

Herpès génital de type 1 - Livret d'informations

Points clés

L'herpès génital de type 1 est une infection sexuellement transmissible
Il se transmet d'une personne à une autre lors d'un rapport sexuel, y compris lors d'un rappel sexuel oral
Souvent, il ne provoque aucun symptôme
Son traitement est simple
Vous pouvez vous protéger contre cette infection en utilisant systématiquement des préservatifs lors des rapports sexuels.

Quelle est la cause de l'herpès génital ?

- ❖ L'herpès génital est causé par le virus *Herpes simplex* (VHS). Il en existe deux types : le VHS-1 et le VHS-2. Ce sont des virus apparentés mais ils provoquent des infections qui évoluent différemment.
- ❖ Les deux types de virus touchent les organes génitaux et la région anale (herpès génital), le nez et la bouche (boutons de fièvre) ou les mains et les doigts (panaris).
- ❖ Le VHS-1 est responsable des boutons de fièvre, et, alors que les pratiques sexuelles orales se répandent, il est aussi fréquemment responsable d'herpès génital.
- ❖ Le virus peut pénétrer dans le corps en traversant les muqueuses délicates de la bouche, du vagin, du rectum, de l'urètre (tuyau par lequel l'urine sort) et sous le prépuce. Il peut aussi pénétrer à travers de petites coupures présentes à la surface de la peau.

Comment est-ce que l'on contracte l'herpès génital ?

- ❖ Dans la plupart des cas, l'herpès est transmis par une personne qui ne se sait pas infectée.
- ❖ On peut contracter un herpès génital en ayant une relation sexuelle avec une personne qui est déjà infectée. Le rapport sexuel peut être vaginal, oral ou anal ; un contact génital étroit peut suffire.
- ❖ La manière la plus fréquente de contracter le VHS-1 génital est une relation sexuelle orale avec une personne qui a un bouton de fièvre ou qui est sur le point d'avoir un bouton de fièvre ; cette contamination est très rare avec les infections par le VHS-2.
- ❖ L'herpès génital peut dans de rares cas être transmis par une personne ayant de l'herpès sur les doigts et les mains, si cette personne touche les organes génitaux de son ou sa partenaire.
- ❖ Il est possible d'être infecté par le virus pendant plusieurs semaines, plusieurs mois, voire plusieurs années avant de présenter des symptômes.

Quels sont les symptômes de l'herpès génital ?

- ❖ La plupart des personnes infectées n'ont aucun signe ni symptôme visible. Environ 1 personne sur 3 présente des symptômes d'herpès génital dans les 4 à 5 jours après qu'elle a été infectée.
- ❖ Parfois, le virus peut être présent dans le corps pendant plusieurs semaines, plusieurs mois, voire plusieurs années avant que la personne ne s'en rende compte. Si vous avez des symptômes, cela ne veut donc pas dire que vous venez juste d'être infecté(e) par le virus.

Herpès génital de type 1 - Livret d'informations

- ❖ Les symptômes peuvent être une sensation de malaise général, avec de légers symptômes grippaux, p. ex., fièvre, fatigue et maux de tête. Ensuite, on ressent souvent une brûlure ou des démangeaisons dans la région génitale ou anale. Des petites cloques, remplies de liquide, peuvent ensuite se former ; elles éclatent au bout d'un ou deux jours, puis forment une croûte et cicatrisent.
- ❖ Souvent, les personnes infectées par le VHS-1 souffrent d'une première poussée d'herpès génital plus sévère que les personnes infectées par le VHS-2.
- ❖ Le virus devient ensuite dormant (inactif) et il reste présent dans le corps. Le virus est réactivé occasionnellement et il est alors excrété.
- ❖ Même s'il ne provoque aucun symptôme, lorsqu'il est présent sur la peau, il est infectieux.
- ❖ Parfois, le virus est réactivé et provoque de nouveaux épisodes d'herpès génital ; c'est ce qu'on appelle l'herpès récidivant.
- ❖ Chez les patients infectés par le VHS-1, les récurrences sont peu fréquentes, en moyenne moins d'une fois par an.
- ❖ Les signes et symptômes des récurrences sont habituellement moins intenses que lors de la première poussée et ils disparaissent plus rapidement. Avant une poussée, on ressent souvent une sensation de picotement ou de légers symptômes grippaux. Certains patients ressentent aussi des démangeaisons ou des douleurs dans la région avant l'apparition d'une cloque. Les cloques et les boutons sont habituellement moins nombreux que lors du premier épisode. Ils apparaissent souvent au même endroit, ou à proximité.

Quelle est la cause des récurrences ?

- ❖ Les facteurs déclencheurs qui ont été signalés incluent l'abattement, la fatigue ou le stress, mais peu d'éléments sont disponibles pour démontrer leur rôle. Les frottements liés aux rapports sexuels, à la masturbation, aux vêtements ou au sous-vêtements trop serrés peuvent aussi déclencher un épisode. L'exposition aux UV peut déclencher la récurrence d'un bouton de fièvre.

Dois-je passer des tests ?

- ❖ Oui. Pour établir le diagnostic, il faut pratiquer un écouvillonnage d'une cloque ou d'un bouton. Ces tests sont généralement très précis et les résultats sont obtenus en moins de 2 semaines. Le test pourra vous dire par quel type d'herpès vous êtes infecté(e) (VHS-1 ou VHS-2), et cela permettra à votre médecin de vous informer plus précisément sur le type de virus concerné.
- ❖ Si vous n'avez aucun symptôme d'herpès, il n'est généralement pas possible de pratiquer le dépistage ; en effet, le test sanguin disponible n'est pas très précis et le résultat pourrait ne pas déterminer si vous êtes effectivement infecté(e) ou non.
- ❖ Si vous pensez avoir des symptômes qui pourraient correspondre à un herpès, ou si d'autres infections vous inquiètent, vous devez consulter votre médecin traitant ou vous rendre au service local de santé sexuelle ou de vénéréologie/dermatologie.
- ❖ Si vous souffrez d'herpès, vous devriez aussi passer des tests de dépistage d'autres infections sexuellement transmissibles, comme le VIH, la syphilis, l'infection par *chlamydia*

Herpès génital de type 1 - Livret d'informations

et la gonorrhée, car vous pourriez souffrir de plusieurs infections simultanément.

En quoi consiste le traitement de l'herpès ?

Premier épisode

- ❖ Pour le premier épisode, on recommande généralement un médicament antiviral, administré dans les premiers jours suivant le début des symptômes. Lorsque les cloques ont commencé à cicatriser, l'anti-viral est souvent inefficace.
- ❖ Il est important de bien nettoyer la région par des bains d'eau chaude salée.
- ❖ Il est également important de se laver les mains après avoir touché la peau affectée.
- ❖ Vous devez aussi bien vous hydrater, en buvant de l'eau ou des jus de fruits/sodas.
- ❖ Certains patients ont signalé que le fait d'appliquer de la glace sur les boutons (mais pas directement) permet de soulager les symptômes pendant au maximum une heure. Prendre une douche froide et appliquer des sachets de thé froids peut aussi soulager la douleur.
- ❖ Il peut être utile de porter des vêtements larges.
- ❖ Si la miction est douloureuse, vous pouvez uriner dans le bain ou verser de l'eau chaude sur la région génitale lorsque vous urinez. Si vous n'arrivez pas à uriner pendant plusieurs heures, vous devez consulter un médecin en urgence.

Herpès récidivant

- ❖ Si les récurrences ne sont pas gênantes, il n'est pas nécessaire de prendre un médicament ; les boutons disparaîtront d'eux mêmes.
- ❖ Certaines personnes jugent utile de prendre un traitement antiviral en cas d'épisodes douloureux récurrents d'herpès génital. Votre médecin pourra vous prescrire des comprimés à conserver chez vous et à commencer à prendre au début d'une éventuelle récurrence.
- ❖ Si vous avez des récurrences très fréquentes, il peut être possible de prendre un traitement préventif quotidien pour supprimer les symptômes et réduire les récurrences. Si c'est ce que vous souhaiteriez faire, parlez-en à votre médecin. Certaines personnes prennent ce traitement préventif pour réduire le risque de transmettre le virus.

Puis-je avoir des rapports sexuels si je suis infecté(e) par le VHS ?

- ❖ Vous ne pouvez transmettre le virus qu'à une personne qui n'a pas déjà été infectée par le MÊME type d'herpès que vous, c'est-à-dire VHS-1 ou VHS-2. Cependant, si vous êtes infecté(e) par le VHS-2, vous pouvez infecter une personne déjà infectée par le VHS-1, et inversement, bien que ce risque puisse être un peu inférieur au risque d'infecter une personne qui n'a jamais été infecté(e) par aucun des deux virus.
- ❖ Le risque de transmettre le virus est maximal juste avant, pendant ou juste après un épisode d'herpès ; le risque de transmission peut donc être limité en évitant tout rapport sexuel pendant ces périodes.
- ❖ On pense que la plupart des personnes infectées excrètent occasionnellement le virus sans avoir de signes ni de symptômes d'herpès génital. C'est ce qu'on appelle « l'élimination asymptomatique ». Il est possible de transmettre le virus pendant ces périodes, mais ce risque est faible pour la plupart des patients.

Herpès génital de type 1 - Livret d'informations

- ❖ L'excrétion du virus est plus probable pendant la première année après avoir contracté l'infection et s'il y a des récurrences fréquentes. Ce risque est faible avec le VHS-1. Plus les récurrences sont espacées, moins l'élimination asymptomatique est fréquente.
- ❖ L'utilisation de préservatifs divise par deux le risque de transmission de l'herpès, de même que le traitement préventif à long terme.

Herpès et grossesse

- ❖ Si vous êtes enceinte ou si vous tentez de tomber enceinte, il est important d'informer votre médecin et votre sage femme que vous souffrez d'herpès. Ils pourront vous conseiller au sujet de l'herpès pendant la grossesse. Le risque de transmission de l'herpès au bébé est faible si vous avez été infectée avant la grossesse. Votre médecin vous conseillera afin de réduire encore ce risque.
- ❖ Il est très important que la partenaire d'un homme qui souffre d'herpès, si elle tombe enceinte et qu'elle n'a pas déjà été infectée, ne contracte pas le virus pendant sa grossesse. Vous devez demander à votre médecin comment réduire le risque.

Dois-je informer ma/mon partenaire ?

- ❖ Il a été démontré que le fait d'informer son/sa partenaire que l'on est infecté(e) par le VHS-1 permet de réduire le risque de transmission du virus.
- ❖ Vous ne pouvez pas contracter un herpès génital en serrant quelqu'un dans vos bras, en utilisant la même baignoire ou les mêmes serviettes, dans une piscine, sur le siège des toilettes ni en utilisant le même verre ou les mêmes couverts.
- ❖ Globalement, le risque de transmission de l'herpès génital (des deux types) est estimé à 5-10 % chaque année. Le risque de transmission du VHS-1 est plus faible que le risque de transmission du VHS-2.
- ❖ Comme le VHS-1 peut aussi provoquer des boutons de fièvre, il est probable que votre partenaire aura déjà été exposé(e) au virus. Si votre partenaire a déjà été infecté(e) par le VHS-1 au niveau de la bouche (boutons de fièvre) ou des organes génitaux, il est très improbable que vous la/le ré-infecterez.

Aide et informations supplémentaires

- ❖ Si vous pensez avoir un herpès ou une autre infection sexuellement transmissible, consultez votre médecin traitant ou rendez-vous au service local de santé sexuelle ou de vénéréologie/dermatologie.