traitées, les infections transmissibles sexuellement peuvent endommager les organes reproducteurs et causer des problèmes de santé à long terme

Les limites personnelles

Les **pratiques sexuelles sans risque** ne concernent pas uniquement les méthodes de contraception destinées à nous protéger physiquement, comme les préservatifs. Il s'agit également de vous sentir en sécurité au niveau émotionnel.

Des limites saines, la communication, le consentement, ainsi que respect pour vous-même et votre/vos partenaire(s) sont des éléments importants permettant des pratiques sexuelles plus sûres. Si vous êtes sexuellement actif ou active, faites-vous dépister régulièrement pour les ITS. Apprenez à connaître votre/vos partenaire(s) sexuel(s) et parlez ensemble de santé sexuelle, de contraception et de méthodes de barrière, ainsi que de vos limites quand il s'agit de sexualité.

Avez-vous des inquiétudes ou des questions liées à votre santé sexuelle? Consultez votre prestataire de soins de santé local pour discuter avec un(e) professionnel(le) et vous faire dépister pour les infections transmissibles sexuellement.



References

Autism Nova Scotia. (2019). *Healthy Relationships, Sexuality and Autism Program Curriculum*. Halifax, Canada: Autism Nova Scotia.
Corinna, H. (2016). *S.E.X., The All-You-Need-To-Know Sexuality Guide to Get You Through Your Teens and Twenties* (2nd ed.). Boston, MA: Da Capo Press.
STIs (n.d.). Sex & U. Retrieved July 06, 2020, from <https://www.sexandu.ca/stis/>