

IST

Les infections sexuellement transmissibles (IST) sont des infections qui se propagent lors de rapports sexuels avec pénétration (anale, orale et vaginale) et lors de contacts sexuels sans pénétration (partage de jouets sexuels, contact génital peau à peau étroit).

On peut être atteint d'une IST sans le savoir.
Certaines personnes ne présentent aucun symptôme.

CHLAMYDIA

Symptômes : douleur à la miction, pertes, saignements entre les règles ou après les rapports sexuels.

Test : échantillon d'urine ou prélèvement.

Traitement : comprimés d'antibiotiques.

GONORRÉE

Symptômes : écoulement, saignement entre les règles.

Test : échantillon d'urine ou prélèvement.

Traitement : antibiotiques.

SYPHILIS

Symptômes : cloques ou plaies autour de la zone génitale/anale (qui peuvent être douloureuses ou non), éruption cutanée.

Test : échantillon de sang.

Traitement : antibiotiques.

VIH

Symptômes : possibilité de syndrome grippal quelques semaines après l'infection, éruption cutanée.

Test : piqûre au doigt ou prélèvement sanguin, selon l'endroit où vous vous rendez pour le test.

Traitement : contrôlé par des médicaments antirétroviraux. Si vous suivez un traitement efficace et que votre charge virale est indétectable, vous ne pouvez pas transmettre le VIH à quelqu'un d'autre.

HERPÈS GÉNITAL

Symptômes : cloques ou plaies douloureuses autour de la zone génitale/anale.

Test : prélèvement sur la cloque ou la plaie.

Traitement : comprimés antiviraux.

VERRUES GÉNITALES

Symptômes : bosses ou excroissances autour de la zone génitale/anale.

Test : le médecin/l'infirmière examine la zone affectée.

Traitement : crème ou traitement par congélation.

Consentement

Le consentement signifie que l'on accepte de faire quelque chose. Lorsqu'il s'agit de sexe, cela signifie que l'on accepte d'avoir des relations sexuelles ou de participer à une activité sexuelle.

À FAIRE

- Assurez-vous de demander le consentement des personnes concernées. Cela inclut les partenaires sexuels réguliers.
- Demandez le consentement pour chaque acte sexuel. Ce n'est pas parce qu'une personne a consenti à un acte sexuel qu'elle a consenti à d'autres.
- Prêtez attention au langage corporel. Si une personne semble mal à l'aise mais qu'elle a dit oui, il se peut qu'elle ne veuille pas vraiment avoir de rapports sexuels.



À NE PAS FAIRE

- Supposer qu'une personne a donné son consentement en raison de ce qu'elle porte ou de la façon dont elle agit.
- Faire pression sur une personne pour qu'elle ait des relations sexuelles avec vous. Le consentement doit être une décision libre et volontaire.



Au Royaume-Uni, l'âge légal du consentement à une activité sexuelle est de 16 ans.

La loi est conçue pour protéger les jeunes contre les abus commis par des adultes. Elle ne vise pas à criminaliser les personnes de moins de 16 ans qui ont des relations sexuelles, lorsque les deux personnes ont le même âge.

Vous pouvez parler à notre équipe de santé sexuelle en toute confiance.



C-Card

Obtenez gratuitement des préservatifs et du lubrifiant dans les pharmacies, les cliniques et les lieux d'éducation avec une C-Card, disponible pour les personnes âgées de plus de 13 ans.

Scannez le code QR pour voir la liste des lieux où vous pouvez vous inscrire, et pour plus d'informations sur notre site web. En fonction de votre âge, vous pouvez également vous inscrire en ligne.



Contraception d'urgence

La contraception d'urgence permet d'éviter qu'une grossesse ne survienne après un rapport sexuel sans contraception ou en cas d'échec de la contraception. Il existe deux options de contraception d'urgence gratuites dans le cadre du NHS:

- DIU d'urgence (stérilet en cuivre) - disponible dans les cliniques de santé sexuelle et chez certains médecins généralistes.
- Contraception hormonale d'urgence - (parfois appelée « pilule du lendemain ») disponible auprès des services de santé sexuelle, des médecins généralistes et de certaines pharmacies.

Il est préférable d'avoir recours à la contraception d'urgence le plus tôt possible après un rapport sexuel non protégé.



openclinic.org.uk

Ces services de santé sexuelle sont fournis par Midlands Partnership NHS Foundation Trust et commandés par les autorités locales.

Un interprète peut être mis à disposition pour les rendez-vous de santé sexuelle si nécessaire.

French | May 2025

Contraception

Si vous avez des rapports sexuels, la contraception est le meilleur moyen de réduire les risques de grossesse. Il existe de nombreux types de contraception et différentes méthodes conviennent à différentes personnes. Certaines nécessitent une procédure de mise en place et de retrait.

Implant

Un petit bâtonnet, qui libère une hormone progestative, est placé dans la partie supérieure du bras, sous la peau.

- Efficacité supérieure à 99 %
- Durée de vie jusqu'à 3 ans
- Les règles peuvent rester les mêmes, s'arrêter, être fréquentes ou irrégulières



Injection

Une hormone progestative est injectée dans le muscle, généralement dans la fesse.

- Efficacité supérieure à 99 % si les injections répétées sont effectuées à temps, comme indiqué
- Durée de vie de 14 semaines
- Les règles cessent généralement après 2 ou 3 injections



SIU (stérilet hormonal)

Un petit dispositif en plastique est placé dans l'utérus.

- Efficacité supérieure à 99 %
- Durée de vie jusqu'à 8 ans, selon le type installé
- Les règles peuvent être plus légères ou s'arrêter



DIU (stérilet en cuivre)

Un petit dispositif en plastique et en cuivre est placé dans l'utérus.

- Efficacité supérieure à 99 %
- Durée de vie jusqu'à 10 ans
- Les règles peuvent rester les mêmes ou être plus abondantes/longues/douloureuses



Pilule combinée

Comprimé contenant des œstrogènes et des progestatifs.

- 91 % d'efficacité avec une utilisation normale
- Prise quotidienne pendant au moins 3 semaines, avec ou sans pause
- Vous pouvez contrôler le moment où vous saignez ou non, et cela rend souvent les règles plus légères et moins douloureuses



Pilule progestative

Comprimé contenant une hormone progestative.

- 91 % d'efficacité avec une utilisation normale
- Vous devez la prendre tous les jours, en continu
- Les règles peuvent rester les mêmes, s'arrêter, être fréquentes ou irrégulières



Préservatifs (pour le pénis)

Une fine gaine en latex ou en plastique est placée sur le pénis en érection.

- Efficacité d'environ 85 % dans le cadre d'une utilisation normale
- Protège contre les IST



Préservatifs (pour le vagin)

Une fine gaine en plastique tapisse le vagin et recouvre la zone externe.

- Efficacité d'environ 85 % dans le cadre d'une utilisation normale
- Protège contre les IST



Il existe d'autres méthodes que celles énumérées ici. Pour savoir ce qui vous convient le mieux, consultez votre médecin généraliste ou votre service de santé sexuelle.