

L'herpès génital

Genital herpes

Qu'est-ce que l'herpès génital?

L'herpès génital est une infection transmise sexuellement (ITS) 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 peut malheureusement s'accompagner d'une stigmatisation, ce qui peut causer de la peur, de l'anxiété et de la désinformation.

Pour beaucoup de gens, l'herpès est une affection 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. Il peut être transmis même lorsque les plaies ne sont pas visibles.

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 (p. 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 personnes 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'aîne
- de la fièvre
- des douleurs en urinant
- des courbatures
- 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.

Les éruptions sont plus fréquentes au cours de la première année et ont généralement tendance à diminuer avec le temps. Les symptômes sont plus bénins et passent souvent inaperçus. L'herpès génital causé par le VHS-1 récidive rarement.

Quelles sont les complications possibles?

Les complications sont rares, mais certaines personnes, surtout celles dont le système immunitaire est affaibli, comme les personnes vivant avec un VIH non contrôlé, 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. Elles peuvent également avoir un risque plus élevé de transmettre le VIH.

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 pour réduire le risque de transmission au bébé, comme une césarienne. 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 personnes 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, qui n'est pas réalisée de façon systématique.

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 de 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. 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 médicamenteux 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 récurrence des symptômes de l'herpès, mais les facteurs suivants peuvent y contribuer :

- la friction ou un traumatisme dans la région génitale
- le stress
- les changements hormonaux (p. ex. les menstruations)
- l'exposition aux ultraviolets (p. ex. les lits de bronzage)
- l'abus d'alcool
- avoir un système immunitaire affaibli (par exemple, en raison d'une chimiothérapie ou d'un VIH non contrôlé)

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.

Utilisez des condoms sur les jouets sexuels également. Évitez les activités sexuelles ou tout contact peau à peau avec des plaies d'herpès lors d'une éruption. Utilisez une digue dentaire comme barrière pendant le sexe oral. Parlez à votre professionnel de la santé d'un traitement suppressif pour réduire le risque de transmission. Lavez-vous les mains après avoir touché les ulcères. Discutez de l'herpès avec votre ou vos partenaires avant d'avoir des rapports sexuels.

Pour en savoir plus

Communiquez avec Sex Sense, un 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 le Lower Mainland.

Pour obtenir des conseils sur la façon de discuter avec vos partenaires, consultez le site de conseils sur les rapports sexuels sans risque Smart Sex Resource du BC Centre for Disease Control à <https://smartsexresource.com/resources/herpes-a-patients-guide>.

Pour de plus amples renseignements sur la façon de réduire votre risque de contracter une ITS, consultez [HealthLinkBC File n° 08o La prévention des infections transmissibles sexuellement \(ITS\)](#).



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

Pour les autres sujets traités dans les fiches de HealthLinkBC, consultez le site Web www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files ou votre bureau de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en Colombie-Britannique qui ne constituent pas une urgence, consultez www.HealthLinkBC.ca ou composez le **8-1-1** (sans frais). Les personnes sourdes et malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le **7-1-1**. Des services de traduction sont disponibles sur demande dans plus de 130 langues.