



PLEINS FEUX SUR LA VIE



Avant-propos

Cette brochure a été réalisée pour vous qui êtes séropositif/-ive. Son but est de vous donner une vue d'ensemble de quelques-uns des sujets essentiels auxquels vous allez devoir faire face dans le cadre de votre séropositivité. Bien que la brochure s'adresse aux séropositifs, la famille et les proches de personnes séropositives pourront aussi en profiter.

Avec le traitement adéquat, vous pourrez probablement mener une vie normale pendant de nombreuses années malgré que vous soyez séropositif/-ive. Cette brochure décrit l'évolution du traitement qui est proposé aux personnes séropositives comme, par exemple, le moment où vous devez entamer votre traitement, la fréquence de vos visites à l'hôpital et les examens hospitaliers.

Cependant, la séropositivité ne se limite pas uniquement aux questions de traitement et de maladie. Elle aura également des conséquences sur d'autres aspects de votre vie et beaucoup de choses seront à prendre en compte.

Le but de cette brochure est de vous aider à traverser cette première phase difficile de la vie de séropositif/-ive. Elle ne répond pas à toutes les questions et elle ne clarifie pas toutes les données du problème, mais vous pouvez toujours discuter avec votre médecin traitant ou avec une infirmière/un conseiller s'il y a des choses que vous ne comprenez pas ou si vous avez besoin d'en parler à quelqu'un.

Une liste d'adresses et de numéros de téléphone utiles est disponible à la fin de la brochure.

***“Je ne l'ai dit à personne au bureau.
Je me sens bien, et je ne prends pas plus
de congés maladie que mes collègues.
Je ne pense pas qu'il y ait une raison
qu'ils le sachent”.***

Hommes, 35 ans

Le VIH et le sida, qu'est-ce que c'est ?

Le *VIH* est un virus qui affaiblit les défenses immunitaires de l'organisme jusqu'à ce que la maladie, le *sida*, se déclare finalement. Généralement, une période assez longue peut s'écouler entre votre infection par le VIH et le moment où le sida se développe. Beaucoup de gens croient qu'il est possible de voir que quelqu'un est séropositif en le regardant, mais c'est faux. On ne peut pas dire que vous êtes séropositif/ive en vous regardant.

C'est l'apparition de maladies secondaires graves (comme une pneumonie ou la tuberculose) qui marque le passage de la séropositivité au stade du sida. Cependant, une période assez longue peut généralement s'écouler entre votre infection par le VIH et le moment où la maladie se déclare. Sans traitement médical et dans cette partie du monde, l'intervalle entre l'infection par le VIH et le diagnostic du sida durera en moyenne 10 ans. Avec un traitement adéquat, le sida ne se déclarera souvent pas avant une période encore plus longue.

Vous avez fait le test, vous êtes séropositif/-ive
Un test VIH est une analyse sanguine qui est contrôlée d'une manière spécifique. Si le test est positif, cela signifie que le VIH s'est introduit dans votre organisme. La façon dont les gens réagissent à l'annonce de leur séropositivité varie selon les personnes. Beaucoup sont choqués et font une crise de nerfs. Des sentiments tels que le chagrin, la tristesse ou la peur et la solitude surgissent spontanément. La sexualité peut aussi s'en ressentir - ainsi, beaucoup de gens perdent leur appétit sexuel pendant une certaine période et, au début, il est commun d'être dégoûté(e) de son propre corps.

Il est important de maîtriser tous ces sentiments et il est bon d'en discuter. Il est fortement recommandé d'en parler avec votre médecin traitant, avec le personnel de l'hôpital, avec des amis proches, ou bien avec votre famille. Vous commencez à vous poser beaucoup de questions et même si vous ne pouvez pas y répondre au début, de nombreux problèmes vont se résoudre d'eux-mêmes.

“J'avais peur qu'ils me disent que je n'avais que ce que je méritais. Qu'ils me condamnent ou qu'ils se mettent en colère”.

Hommes, 25 ans

Au début, l'idéal serait de trouver un ami ou un membre de la famille en qui vous avez confiance afin de partager vos pensées et réflexions pénibles.

Beaucoup de gens éprouveront un immense sentiment de culpabilité et ressentiront peut-être une honte énorme à l'idée d'avoir été infectés par le VIH, d'autres auront peur d'être rejetés par les gens parce qu'ils sont séropositifs. Il est important de se rappeler que n'importe qui peut devenir séropositif. Il n'y a pas que les prostituées, les homosexuels ou les gens qui multiplient les partenaires sexuels qui deviennent séropositifs.

Si vous êtes marié ou que vous avez un(e) partenaire, vous devez lui avouer que vous êtes séropositif. A la fois pour éviter de lui transmettre le VIH mais également parce que votre séropositivité aura inévitablement un impact sur votre relation de couple. Au début, vous aurez certainement peur ou vous en aurez marre et il arrive souvent que le désir sexuel disparaisse pendant une période prolongée. Pour que votre partenaire comprenne pourquoi vous réagissez peut-être autrement que d'habitude, il/elle doit connaître la raison. Cela vous permettra également de traverser les moments difficiles avec le soutien de votre partenaire.

Le traitement du VIH

Contrôles et examens à l'hôpital

En tant que séropositif/ive, vous aurez la possibilité de vous faire examiner régulièrement à l'hôpital. Lors du premier examen, on vous posera beaucoup de questions et vous serez soumis(e) à de nombreuses analyses sanguines. La raison en est que votre situation doit pouvoir être évaluée correctement.

Les hôpitaux sont souvent encombrés et le médecin n'a que peu de temps à consacrer à chaque patient. C'est pourquoi il peut parfois être bénéfique de se préparer, voire de noter les questions que vous voulez poser. S'il y a des choses que vous n'êtes pas certain(e) d'avoir comprises, dites-le. Il est certain que vous aurez fréquemment affaire à une infirmière qui a davantage de temps à vous consacrer que le médecin. Même si c'est une journée chargée, il est important que vous compreniez ce que vous ont dit le médecin et l'infirmière. Si vous êtes peu rassuré(e) à l'idée de vous rendre seul(e) à l'hôpital, pourquoi ne pas emmener un ami ou un membre de votre famille pour vous soutenir ?

A chaque visite, vous devrez fixer votre prochain rendez-vous. Si vous vous rendez compte que vous ne pourrez pas venir à la date convenue, vous devez téléphoner pour

annuler le rendez-vous et en prendre un autre.

Beaucoup de gens sont inquiets à l'idée d'être reconnus par d'autres pendant qu'ils se trouvent dans la salle d'attente de l'hôpital. Il est toutefois important de garder en mémoire qu'il n'y a pas que les personnes séropositives qui se font examiner dans ces services.

Recherche des relations

Il est important que chacun agisse pour empêcher que d'autres personnes soient infectées par le VIH. La *recherche des relations* consiste à retrouver qui, parmi vos partenaires sexuels, a pu courir le risque d'avoir été contaminé. C'est en les cherchant et en leur parlant que vous pourrez empêcher que d'autres personnes soient infectées par le VIH. Dans le cadre des conseils et des indications que vous recevrez à l'hôpital quant à votre séropositivité, on vous posera également des questions sur les personnes que vous avez pu infecter.

Devoir parler de sa vie sexuelle et des partenaires avec qui on a eu des rapports intimes peut paraître pénible mais le personnel de l'hôpital est habitué à parler de ce genre de choses avec les patients. Certains choisissent eux-mêmes d'informer leurs anciens et actuels partenaires sexuels du risque du VIH et il est possible de les emmener avec soi à l'hôpital. D'autres préfèrent laisser le médecin ou l'infirmière s'occuper de la recherche des relations, c'est-à-dire contacter les anciens partenaires sexuels. Si vous choisissez de laisser le médecin ou l'infirmière s'occuper de la recherche des relations, vos

anciens partenaires ne seront pas informés de votre identité. Il est donc, dans ce cas, possible de garder l'anonymat.

La participation à la recherche des relations n'est pas obligatoire.

Le système immunitaire

La maladie due au VIH commence à se développer lorsque le système immunitaire, qui protège notre corps des maladies, est affaibli.

C'est le système immunitaire qui nous défend contre les maladies. Notre corps nous protège d'autant mieux contre les différents types d'infection que notre système immunitaire est fort. Après un certain laps de temps, le système immunitaire est capable d'éliminer complètement un virus de notre corps (par exemple celui de la grippe). Le système immunitaire n'arrive jamais à éliminer totalement le virus VIH de notre organisme mais il parvient toutefois à empêcher la multiplication du virus VIH pendant une période assez longue.

Il est possible de mesurer la résistance du système immunitaire d'une personne ; c'est ce que l'on appelle le *nombre de lymphocytes T4*. C'est pourquoi l'hôpital, entre autres choses, procédera à des analyses sanguines afin de mesurer la quantité des lymphocytes T4 dont vous disposez. Le système immunitaire est d'autant plus fort que le nombre de lymphocytes T4 est élevé. Un nombre peu élevé de lymphocytes T4 indique un

affaiblissement des défenses de l'organisme et donc un risque de développer des maladies.

A l'hôpital, la quantité de virus VIH dans votre sang sera également évaluée (c'est la charge virale). Plus la charge virale dans le sang est élevée, plus vous courez le risque de tomber malade. C'est donc à la fois le nombre de lymphocytes T4 et la charge virale qui aident à estimer la résistance du système immunitaire et l'étendue du risque de développer des maladies proprement dites.

Pour diminuer le risque d'évolution du sida, il est donc préférable d'avoir un nombre de lymphocytes T4 élevé et une charge virale basse.

Traitement médical

Bien que le sida reste à ce jour une maladie incurable, il existe aujourd'hui des traitements anti-VIH très efficaces, qui stoppent la multiplication du virus. Ils permettent aux personnes séropositives de rester beaucoup plus longtemps en bonne santé sans développer la maladie.

Au Danemark, chaque personne séropositive s'est vue proposer, à un moment ou à autre, un traitement médical contre son infection au virus VIH. Le traitement consiste en une combinaison de différents types de médicaments. Cela s'appelle donc une *thérapie multiple*. Les divers types de médicaments agissent chacun à leur manière sur le virus VIH.

Généralement une période assez longue peut s'écouler entre votre infection par le VIH et le moment où un traitement devient nécessaire. Un traitement sera indispensable si :

- le nombre de vos lymphocytes T4 est bas.
- vous avez contracté des maladies opportunistes comme par exemple la tuberculose, une pneumonie, des champignons, certaines formes de cancer ou une méningite.
- vous êtes enceinte et vous désirez garder l'enfant.

Effets secondaires

Durant les premiers mois, beaucoup de gens qui suivent une thérapie multiple peuvent ressentir des effets secondaires prononcés (par exemple nausées, diarrhées, troubles du sommeil). Dans la plupart des cas, ces effets secondaires diminuent progressivement. Si les effets secondaires persistent, il faut en parler au médecin traitant qui pourra envisager un autre traitement avec moins d'effets secondaires. A plus ou moins long terme, d'autres effets indésirables peuvent se manifester, comme une modification de la répartition des graisses du corps, avec prise de graisse sur la nuque et amaigrissement de la poitrine et des membres.

Résistance

Il se peut que le virus VIH développe une résistance si, par exemple, vous ne prenez pas vos médicaments régulièrement. Cela signifie que le médicament ne fonctionne plus comme il le devrait car le virus VIH peut le « supporter ». Il est donc essentiel de prendre vos

médicaments quotidiennement et de manière régulière. Votre médecin traitant vous expliquera la quantité de médicaments dont vous avez besoin et la fréquence à laquelle vous devez les prendre.

“J’ai des nausées et des diarrhées, surtout le matin, et je suis fatigué. Mes bras et mes jambes sont plus lourds et mon estomac s’agrandit”.

Hommes, 41 ans

Si le virus VIH devient résistant au traitement, votre médecin traitant vous donnera un autre traitement.

Si vous désirez interrompre la prise de médicaments pendant un moment, par exemple en cas de voyage, vous devez toujours en convenir avec le médecin. Le risque de développer une résistance est minime lors de quelques « pauses » dans le traitement. Par contre, le pire est à craindre si vous oubliez fréquemment de prendre votre dose quotidienne de médicaments. Parlez-en avec votre infirmière ou votre médecin traitant si vous avez du mal à vous rappeler de prendre vos médicaments ou si vous vous rendez compte que vous oubliez souvent de le faire.

Modes de Transmission

De quelle manière le VIH se transmet-il ?

Pour éviter que d'autres personnes soient infectées par le VIH, il est primordial de connaître la manière dont il se transmet. En même temps, il est aussi bon de savoir comment il ne se transmet pas afin de ne pas vous inquiéter inutilement.

Le VIH se transmet de trois manières :

- par des rapports sexuels non protégés
- par un contact sanguin
- lors de la grossesse, de l'accouchement et de l'allaitement

Les rapports sexuels non protégés, c'est-à-dire sans préservatif, constituent le mode de transmission le plus courant. Le risque de transmission est plus élevé lors de rapports anaux (sodomie) que lors de rapports vaginaux (coït vaginal). Le risque de transmettre le VIH lors de fellations (contact bouche -sexe) est assez faible.

Le VIH peut aussi se transmettre lors du partage de seringues entre toxicomanes - ou lors du partage de seringues avec d'autres après l'injection de drogue par voie intraveineuse. Le VIH peut également se transmettre lors du contact entre du sang contaminé et une plaie ouverte.

Une femme enceinte séropositive peut aussi transmettre le VIH à son enfant. Cependant, si cette femme enceinte sait qu'elle est séropositive, on peut lui donner des médicaments qui réduisent le risque de transmission du virus au bébé. Une femme séropositive peut aussi transmettre le VIH à son bébé en l'allaitant. Il est donc contre-indiqué qu'une femme séropositive allaite son bébé et il vaut mieux utiliser un lait maternel de substitution.

Même si l'on se sent en bonne santé ou que l'on suit un traitement pour le VIH, on peut toujours infecter d'autres personnes. En tant que séropositif/-ive, vous pourrez infecter d'autres personnes jusqu'à la fin de vos jours, et ce, même si vous suivez un traitement.

Comment le VIH ne se transmet-il pas ?

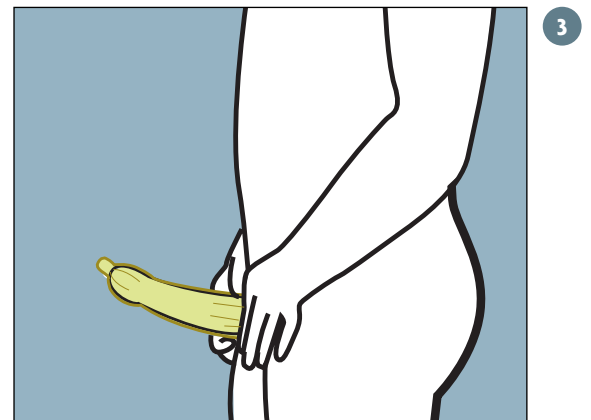
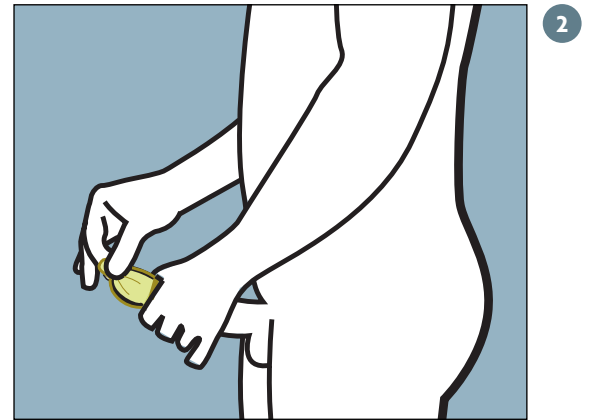
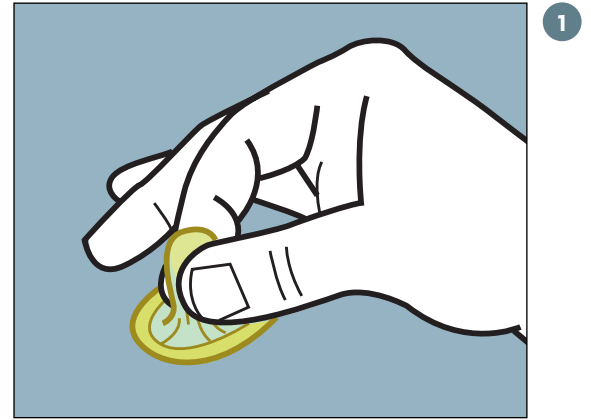
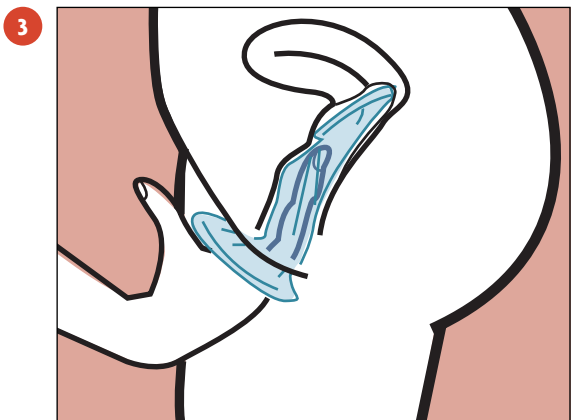
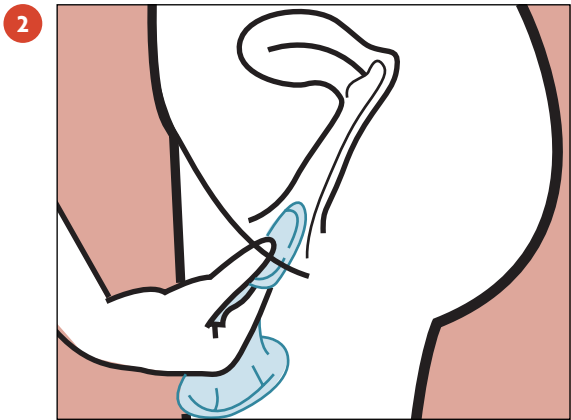
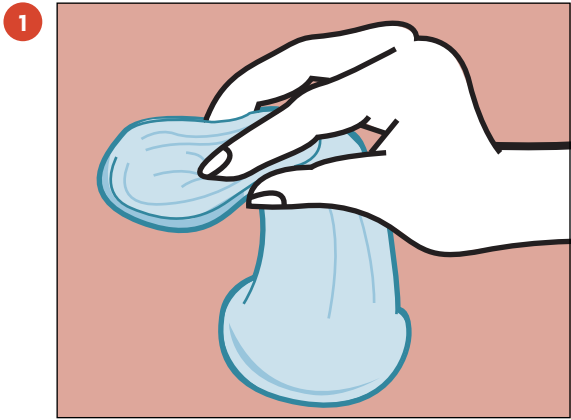
Le VIH ne se transmet pas par les baisers, les larmes, la transpiration, la salive ou l'urine. En outre, il est impossible d'être infecté par le VIH par simple contact entre du sang ou du sperme et la peau. En effet, le VIH ne peut pas passer à travers la peau.

Le VIH ne peut donc pas se transmettre lors des rapports de la vie quotidienne tels que l'utilisation des mêmes couverts ou sanitaires qu'une personne séropositive.

Rapports sexuels protégés

De nombreuses personnes séropositives redoutent de contaminer d'autres personnes - par exemple lors de rapports sexuels. Afin d'éviter de contaminer votre partenaire, il est indispensable de toujours avoir des rapports sexuels protégés, c'est-à-dire d'utiliser un préservatif. Pour la femme et uniquement lors de rapports vaginaux, il est possible d'utiliser un Femidom (une sorte de préservatif féminin).

Il est difficile de s'imaginer qu'une personne séropositive puisse mener une vie sexuelle normale. Bien que le désir sexuel puisse souvent disparaître pendant un moment, le besoin d'un contact proche et intime se manifeste à nouveau chez la plupart des gens. Il y a de nombreuses manières d'avoir une intimité avec son/sa partenaire sans courir aucun risque. Ainsi, vous pouvez à la fois vous embrasser et vous caresser ou donner ou recevoir un massage sur tout le corps. Il est impossible de contaminer une autre personne même en cas de contact entre la peau et du sperme, des sécrétions vaginales ou du sang. En effet, le VIH ne peut pas passer à travers la peau. La seule chose à laquelle il faut absolument penser, c'est d'utiliser un préservatif (masculin ou féminin) lors de rapports sexuels vaginaux, anaux ou oraux.



N'oubliez pas que vous pouvez toujours discuter avec votre médecin traitant, votre infirmière ou un conseiller de Hiv-Danmark si vous éprouvez des difficultés à mener une vie sexuelle satisfaisante. N'hésitez pas non plus à téléphoner à la ligne Info Sida si vous préférez garder l'anonymat. La plupart des interlocuteurs parlent anglais.

Il existe un risque d'infection si le préservatif se déchire. Dès lors, il est essentiel de se rappeler qu'une personne séronégative peut avoir accès à un traitement préventif contre le VIH après des rapports sexuels non protégés (par exemple après rupture du préservatif) avec une personne séropositive. Cela s'appelle la PEP (Prophylaxie Post Exposition). Il n'y a cependant pas de garantie que ce traitement protège d'une infection. Le traitement doit être suivi 24 heures au plus tard après le risque d'infection. Ce traitement sous forme de pilules est disponible à l'hôpital. La ligne Info Sida pourra vous indiquer l'hôpital le plus proche où vous pourrez vous procurer un tel traitement. Le traitement dure quatre semaines et peut donner lieu à des effets secondaires.

Test VIH

Il est préférable que vos anciens partenaires - et l'actuel - fassent un test VIH si vous avez eu des rapports sexuels non protégés. On pourra ainsi déterminer s'ils sont séropositifs.

Un test VIH peut être effectué chez votre médecin traitant, à l'hôpital ou dans une clinique spécialisée dans

les maladies sexuellement transmissibles. La ligne Info Sida peut vous renseigner sur les adresses et les horaires. Au Danemark, le test est anonyme (c'est-à-dire. Que vous ne devez pas divulguer votre identité) et gratuit.

Les résultats du test sont généralement disponibles dans un délai de 3 à 14 jours après l'analyse sanguine.

Suite à la transmission du VIH, 3 mois peuvent s'écouler avant que celui-ci puisse être détecté dans les tests sanguins. C'est pourquoi il faut attendre 3 mois avant d'effectuer une analyse sanguine lorsque l'on a été exposé(e) à un risque d'infection. Il faut donner sa permission pour qu'un test VIH soit effectué. Ainsi le test VIH n'a pas lieu automatiquement lors d'autres examens tels que, par exemple, des tests de grossesse.

“Le VIH est une chose à laquelle je pense un peu chaque jour - lorsque je prends mes médicaments par exemple. Quand je me rends à mes consultations à la clinique, il occupe mon esprit un peu plus encore. Mais je n'ai pas peur en permanence - je m'y suis habitué”.

Femme, 28 ans

Vivre avec le vih

Votre séropositivité va affecter de nombreux aspects de votre vie. La première phase sera certainement marquée par un état de choc mais la plupart des gens apprennent à vivre en tant que séropositifs après quelque temps. Au début, il est important de ne pas trop rester seul(e). Il peut également être bénéfique de discuter avec quelqu'un en qui vous avez confiance, un ami proche ou un membre de la famille. Vous pouvez aussi parler avec l'infirmière de la consultation VIH ou avec un conseiller de Hiv-Danmark.

Le sida est une maladie grave que vous allez garder toute votre vie - mais vous pourrez probablement continuer à mener une longue vie presque normale si vous recevez le traitement adéquat. Dès lors, vous devez essayer de profiter de la vie et de ne pas vous laisser envahir par la peur de la maladie. Une manière de se responsabiliser est de s'intéresser aux implications du VIH. Cela signifie que vous devrez vous renseigner sur les symptômes qui peuvent survenir, sur le moment où vous devrez prendre des médicaments, sur les personnes à mettre au courant de votre séropositivité, sur la manière dont le VIH se transmet ou ne se transmet pas et ainsi de suite. Plus vous en saurez et plus il vous sera facile de prendre des décisions et d'agir.

Dire ou ne pas dire que vous êtes séropositif/-ive ?

Vous êtes le/la seul(e) à pouvoir décider quand - et si - vous allez apprendre à votre famille, vos amis et vos collègues que vous êtes séropositif/-ive. Il est important de réfléchir au moment et à la manière de le faire. Il serait peut-être bon de discuter de ces réflexions avec une ou plusieurs personnes en qui vous avez confiance. Vous pouvez éventuellement en parler à votre infirmière ou à un conseiller de Hiv-Danmark. La façon dont vos relations vont réagir à la nouvelle varie selon les personnes. Cela dépend également du degré d'intimité des rapports que vous entretenez avec eux. La colère, la tristesse et la peur d'être contaminé sont des sentiments qu'ils peuvent exprimer à votre égard. Par contre, il est important de savoir que la plupart des gens qui ont choisi de l'annoncer à d'autres personnes ne l'ont pas regretté. Beaucoup ont réalisé que les personnes qui étaient au courant de leur séropositivité pouvaient leur apporter du soutien.

Si vous avez des enfants, il est particulièrement important de trouver le meilleur moment et la meilleure manière de leur annoncer que vous êtes séropositif/-ive. Beaucoup de gens croient qu'il vaut mieux que les enfants n'en sachent rien mais il s'est souvent avéré qu'ils avaient remarqué depuis longtemps que « quelque chose n'allait pas ». Quand les enfants se sont rendus compte que « quelque chose ne va pas », ils dépensent beaucoup de temps et d'énergie à essayer de trouver de quoi il s'agit et si cela a un rapport avec eux. C'est souvent un soulagement pour eux d'apprendre la vérité.

Dans ce genre de situation, il est également utile de discuter avec d'autres personnes afin de déterminer la meilleure façon d'annoncer cela aux enfants.

Le désir d'avoir des enfants et la séropositivité

Si vous êtes séropositive et que vous désirez avoir un enfant, il faut examiner ouvertement la situation. Le risque de transmettre le VIH à l'enfant peut être réduit considérablement c'est-à-dire moins de 1% avec un traitement médical adéquat. Il faut recourir à l'insémination artificielle pour éviter de contaminer votre partenaire lors de rapports sexuels.

Si vous êtes un homme séropositif et que vous désirez avoir des enfants avec votre femme (et qu'elle n'est pas infectée), il est possible de nos jours d'effectuer ce que l'on appelle « un lavage du sperme » durant lequel les cellules spermatiques sont débarrassées du virus VIH.

Dans ce cas-ci également, il faut recourir à l'insémination artificielle pour éviter de contaminer votre femme durant le processus de fécondation.

Si vous êtes séropositif/-ive et que vous envisagez d'avoir des enfants, vous et votre partenaire devez en parler au préalable avec votre médecin traitant afin de discuter en détail des possibilités et des problèmes inhérents.

Les relations avec votre employeur et vos collègues

En tant que séropositif/-ive, vous pouvez exercer n'importe quel métier. En outre, vous n'êtes aucunement tenu(e) de déclarer votre séropositivité

à votre employeur, à vos collègues ou à la municipalité. Ainsi, un employeur n'a pas le droit de vous renvoyer parce que vous êtes séropositif/-ive. Si vous vous rendez compte que vous êtes victime de discrimination ou que vous avez été renvoyé(e) pour cause de séropositivité, vous pouvez contacter votre syndicat ou Hiv-Danmark.

Certains emplois nécessitent de souscrire à une assurance retraite et de répondre à un questionnaire sur votre santé. Les dispositions régissant les assurances retraite changent constamment. Si vous ne savez pas quoi faire, le mieux est d'en parler avec votre syndicat ou un conseiller de Hiv-Danmark.

La situation est la même lorsque vous souscrivez à une assurance contre les accidents corporels. Il est vrai que ces dispositions sont compliquées et qu'elles changent constamment.

Prestations de la sécurité sociale pour les personnes séropositives

En vertu de la législation sur l'assurance maladie, vous avez le droit de recevoir de l'aide en tant que personne séropositive. Vous pouvez contacter votre municipalité si vous rencontrez certains problèmes péculiaires, physiques ou psychologiques pour lesquels vous voudriez recevoir de l'aide. Si vous le souhaitez, vous pouvez demander des conseils à Hiv-Danmark ou à l'assistant social à l'hôpital.

Le secret medical

Les règles qui entourent le secret médical s'appliquent aussi au VIH et au sida comme pour n'importe quelle autre maladie. En tant que séropositif/-ive, il est important de pouvoir consulter en toute confiance les services de santé et leur fournir tous les renseignements nécessaires. C'est pour cela que le personnel de santé est tenu de respecter le secret médical. Cela signifie qu'il ne peut divulguer à personne des informations sur l'état de votre séropositivité sans vous en avoir demandé la permission au préalable. Les médecins, le personnel infirmier, les dentistes et tous les autres employés du secteur de la santé sont tenus de respecter le secret médical. Si votre séropositivité a été dépistée autre part que chez votre médecin traitant, celui-ci n'a aucun moyen d'en être mis au courant à moins que vous ne donniez la permission de divulguer cette information ou que vous le fassiez vous-même.

“Si je n'étais pas certain que les médecins, les infirmières et les psychologues gardent le secret professionnel, je ne voudrais pas leur parler de ma vie sexuelle ou de sexualité sans risque”.

Femme, 38 ans

Le secret médical implique également que la famille et les amis d'une personne séropositive ne peuvent pas obtenir des informations par le médecin ou par l'hôpital sur un proche - sauf si ce dernier a donné son accord préalable.

Le secret médical ne peut être enfreint que sous certaines conditions particulières. Par exemple, dans le cas où une personne séropositive refuse de révéler sa séropositivité à son conjoint ou partenaire. C'est le seul cas où le personnel de santé peut révéler la maladie au conjoint. Toutefois, le personnel médical doit être certain que le conjoint a couru ou court un risque d'infection immédiate.

Le VIH et le code pénal

Le code pénal stipule que les personnes qui « font consciemment courir un risque de contamination par une maladie potentiellement létale et incurable à d'autres personnes » peuvent être punies (§ 252). La loi s'applique aux personnes séropositives qui exposent leurs partenaires à la contamination, sans que le partenaire en question sache qu'il court un risque d'être infecté par le VIH.

Que la personne concernée ait été infectée ou pas n'a aucune importance. La loi concerne également les personnes qui n'ont pas fait de test VIH mais qui ont de bonnes raisons de croire qu'elles sont séropositives. Cela signifie aussi que, si vous ou votre partenaire utilisez des préservatifs, vous ne devez pas révéler à la personne concernée que vous êtes séropositif/-ive puisque vous protégez votre partenaire de l'infection.

La peine encourue est la détention simple ou une peine maximale de huit années de prison et le risque de perdre son permis de séjour si la personne ne possède pas la nationalité danoise.

“Le jour qui a suivi mon diagnostic, j'étais plutôt hébété. Je ne me souviens pas de grand-chose de ce jour là”.

Femme, 22 ans

Il n'y a pas de condamnation possible si la personne a des rapports sexuels protégés ou si elle a préalablement informé son/sa partenaire de sa séropositivité.

Si la personne a informé son/sa partenaire de sa séropositivité et que les deux personnes choisissent néanmoins d'avoir des rapports sexuels non protégés, personne ne peut être sanctionné.

Le code pénal s'applique aussi en cas de risques d'infection qui surgissent lors du partage de seringues ou de dons de sang.

Les problèmes de langue et les interprètes

Si vous ne comprenez pas bien le danois où que vous ne le parlez pas, il est parfois difficile de comprendre ce que l'on vous dit - à l'hôpital, à l'administration sociale et chez le médecin. De plus, vous éprouvez peut-être aussi des difficultés à vous exprimer. Si c'est le cas, vous pouvez faire appel aux services d'un interprète à votre prochain rendez-vous. Il est essentiel que vous et le personnel vous compreniez mutuellement. Peut-être que le personnel a lui-même fait appel aux services d'un interprète. Si c'est le cas, c'est uniquement pour s'assurer que vous vous compreniez.

L'interprète est tenu de respecter le secret professionnel. Il ou elle n'est pas autorisé(e) à divulguer des données confidentielles vous concernant.

Certaines personnes voudraient que leurs enfants ou des membres de leur famille leur servent d'interprètes, ce qui est une très mauvaise idée. On ne doit pas impliquer ses enfants et sa famille « dans sa maladie » de cette manière. De plus, il y aurait certainement beaucoup de termes (sur le traitement médical, la sexualité et la législation) qu'ils ne comprendraient pas forcément.

Voyages

En cas de voyage à l'étranger, des paramètres essentiels sont à prendre en considération avant de partir: souscrire à une bonne assurance voyage ainsi qu'à une assurance maladie, les conséquences par rapport à votre permis de séjour éventuel, etc. Ces règles peuvent être compliquées et c'est pourquoi il est préférable d'en parler avec un conseiller de votre administration sociale ou de Hiv-Danmark.

Il faut également tenir compte du fait que certains pays refusent l'accès de leur territoire aux personnes séropositives. Dès lors, il vaut mieux contacter l'ambassade du pays où vous désirez voyager avant de partir.

Si vous suivez un traitement médicamenteux, emportez tous vos médicaments et pensez à emporter un nombre suffisant - voire davantage - de doses pour toute la durée du voyage. Faites aussi le point avec votre médecin sur votre couverture vaccinale. Sachez aussi que certains vaccins sont contre-indiqués pour les personnes séropositives dont le système immunitaire est affaibli. Il est aussi recommandé de s'informer à l'avance sur les possibilités d'obtenir des conseils si vous rencontrez des problèmes pendant votre séjour à l'étranger - soit un hôpital, soit un centre d'information VIH/sida. La ligne Info Sida pourra certainement vous aider à trouver les adresses des centres d'information à l'étranger.

Ligne Info Sida

Skindergade 27
1159 Copenhagen K

Tél. +45 33 91 11 19
www.aids-linien.dk

hiv.dk

c/o HIV-Danmark
Skindergade 44
1159 Copenhagen K

Tél. +45 33 32 58 68
www.hiv.dk

HIV Denmark

Skindergade 44
1159 Copenhagen K
Tél. +45 33 32 58 68
www.hiv-danmark.dk

Zone est

(le Seeland et les îles),
Tél. +45 33 32 58 60

Zone ouest

(le Jütland et la Fionie)
Tél. +45 70 22 58 68

Fournit des conseils individuels par téléphone sur le VIH/sida et les autres maladies sexuellement transmissibles

Des conseils sont également disponibles via courriel ou via le service babillage sur Internet : voir la page d'accueil.

Le portail Internet des organisations VIH/sida danoises.

C'est ici que vous trouverez les adresses de toute une série d'organisations VIH/sida danoises, notamment le Service sida de l'Eglise Nationale (Den Folkekirkelige Aids Tjeneste) et Pension-VIH (Hiv-pensionatet)

Le portail est aussi disponible en version anglaise.

Association de patients pour les personnes séropositives et groupe d'encadrement pour les organisations HIV/sida danoises

Au niveau national, des conseils individuels sont fournis aux personnes séropositives et à leurs proches.

Contact intermédiaire entre les groupes de soutien et les personnes séropositives.

HIVinfo.dk

Box 1132
1009 Copenhagen K

Tél. +45 33 93 10 35
www.hivinfo.dk

TICC

Centre de formation,
d'information et de conseil
(Training, Information and
Counselling Centre)
Lille Kirkestræde 3, 2
1072 Copenhagen K

Tél. +45 36 31 08 08

Hivinfo.dk est un lieu de rencontre et d'information sur Internet pour les personnes séropositives et les autres personnes qui sont concernés par le VIH.

Il y a des informations sur les progrès de la médecine, les actions de soutien, les chances de survie, etc. Hivinfo.dk est actualisé plusieurs fois par jour.

Pour le moment, Hivinfo.dk n'est disponible qu'en danois mais on répond aussi aux questions posées en anglais.

Le centre d'information sanitaire qui fournit des renseignements, des conseils et du soutien aux africains et à leurs familles concernés par le VIH et le sida

Conseils individuels par téléphone.

Contact intermédiaire entre les groupes de soutien et les personnes séropositives.



FRANSK



Sex & Samfund

The Danish Family Planning Association
Rosenørns Allé 12, 1. sal
1634 Copenhagen V
Tel. 33 93 10 10
www.sexogsamfund.dk

Sundhedsstyrelsen

National Board of Health
Islands Brygge 67
2300 Copenhagen S
Tel. 72 22 74 00
www.sst.dk