



VPH

C'est le temps d'en parler



TON GUIDE DE RÉFÉRENCE RAPIDE



infovph.ca

**LA SOCIÉTÉ DES
OBSTÉTRICIEUS ET
GYNÉCOLOGUES
DU CANADA**

Virus du papillome humain

Le virus du papillome humain (VPH) est l'ITS la plus répandue au Canada. Au pays, près de 75 % des personnes actives sexuellement contracteront le virus à un moment dans leur vie.

Le VPH, qu'est-ce que c'est?

Le VPH est un virus très contagieux qui se transmet par le contact peau à peau (sans pénétration) ou par le sexe génital, anal ou oral. Souvent, le VPH ne présente aucun signe ni symptôme apparent. Il existe plus de 100 types de VPH et 40 d'entre eux se transmettent par contact sexuel. Certains de ces types de VPH peuvent causer des verrues génitales ou évoluer en cancer.

Est-ce que je suis à risque?

Le risque d'infection au VPH est le plus élevé chez les personnes âgées de 15 à 24 ans. Plus tôt tu commences à avoir une vie sexuelle active, plus tes risques d'exposition au VPH sont élevés.

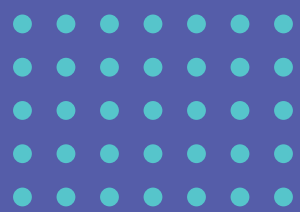
Est-ce que je peux savoir si j'ai le VPH?

Tu pourrais ne pas le savoir. Comme on n'observe pas nécessairement des symptômes pour toutes les infections au VPH, tu pourrais ne pas te rendre compte d'une infection chez toi ou chez ton ou ta partenaire. Les verrues génitales sont souvent le seul signe visible d'une infection au VPH.

Est-ce que c'est guérissable?

Il n'existe actuellement aucun traitement pour guérir le virus une fois que tu l'as attrapé. Il existe des traitements pour les verrues génitales et les changements que le virus provoque dans les cellules, mais ils ne guérissent pas l'infection en soi. Chez la plupart des gens, le système immunitaire finit par éliminer le virus. Par contre, ces personnes peuvent quand même attraper une autre infection au VPH plus tard.





Comment to protéger du VPH :

Les condoms et les digues dentaires sont des moyens efficaces de te protéger contre toutes sortes d'ITS. Utilise-les toujours. Quand il est question du VPH, ces moyens ne fournissent pas une protection adéquate. Il est possible d'attraper le VPH au contact de la peau qui n'est pas couverte par le condom ou la digue.

Le vaccin contre le VPH est efficace à 99 % contre les types de VPH responsables de la plupart des verrues génitales et des cancers associés à ce virus. Au Canada, trois vaccins approuvés sont offerts sur le marché. Chacun d'entre eux protège contre certains types de VPH.

Des études démontrent que ces vaccins sont sans danger. Plus de 50 millions de doses de ces vaccins ont été administrées en Amérique du Nord. Exception faite d'effets indésirables mineurs (comme la douleur au point d'injection), les personnes qui reçoivent le vaccin ne présentent pas de risque de complications graves.

La meilleure façon de vous protéger contre le VPH est par la vaccination, des dépistages réguliers et un traitement précoce.

**Adopte des
pratiques sexuelles
sans risque**

**Fais-toi
tester**

**Fais-toi
vacciner**

Qui devrait se faire vacciner?

Au Canada, la vaccination est approuvée pour les femmes de 9 ans et plus. Il n'y a pas de haut limite d'âge pour la vaccination contre le VPH.

L'idéal est de se faire vacciner le plus jeune possible. Il est préférable de recevoir le vaccin avant d'être actif ou active sexuellement, car il te protégera avant que tu ne risques d'être en contact avec le virus.

Tu peux te faire vacciner même si tu as déjà une vie sexuelle active ou que tu as déjà eu une infection au VPH parce qu'il est peu probable que tu aies été en contact avec tous les types de VPH contre lesquels le vaccin offre une protection.



Verrues

Les verrues que vous pouvez avoir sur les mains ou sous les pieds ne sont pas le type dont nous parlerons ici. Il sera plutôt question des verrues génitales. Chez les femmes, elles se manifestent sur la vulve, le vagin, le col de l'utérus, le pubis, les cuisses ou autour de l'anus ou à l'intérieur de celui-ci. Chez les hommes, elles se manifestent sur le pénis, le scrotum, le pubis, les cuisses ou autour de l'anus ou à l'intérieur de celui-ci.

Vous pourriez voir ou sentir une ou plusieurs verrues. Elles pourraient ressembler à de petits choux-fleurs rouges ou blancs. Elles pourraient être plates ou légèrement bombées. La plupart d'entre elles ne causent pas de douleurs mais peuvent parfois causer des démangeaisons ou une sensation de brûlure. Les verrues génitales sont souvent le seul signe d'une infection au VPH. En fait, les verrues génitales sont le signe le plus courant du VPH chez les hommes.

Certaines études indiquent que deux personnes sur trois qui ont des contacts sexuels avec une personne affligées de verrues génitales en aura également dans une période d'un à huit mois suivant l'exposition aux verrues. On considère ces verrues comme étant une infection chronique, ce qui signifie que dès l'infection, des verrues peuvent se développer en tout temps pour le reste de votre vie.

Un professionnel de la santé peut éliminer les verrues génitales au moyen de produits chimiques, de la chirurgie au laser ou de la cryothérapie avec de l'azote liquide, ou peut renforcer votre système immunitaire afin qu'il développe une résistance contre l'infection au VPH. Cependant, cela ne veut pas dire pour autant que vous serez guéri du VPH, que les verrues disparaîtront à tout jamais ou que le virus ne se transmettra pas à vos partenaires sexuels ou à votre nouveau-né.

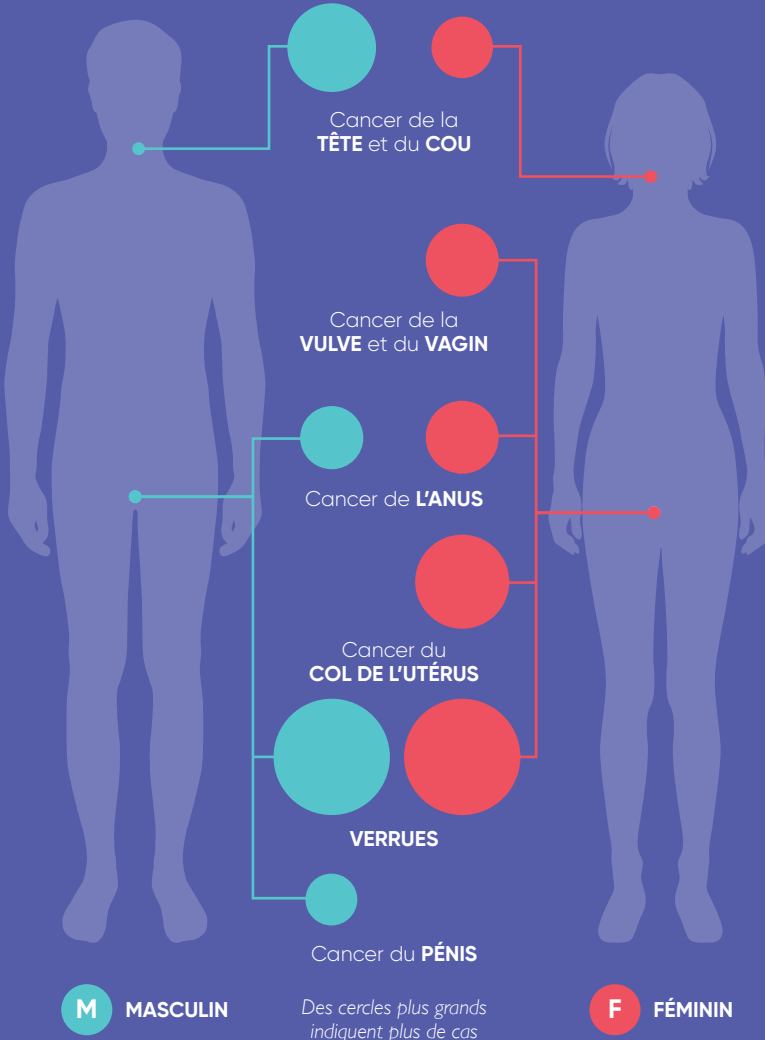
Le risque de contracter des verrues génitales augmente proportionnellement au nombre de partenaires sexuels, si vos partenaires ont d'autres partenaires sexuels, ou si vous fumez.

LES DEUX TYPES DE VPH RESPONSABLE DE 90% DES CAS DES VERRUES GÉNITALES SONT VPH 6 ET 11. LA VACCINATION PEUT AIDER À PRÉVENIR L'INCIDENCE DE VERRUES GÉNITALES.



Cancer et VPH

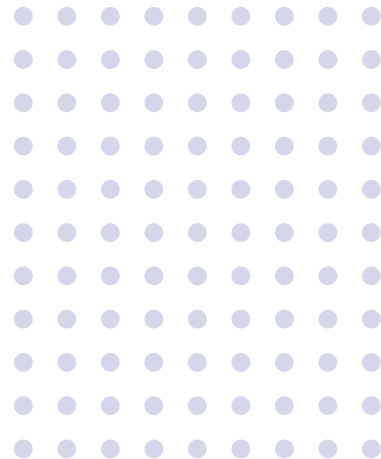
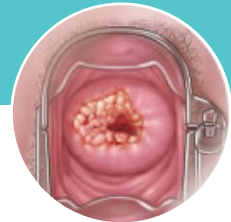
Les recherches ont révélé un lien entre le VPH et de nombreux cancers, notamment les cancers du col de l'utérus, de la vulve, du vagin, du pénis, de l'anus, de la bouche et de la gorge. Ces cancers mettent généralement bien longtemps à évoluer en cancer, mais tu devrais t'assurer de te protéger dès maintenant.



Cancer du col de l'utérus

Le col de l'utérus est l'orifice inférieur de l'utérus. Le cancer du col de l'utérus est presque exclusivement causé par le VPH et on estime qu'il est le deuxième cancer le plus courant chez les femmes âgées entre 20 et 44 ans après le cancer du sein. Au Canada, environ 1 350 femmes reçoivent un diagnostic tous les ans et 410 décèdent des causes de ce type de cancer. Un test de Pap, ou frottis de Pap, est une méthode de dépistage simple qui détecte les changements au niveau des cellules du col de l'utérus. Lorsque des cellules anormales du col de l'utérus sont détectées aux premiers stades, elles peuvent souvent être traitées efficacement avant que ces changements ne deviennent dangereux. En l'absence de traitement, les cellules anormales peuvent se transformer en cancer du col de l'utérus. Si le test de Pap indique que des cellules anormales sont détectées, la première étape est de subir une colposcopie. Cette intervention permet au gynécologue ou au colposcopiste d'examiner votre col de l'utérus au moyen d'un instrument spécial (colposcope) qui illumine votre col et l'amplifie. Selon le résultat, une visite de suivi ou un traitement peut être recommandé. Dans le cas où un traitement serait nécessaire, votre médecin pourrait suggérer une cryochirurgie, une chirurgie au laser ou une intervention LEEP pour éliminer les cellules touchées. La cryochirurgie gèle les cellules, la chirurgie au laser brûle ou vaporise les cellules et l'intervention LEEP (excision électrochirurgicale des lésions) élimine les cellules au moyen d'une anse en métal. Les souches 16, 18, 31 et 45 du VPH sont les plus couramment associées au cancer du col de l'utérus. La vaccination peut aider à prévenir l'incidence du cancer du col de l'utérus.

**AU CANADA,
ENVIRON 1 350
FEMMES REÇOIVENT
UN DIAGNOSTIC
TOUS LES ANS ET
410 DÉCÈDENT DES
CAUSES DE CE TYPE
DE CANCER.**



Cancers de la tête et du cou

Les cancers de la tête et du cou (bouche et gorge) comprennent les cancers des fosses nasales, des sinus paranasaux, des glandes salivaires, de la gorge, du larynx et des ganglions lymphatiques du cou. Ils comprennent également le cancer buccal. Le cancer buccal est un cancer de la bouche qui touche généralement les lèvres et la langue. Il peut aussi atteindre le plafond ou le plancher de la bouche, la face interne de la joue ou les gencives. Les cancers de la tête et du cou (bouche et gorge) sont habituellement associés à une grande consommation de tabac et d'alcool, mais ces nombres chutent alors que les cancers liés au VPH sont à la hausse. Les cancers de la tête et du cou (bouche et gorge) sont liés au comportement sexuel, y compris la pratique du sexe oral avec une personne infectée par le VPH. Certains des symptômes typiques des cancers de la tête et du cou (bouche et gorge) comprennent une bosse ou une lésion dans la région de la tête et du cou qui ne guérissent pas, un mal de gorge qui persiste, des plaques blanches ou rouges dans la bouche, de la difficulté à avaler et un changement ou une raucité de la voix.



Cancer de l'anus

Le cancer de l'anus est rare, mais le nombre de cas augmente. Il est semblable au cancer du col de l'utérus parce que la peau à l'intérieur de l'anus ressemble beaucoup à la peau du col de l'utérus et la peau à l'extérieur de l'anus est très semblable à la peau de la vulve. L'infection peut causer des verrues autour de l'anus et à l'intérieur de celui-ci. Au nombre des symptômes, on note des saignements de l'anus, de la difficulté à faire passer les selles, de la douleur ou des bosses, des démangeaisons ou des pertes. En présence de signes et symptômes, un examen anal interne devrait être subi. En présence de signes et symptômes des cancers de la tête et du cou (bouche et gorge) ou de l'anus, un professionnel de la santé pourrait recommander des tests d'imagerie médicale et des biopsies. Les traitements peuvent comprendre la chirurgie au laser, la microchirurgie, la radiothérapie ou la chimiothérapie. La souche 16 du VPH est la plus couramment associée aux cancers de la tête et du cou (bouche et gorge) et le cancer de l'anus est VPH 16.



Cancers de la vulve et du vagin

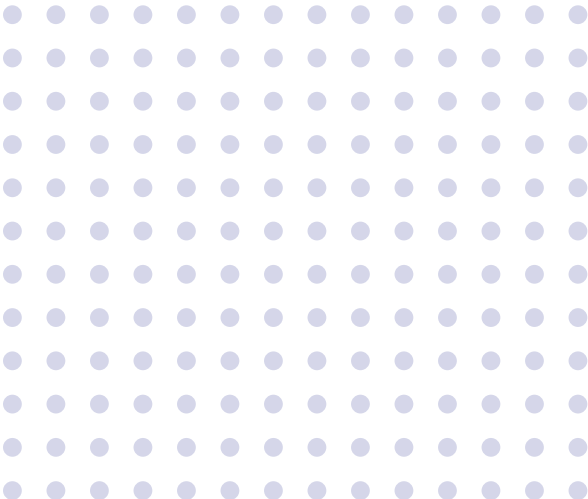
La vulve est la partie extérieure des organes génitaux féminins. Elle comprend l'orifice du vagin, les grandes lèvres et les petites lèvres. La vulve s'étend du clitoris (partie supérieure) jusqu'au périnée (partie inférieure). Les cancers de la vulve et du vagin sont des types de cancer plus rares représentant environ 3 % de tous les cancers gynécologiques, mais le nombre de femmes affectées augmente. Il existe deux types de cancer de la vulve. Un d'entre eux est associé à l'infection au VPH et tend à apparaître chez les jeunes femmes. Le deuxième est associé à la maladie de la peau de la vulve (comme le lichen scléreux) et se manifeste davantage chez les femmes plus âgées. Souvent, aucun signe ou symptôme n'est apparent. S'il y en a, ils peuvent se manifester comme des démangeaisons ou des sensations de brûlure qui ne disparaissent pas, une douleur dans la zone pelvienne, des saignements vaginaux anormaux, et de la difficulté à uriner ou des relations sexuelles douloureuses. Le test de Pap ne détecte pas les cancers de la vulve ou du vagin.



Cancer du pénis

Les hommes peuvent souffrir du cancer du pénis, tout comme les femmes peuvent être atteintes du cancer de la vulve ou du vagin. Le cancer du pénis est un type de cancer plus rare représentant moins de 1 % des cancers chez les hommes. Généralement, le cancer du pénis touche le gland ou le prépuce du pénis plutôt que la base du pénis. Les signes et symptômes peuvent se manifester sous forme de bosse ou d'ulcère sur le pénis. Les bosses peuvent être surélevées, semblables à des verrues, ou plates et peuvent être douloureuses et enflammées. Des démangeaisons et des sensations de brûlures pourraient être ressenties également dans cette zone. Pour les cancers de la vulve, du vagin et du pénis, le traitement varie selon le stade du cancer. Ce traitement pourrait comprendre la chirurgie au laser, la microchirurgie, la radiothérapie ou la chimiothérapie. Les souches 16 et 18 du VPH sont les plus couramment associées aux cancers de la vulve et du vagin. La vaccination peut aider à prévenir l'incidence des cancers de la vulve et du vagin, mais il n'a pas été prouvé sur le plan clinique qu'elle peut prévenir le cancer du pénis.

LES SOUCHES 16 ET 18 DU VPH SONT LES PLUS COURAMMENT ASSOCIÉES AUX CANCERS DE LA VULVE ET DU VAGIN.



Prévention

Les condoms et les digues dentaires sont des moyens efficaces de se protéger contre toutes sortes d'ITS. Utilisez-les toujours. Par contre, dans le cas du VPH, ces moyens ne fournissent pas une protection adéquate. Il est possible d'attraper le VPH au contact de la peau qui n'est pas couvert par le condom ou la digue. Le vaccin contre le VPH est efficace à 99 % contre les types de VPH qui causent la plupart des verrues génitales et des cancers associés à ce virus. Au Canada, trois vaccins approuvés sont offerts sur le marché. Chacun d'entre eux protège contre certains types de VPH. Des études démontrent que ces vaccins sont sans danger. Plus de 50 millions de doses de ces vaccins ont été administrées en Amérique du Nord. Exception faite d'effets indésirables mineurs (comme la douleur causée par l'aiguille de la seringue), les personnes qui reçoivent le vaccin ne présentent pas de risque de complications graves. Pour ce qui est du cancer du col de l'utérus, des études indiquent que sa prévalence a diminué grâce à la sensibilisation accrue de la population canadienne au dépistage au moyen du test Pap, auquel on attribue aussi une diminution globale des cas de cancers liés au VPH, de même qu'une augmentation de la détection précoce d'affections précancéreuses.



Dépistage

Examen pelvien, test Pap ou frottis cervical

Tu t'es peut-être déjà demandé s'il y a une différence entre l'examen pelvien, le test Pap et le frottis cervical. Le test Pap et le frottis cervical, c'est la même chose, c'est-à-dire un test qui nécessite de prélever des cellules du col de l'utérus au moyen d'une petite brosse ou spatule puis de les observer au microscope pour s'assurer qu'elles sont normales et saines. Le test Pap n'est pas un test de dépistage pour toutes les ITS.

Voici quelques bonnes raisons de subir un examen pelvien :

- l'examen pelvien permet de vérifier que les organes pelviens (utérus, trompes de fallope et ovaires) sont normaux
- il permet de détecter les infections qui causent des pertes vaginales, des douleurs pelviennes ou l'infertilité. Grâce à l'examen pelvien régulier, il est possible de détecter ces infections de façon précoce afin de les traiter avant qu'elles ne causent de sérieux dommages
- comme l'examen pelvien avec test Pap peut détecter le stade précoce du cancer du col de l'utérus, il s'agit sans doute de la meilleure raison d'en subir un. La détection des premiers signes de cancer pourrait te sauver la vie



Comment faire pour subir un test Pap?

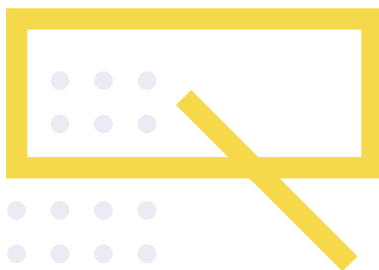
Le test Pap est offert gratuitement partout au Canada par l'entremise des réseaux de santé publique de chaque province et territoire. Il suffit de prendre un rendez-vous auprès d'un professionnel de la santé. Les jeunes ont parfois peur de parler à leurs parents de l'examen pelvien de crainte de les informer de leur vie sexuelle active. C'est important que tu aies une relation ouverte avec tes parents (ils pourraient être contents de savoir que tu prends ta santé en main), mais la permission de tes parents n'est pas nécessaire pour subir un examen pelvien. Tu peux organiser le tout par toi-même en prenant un rendez-vous avec un médecin de famille, un gynécologue ou un professionnel en clinique de santé sexuelle. Rappelle-toi que ce que tu dis à ton médecin reste entre vous deux.

L'intervalle pour le test Pap qui s'est avéré sûr est de trois ans pour détecter cellules précancéreuses et fournir un traitement pour prévenir le cancer. Cependant, vous devriez ne pas s'écouler plus de trois ans entre les tests Pap.

Tests VPH

Dans certaines provinces, les tests hpv remplacent les frottis. Le test se fait de manière similaire mais est plus sensible aux vph. Un test hpv négatif signifie 99% de chances de ne pas développer un pré-cancer de haut grade ou un cancer du col de l'utérus dans cinq ans, le dépistage sera donc moins fréquent. Avoir un test hpv positif n'équivaut pas à une maladie; ça veut juste dire que vous avez le virus. Avoir le virus est très courant chez les jeunes et disparaîtra souvent de lui-même. Un Pap test vous dira alors si vous avez des cellules anormales qui vous obligerait à prendre des mesures. De nombreux pays ont déjà adopté ce système.

Des kits d'autotest pour le vph sont en cours de développement. Malheureusement, l'autotest n'est pas encore approuvé au canada. C'est une excellente méthode de sélection alternative pour les cultures et groupes qui ne sont pas à l'aise avec les tests Pap traditionnels.





Mythes sur le VPH

MYTHE 1

Le VPH, le vih et l'herpès, c'est la même chose.

Le VPH, le VIH et l'herpès sont des virus différents qui s'attaquent différemment au corps humain. Leur mode de transmission est le même; ils se transmettent d'une personne à l'autre par les contacts sexuels : le VPH, le VIH et l'herpès sont des ITS.

MYTHE 2

Le VPH ne touche que les filles et les jeunes femmes.

Au Canada, 75 % des personnes sexuellement actives contracteront le VPH au moins une fois dans leur vie. N'importe qui peut attraper une infection au VPH. N'importe qui peut avoir des verrues génitales ou voir une infection au VPH évoluer en cancer, peu importe le genre ou le sexe.

MYTHE 5

C'est possible de savoir si ton ou ta partenaire a le VPH.

Ce n'est pas physiquement possible de voir si une personne est atteinte du VPH à moins qu'elle ait des verrues génitales. Bien des personnes atteintes ne présentent aucun signe visible et peuvent quand même transmettre le virus.

MYTHE 3

Si j'utilise un condom, je ne peux pas attraper le VPH ni d'autres ITS.

Le condom protège contre la plupart des ITS, y compris le VIH et le sida, mais il n'offre pas une protection complète contre le vph. Le virus peut se transmettre au simple contact peau à peau d'une zone infectée qui n'est pas recouverte par le condom (par exemple, le scrotum, l'anus ou la vulve).

MYTHE 4

Si je ne fais que toucher mon ou ma partenaire et avoir des rapports sexuels oraux, je ne peux pas attraper le VPH.

Le virus se transmet par simple contact peau à peau avec le pénis, le scrotum, le vagin, la vulve ou l'anus de la personne atteinte du VPH. Tu peux attraper le vph simplement en embrassant ou en touchant les organes génitaux de cette personne avec ta bouche (sexe oral). Le virus se transmet même sans pénétration.

MYTHE 6

Je ne peux pas attraper le vph, parce que j'ai des rapports sexuels avec une seule personne.

N'importe qui peut attraper le VPH; il suffit d'avoir des contacts sexuels avec une personne infectée. Tu peux risquer de l'attraper même si tu n'as eu des rapports sexuels qu'avec une seule personne parce que ton ou ta partenaire pourrait avoir eu d'autres partenaires par le passé. C'est possible d'avoir des rapports sexuels avec une personne infectée sans savoir qu'elle est atteinte du virus. Comme les symptômes ne sont pas nécessairement visibles, c'est aussi possible de transmettre le virus sans savoir qu'on est infecté. Dans une relation sexuelle, chaque partenaire peut être porteur ou porteuse de l'infection durant des années sans le savoir.

MYTHE 7

Si j'attrape le VPH, je vais avoir le cancer.

La plupart des gens auront le VPH au moins une fois dans leur vie, mais seulement un petit nombre de ces infections causeront un cancer. Comme d'autres infections, le vph peut disparaître par lui-même sans traitement ni problème. Il faut toutefois remarquer que les VPH à faible risque, tels que les types 6 et 11, peuvent causer des verrues génitales et qu'il y a au moins 15 VPH à risque élevé qui peuvent causer le cancer.

MYTHE 8

Après avoir reçu le vaccin contre le vph, il n'est plus nécessaire de subir le test Pap.

La vaccination contre le VPH ne remplace pas les examens réguliers par test Pap. Le test Pap n'est pas un moyen de diagnostiquer une infection au vph. On l'utilise plutôt pour détecter les changements cellulaires du col de l'utérus avant qu'ils n'évoluent en cancer. Que l'on ait reçu ou non un vaccin contre le VPH, le test Pap subi à intervalle régulier est un élément essentiel dans la santé reproductive. Comme les vaccins ne protègent pas contre tous les types de VPH, il y a toujours un risque d'avoir un cancer du col de l'utérus en cas d'infection au vph de ces autres types. Les personnes qui ont un col de l'utérus devraient se renseigner auprès de leur médecin pour savoir à quel moment subir un test Pap. Dans la plupart des provinces, l'âge recommandé pour le premier test Pap est de 21 ans.

MYTHE 9

Si mon ou ma partenaire a reçu le vaccin contre le VPH, je n'ai pas à m'inquiéter d'attraper le virus.

Si mon ou ma partenaire a reçu le vaccin contre le VPH, je n'ai pas à m'inquiéter d'attraper le virus.

Le coin des quiz

Maintenant que vous avez lu *HPV : il est temps de parler*, vous devriez avoir une meilleure compréhension plus complète du VPH. Il est temps de mettre ces connaissances à l'épreuve – complétez cette série de quiz amusants pour obtenir votre diplôme notre programme !

N'hésitez pas à revenir à ce quiz à tout moment pour un cours de remise à niveau ou de le transmettre à toute personne que vous pensez pourrait bénéficier de le prendre.

02 Virus du papillome humain

07 Cancer et VPH

13 Dépistage

15 Tests VPH

16 Mythes sur le VPH

Phrases à trous

Complète chaque affirmation en inscrivant la bonne réponse à l'endroit approprié

01 La plupart des infections au VPH surviennent chez les personnes âgées entre ____ et 24 ans.

02 Le _____ est l'ITS la plus répandue au Canada.

03 Il ne présente souvent aucun _____ types de VPH; _____ d'entre eux se transmettent par contact sexuel.

04 Il existe plus de _____ types de VPH; _____ d'entre eux se transmettent par contact sexuel.

05 Le vaccin contre le VPH est efficace jusqu'à ____ % contre les types de VPH responsables de la plupart des cas de verrues génitales et de cancer du col de l'utérus.

06 Au Canada, environ ____ % des personnes sexuellement actives contracteront le VPH au moins une fois au cours de leur vie.

07 Chez les personnes de sexe féminin, le VPH peut entraîner le cancer _____, _____, de la vulve, de l'anus, de la bouche et de la gorge.

08 Chez les personnes de sexe masculin, on a observé un lien entre le VPH et les cancers du _____, de l'_____, de la _____ et de la gorge.

09 Le _____ est un examen qui nécessite le prélèvement de cellules du col de l'utérus afin de prévenir le cancer du col de l'utérus.

