

FIERTÉ CANADA MONTRÉAL 2017 - DU 11 AU 20 AOÛT

GUIDE SANTÉ DU FESTIVALIER : CÉLÉBREZ ET RESTEZ EN SANTÉ !

Les grands rassemblements favorisent les contacts étroits entre les personnes.
Par la même occasion, ils peuvent être des milieux d'éclosion de certaines infections.

Dans le contexte où ...

- des relations sexuelles non protégées favorisent la **transmission d'infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS)**, dont la syphilis et le VIH,
- certaines pratiques sexuelles favorisent la transmission de l'**hépatite A** et de **maladies gastro-intestinales**, dont la shigellose,
- l'Organisation mondiale de la Santé note une augmentation de cas d'**hépatite A** chez les hommes gais, bisexuels et les autres hommes ayant des relations sexuelles avec des hommes (notamment en Europe et dans les Amériques),

... la **Direction régionale de la santé publique de Montréal** invite les festivaliers à prendre les mesures de prévention nécessaires.

AVANT LES FESTIVITÉS

Avant le 11 août 2017

- Recevoir la vaccination contre les hépatites A et B.
- Obtenir un dépistage des infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS), incluant le VIH et les hépatites, et se faire traiter si c'est positif.
- Pour les personnes vivant avec le VIH, demander à son médecin quelle est l'efficacité de son traitement, particulièrement pour la charge virale.
- Connaître les moyens de prévention reconnus efficaces pour diminuer les risques de contracter une ITSS (condoms, lubrifiants, prophylaxie pré-exposition (PrEP), etc.).
- Voir un médecin pour recevoir l'information sur la PrEP et une prescription, si nécessaire.
- Arriver préparé en apportant son propre stock, c'est-à-dire condoms, lubrifiant, prophylaxie, etc. *(Des sachets de condoms contenant du lubrifiant sont disponibles dans la plupart des lieux de socialisation et sont offerts gratuitement dans les établissements qui adhèrent à la [Charte OK](#) ainsi que par des organismes communautaires, tels [ACCM](#), [Kontak](#), [Maison Plein Cœur](#) et [RÉZO](#)).*
- Réfléchir à ses limites personnelles quant au sexe et à sa consommation de drogues et d'alcool durant les festivités et comment s'assurer de les respecter.
- Avoir une couverture d'assurance de soins de santé en cas de consultation médicale d'urgence et avoir avec soi ses médicaments prescrits si l'on est de passage à Montréal.

PENDANT...

Du 11 au 20 août 2017

- Si vous êtes inquiet pour votre santé ou si vous vivez une difficulté ou de la détresse, composez le 811 afin de recevoir des conseils.
- Pour une URGENCE (besoin d'une aide immédiate), composez le 911.
- Si vous consommez de l'alcool ou des drogues, adoptez des pratiques de consommation à risques réduits : contrôler les quantités, éviter les mélanges, avoir son propre matériel pour la consommation, etc.
- Rester entouré d'amis pour avoir de l'aide, au besoin.
- Considérer la prévention combinée (le condom reste un moyen des plus sûrs pour éviter une infection au VIH et aux autres ITSS) et prendre les médicaments anti-VIH assidûment (que ce soit pour le contrôle de la charge virale chez une personne séropositive ou pour la prévention du VIH (PrEP) chez une personne séronégative).
- Afin de réduire le risque de contracter l'hépatite A, des maladies gastro-intestinales, dont la shigellose, lors de contacts entre la bouche et l'anus :
 - utiliser une digue dentaire pour les relations oro-anales
 - porter un gant de latex lors de la pratique du *fisting*
 - se laver les parties génitales, l'anus et les mains avant et après une relation sexuelle
 - éviter d'avoir des relations sexuelles lors d'épisodes de diarrhée.
- S'il y a une prise de risques par rapport au VIH, consulter rapidement (à l'intérieur de 72 h) un médecin pour une évaluation et une prescription de prophylaxie post-exposition (PPE).
- Si vous présentez des symptômes d'une ITSS (écoulement du pénis ou de l'anus, douleur en urinant, ulcère, etc.), évitez les relations sexuelles et consultez rapidement un professionnel de la santé.



Lors de journées chaudes et ensoleillées

- **bien s'hydrater**
- **bien se protéger du soleil**
 - porter des vêtements appropriés
 - se couvrir la tête
 - appliquer de l'écran solaire.

© Direction régionale de santé publique, 2017

En collaboration avec :



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
du Centre-Sud-de-
l'île-de-Montréal



APRÈS...

Après le 20 août 2017

- Obtenir un dépistage d'ITSS, incluant le VIH et les hépatites, si vous avez été sexuellement actif durant les festivités, peu importe le type de relations que vous avez eu et même si vous n'avez aucun symptôme.
- Aviser rapidement tous ses partenaires advenant un résultat positif à une ITSS (il existe des moyens pour rejoindre anonymement vos partenaires si vous le souhaitez; parlez-en à votre professionnel de la santé).
- Il est fréquent, après des festivités hautes en émotions, de ressentir un certain « down » émotionnel. Si vous avez besoin de parler avec quelqu'un, n'hésitez pas à contacter un professionnel de la santé, une ligne téléphonique d'aide ou un organisme communautaire.

Ressources à Montréal

Prophylaxie post-exposition (PPE) au VIH
Portail VIH/sida du Québec
pvsq.org/ppe

Dépistage et traitement d'ITSS
Portail VIH/sida du Québec
pvsq.org/depistage

Information sur les drogues
gripmontreal.org/fr/info-drogues.php

Information ou matériel stérile pour la consommation de drogues
kontak.ca ou 514 941-SEXE (7393)

Organismes communautaires :

Charte OK

charteOK.com

ACCM (AIDS Community Care Montreal)

accmontreal.org/fr/

Maison Plein Cœur

maisonpleincoeur.org

RÉZO

rezosante.org