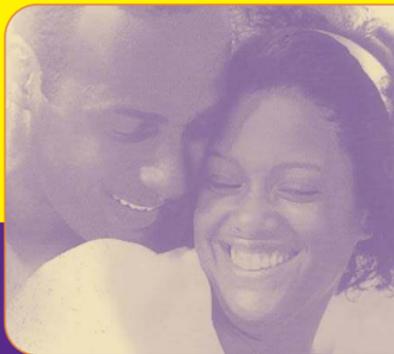


# VIH/SIDA

Ne te fais pas avoir!



Ton guide personnel  
pour dire non  
au VIH/SIDA !



Ce livret s'adresse aux jeunes qui sont confrontés à la question du SIDA. Il présente des témoignages de personnes concernées par cette maladie, des informations sur le SIDA et une série de questions/réponses recueillies auprès de nombreux jeunes notamment en Afrique.

La Commission Missionnaire de la Fédération des Eglises Evangéliques Baptistes de France est heureuse de mettre ce document à disposition des églises des pays francophones. Nous pensons qu'il sera une aide précieuse pour la prévention du SIDA. Ce livret a été traduit de l'anglais par Andréa Puech, André Souchon et Stéphane Guillet. Nous les remercions chaleureusement pour leur travail. Nos remerciements vont aussi à Marieke van der Schoot, coordinatrice de Redt een Kind (organisme chrétien hollandais œuvrant auprès des enfants défavorisés dans différents pays du monde) qui a réalisé l'original en coopération avec Duane Crumb, Directeur de l'Institut Américain pour la prévention du SIDA auprès des adolescents.

**MISSION  
BIBLIQUE**

<http://MissionBiblique.org>

[Info@missionbiblique.org](mailto:Info@missionbiblique.org)

## Ce livre est pour toi ! Tu es unique !

Parce que tu es unique, ce livret a été conçu spécialement pour toi. Dans cette brochure, tu trouveras des réponses aux questions sur le VIH/SIDA. Beaucoup de rumeurs, d'histoires et de mythes circulent au sujet du VIH/SIDA. Tu es en droit de te poser des questions : tout cela est-il vrai ? Qu'est-ce qu'il me faut croire ? Qui est-ce que je peux croire ? Cette brochure a été conçue pour t'informer des faits sur le VIH/SIDA et pour que tu puisses conserver ces faits sur papier. Ainsi tu pourras lire et relire ce qu'est vraiment le VIH/SIDA.

Tu peux faire confiance aux informations de cette brochure parce que tout ce qui est écrit ici est VRAI !! Tu te demandes peut-être comment nous pouvons en être si sûr ? Et bien nous en sommes sûr parce que toutes les informations de cette brochure proviennent d'une personne qui a étudié cette maladie depuis plus de 15 ans. Cette personne est le Directeur Exécutif de l'Institut Américain pour la Prévention du SIDA chez les adolescents. Elle s'appelle Duane Crumb. Non seulement cette brochure est pour toi, mais tu peux aussi la montrer à tes amis et leur faire ainsi comprendre la vérité au sujet du VIH/SIDA. C'est parce que nous t'aimons, nous prenons soin de toi et de tes amis que nous voulons que tu aies une longue et saine vie ainsi que tes amis. C'est pourquoi nous t'encourageons à lire cette brochure avec attention et ... à la faire connaître autour de toi !! Si tu mets en pratique ce qui est écrit dans ce livre, alors nous pouvons te l'assurer : LE SIDA NE T'ATTEINDRA PAS !

De la part de toute l'équipe de Redt een Kind,  
Albert Hengelaar  
Directeur de Redt een Kind



### Tous les signes de l'infection VIH sont là ...

#### Alors, quels sont les symptômes ?

Ne les cherchez pas, dans la plupart des cas il n'y a PAS DE SYMPTOMES. Et cela peut durer plusieurs années. Les gens porteurs du VIH semblent aller aussi bien que ceux qui ne sont pas touchés. Ils peuvent être gros ou minces, ils peuvent être beaux et sympathiques ! Sans un test sanguin particulier (le test de dépistage du VIH), il est impossible, même pour un médecin, de savoir si quelqu'un est porteur du virus. Tu ne peux donc pas le savoir. Et souvent, ceux qui peuvent te contaminer ne savent pas, eux-mêmes, qu'ils sont porteurs du virus. Donc, pour être totalement sûr, traite chacune de tes connaissances comme si elle était porteuse du virus, y compris ta petite amie ou ton petit ami et même ton meilleur ami ou ta meilleure amie. Ne prends pas de risque en te disant que quelqu'un n'est pas contaminé, **assure-toi que tu es sûr !!**

## VIH/SIDA

Le syndrome immunodéficientaire acquis (SIDA) représente le stade final de l'infection due au virus de l'immunodéficience humaine (VIH).

### Que fait ce virus ?

Le virus affaiblit les défenses immunitaires de l'individu contaminé. On peut être infecté depuis longtemps sans présenter le moindre symptôme. Les gens qui contractent le virus du sida ont bonne mine, se sentent en parfaite santé, dorment et mangent bien. Nul ne sait qu'ils sont contaminés et eux-mêmes ne le savent pas non plus. C'est seulement quand ils font le test de dépistage qu'ils découvrent qu'ils sont atteints.

### Constat :

La majorité des gens contaminés par le virus a moins de 20 ans ! Toi et tes amis, vous courez un vrai risque de contamination. En général, ceux qui sont atteints du sida ne le savent pas. Ils n'ont pas de symptôme. Certains de tes copains et copines pourraient bien être porteurs du virus. Il est même possible que tu sois déjà contaminé, mais tu ne le sais pas...encore.

### Constat :

Tous ceux qui sont contaminés par ce virus peuvent le communiquer à d'autres. Il n'y a pas de guérison du VIH/SIDA. Quand on a contracté le virus, c'est pour la vie entière! Dans les derniers stades du sida, le corps ne peut plus se défendre contre des maladies qui ne posent aucun problème quand le système immunitaire n'est pas atteint. Le plus souvent, ce sont ces maladies qui tuent les victimes du SIDA. Le résultat final du SIDA c'est la MORT, une mort terrible et douloureuse.

# Esther

*C'est à 16 ans qu'Esther a fréquenté un garçon pour la première fois. Son nom était Tom. Esther en était follement amoureuse. C'était un garçon brillant et beau. Il avait 19 ans. Ils s'étaient rencontrés à l'école. Comme elle était fière de pouvoir le présenter à ses amies ! Toutes étaient très impressionnées par Tom qui avait trois ans de plus qu'elle. Tom leur disait combien il aimait Esther. Elle était la seule qui compte pour lui. Il n'aimerait jamais quelqu'un d'autre autant qu'elle.*

*Tom avait dit à Esther qu'il n'avait eu qu'une seule amie avant elle, une fille qu'il avait rencontrée pendant des vacances. Mais il ne l'avait jamais aimée autant qu'elle. Esther n'y prit pas garde. Après tout, Tom était à elle maintenant.*

*Tom aimait embrasser Esther. Elle n'avait jamais été embrassée par un garçon. Pour elle c'était totalement nouveau et excitant. Chaque jour, elle aimait Tom de plus en plus. Elle était certaine que c'était l'homme de sa vie, celui avec qui elle se marierait.*

*Un soir, alors qu'ils revenaient à la maison après une belle sortie, Tom attira Esther derrière une petite cabane, où ils s'étaient souvent embrassés auparavant. Ils commencèrent à s'embrasser et Tom lui chuchota qu'il l'aimait et qu'il voudrait le lui prouver en lui « faisant l'amour ».*

*Esther n'avait pas vraiment pensé faire « ça » avec Tom, mais elle l'aimait tellement. Ce devait être le cours normal des choses. Cela rendrait leur amour plus réel. Esther et Tom eurent des relations sexuelles ce soir-là.*

*A 22 ans Esther était sur le point de se marier avec un beau jeune homme Joseph. Elle ne pensait plus à Tom. Leur relation avait duré trois mois seulement. Puis Tom avait trouvé une nouvelle amie. A cette époque, Esther en avait eu le cœur brisé, mais*



*maintenant elle avait Joseph. Il était l'homme de ses rêves ! Elle allait se marier avec lui. Elle était vraiment heureuse.*

*A 23 ans Esther eut un petit garçon avec Joseph. Ils l'appelèrent Charles. Le petit Charlie était vraiment mignon. Alors qu'il n'avait encore qu'une semaine Esther était sûre qu'il lui avait souri.*

*Mais un mois après sa naissance, le petit Charlie tomba malade. Par bonheur il recouvra la santé. Mais deux semaines plus tard, il tomba à nouveau malade et cette fois-ci c'était plus sérieux. A trois mois Charlie était tellement malade qu'il dû être hospitalisé. Le pauvre Charlie dû subir de nombreux examens médicaux. Finalement on lui fit un test de dépistage du sida. Charlie était séropositif...*

*A 24 ans Esther mourut du sida. Son petit garçon, Charlie, était mort un an plus tôt, à l'âge de 10 mois. Son mari contracta le virus du sida. Et selon ce que les amies d'Esther avaient dit, Tom, son premier copain, était mort 4 ans auparavant du... sida.*

*Tom n'avait aucun des symptômes du sida quand il a eu des relations sexuelles avec Esther. Esther n'avait aucun symptôme quand elle se maria avec Joseph. Mais le sida a tué au moins trois personnes dans cette affaire : Tom, Esther et le petit Charlie.*

*La première amie de Tom est morte très probablement elle aussi. Et, bien qu'il ait l'air en bonne santé actuellement, Joseph mourra probablement dans un proche avenir.*



**"Faisons l'amour..."**

... Tu ne fais pas l'amour en ayant simplement des relations sexuelles, tu ne fais que des enfants comme ça !

**Si l'amour n'est pas présent quand tu commences, il ne le sera pas plus quand tu auras fini.**

## **vérifions quelques faits supplémentaires**

### **Constat :**

Personne ne veut mourir du SIDA. **Le SIDA provoque une mort horrible.** Nous ne voulons pas que tu meures du SIDA. Dieu ne veut pas que tu meures du SIDA. Il a un plan merveilleux pour ta vie.

*"Je connais les projets que j'ai pour vous, dit Dieu, projets de paix et non de malheur, afin de vous donner un avenir fait d'esérance" Jérémie 29 : 11*

Dieu n'a jamais voulu que tu meures du SIDA. Il veut que tu vives et que tu connaisses la vie abondante ! Il t'aime !



#### COMMENT LE VIH SE PROPAGE-T-IL ?

Tout ce qui peut introduire du sang contaminé ou des fluides sexuels dans ta circulation sanguine ou qui peut entrer en contact avec n'importe quelle muqueuse peut te contaminer par le VIH.

Par exemple :

**Rapports sexuels** - C'est principalement par les rapports sexuels entre un garçon et une fille que le VIH se propage chez les jeunes. Il peut aussi se transmettre par des relations sexuelles entre 2 garçons ou entre 2 filles. Plus tu as de partenaires sexuels, plus le risque d'infection est grand. Mais même si tu n'as de rapports sexuels qu'avec une seule personne, tu peux être contaminé. (Rappelle-toi l'histoire d'Esther). Il suffit d'un seul rapport sexuel avec une personne contaminée pour que tu sois atteint pour le reste de ta vie.

**Sang** - Il est très dangereux de se servir d'aiguilles ou de seringues déjà utilisées pour s'injecter des produits. Pourtant, ce

ne sont pas les drogues qui communiquent le virus, c'est le sang de l'autre personne qui reste dans l'aiguille ou autour de l'aiguille. Si tu te sers d'aiguilles usagées pour te droguer, pour te percer les oreilles, pour des tatouages, ou bien de rasoirs usagés, ou encore si tu te bats jusqu'au sang, si tu mords quelqu'un, ou si tu participes à des rituels servant à sceller l'amitié par le sang, tu t'exposes à des risques.

Le sang utilisé dans les hôpitaux pour les transfusions n'est pas toujours contrôlé. Si tu as besoin d'une transfusion et que tu es encore conscient, assure-toi que le sang transfusé a bien été soumis au test VIH. Demande au médecin.

**Drogues** - Les drogues jouent un rôle majeur dans la diffusion du VIH. La plupart des gens sont surpris d'apprendre que la drogue qui joue le rôle principal dans cette maladie, c'est l'alcool. Pourquoi ? Parce que quand on boit de l'alcool (de la bière, du vin etc.), on prend des risques qu'on ne prendrait jamais sans l'influence de l'alcool dans le corps. Par conséquent, si l'alcool ne transmet pas le virus VIH, en buvant trop d'alcool, on multiplie le risque d'être infecté par le virus.

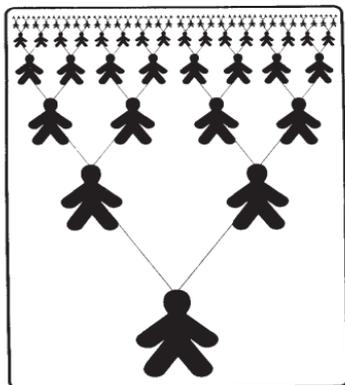
**De la mère au bébé** - Beaucoup de bébés nés de mères porteuses du virus sont eux aussi contaminés. Généralement, ils meurent en bas âge dans d'atroces souffrances. (Rappelez-vous l'histoire du petit Charlie).

**Le VIH ne se communique pas par la sueur, ni par la toux, ni par les piqûres de moustiques, ni en mangeant dans l'assiette de quelqu'un d'autre, ni en se servant de sa cuillère, ni en se tenant par la main etc.**

## LA VIE SEXUELLE EN TOUTE SECURITE ?

### LA VIE SEXUELLE PRESERVEE !

(pour le mariage)



La personne au bas de ce dessin a eu des rapports sexuels avec seulement deux personnes. Ces deux-là n'ont eu de relations, elles aussi, qu'avec deux partenaires. Leurs deux partenaires également avec deux autres etc. A la fin, tu vois bien que, même si tu as des rapports sexuels avec seulement une personne qui n'a eu de relations qu'avec deux autres partenaires, il ou elle pourrait facilement être séropositif et te contaminer.

### LA VIE SEXUELLE EN TOUTE SÉCURITÉ...

On parle beaucoup de "vie sexuelle en toute sécurité". Soyons clair ! Mais surtout rappelle-toi ... nous voulons que tu saches la vérité. Alors n'oublie pas cela :

... **La vie sexuelle est ABSOLUMENT SURE avec un conjoint marié, fidèle, permanent et non contaminé.**

... **En dehors de ça, il N'Y A PAS DE SECURITE.**

Toute relation sexuelle avec un partenaire infidèle peut te communiquer le VIH. Tout rapport sexuel avec un partenaire de passage peut te contaminer par le VIH. Rappelle-toi surtout que les gens contaminés ne montrent aucun symptôme. Ton partenaire qui paraît sain est peut-être contaminé et il peut te transmettre le virus.

Mary



*Mary avait 18 ans quand elle a eu des relations sexuelles pour la première fois avec un garçon qu'elle connaissait à peine. Elle avait envie d'avoir une expérience sexuelle et pensait que le moment était venu. Après tout, ses amies semblaient « l'avoir fait ». Pourquoi pas elle ?*

*Curieusement, après cette expérience, elle avait éprouvé une profonde déception, un peu comme si elle avait donné à ce garçon quelque chose d'elle-même qu'elle n'aurait pas dû*

*donner. Mais c'était trop tard pour changer les choses. La vie continua.*

*Quatre mois plus tard elle entendit par hasard l'histoire d'un homme appelé Joseph qui venait de mourir du sida.*

*Apparemment il n'avait eu de relations sexuelles qu'avec une seule personne, sa femme Esther. Mais parce qu'un premier homme avait transmis le virus à sa femme avant leur mariage, Joseph avait contracté le virus et en était mort.*

*Mary éprouva un choc. Était-il possible de contracter le sida avec une seule personne ? Et elle, que savait-elle exactement de celui avec qui elle avait eu une relation sexuelle ? Était-il infecté ? Comment pouvait-elle le savoir ? En aucun cas elle n'oserait aller faire un test de dépistage. Elle avait trop peur. Ses parents comprendraient tout. Ils sauraient qu'elle avait fait un test. Le médecin le leur dirait.*

*Mary vécut avec cette angoisse pendant trois ans. Certaines nuits, c'était un vrai supplice. Elle faisait des cauchemars, se voyait mourir du sida dans des conditions affreuses. Et elle voyait ses parents à son chevet, tellement déçus par elle...*

*Finalement Mary ne put tenir plus longtemps. Angoissée, toute tremblante, elle se rendit dans la clinique d'une autre ville, où personne ne la connaissait, pour faire un test de dépistage du sida. Elle dut attendre deux semaines avant d'avoir les résultats, deux semaines interminables. Elle en perdit plus de deux kilos.*

*Le matin, avant de se rendre à la clinique, elle vomit. Elle tremblait de la tête aux pieds quand elle entra dans la clinique. Le médecin qui avait fait le prélèvement de sang l'accueillit avec un large sourire :*

*« Vous êtes séronégative, vous n'avez pas le sida. » Mary ne put que pleurer de joie.*

*Mary a certainement appris une leçon. Elle avait de la chance car elle n'était pas infectée. Mais Joseph, lui, n'a pas eu cette chance. Il est mort*

## **TOUS NE LE FONT PAS !!**

En écoutant les histoires de tes copains et copines, il semble que tous ont des relations sexuelles. Tu as l'impression d'être le seul qui n'en a pas encore eues. Tu crois être anormal parce que tu attends plus tard. Mais (et c'est un FAIT) la plupart des jeunes n'ont pas de relations sexuelles. Beaucoup de jeunes pensent qu'ils sont censés faire croire à tout le monde qu'ils ont une vie sexuelle, ce qui t'amène à croire que tu es le seul à attendre. Pourtant, c'est normal d'attendre. Et il y a tant à gagner à attendre qu'il est inutile de se presser. Tu peux très bien avoir des amis(es) sans avoir de relations sexuelles avec eux. En fait, les relations sont souvent meilleures, plus profondes et plus fortes quand il n'y a pas de rapports sexuels.

SI TU ATTENDS, TU ES GAGNANT !

## **Que faire si tu as peur d'être contaminé(e) par le VIH ?**

Fais un test de dépistage ! N'attends pas ! Quand tu vas à la clinique tu n'es pas obligé de donner ton nom. Si tu es contaminé(e), il faut que tu le saches. Car il y a des choses à faire pour rester en bonne santé le plus longtemps possible. Ne prends pas le risque de mettre en danger la vie de celui ou celle que tu épouses et que tu aimes, simplement par négligence, parce que tu n'as pas fait le test. Sois sérieux à ce sujet ! N'attends pas aussi longtemps que Mary.

**LA VIE SEXUELLE VAUT LA PEINE D'ATTENDRE  
TU ES DIGNE D'ÊTRE ATTENDU(E)**

Dis-toi bien ceci :

**La vie sexuelle vaut la peine d'attendre...**

**Je suis digne d'être attendu(e) !**

**Je peux attendre...**

**Nous pouvons attendre !**

**Si j'attends...je gagne**

**Si nous attendons... nous gagnons !**

#### **MAIS ... TU NE VEUX PAS ATTENDRE...**

Peut-être as-tu décidé que, bien que tu connaisses tout au sujet du sida, tu veux malgré tout avoir des rapports sexuels. Tu crois que tu peux vivre dans l'incertitude et que tu es prêt à prendre le risque. Alors si tu le fais, sers-toi de préservatifs. Après tout, la plupart des associations de prévention du VIH/SIDA proposent des préservatifs ; ils doivent donc être sûrs. C'est là ce que tu recherches: la sécurité des rapports sexuels.

Juste, n'est-ce pas ?

Eh bien non, tu as tort !

#### **UNE BONNE NOUVELLE !**

D'abord, qu'il soit bien clair, du point de vue chrétien, que lorsque Dieu a créé l'homme et la femme, il leur a fait cadeau d'un don particulier à partager entre eux, seulement dans le cadre du mariage : la vie sexuelle. C'est par le rapport sexuel que mari et femme deviennent un.

*(Matthieu 19 : 5 ... "c'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère et s'attachera à sa femme et les deux deviendront une seule chair. Ainsi, ils ne sont plus deux mais un. Par conséquent, que*

*l'homme ne sépare pas ce que Dieu a uni"*).

Le rapport sexuel n'est pas seulement physique ; c'est là une erreur commise par beaucoup de gens quand ils pensent aux relations sexuelles. Celles-ci sont autant spirituelles que physiques. Le sexe lie les deux partenaires l'un à l'autre dans une profonde relation sur le plan physique et émotionnel. L'amour grandit et se développe au sein des relations sexuelles entre mari et femme. Ils sont devenus un dans leur corps et leur âme. La Bible parle de devenir un. Une fois que tu as eu des rapports sexuels avec quelqu'un, il est très difficile d'arrêter cette relation, parce que tout ton esprit et toute ton âme te disent que tu appartiens à cette personne. C'est cela que Dieu avait en vue dans la relation conjugale : une alliance de l'âme entre deux conjoints.

La vie sexuelle au sein du mariage est sûre et sans risque **quand aucun des deux partenaires n'est contaminé**, aussi bien sur le plan physique que spirituel. Comme cela a déjà été dit plus haut, la vie sexuelle est **ABSOLUMENT SURE ET SANS RISQUE** avec un partenaire fidèle, unique pour la vie, non contaminé, et lié par le mariage.

Et surtout n'oublie pas : **SI TU ATTENDS, TU ES GAGNANT !**

#### **ENCORE UNE BONNE NOUVELLE !!**

Une bonne nouvelle au sujet du SIDA. Tu as le choix. Il dépend de toi que le SIDA t'attrape. Si tu attends d'être marié à un conjoint fidèle avant d'avoir des relations sexuelles et si tu ne te sers pas d'aiguilles usagées pour t'injecter des drogues dans le corps, tu n'attraperas pas le SIDA. Le seul autre risque que tu cours, c'est d'être infecté par une transfusion sanguine, mais c'est très rare. Voilà, c'est aussi

simple que ça. Tu peux prendre plaisir à vivre sans aucune crainte !

Mais si, de toute façon, tu as décidé d'avoir des relations sexuelles avant de te marier, personne ne peut t'en empêcher. C'est ta décision ; c'est ton choix. Par conséquent, il faut que tu saches la vérité sur la "sécurité des rapports sexuels" (...et n'oublie pas que tu peux toujours changer d'avis sur les relations sexuelles hors du mariage)

#### **QUE VEUT DIRE "SÛR ET SANS RISQUE" AVEC LE PRÉSERVATIF ?**

De nombreuses associations de prévention du VIH/SIDA sont favorables à l'usage du préservatif. Même Magic Johnson, célèbre joueur de basket contaminé par le VIH, est favorable au préservatif.

En entendant cela, tu te dis : "il doit savoir que les préservatifs sont sûrs, sinon il ne parlerait pas ainsi". La plupart des pays dans le monde, mènent des campagnes de prévention du SIDA en proposant des préservatifs.

En général, ces campagnes affirment que les relations sexuelles avec préservatifs sont "sans risque". Une publicité télévisée en faveur du préservatif s'exprime ainsi : "Je fais l'amour sans aucun risque".

#### **EST-CE QUE C'EST VRAI ?**

**Pas tout à fait.** A l'origine les préservatifs devaient servir à éviter les grossesses. Pourtant, il y a des femmes qui sont enceintes même si leur partenaire se sert du préservatif. **Il faut utiliser le préservatif** correctement pour se protéger de la grossesse et du VIH.

La plupart des hommes et des garçons n'aiment pas s'en servir. Ils essaient d'attendre le plus longtemps possible avant de mettre le préservatif. Et ça, c'est très dangereux. Quand on s'en sert, il faut mettre le préservatif dès le début.

#### **Quels types de préservatifs sont les plus sûrs ?**

Les préservatifs ne sont pas tous faits dans une bonne matière. Seuls les préservatifs en latex peuvent réduire le risque d'infection. Mais... attention : même en latex, un préservatif peut être défectueux si sa fabrication, son transport ou son stockage en magasins ne respectent pas les règles. S'il n'est pas conservé à une température inférieure à 35° Celsius (95°Fahrenheit), **le préservatif peut devenir fragile et se fendre lorsqu'on l'utilise.**

Quand tu achètes des préservatifs dans un paquet, vérifie la date d'expiration. Si elle est dépassée, ne l'achète pas, car le préservatif ne sera absolument pas sûr.

Rappelle-toi que les préservatifs n'assurent pas une sécurité absolue contre l'infection VIH. On ne peut considérer comme vraiment "sûr" aucun rapport sexuel, sous quelle que forme que ce soit, avec un partenaire qui est peut-être contaminé. Pour ceux qui tiennent à avoir des relations sexuelles avec des gens qui sont éventuellement porteurs du virus, les préservatifs **diminuent le danger** mais ne le suppriment pas totalement.

#### **Alors, n'y a-t-il pas de sécurité ?**

Si ! **Les rapports sexuels sont ABSOLUMENT SÛRS** dans le cadre du mariage avec un partenaire non atteint par le virus, fidèle et unique. Rappelle-toi : **SI TU ATTENDS, TU ES GAGNANT** - non seulement pour ta santé mais aussi pour tes relations conjugales !



### Un ami véritable

*John n'arrivait pas à le croire. La nouvelle lui avait fait l'effet d'un coup de massue. C'était un choc horrible. Comment cela pouvait-il être vrai ? Mais il connaissait bien son ami, son meilleur ami. Celui-ci ne pouvait pas lui mentir, lui faire une blague aussi affreuse.*

*Il y a encore une semaine ils s'étaient tellement bien amusés à la plage. Et l'autre jour, ils avaient été pique-niquer avec des amis de l'église dans le superbe parc, juste à côté. Ils s'étaient vraiment amusés, et avaient bien rigolé. Comment se fait-il qu'il n'avait rien remarqué ?*

*Son meilleur ami était là. Il avait l'air normal. Et pourtant, maintenant qu'il y pensait, il se rappelait qu'il était plus silencieux que d'habitude.*

*Mais John n'y avait pas fait attention, ils avaient passé un*

*si bon moment. Son ami avait déjà été silencieux, comme ça. C'était donc normal. Il ne paraissait pas différent des autres jours. En fait il l'était. Il l'était vraiment. Car ce matin, son ami, le meilleur qu'il ait jamais eu, lui avait appris qu'il était séropositif.*

*« Séropositif ? » avait tout juste réussi à articuler John.  
« Oui, c'est vrai, j'ai le VIH » avait répliqué son ami. « Le docteur vient juste de me le dire ce matin. Je voulais que tu le saches le premier. J'ai été faire un test il y a deux semaines et ce matin j'ai eu les résultats. Je suis séropositif.  
»*

*Sous le choc, John avait dû s'asseoir. Il ne savait que faire. Il était au courant de certaines choses sur le VIH. Il savait que tous ceux qui avaient le VIH finissaient par attraper le sida et par en mourir. Il savait aussi qu'il n'y avait aucun traitement médical.*

*Et il était effrayé. Pouvait-il l'attraper s'il restait proche de son meilleur ami ? Est-ce qu'il y avait un risque pour lui ? Après être restés assis ensemble en silence une dizaine de minutes, John s'était levé et avait marmonné : « Désolé, il faut que je m'en aille » et il était parti.*

*Maintenant, à la maison, il pensait et repensait à la chose. Il pensait à son ami. Comment pouvait-il avoir attrapé le VIH ? C'est stupide !! Pourquoi n'avait-il pas été plus prudent ?*

*Non, il ne devait pas l'accuser. Après tout, c'était son meilleur ami. Mais maintenant, pouvaient-ils continuer à être de si bons amis ? Ne risquait-il pas de se faire*

*contaminer en lui serrant la main ? En parlant ensemble ? En mangeant dans le même plat ou bien en buvant dans le même verre ?*

*A ce moment, John se souvint d'un petit prospectus qu'il avait reçu six mois plus tôt, quand une personne du département de la santé était venu parler du sida dans sa classe.*

*Il le retrouva au fond de son tiroir et le lut d'un seul coup. Le prospectus disait très clairement qu'en aucun cas on ne pouvait attraper le virus en étant ami avec une personne atteinte. On ne pouvait l'attraper que par le sang et les fluides sexuels.*

*John se sentit soulagé mais aussi embarrassé. Pourquoi avait-il quitté son ami ce matin sans lui dire qu'il l'aimait et ne le laisserait pas tomber ? Après tout, n'était-il pas chrétien ? Ne devait-il pas aimer les personnes qui souffrent ? C'est bien ce que la Bible enseigne. Il connaissait parfaitement les histoires de Jésus allant vers les personnes malades. Mais ce matin, il avait été tellement choqué et tellement effrayé !*

*Le sida ! D'accord, c'est vraiment la pire des maladies qu'on puisse avoir. Et voilà que son meilleur ami l'avait attrapée.*

*Son meilleur ami ! Et il l'avait laissé tout seul, sans rien lui dire pour le reconforter. Comme il avait été injuste ! C'est maintenant qu'il le réalisait. Il devait aller lui dire combien il était désolé.*

## **Le problème ... c'est que tu as déjà eu des relations sexuelles...**

Pour terminer, nous aimerions dire quelque chose à ceux d'entre vous qui ont déjà eu des rapports sexuels. Peut-être était-ce votre choix, peut-être pas.

### **Si c'était ton propre choix :**

Tu as décidé de ne pas attendre pour t'engager dans des relations sexuelles. Tu es peut-être inquiet et tu te demandes si tu es séropositif. Dans ce cas, cesse de vivre avec ces craintes et inquiétudes et fais rapidement le test de dépistage. Non seulement tu auras l'esprit tranquille, mais tu éviteras de contaminer d'autres personnes si tu as encore des relations sexuelles. Ne prends aucun risque, ni pour toi-même, ni pour les autres.

### **Et ... vas-tu continuer ?**

Maintenant que tu as lu tous ces renseignements dans ce livret, c'est à toi de décider si tu veux continuer à avoir des relations sexuelles hors mariage ou non. Bien sûr, c'est ton propre choix. Personne ne peut t'empêcher. Cependant, nous espérons que ce livret t'a fait changer d'avis sur la vie sexuelle hors mariage. Toutefois, si ce n'est pas le cas, tu connais maintenant les dangers des relations sexuelles hors mariage. Pour toi, il n'y a plus ni mystère, ni mythe et c'est à toi seul de décider ce que tu vas faire de ce que tu as appris.

### **Ce n'était pas ton choix d'avoir des relations sexuelles :**

Ça t'est arrivé peut-être dans d'autres conditions : tu as été victime d'abus sexuel, de viol ou d'une quelconque tromperie. Tu ne voulais pas avoir de relations sexuelles mais tu as cédé à la séduction ou à la force. Ce n'était pas ton choix.

## Les réponses à vos questions !

Tu as subi une blessure, comme une brisure intérieure, et tu vis dans l'angoisse de cette question : « Est-ce que je suis séropositif ? » Que dois-tu faire ?

D'abord, comprends bien que tu n'es pas responsable, tu es victime. Tu n'as pas demandé ce qui t'est arrivé, on te l'a imposé. Tu ne dois pas te sentir coupable.

Tu as besoin de quelqu'un pour t'écouter. Certaines personnes voudront t'aider mais d'autres également t'accuseront et te rendront encore plus coupable. Essaie de trouver dans ton entourage quelqu'un en qui tu as confiance et à qui tu peux parler. Demande-lui de te rencontrer seul à seul et raconte-lui ton histoire. Rien que de parler à quelqu'un de ce tu as subi sera déjà une aide pour toi. De plus, il est possible, si c'est ton désir, de faire arrêter la personne qui a abusé de toi sexuellement. En tout cas, ne garde pas pour toi tout ce passé, il est trop lourd à porter quand on est seul.

Tu as besoin aussi de faire le test de dépistage du sida pour savoir si, à cause de cet abus sexuel, tu es porteur du virus ou non. La personne à qui tu te confieras est peut-être en mesure de t'aider à trouver une clinique ou un dispensaire pour ce test. Sinon, va directement chez un médecin. Un médecin n'a pas le droit de raconter ton histoire à quiconque, si tu lui demandes de ne pas en parler.

Enfin, tu peux parler de tout cela à Dieu. Il t'aime. Il sait ce qui t'est arrivé et combien tu en souffres. Le psaume 147 : 3 déclare : *"Dieu guérit ceux qui ont le cœur brisé et pense leurs blessures"*. A lui aussi raconte ton histoire !

Dans ce chapitre, nous avons mis les questions les plus souvent posées, avec leurs réponses. Comme ça, vous pouvez toujours chercher ici les réponses aux questions que vous ou vos amis vous posez sur le sida.

### 1. Où et comment cette épidémie a commencé ?

Personne ne le sait exactement. C'est normal de se poser la question, mais l'important n'est pas là. L'important, c'est ce que nous devons faire maintenant que l'épidémie est là : comment éviter l'infection et comment aider ceux qui sont déjà atteints.

### 2. Les gens disent que quelqu'un aurait trouvé une formule pour créer cette maladie ; que cette personne serait morte et la formule perdue et qu'on ne pourrait donc pas trouver de solution pour guérir la maladie. Est-ce que c'est vrai ?

Non. Le virus du sida n'a pas été inventé par l'homme. Il est aujourd'hui impossible de fabriquer un tel virus dans un laboratoire. Comme le virus existe déjà depuis plusieurs décennies, on comprend que lorsqu'il est apparu au début, la science aurait été encore moins capable de créer un tel virus.

### 3. Pourquoi y-a-t-il plus de personnes atteintes du virus VIH dans les pays en voie de développement ?

Certaines traditions peuvent aider à répandre le virus ( par exemple, la polygamie ou le fait que le frère d'un mari décédé reprend la veuve pour femme, etc. ). Et puis, le manque d'information, la faible valeur accordée à la vie, la pauvreté qui amène beaucoup de filles à se prostituer pendant un temps, la vérification insuffisante des réserves de sang, l'utilisation répétée des seringues, etc.

**4. Quelle est la différence entre une personne atteinte du VIH et une personne malade du sida ?**

Le sida est en fait la dernière phase de l'infection par le VIH. Les gens restent généralement atteints de l'infection longtemps (plusieurs années) avant que le virus ne détruise leur système immunitaire au point de les rendre vraiment malades du sida.

**5. Quelles sont les symptômes du VIH ?**

La plupart des gens n'ont pas de symptômes. Les symptômes qui apparaissent ( par exemple : forte fièvre, transpiration nocturne, etc. ) sont les mêmes que pour d'autres infections ou maladies ; ils ne nous montrent donc pas si une personne est atteinte.

La seule façon de voir si quelqu'un est atteint du virus, c'est de faire un test de dépistage.

**6. Est-ce que le VIH est mortel ?**

Oui. Il faut s'attendre à ce que toute personne atteinte meure de cette infection.

**7. Est-ce qu'il y a deux types de virus VIH ?**

Oui, il y a le VIH I et le VIH II. Les deux se transmettent de la même façon et agissent sur le corps de la même façon. Il n'est donc pas important pour vous d'en savoir plus sur les deux formes – cela intéresse seulement les médecins et les chercheurs.

**8. Quelle est la différence entre séropositif et séronégatif ?**

Ces termes concernent le résultat du test de dépistage. Lorsqu'une personne est séropositive, elle est atteinte du virus. Lorsqu'une personne est séronégative, soit elle n'est pas atteinte, soit elle est atteinte depuis trop peu de temps pour que le test montre les signes de l'infection.

**9. Est-ce qu'il y a une forme de virus VIH pour les hommes et une autre pour les femmes ?**

Non. Le virus est le même chez les hommes et les femmes.

**10. Est-ce que le virus agit sur les globules blancs ou rouges ?**

Le VIH agit sur un certain type de globules blancs.

**11. Peut-on voir le virus à l'œil nu ?**

Non. Il est même trop petit pour être visible avec la plupart des microscopes. Il s'agit d'un des plus petits virus connus.

**12. Est-ce que le virus peut vivre dans la salive ?**

Oui. Certaines personnes atteintes du VIH ont le virus dans leur salive. Mais la concentration n'est pas assez forte pour transmettre l'infection à quelqu'un d'autre. Par contre, s'il y a du sang dans la salive, une contamination est possible.

**13. Comment peut-on attraper l'infection ?**

Vous pouvez attraper l'infection si votre sang ou vos muqueuses sont en contact avec du sang contaminé ou avec des liquides sexuels infectés.

**14. Peut-on être contaminé sans avoir de relations sexuelles ?**

Oui. Par le contact de votre sang ou de vos muqueuses avec le sang d'une personne infectée.

**15. Peut-on attraper le SIDA par des relations sexuelles orales ?**

Oui. Aussi bien les hommes que les femmes peuvent être contaminés de cette façon.

**16. Est-ce que le virus peut se transmettre par la transpiration ?**

Non.

**17. Peut-on attraper le virus par la toux d'une personne atteinte ?**

Non. Le virus ne peut pas se transmettre par la voie de l'air.

**18. Peut-on attraper le virus en s'embrassant ?**

Ça dépend. Il n'y a pas assez de virus dans la salive d'une personne atteinte pour contaminer quelqu'un d'autre. Mais, du sang présent dans la salive peut infecter quelqu'un. Donc, si une personne atteinte a récemment brossé ses dents ou mangé des choses qui ont pu faire saigner ses gencives (comme la canne à sucre), une infection est possible.

En plus, si deux personnes s'embrassent très passionnément et que la langue ou la lèvre est éraflée par une dent pointue, il peut y avoir du sang et donc un risque d'infection.

**19. Est-ce que les moustiques transmettent le virus ?**

Non. Lorsqu'un moustique vous pique, il boit votre sang. Il ne vous donne pas son sang. En plus, quand le même moustique pique deux personnes l'une après l'autre, le temps entre les deux piqûres est assez long pour que le sang ne soit plus infectieux.



**20. Peut-on s'infecter même en utilisant un préservatif ?**

Oui.

**21. Peut-on utiliser deux préservatifs pour plus de sécurité ?**

Non. Il y a plus de risques avec plusieurs préservatifs.

**22. Si un ami est blessé et saigne, comment éviter d'être soi-même atteint ?**

Il faut éviter le contact avec son sang ou d'autres fluides

corporels qui pourraient contenir du sang. En dehors de cela, on peut soigner une personne atteinte sans avoir peur de s'infecter.

**23. Pourquoi est-il important de prendre soin d'une personne qui a le SIDA alors qu'elle représente un danger pour la communauté ?**

Cette personne n'est pas dangereuse pour la communauté si elle n'a pas de relations sexuelles avec d'autres et si elle ne fait rien qui mette son sang en contact avec les autres. Ces malades sont des êtres humains qui méritent d'être aimés et soignés. Ils peuvent aussi contribuer de façon significative à la vie de nos communautés.

**24. Est-ce qu'une femme peut être infectée par un donneur de sperme ?**

Oui. Si le donneur est atteint du virus, le sperme sera contaminé et peut infecter la femme. C'est pourquoi les donneurs doivent toujours être testés.

**25. Quand est-ce que la plupart des bébés sont infectés ?**

La plupart des bébés sont contaminés pendant l'accouchement. Mais la transmission est possible pendant la grossesse, pendant l'accouchement ou par l'allaitement.

**26. Est-ce qu'un bébé né de deux parents atteints peut ne pas être atteint lui-même ?**

Oui. Seulement 25 à 30% des bébés nés de mères atteintes du virus sont infectés. La mère et l'enfant ont des systèmes sanguins séparés et le bébé n'a pas de contact avec le sang de la mère jusqu'à l'accouchement. Le père ne peut pas directement transmettre le virus au bébé, mais il peut le transmettre à la mère qui peut à son tour infecter le bébé.

**27. Est-ce que le lait maternel contient le VIH ?**

Non. Mais une infection du bébé par l'allaitement est possible lorsque la mère produit du colostrum (un liquide à base de sang) ou si les seins saignent.

**28. Est-ce qu'un accouchement par césarienne peut protéger le bébé si vous êtes atteinte du virus ?**

C'est possible, parce que le bébé n'est alors pas en contact avec le sang maternel pendant l'accouchement.

**29. Combien de temps une mère qui a le virus peut-elle espérer vivre après un accouchement ?**

Cela dépend de la durée de son infection avant l'accouchement et de sa santé générale. Il est vrai qu'un accouchement peut réduire l'espérance de vie de la mère.

**30. Combien de temps est-ce que le sang contaminé exposé à l'air reste infectieux ?**

Seulement quelques secondes. Mais cela est vrai seulement pour le sang en surface directement exposé à l'air. Il ne faut pas oublier que la plus grosse partie d'une quantité de sang donnée ne sera pas exposé à l'air et reste donc infectieux. La raison pour laquelle le partage des seringues est si dangereux, c'est que le sang entre dans le centre creux de la seringue hypodermique. Là, il n'est pas exposé à l'air et reste longtemps infectieux.

**31. Si la même seringue est utilisée pour faire des injections à plusieurs personnes, est-ce qu'il y a un risque d'infection ?**

Oui, sauf si la seringue est correctement stérilisée. C'est pourquoi l'utilisation d'une seringue sur plus d'une personne sans stérilisation est illégale dans les hôpitaux et les cliniques.



**32. En cas de pratique de zoophilie, les animaux peuvent-ils être infectés ?**

Quelques espèces de singes peuvent devenir séropositif, mais cela ne se transforme pas en SIDA.

**33. Est-ce que les femmes atteintes du virus vivent plus longtemps que les hommes ?**

Non. L'espérance de vie est pratiquement la même pour un homme et pour une femme atteints.

**34. Est-ce que les personnes avec le groupe sanguin O sont plus résistantes ?**

Non. Ceci est un mythe dangereux. Tous les groupes sanguins peuvent être infectés de la même façon.

**35. Si une personne atteinte est opérée et perd du sang, est-ce que cela améliore son état de santé ?**

Absolument pas ! En réalité, cela affaiblit le système immunitaire et peut accélérer le développement vers la maladie du SIDA.

**36. Si on marche sur une bouteille cassée et que le sang est en contact avec le sang d'une autre personne qui s'est déjà blessée à la bouteille, peut-on être contaminé ?**

C'est possible. Il faut faire attention.

**37. Si une personne infectée se coupe en préparant le repas, est-ce que le sang sur la nourriture peut transmettre le virus ?**

Si la nourriture est cuite, la chaleur tuera le virus. Si le sang sur la nourriture est exposé à l'air quelques instants, il n'est plus infectieux. Ceci dit, nous recommandons de ne pas manger de la nourriture sur laquelle il semble y avoir du sang.

**38. Peut-on enlever tout le sang d'une personne et le remplacer par du sang neuf ?**

Non. Si on enlève tout le sang d'une personne, elle meurt. Mais même si c'était possible, il resterait toujours un peu de sang infecté sur les bords des vaisseaux sanguins, qui ré-infecterait le nouveau sang.

**39. Est-ce qu'une femme a en elle moins de VIH pendant son cycle menstruel ?**

Non.

**40. Est-ce que la circoncision joue un rôle ?**

Oui. Chez les hommes circoncis, le risque d'infection est un peu moins grand et le risque de transmission aussi.

**41. Est-ce qu'on peut être porteur sain du VIH ?**

Non. Toutes les personnes atteintes du VIH finissent par en mourir. Chez certaines personnes, le développement du SIDA prend plus de temps que chez d'autres. Mais il n'y a pas de cas connu de porteur atteint et capable de transmettre le virus à d'autres, qui ne serait jamais tombé malade lui-même.

**42. Est-ce qu'il y a un remède pour guérir du SIDA ?**

Non. La médecine n'a jamais guéri aucun virus, et le VIH sera plus difficile à guérir que tous les autres virus connus.



Il ne faut donc pas espérer être guéri. Les traitements peuvent aider les personnes atteintes à vivre mieux et plus longtemps, mais pas à guérir de l'infection.

**43. Est-ce qu'on vit plus longtemps si on transmet le virus à beaucoup d'autres personnes ou si on ne le transmet pas du tout ?**

Non ! Le fait de transmettre le virus ne réduit pas la quantité de virus dans le corps. En fait, la culpabilité de savoir qu'on a transmis le virus à d'autres peut faire qu'on meurt plus vite, plutôt que de vivre plus longtemps.

**44. Peut-on être guéri par des rapports sexuels avec une personne non-atteinte (en particulier avec une vierge) ?**

Absolument pas ! Les rapports sexuels avec une personne non-atteinte ne réduisent pas l'infection, au contraire – la personne saine peut aussi attraper l'infection ! Cette idée est un mythe très dangereux !

**45. Peut-on guérir du VIH s'il est découvert très tôt ?**

Non. Même si quelqu'un savait tout de suite qu'il a été infecté, il ne pourrait pas être guéri. Une fois que le virus est dans le corps et qu'il a infecté des cellules, il sera dans le corps de la personne pour le reste de sa vie.

**46. Quels sont les médicaments qui aident contre le SIDA ?**

Il y a différents types de médicaments. Certains médicaments limitent le risque d'attraper quelques-unes des infections secondaires qui tuent si souvent les personnes atteintes du VIH. D'autres ralentissent la multiplication du virus. D'autres encore agissent contre les effets indésirables des autres médicaments. Les chercheurs sont en train de développer un vaccin pour éviter l'infection par le VIH. Mais il faudra compter encore bien des années avant que ce vaccin ne soit disponible. D'ici là, la seule façon d'éviter l'infection, c'est le choix de ne participer à aucune activité qui pourrait transmettre le virus.



**47. Est-ce que l'âge de la personne atteinte joue sur la durée de sa vie ?**

Non, sauf que les enfants atteints du virus à la naissance vivent moins longtemps.

**48. Est-ce qu'il y a des maladies particulières que les personnes atteintes du SIDA vont probablement attraper ?**

Il y a une longue liste de ce qu'on appelle les 'maladies opportunistes'. Ce sont des maladies qui profitent de la faiblesse du système immunitaire pour s'installer : par exemple, la tuberculose, certaines formes de cancer et de pneumonie, le paludisme et beaucoup d'autres encore.

**49. Lorsqu'une personne meurt de tuberculose, est-ce qu'elle a en réalité le SIDA ?**

Beaucoup de malades du SIDA meurent en effet de tuberculose. Il est vrai aussi que bien des gens ne veulent pas dire qu'ils ont le SIDA ou que des membres de leur famille avaient le SIDA. Ils préfèrent dire qu'une personne est morte de tuberculose que du SIDA. Ceci dit, il y a des personnes qui meurent de la tuberculose et qui n'ont pas le SIDA.

**50. Comment peut-on aider ses parents à ne pas attraper le SIDA ?**

Encouragez-les à rester fidèles l'un à l'autre et à ne pas toucher aux drogues illégales.

**51. Est-ce que l'homosexualité est le meilleur moyen de se protéger de l'infection ?**

Non. En fait, dans certains pays, la majorité des personnes atteintes par l'infection sont celles qui pratiquent l'homosexualité.

**52. Pourquoi est-ce important de faire un test du SIDA ?**

Plus une personne apprend tôt qu'elle est atteinte, plus les médecins peuvent l'aider à prolonger sa vie. De plus, dès

qu'une personne sait qu'elle a le virus, elle peut tout faire pour ne pas transmettre l'infection à d'autres.

**53. Si vous êtes séropositif, que pouvez-vous faire pour vivre mieux et plus longtemps ?**

- Fortifiez votre système immunitaire le plus possible par une bonne alimentation, assez de repos et de l'exercice sain.
- Allez voir un médecin qui peut vous aider à éviter d'autres infections et qui peut vous faire connaître d'autres formes d'aide.
- Évitez les situations qui pourraient vous exposer à d'autres infections.
- Gardez espoir. N'oubliez pas que vous êtes une personne de valeur qui peut beaucoup donner aux autres, même si vous êtes atteint(e) du VIH.



**54. Doit-on faire un test VIH avant de se marier ?**

- Je crois que oui  
– c'est une preuve d'amour.

Vous avez d'autres questions ? Vous pouvez les envoyer à l'adresse suivante : FEEBF – Commission Missionnaire - 47, rue de Clichy, 75311 Paris Cedex 09, France. Si vous pratiquez l'anglais, vous pouvez également vous adresser directement auprès de M. Duane Crumb, c/o IAO, Post Box 4303, Kalyana Nagar Post Office, Bangalore 560 043, India. Si vous avez accès à un ordinateur, vous pouvez envoyer un e-mail en français à : feebf@aol.com en adressant votre courrier à la Commission Missionnaire ou en anglais à : haci@vsnl.com en adressant votre courrier à M. Duane Crumb.