

### Sexe Oral

Jusqu'à présent, il a été difficile d'établir le rôle du sexe oral dans la transmission du VIH étant donné le nombre réduit de cas enregistrés. En revanche, on sait que beaucoup de personnes ont des rapports sexuels par voies vaginale et anale et qu'il s'agit des modes de transmission du VIH les plus connues. Malgré l'existence d'un certain nombre de cas de transmission en apparence par sexe oral, les professionnels de la santé préfèrent, pour prévenir le risque d'infection, concentrer leurs efforts là où le risque est majeur. Ceci pourrait avoir minimisé l'importance accordée à la transmission de l'infection par sexe oral et laissé certaines personnes dans le doute quant à la façon de réduire les risques de transmission.

#### Quels risques implique le sexe oral ?

La transmission du VIH est liée à la nature du contact qui existe entre une personne séropositive et une personne séronégative. Par exemple, le risque d'infection sera d'autant plus élevé dans le cas d'un rapport sexuel non protégé (autrement dit sans préservatif), de l'échange de matériel non stérilisé pour l'injection de drogues et s'il y a un risque de transmission verticale mère-enfant.

Bien qu'il soit prouvé que de toutes les pratiques sexuelles, c'est le sexe oral qui présente le moins de risques, cela ne signifie pas qu'il n'en existe aucun. On doit également tenir compte des autres maladies sexuellement transmissibles, telles que la syphilis, l'herpès ou la gonorrhée, qui peuvent être facilement contractées par sexe oral.

Il y a quelques années, un certain nombre d'études ont été publiées sur les risques de transmission du VIH par sexe oral. Une étude américaine a montré que sur 122 hommes séropositifs homosexuels, 8 % ont déclaré que le sexe oral a été leur seule activité à risque. Cependant, certains des participants à l'étude qui au début ont affirmé que le sexe oral avait été leur seule activité à risque ont admis ensuite avoir eu des relations anales non protégées.

#### Dans quels cas le sexe oral est-il le plus risqué ?

C'est lorsqu'il y a présence d'une maladie sexuellement transmissible qui n'a pas été soignée correctement que les risques de transmission du VIH par sexe oral sont les plus élevés. Le sexe oral présente en outre un risque de transmission du VIH lorsqu'il existe des plaies, des lésions et des abrasions dans la bouche ou au niveau des gencives, et si l'une des personnes souffre d'une infection quelconque (MST incluses) au niveau de la gorge ou de la bouche car elles pourraient être à l'origine d'une inflammation.

Les tests de charge virale semblent montrer que les copies d'ARN du VIH sont presque toujours présentes dans le sperme. Un taux sanguin de charge virale élevé peut également indiquer une forte concentration de charge virale dans le sperme. Le contraire n'est pas systématique. En effet, si la charge virale est indétectable dans le sang, cela ne signifie pas qu'elle l'est également dans le sperme.

Par conséquent, la prise d'un traitement anti-VIH ne réduit pas forcément le risque d'infection par le sperme. Cela ne signifie pas non plus que le/la partenaire sexuel(le) est protégé(e).

Le taux de charge virale varie avec les sécrétions vaginales. On suppose que ce taux est plus élevé pendant les menstruations. Quand les cellules porteuses du virus se détachent du col de l'utérus, il y a plus de risques qu'elles se mêlent aux sécrétions et au sang. Le sexe oral serait donc plus risqué pendant les menstruations.

#### Comment réduire les risques ?

Il existe de nombreux moyens de réduire les risques liés à la pratique du sexe oral. Bien entendu, certains sont plus acceptables que d'autres et c'est vous qui devrez décider des risques que vous acceptez de prendre. Si vous le souhaitez vous pouvez en parler à votre médecin traitant. Vous pouvez également vous adresser à l'ONG de votre choix. En outre la plupart des recommandations suivantes devraient vous permettre de vous protéger contre d'autres maladies sexuellement transmissibles :

- Vous pouvez choisir de continuer à pratiquer le sexe oral si vous partez du principe que les risques d'infection sont faibles, ou tout simplement arrêter tout en ayant bien conscience des faibles risques de transmission.
- Vous pouvez envisager de réduire le nombre de partenaires avec lesquels/les vous pratiquez le sexe oral ou garder un nombre élevé de partenaires, à condition de prendre des précautions telles que le préservatif masculin pour les hommes, et le diaphragme ou le préservatif féminin pour les femmes.
- Quand vous pratiquez le sexe oral, vous pouvez décider de n'être que le sujet passif vu que cela présente sans doute moins de risques que d'être le partenaire actif.
- Vous pouvez décider d'éjaculer ou non dans la bouche de votre partenaire et vice versa.
- Vous pouvez décider de vous abstenir de pratiquer le sexe oral avec une femme pendant ses règles.
- Les risques de transmission du VIH par sexe oral sont plus élevés si vous avez des problèmes de gencives qui saignent, dans le cas d'ulcères, de plaies ou de lésions au niveau de la bouche. Avant tout rapport sexuel oral, vous pouvez éviter de vous brosser les dents et ne pas utiliser de fil dentaire afin d'éviter de provoquer des micro-lésions au niveau des gencives.

Si vous pensez avoir contracté une maladie sexuellement transmissible, il est fortement conseillé de consulter votre médecin afin qu'il effectue les examens qui conviennent. En cas de confirmation, cela permettra de la traiter à temps et de réduire les risques de transmettre cette maladie et/ou le VIH à votre/vos partenaire(s) sexuel(le)s ou d'être contaminé(e) par le virus si vous êtes séronégatif/ive.