

Grossesse et contraception

De nombreuses personnes vivant avec le VIH choisissent d'avoir des relations sexuelles protégées, c'est à dire qu'elles utilisent un préservatif lorsqu'elles pratiquent la pénétration avec leurs partenaires. Cela peut être dû à plusieurs raisons, hormis la volonté de se protéger contre une infection par VIH. Les préservatifs apportent une protection face aux autres infections sexuellement transmissibles (IST) et préviennent de possibles réinfections par VIH résistant aux médicaments antirétroviraux.

Pour les femmes, la grossesse- parfois non désirée- pourrait être une des conséquences venant s'ajouter au fait d'avoir des relations sexuelles sans protection. En ce sens, il faudrait rappeler qu'une grande partie des femmes qui vivent actuellement avec le VIH sont des femmes d'âge fertile. Alors que la population générale de femmes qui a des relations sexuelles avec des hommes devra envisager la contraception et la grossesse, dans le cas des femmes avec le VIH, il existe en outre d'autres besoins plus spécifiques en rapport à la transmission du VIH et leur santé.

De nombreuses femmes vivant avec le VIH ainsi que leurs partenaires pourraient être en train de reconsidérer actuellement certaines décisions prises par le passé sur le sexe, sur les relations et la possibilité d'avoir des enfants. On pourrait entrevoir derrière ce changement de réflexion l'impact positif que la thérapie antirétrovirale hautement active (TARTA) a eu sur la santé de nombreuses personnes vivant avec le VIH ainsi que la disponibilité des moyens réels qui réduisent le taux de transmission du virus de la mère à l'enfant. Si vous êtes dans ce cas et que vous souhaitez recevoir des conseils sur ces sujets, il pourrait vous être utile de prendre conseil auprès d'un spécialiste ou bien de parler avec d'autres femmes vivant avec le VIH et ayant eu une expérience semblable. Parmi les associations d'entraides on notera:

En Andalousie (Séville): ADHARA (Tel.: 954 981 603 / 687 245 264)	Creación positiva (Tel.: 934314548) www.creacionpositiva.net
Aux Canaries (Tenerife): UNAPRO (Tel.: 922632971) www.unapro.org	En Navarre (Pamplone): SARE (Tel.: 948384149)
En Catalogne (Barcelone): Actúa (Tel.: 934185000) www.actua.org.es	Au Pays Basque (Bilbao): Asociación Itxarobide (Tel.: 944449250) www.itxarobide.com

Choisir la méthode contraceptive

Le fait de programmer si on le désire « quand » et « comment », fait partie des droits de la femme et des personnes en général ; penser et se donner le temps pour choisir le meilleur moment est fondamental pour la santé

des femmes. C'est pour cela donc que prendre conseil et s'informer représente une bonne stratégie de soin et de santé.

Vous pouvez vous renseigner sur les choix des moyens de contraception dans un Centre de Planification Familiale ou de Santé Sexuelle, en dans un Centre de Première Assistance(CAP), au cabinet de votre spécialiste du VIH ou à la Fédération de Planification Familiale d'Espagne (www.fpfe.org).

Dans le cas où vous auriez rencontré certains problèmes avec des moyens de contraception et que vous souhaitez solliciter « la pilule du lendemain », vous pouvez vous rendre au service des urgences de l'hôpital ou au centre de santé le plus proche où on pourrait vous la prescrire.

Au-delà de la santé reproductive

Il est possible que les femmes dont les comptages de CD4 sont au dessous de 200 cellules/mm³ aient des cycles menstruels très longs ou très courts. Celles qui se trouvent cependant à des stades précoces de l'infection par VIH n'ont pas plus de probabilités d'avoir des troubles menstruels que les femmes vivant sans le VIH.

On recommande que le choix des méthodes contraceptives soit effectué sous la base d'une démarche personnalisée, tout en étant bien conscient que les préservatifs à eux seuls pourraient ne pas apporter une protection suffisante face à la grossesse. Parmi les différentes options, nous savons que :

- Il n'existe pas de preuve affirmant que le dispositif intra utérin (DIU) est moins efficace, en terme de contraception, chez les femmes vivant avec le VIH, bien que cela puisse augmenter le risque d'anémie ou d'inflammation pelvienne, qui affecte en grande proportion les femmes vivant avec le VIH.
- Les inhibiteurs de la protéase (IP), groupe auquel appartiennent Aptivus®, Crixivan®, Invirase®, Kaletra®, Norvir®, Prezista® et Telzir®, réduisent les taux sanguins des œstrogènes contenus dans les contraceptifs oraux. Par conséquent, les femmes qui prennent des IP et des contraceptifs oraux

pourraient avoir besoin de moyens de contraception de renfort.

- D'autre part, efavirenz (Sustiva®) et atazanavir (Reyataz®) augmentent les taux du contraceptif oral éthinilestradiol.
- Le contraceptif injectable Depo-provera® et l'implant contraceptif Norplant® peuvent se trouver affectés par les interactions avec les IP.
- D'autres médicaments tels que l'ampicilline (antibiotique), cotrimoxazol (antifongique) [voir *InfoVIHtal* #23: *Cotrimoxazol*] et la rifampicine (antituberculeux) pourraient interagir avec les contraceptifs oraux, raison pour laquelle il vous est recommandé de trouver conseil au préalable auprès de votre spécialiste du VIH ou de votre pharmacien.

Programmer la grossesse

Lorsque l'un des deux membres du couple vit avec le VIH et qu'il pense à la possibilité d'une grossesse, il est possible d'adopter des méthodes « alternatives » afin de

protéger la personne non infectée de l'infection. Une femme vivant avec le VIH peut opter de procréer avec un homme sans VIH en utilisant une méthode d'insémination artificielle, en introduisant le sperme dans le vagin sans relation sexuelle (avec par exemple une seringue spéciale). D'autre part, une femme sans VIH peut opter avec un homme séropositif pour une technique expérimentale connue sous le nom de « lavage de sperme » (voir *InfoVIHtal* #42: *Lavage de sperme*), au moyen de laquelle on centrifuge le sperme dans un laboratoire afin de séparer le virus.

Il est fortement recommandé de mettre au courant votre médecin et le reste de l'équipe sanitaire qui s'occupe de vous dans vos projets de grossesse, surtout si vous prenez une thérapie anti-VIH. Prévenir la transmission du VIH de mère à enfant implique l'utilisation d'un traitement antirétroviral. Le planifier à temps peut aider à assurer que les décisions prises en ce qui concerne la thérapie soient les meilleures pour votre propre santé et celle de votre enfant (voir *InfoVIHtal* #43: *Transmission de mère à enfant*).