French - Number 08d
STI Series - May 2018

L'herpès génital
Genital Herpes

Qu'est-ce que l'herpès génital?

L'herpès génital est une infection transmise sexuellement causée par l'un des deux types de virus herpès simplex (VHS) : le virus herpès simplex 1 (VHS-1) et le virus herpès simplex 2 (VHS-2). La plupart des Canadiens souffriront d'au moins l'un des types de VHS au cours de leur vie. Bien que l'herpès soit très répandu, il est néanmoins très stigmatisé, ce qui causer de la peur, de l'anxiété et de la désinformation.

Pour beaucoup de gens, l'herpès est une affectation mineure de la peau qui apparaît et disparaît sans causer de problèmes. C'est pourquoi ils peuvent ignorer qu'ils sont atteints.

Comment se transmet-il?

L'herpès se transmet par contact direct peau à peau (baisers, relations sexuelles, y compris les rapports oraux) avec une personne atteinte, qu'elle ait ou non des plaies apparentes.

On peut aussi le transmettre en touchant la partie du corps atteinte, puis en touchant immédiatement après la bouche ou les organes génitaux d'une autre personne, ou encore en partageant des jouets sexuels sans les laver ni changer de condom. Pendant la première éruption primaire, on peut le transmettre à une autre partie de son corps en touchant une plaie, puis en touchant une autre partie du corps (par ex., en frottant un bouton dans sa bouche, puis en touchant ses organes génitaux).

Si le risque de transmettre l'herpès est plus élevé en période de poussée active (plaies, boutons, symptômes avant-coureurs), il est plus faible mais existe néanmoins en l'absence de symptômes (c'est ce qu'on appelle l'élimination asymptomatique). Les femmes en fin de grossesse et en poussée active peuvent le transmettre à leur enfant pendant l'accouchement vaginal.

Quels sont les symptômes?

La plupart des gens ne présentent jamais de symptômes ou leurs symptômes sont si bénins qu'ils ne savent pas qu'ils sont infectés. Parfois, les symptômes peuvent ne pas être visibles pendant des mois ou des années. Comme ils varient d'une personne à l'autre, beaucoup de gens présentant des symptômes ne réalisent pas toujours qu'ils sont atteints.

Les symptômes peuvent inclure une ou des plaies ressemblant à des cloques, à des coupures ou à des éraflures sur les organes génitaux, le rectum, l'anus, la bouche, les mains ou les yeux. L'herpès buccal peut aussi causer des boutons autour de la bouche qu'on appelle communément le feu sauvage.

L'herpès se présente sous trois formes différentes d'éruption:

- La première éruption primaire
- La première éruption non primaire
- L'herpès récidivant

Une éruption primaire se produit lorsqu'on présente pour la première fois des symptômes de l'herpès: elle apparaît normalement de 2 à 21 jours (6 en moyenne) après le contact.

Certaines personnes manifestent des symptômes avant-coureurs (démangeaisons, brûlures, picotements) à l'endroit où apparaissent les boutons ou les plaies, suivis de plaies douloureuses ou de minuscules boutons. On peut avoir, surtout en cas d'éruption primaire, des douleurs dans la jambe ou les fesses, des ganglions enflés ou sensibles à l'aine, de la fièvre, des douleurs en urinant ou dans tout le corps, de la fatigue ou des malaises. Des ulcères peu profonds mais douloureux apparaissent après que les boutons ont crevé. Ils se couvrent d'une croûte et guérissent au bout d'environ 7 à 14 jours. Les éruptions primaires sont pires en général que les futures éruptions.

Une première éruption non primaire se produit lorsqu'un patient ayant déjà un type d'herpès en contracte un second. Elle est souvent plus bénigne et ses symptômes ne se manifestent généralement pas sur l'ensemble du corps.

Après la première éruption, le VHS demeure dans l'organisme et devient inactif. On ne peut savoir si quelqu'un aura des éruptions dans le futur (ce qu'on appelle des éruptions récidivantes) ni à quelle fréquence. Si c'est le cas, les symptômes se présentent habituellement au même endroit que la première fois.

Au fil du temps, les éruptions sont moins fréquentes et plus bénignes, et passent souvent inaperçues. L'herpès génital causé par le VHS-1 n'a pas l'habitude de récidiver souvent.

Quelles sont les complications possibles?

Bien que les complications soient rares, certaines personnes, surtout celles dont le système immunitaire est affaibli (celles atteintes du VIH, par ex.), peuvent éprouver des difficultés à combattre le virus et contracter une infection secondaire dans l'œil, les doigts, les articulations, la gorge, le côlon, le foie, les poumons ou le cerveau.

Si vous êtes enceinte et que vous ou votre partenaire avez des antécédents d'herpès, il est important d'en aviser votre fournisseur de soins de santé. Il existe des mesures qu'on peut prendre pour prévenir la transmission du virus au bébé. Ce scénario est plus probable si la mère a subi une première

éruption primaire au 3e trimestre. L'herpès peut causer de graves complications à l'enfant, y compris la mort. Les femmes qui ont eu l'herpès génital avant de tomber enceintes courent très peu de risques de le transmettre.

Comment savoir si j'ai l'herpès?

En général, on fait passer des tests d'herpès seulement lorsque des plaies sont apparentes. Consultez votre fournisseur de soins de santé dès que vous apercevez des plaies. Après avoir examiné les plaies de la région génitale, de l'anus ou de la bouche, il se peut qu'il fasse un prélèvement avec son écouvillon ou qu'il vous demande de subir une analyse sanguine.

Si vos plaies ont déjà commencé à guérir, il est possible que le prélèvement ne détecte pas le virus. Dans ce cas, les résultats seront négatifs, mais vous aurez tout de même l'herpès.

Quel est le traitement?

On peut prescrire des antiviraux dès l'apparition de l'herpès ou lorsque les boutons sont douloureux ou fréquents. Même si ce traitement ne guérit pas l'herpès, il peut aider à atténuer l'inconfort et à accélérer la guérison des plaies. Les antiviraux sont plus efficaces lorsqu'on les prend le plus tôt possible. De plus, il peut réduire les risques de contamination en prévenant la multiplication du virus.

Essayez les méthodes suivantes pour soulager l'inconfort dû aux symptômes:

- Prenez de l'acétaminophène (Tylenol) ou d l'ibuprofène (Advil) pour soulager la douleur
- Portez des vêtements non ajustés et en coton
- Prenez des bains d'eau chaude
- Gardez la partie infectée au sec. Ainsi, après le bain, séchez-la au sèche-cheveux à un réglage peu intense, au lieu de la frotter avec une serviette
- Appliquez sur les plaies un sachet réfrigérant enveloppé d'un linge propre
- Buvez beaucoup de liquides pour diluer l'urine, ce qui atténue la douleur lorsque vous urinez. Si vous avez mal en urinant, versez de l'eau chaude sur vos organes génitaux ou urinez dans une douche chaude ou un bain chaud
- N'utilisez pas de crèmes ou d'onguents médicamentés ou non, sauf ceux prescrits par votre fournisseur de soins de santé
- Évitez de crever les boutons et d'avoir des rapports sexuels avant la disparition des symptômes

Que faire pour prévenir les éruptions récidivantes?

On comprend mal ce qui cause la récidive des symptômes de l'herpès, mais les facteurs suivants peuvent y contribuer:

- Friction ou traumatisme dans la région génitale
- Stress
- Changements hormonaux (menstruations par ex.)
- Exposition aux ultraviolets (lits de bronzage par ex.)
- Abus d'alcool
- Faiblesse du système immunitaire (chimiothérapie, VIH, etc.)

Un mode de vie sain (bon régime alimentaire, repos et sommeil suffisants, exercice, réduction du stress) peut aider à limiter le nombre d'éruptions. Le recours à un lubrifiant à base d'eau pendant les rapports peut aider à réduire la friction et l'irritation de la peau, qui peuvent causer des éruptions chez certaines personnes.

Comment réduire le risque de transmettre ou de contracter l'herpès?

Si les condoms offrent une bonne protection, ils ne préviennent pas complètement la transmission parce qu'ils ne couvrent pas la totalité de la région génitale. On peut aussi les utiliser sur les jouets sexuels. Évitez toute relation sexuelle ou, du moins, tout contact peau à peau dans la région des plaies en période d'éruption. Les digues dentaires peuvent aussi vous protéger lors des rapports oraux. Discutez avec votre fournisseur de soins de santé d'un traitement suppressif (prendre chaque jour un antiviral) qui aidera à prévenir la transmission du virus à votre partenaire. Lavez-vous les mains après avoir touché les boutons, afin de prévenir la contamination d'une autre personne (ou d'une autre partie de votre corps en cas d'éruption primaire). Discutez de l'herpès avec votre ou vos partenaires avant d'avoir des rapports sexuels.

Pour de plus amples renseignements

Ligne téléphonique Sex Sense
Service confidentiel et gratuit d'information sur la santé sexuelle et de recommandation à d'autres services au 1 800 739-7367 partout en Colombie-Britannique ou au 604 731-7803 dans la vallée du bas Fraser

Pour obtenir des conseils sur la façon de discuter avec votre ou vos partenaires, consultez le site de conseils sur les rapports sexuels sans risque SmartSexResource du Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique à https://smartsexresource.com/sites/default/files/handouts/Herpes_Patient_Guide_web.pdf.

Pour plus d'information sur la façon de réduire votre risque de contracter une infection transmissible sexuellement, consultez la fiche HealthLinkBC File nº 08o La prévention des infections transmissibles sexuellement (ITS).

BC Centre for Disease Control
An agency of the Provincial Health Services Authority