

TROUSSE D'OUTILS DE PRÉVENTION DU VIH POUR JEUNE FEMME

L'INJECTION DE DROGUES ET LA RÉDUCTION DES MÉFAITS



Qu'est-ce que la réduction des méfaits?

La réduction des méfaits, ça veut dire faire des choix plus sains lorsque c'est possible, pour réduire le risque de maladies et de blessures. Un exemple d'une pratique générale de réduction des méfaits : boucler sa ceinture de sécurité lorsqu'on roule en voiture.

Certains des méfaits de la consommation de drogues ne viennent pas des drogues à proprement parler, mais de facteurs sociaux, juridiques et économiques qui influencent comment les drogues sont consommées et comment les personnes qui en consomment sont traitées. Par exemple, si quelqu'un consomme des drogues illégales, les moyens qu'il prend pour éviter d'être arrêté par la police – comme éviter d'être en possession de seringues – peuvent le placer en situation de plus grand risque de contracter le VIH¹ ou l'hépatite C. Le stigmate associé à la consommation de drogues peut aussi isoler une personne de son cercle d'amis, de sa famille, ou des fournisseurs de soins de santé et de services sociaux, ce qui augmente son risque de contracter le VIH.

Plusieurs facteurs influencent le risque d'une personne, dans l'usage de drogue; en particulier, ses expériences de stigmate, de racisme, de discrimination fondée sur le sexe, de pauvreté, de traumatisme pendant l'enfance, et de criminalisation.

La réduction des méfaits a pour objectif que les personnes qui consomment des drogues demeurent en aussi bonne santé que possible. Un exemple de pratique de réduction des méfaits dans le contexte de la consommation de drogues : utiliser un programme d'échange de seringues.

¹ « VIH » signifie « virus d'immunodéficience humaine ». Ce virus s'attaque au système immunitaire et cause une maladie chronique progressive qui rend la personne vulnérable à d'autres infections sérieuses et à des cancers. (« Sida » signifie « syndrome d'immunodéficience acquise », ce qui est la phase avancée de l'infection à VIH.)

Quel est le lien entre le VIH et l'usage de drogue?

Les personnes qui consomment des drogues par injection ont un risque plus élevé de contracter l'infection à VIH. Ce feuillet examine les raisons de cela, et offre des suggestions concrètes pour réduire le risque. Fait important, la prévention du VIH n'est qu'un des nombreux points que concerne la perspective de la réduction des méfaits.

Le VIH se transmet d'une personne à une autre par l'échange de ces cinq liquides corporels :

- le sang
- le lait maternel
- le sperme
- le liquide vaginal
- le liquide rectal

Le VIH se transmet le plus souvent par l'activité sexuelle. Au deuxième rang, figure la transmission par le partage de matériel d'injection de drogue.

Le contact de sang à sang est le mode le plus direct et efficace de transmission du VIH et du VHC (le virus de l'hépatite C), d'une personne à une autre. C'est pourquoi le partage de matériel d'injection implique un risque extrêmement élevé de transmission.

Ce n'est pas la drogue, comme telle, qui transmet le VIH : le virus est présent dans le sang d'une personne séropositive, et il passe dans le sang d'une autre personne à cause du sang qui est présent sur l'aiguille ou un autre instrument d'injection qui est partagé.

Le genre sexuel et la consommation de drogues

Le taux de transmission du VIH est encore en augmentation parmi les jeunes femmes. Celles qui consomment des drogues ont tendance à être particulièrement vulnérables à l'infection par le VIH, pour plusieurs raisons :

- ➔ Elles sont plus susceptibles d'être introduites à l'injection de drogues par un partenaire, qui peut fournir la drogue et le matériel d'injection. Elles sont plus susceptibles également de se faire injecter la drogue par une autre personne, plutôt que de se faire elles-mêmes leurs injections. Les personnes qui contrôlent elles-mêmes leurs drogues, leur équipement et leurs injections ont plus de contrôle sur leur santé et leur sécurité.
- ➔ Le VIH est plus répandu dans la communauté des personnes qui s'injectent des drogues, donc il est plus probable qu'une personne qui s'injecte des drogues soit exposée au VIH, soit par des rapports sexuels, soit par le partage de matériel d'injection.
- ➔ Les personnes enceintes ou qui élèvent des enfants pourraient éviter de demander de l'aide pour des problèmes liés à l'usage de drogue, au VIH, à la violence domestique ou à des troubles de santé mentale, en raison de la stigmatisation ou de la peur de perdre la garde de leurs enfants.

Ce n'est pas la drogue, comme telle, qui transmet le VIH : le virus est présent dans le sang d'une personne séropositive, et il passe dans le sang d'une autre personne à cause du sang qui est présent sur l'aiguille ou un autre instrument d'injection qui est partagé.

- ➔ Les hommes ont souvent une plus grande indépendance économique et/ou plus de pouvoir que les personnes d'autres genres. Si on est dépendant financièrement d'autres personnes, il est plus difficile de négocier des limites. S'occuper soi-même de ses finances peut aider à prévenir le VIH.
- ➔ Certaines femmes et certaines personnes qui s'identifient comme étant trans* peuvent avoir peur de perdre la garde de leurs enfants, de perdre leur logement ou leur accès à de l'argent ou à des drogues, si elles insistent pour avoir des pratiques plus sécuritaires d'usage de drogue ou des rapports sexuels plus sécuritaires.
- ➔ Les filles, les femmes et les personnes qui s'identifient comme étant trans* sont plus susceptibles d'avoir vécu de l'exploitation sexuelle ou de la violence, dans leurs relations; ces deux situations peuvent être de puissants facteurs d'influence sur leurs choix dans l'usage de drogues.
- ➔ L'activité sexuelle et la consommation de drogue – les deux causes les plus répandues de transmission du VIH – sont souvent moins stigmatisantes pour les hommes que pour les autres genres sexuels. La consommation de drogue et le VIH peuvent être considérés par certaines personnes comme étant des questions de morale, plutôt que de santé, en particulier pour les femmes. Ainsi, il peut y avoir plus de jugements que d'attitudes de soutien, à l'égard des femmes qui consomment des drogues.
- ➔ Plusieurs personnes qui sont actives sexuellement et qui s'injectent des drogues ont également des comportements sexuels qui augmentent leur risque d'infection par le VIH (comme le fait de ne pas toujours utiliser un condom).
- ➔ Le travail du sexe, ou l'échange de rapports sexuels pour de l'argent, des drogues ou des nécessités de la vie, peut augmenter l'exposition au VIH si les conditions de travail ne sont pas sécuritaires, ou si la négociation de limites est difficile ou impossible.
- ➔ Les programmes de traitement de la toxicomanie ont tendance à cibler les hommes davantage que les personnes d'autres genres.
- ➔ Dans plusieurs communautés, il n'existe pas de programme de santé sexuelle ou génésique, pour les personnes qui consomment des drogues.

La prévention du VIH pour les personnes s'injectant des drogues

- ➔ Le VIH et le VHC ne se transmettent pas dans la drogue, mais par l'échange de sang qui se trouve sur des instruments partagés lorsqu'on s'injecte des drogues. Si le matériel de consommation de drogues n'est pas partagé – peu importe à qui il appartient –, il ne se produira pas de transmission du VIH à cause de l'injection de drogues.
- ➔ Les personnes qui consomment des drogues par injection devraient apprendre à se faire leurs injections elles-mêmes, plutôt que de compter sur d'autres personnes pour le faire.

Les personnes qui contrôlent elles-mêmes leurs drogues, leur équipement et leurs injections ont plus de contrôle sur leur santé et leur sécurité.

Si le matériel de consommation de drogues n'est pas partagé – peu importe à qui il appartient –, il ne se produira pas de transmission du VIH à cause de l'injection de drogues.

- ➔ Dans les communautés où il existe des programmes de réduction des méfaits (comme la distribution de seringues et les lieux d'injection supervisée), c'est une bonne idée d'utiliser leurs services.
- ➔ On recommande d'utiliser, pour chaque injection : une seringue stérile avec une aiguille stérile et en bon état, un contenant neuf, de l'eau propre et un nouveau coton-ouate.
- ➔ Lorsqu'aucune nouvelle seringue stérile n'est accessible, on devrait considérer des méthodes autres que l'injection, comme renifler ou fumer la drogue.
- ➔ S'il faut absolument réutiliser une seringue, sa propre seringue usagée est bien moins risquée qu'une seringue qui a été utilisée par une autre personne.
- ➔ Il est fortement recommandé de ne jamais partager une seringue. Cependant, si on le fait, il est recommandé de la nettoyer avec de l'eau de Javel et de l'eau, avant de la réutiliser. (L'eau de Javel n'est pas efficace pour réduire la transmission du VHC par le partage de seringue, mais elle peut aider à prévenir la transmission du VIH.)
- ➔ L'eau pour l'injection et l'eau de rinçage devraient être gardées séparément l'une de l'autre. Si de l'eau devient contaminée par du sang, elle contaminera les autres objets qui servent à l'injection.
- ➔ Chaque fois que possible, on devrait choisir un endroit qui est sécuritaire et propre, où se faire l'injection; ceci va réduire la pression de faire vite et de négliger des précautions.
- ➔ On devrait essayer d'éviter de s'injecter des drogues lorsqu'on est seul. Quand on est en compagnie d'une autre personne, on peut veiller l'un sur l'autre, et aller chercher de l'aide si nécessaire (par exemple, en cas de surdose).
- ➔ Une personne qui s'injecte des drogues et qui est active sexuellement devrait suivre les mêmes conseils que toute autre personne sur les pratiques sexuelles plus sécuritaires (p. ex., être au courant de notre statut VIH, utiliser des condoms et du lubrifiant pour la pénétration vaginale et anale, utiliser des condoms ou des digues dentaires pour le sexe oral, se faire dépister régulièrement, se faire traiter sans délai si on a une infection transmissible sexuellement, etc.).
- ➔ Prendre soin de notre santé en général, en mangeant bien, en buvant de l'eau et en dormant assez, peut aider indirectement à prévenir le VIH.
- ➔ La PPrE (prophylaxie pré-exposition, ou PrEP) peut être une bonne option pour des personnes qui s'injectent des drogues. C'est un médicament d'ordonnance qu'on prend chaque jour pour prévenir le VIH.

La réduction des méfaits, c'est prendre soin de soi en essayant de faire des choix plus sains lorsque c'est possible. Il s'agit de faire des améliorations, pas d'être parfait.

La réduction des méfaits, c'est prendre soin de soi en essayant de faire des choix plus sains lorsque c'est possible. Il s'agit de faire des améliorations, pas d'être parfait.

