



## Les infections transmises sexuellement : Renseignements généraux sur la prévention

### Comment peut-on prévenir une infection transmise sexuellement (ITS)?

Vous pouvez éviter d'attraper une infection transmise sexuellement (ITS) :

- en ayant des rapports sexuels avec un seul partenaire non infecté qui a des rapports sexuels seulement avec vous;
- en utilisant un condom. S'il est utilisé correctement, le condom offre une protection contre les ITS (voir ci-dessous);
- en passant régulièrement un test de dépistage des ITS;
- en choisissant de ne pas avoir de relations sexuelles.

### Comment utiliser un condom

- utilisez seulement des condoms en latex;
- ne gardez pas les condoms pendant longtemps dans un porte-monnaie ou à une température extrêmement chaude ou froide;
- vérifiez la date limite d'utilisation sur l'emballage;
- faites attention de ne pas déchirer ou endommager le condom en ouvrant l'emballage;
- mettez le condom avant **tout** contact sexuel;
- vous pouvez utiliser un lubrifiant à l'eau comme K-Y, ForPlay, ou un gel contraceptif. Les lubrifiants à base d'huile comme la vaseline ou l'huile pour bébé ne doivent **pas** être utilisés parce qu'ils endommagent le latex du condom;
- utilisez un nouveau condom de latex chaque fois que vous avez des relations sexuelles.

S'il est utilisé correctement, le condom fournit une protection considérable contre la grossesse, les infections transmises sexuellement et le VIH (le virus associé au sida).

### Comment mettre un condom

- Tenez le bout du condom entre deux doigts pour faire sortir l'air. Ceci laissera de la place au sperme au moment de l'éjaculation.
- Placez le condom sur l'extrémité du pénis en érection.
- En continuant à tenir le bout du condom, déroulez-le sur le pénis en érection jusqu'aux poils du pubis.
- Après l'éjaculation, retirez le pénis encore en érection, en tenant le condom pour qu'il ne glisse pas.

### Condoms avec lubrifiants

Certains lubrifiants contiennent des produits chimiques (spermicides) pour aider à prévenir une grossesse non voulue. S'ils irritent vos organes génitaux, ne les utilisez pas.

### Un peu de vocabulaire...

(Femme et homme)

- Fesses – derrière
- Rectum – anus, orifice pour l'évacuation des matières fécales
- Organes génitaux – organes des relations sexuelles
- Antibiotiques – pilules, crèmes ou injections destinées à guérir une infection
- Injection – piqûre
- Symptôme – signe d'infection
- Uriner – pisser
- Mucus – liquide clair, blanchâtre ou jaunâtre, d'aspect filant
- Pus – liquide clair, blanchâtre ou jaunâtre

(Femme)

- Vagin – canal génital
- Sécrétions vaginales – liquide qui s'écoule du vagin
- Utérus – matrice, organe où croît le bébé
- Col de l'utérus – orifice de l'utérus
- Diaphragme – moyen de contraception inséré dans le vagin

(Homme)

- Éjaculer – avoir un orgasme, venir
- Urètre – canal au centre du pénis

N'oubliez pas : plus vous avez de partenaires sexuels, plus vous risquez d'attraper une ITS!

Pour de plus amples renseignements, communiquez avec le bureau de la Santé publique de votre région ou avec votre médecin de famille.