

MONKEYPOX

Variole du singe et relations sexuelles plus sûres

La vaccination joue un rôle important dans la prévention de la propagation de la variole du singe. Toutefois, en raison du nombre limité de doses de vaccin disponibles, vous devriez envisager de modifier temporairement certains comportements pouvant accroître votre risque d'exposition. Ces changements temporaires contribueront à ralentir la propagation de la variole du singe jusqu'à ce que l'approvisionnement en vaccins soit adéquat.

Il est également important de réduire, voire de supprimer, les comportements qui augmentent le risque d'exposition à la variole du singe lorsque vous êtes en attente de votre deuxième dose de vaccin après avoir reçu la première. Votre protection sera optimale deux semaines après que vous aurez reçu votre deuxième dose de vaccin.

Prenez l'habitude d'échanger vos coordonnées avec tout nouveau partenaire afin de permettre un suivi de santé sexuelle, le cas échéant.

Parlez des symptômes de la variole du singe avec votre partenaire et surveillez l'apparition de toute nouvelle éruption cutanée ou lésion sur vos membres, y compris la bouche, les parties génitales (pénis, testicules, vulve ou vagin) ou l'anus (trou de balle). Si vous-même ou votre partenaire avez récemment présenté des symptômes de la variole du singe ou si vous avez remarqué une éruption cutanée nouvelle ou inexplicable sur votre corps, abstenez-vous de relations sexuelles et consultez un professionnel de la santé. Dans certains cas, les symptômes peuvent être légers et certaines personnes peuvent même ignorer qu'elles ont contracté la variole du singe.



Si vous-même ou l'un de vos partenaires avez ou pensez avoir la variole du singe, le meilleur moyen de vous protéger et de protéger les autres est d'éviter les relations sexuelles quelles qu'elles soient (orales, anales, vaginales) et d'éviter les baisers et les contacts corporels pendant que vous êtes malade. **Évitez tout particulièrement de toucher une éruption cutanée, quelle qu'elle soit.** Ne partagez pas d'objets tels que des serviettes, des accessoires de fétichisme, des jouets sexuels et des brosses à dents.

Même si vous vous sentez bien, voici quelques conseils pour réduire votre risque d'être exposé(e) à la variole du singe si vous avez une vie sexuelle active :

- Abstenez-vous temporairement d'effectuer des activités qui augmentent l'exposition à la variole du singe jusqu'à ce que deux semaines se soient écoulées depuis votre deuxième vaccination. Vous limiterez ainsi fortement vos risques.

Suite à la page



- Limitez le nombre de vos partenaires sexuels pour réduire votre probabilité d'exposition.
- Les espaces tels que les arrière-salles, saunas, sex-clubs ou les réunions sexuelles privées et publiques propices aux contacts sexuels intimes, souvent anonymes, avec de multiples partenaires, sont plus susceptibles de propager la variole du singe.
- Les préservatifs (en latex ou en polyuréthane) peuvent protéger votre anus (trou de balle), bouche, pénis ou vagin contre l'exposition à la variole du singe. Toutefois, un préservatif seul ne peut pas prévenir toutes les expositions à la variole du singe puisque l'éruption cutanée peut apparaître sur d'autres parties du corps.
- Le port de gants (en latex, polyuréthane ou nitrile) peut également réduire la possibilité d'une exposition si vous insérez des doigts ou mains dans le vagin ou l'anus. Les gants doivent recouvrir toute la peau exposée et être retirés avec précaution pour éviter de toucher la surface extérieure.
- Évitez les baisers ou échanges de salive, car la variole du singe peut se transmettre de cette façon.
- Masturbez-vous à distance l'un de l'autre, sans vous toucher et sans toucher d'éruption cutanée.
- Préférez le sexe virtuel sans contact personnel.
- Envisagez d'avoir des relations sexuelles tout en gardant vos vêtements ou en couvrant les zones présentant une éruption cutanée et en réduisant ainsi autant que possible les contacts de peau à peau. Les accessoires en cuir ou en latex constituent aussi une barrière aux contacts peau à peau. Veillez simplement à changer ou nettoyer les vêtements/accessoires entre les partenaires et après utilisation.

- N'oubliez pas que la variole du singe peut également se propager par le biais des sécrétions respiratoires en cas de contact proche, en face à face.
- N'oubliez pas de laver vos mains, objets de fétichisme, jouets sexuels et tout linge (linge de lit, serviettes, vêtements) après une relation sexuelle.



Que devez-vous faire si vous présentez une éruption cutanée nouvelle ou inexpliquée, ou d'autres symptômes ?

- Évitez les relations sexuelles ou les contacts intimes avec qui que ce soit tant que vous n'aurez pas été examiné(e) par un professionnel de santé.
- Si vous n'avez pas de médecin ou d'assurance-santé, rendez-vous dans une clinique de santé publique près de chez vous.
- Lorsque vous verrez un professionnel de santé, portez un masque et rappelez-lui que ce virus circule dans la région.
- Évitez les réunions, en particulier celles qui impliquent des contacts personnels, proches, de peau à peau.

