

**Fransk/norsk**

# **Informations sur le VIH et le SIDA**

Fakta om hiv og aids

Aids er en alvorlig sykdom som siden begynnelsen av 1980-tallet har spredd seg over hele verden. Aids skyldes et virus, hiv, som overføres fra person til person i bestemte situasjoner.

## **Hva er hiv?**

Hiv er forkortelse for humant immunsvikt virus.

Personer med hiv vil vanligvis ikke føle seg syke de første årene etter at de er smittet, men viruset vil etterhvert bryte ned kroppens motstandskraft mot smittestoffer.

Personer som har fått hiv vil ha viruset i kroppen og kunne smitte andre resten av livet.

## **Hva er aids?**

Det alvorligste stadium i sykdomsutviklingen kalles aids.

Aids er forkortelse for acquired immune deficiency syndrom. En person med hiv utvikler aids når kroppens motstandskraft er så svekket at den ikke lenger klarer å uskadeliggjøre smittestoffer som virus, bakterier og sopp. Personer med hiv vil etter hvert utvikle aids hvis de ikke får behandling. Vanligvis tar det 8-10 år fra man blir smittet til man utvikler aids.

I noen deler av verden er aids en av de vanligste dødsårsakene.

Gjennomsnittlig levealder har derfor i noen land gått ned med ca. 10 år.

Le SIDA est une maladie grave qui depuis le début des années 1980 s'est répandue dans le monde entier. Le SIDA est dû à un virus, le VIH, qui se transmet de personne à personne dans des situations données.

## **Qu'est-ce que le VIH?**

VIH est l'abréviation désignant le virus de l'immuno-déficience humaine.

Un sujet porteur du VIH ne se sentira généralement pas malade les premières années après avoir été contaminé, mais le virus affaiblira progressivement le système immunitaire qui normalement défend l'organisme contre les agents contaminants. Les sujets porteurs du VIH le seront pour la vie et seront également contagieux pour le restant de leurs jours.

## **Qu'est-ce que le SIDA?**

Le SIDA correspond au stade le plus grave de l'évolution de la maladie.

SIDA est l'abréviation désignant le syndrome d'immuno-déficience acquise.

Un sujet porteur du VIH développe le SIDA quand son système immunitaire est si affaibli qu'il ne peut plus venir à bout des agents contaminants tels que les virus, les bactéries ou les mycoses. Un sujet porteur du VIH développera le SIDA s'il n'est pas soumis à un traitement médical. Un sujet contaminé met généralement huit à dix ans pour développer le SIDA.

Dans certaines régions du monde le SIDA est un des principaux facteurs de mortalité. Aussi l'âge moyen de la population a-t-il diminué de dix ans dans certains pays.

# Hvordan smitter hiv?

## Hiv smitter:

1. Ved ubeskyttet samleie mellom kvinne og mann eller mellom menn. Hvem som helst kan få hiv ved ubeskyttet samleie med en person som har viruset. Årsaken til smitte er direkte kontakt med viruset som finnes i blod, sæd eller skjedesekret.

Hiv kan overføres fra mann til kvinne, fra kvinne til mann og fra mann til mann. Hiv smitter lettere hvis en eller begge parter har andre seksuelt overførbare sykdommer (SOS). Det kan også være en risiko for overføring av virus gjennom munnsex, det vil si kontakt mellom kjønnsorganer og munn/tunge. Dette er spesielt aktuelt hvis det finnes rifter eller sår i munnen eller på kjønnsorganene.

2. Ved bruk av sprøyter og sprøytespisser forurenset med hiv.

3. Ved blodoverføring dersom blodet inneholder hiv.

4. Fra mor til barn under svangerskapet, fødselen eller ved amming.

# Comment le VIH se transmet-il?

## Le VIH se transmet:

1. Lors de rapports sexuels sans préservatif masculin entre homme et femme ou entre hommes.

N'importe qui peut être contaminé lors de rapports sexuels sans préservatif masculin par une personne porteuse du virus. La contamination a lieu par le contact direct avec le virus qui se trouve dans le sang, le sperme ou dans les sucs vaginaux.

Le VIH peut se transmettre d'homme à femme, de femme à homme et d'homme à homme. Le VIH se transmet plus facilement si l'un ou les deux partenaires sont atteints d'autres maladies sexuellement transmissibles (M.S.T.). Il existe également des risques de contamination dans les relations sexuelles buccogénitales, c'est-à-dire par le contact des organes génitaux et de la bouche/langue. Ces risques sont d'autant plus réels quand la bouche ou les organes génitaux sont marqués d'égratignures ou autres blessures.

2. Par l'usage de seringues et d'aiguilles infectées par le VIH.

3. Par transfusion de sang contaminé par le VIH.

4. De mère à enfant lors de la grossesse, de la naissance ou par allaitement.

## Hvordan unngå smitte?

Det eneste effektive beskyttelsesmiddel mot hiv er kondom. Kondom beskytter også mot andre seksuelt overførbare sykdommer som herpes, klamydia, gonore og mot uønsket graviditet. Også ved munnsex bør man bruke kondom.

### **P-piller og spiral beskytter bare mot uønsket graviditet**

Injiserende stoffbrukere må unngå å dele sprøyter med andre. Velger man likevel å dele sprøyteutstyr, må sprøyte og sprøytespiss rengjøres grundig med klorin mellom hver injeksjon på følgende måte:

Skyll gjennom utstyret med lunkent vann 5 ganger.

Trekk klorin opp i spiss og sprøyte. La klorinen stå i utstyret i minst 5 minutter.

Skyll gjennom utstyret med lunkent vann 5 ganger.

Medisinsk behandling av gravide med hiv har redusert risikoen for smitte fra mor til barn betydelig. For å unngå at barnet får hiv er det viktig at moren får regelmessig medisinsk oppfølging.

## Comment éviter la contamination?

Le seul moyen efficace pour se protéger contre le VIH est le préservatif masculin. Celui-ci protège également contre d'autres maladies sexuellement transmissibles comme l'herpès, les infections à chlamydiae et la blennorragie. Le préservatif masculin constitue aussi un moyen de contraception. Son usage est également fort recommandé lors de relations sexuelles buccogénitales.

### **La pilule contraceptive et le stérilet ne sont que des moyens de contraception.**

Les toxicomanes usant de drogues administrées par voie intraveineuse ne doivent pas prêter ou emprunter de seringues. Choisit-on cependant de partager son matériel d'injection avec une autre personne, il est très important de désinfecter consciencieusement la seringue et son aiguille à l'aide d'un désinfectant (à base de chlore: "Klorin") entre chaque injection, de la façon suivante:

Rincer cinq fois à l'eau tiède la seringue et son aiguille  
Remplir de désinfectant (solution de chlore: "klorin") l'aiguille et la seringue. Laisser le désinfectant cinq minutes dans le matériel d'injection.  
Rincer cinq fois à l'eau tiède la seringue et son aiguille.

Le risque pour une femme enceinte porteuse du VIH de contaminer son enfant a considérablement diminué depuis l'apparition d'un traitement médical. Pour éviter que l'enfant soit contaminé, il est important que la mère soit médicalement suivie de près.

## Hiv smitter ikke

Ved vanlig sosial omgang.  
Gjennom hel hud.  
Gjennom luft og vann.  
Gjennom mat og drikke.  
Via spisebestikk, servise og lignende.  
Via sengetøy, håndklær og lignende.  
Via toalettseter og badebasseng.  
Ved kyssing.  
Ved nysing og hoste.  
Gjennom svette.  
Gjennom snørr og tårer.

Sterile sprøyter som brukes på sykehus, hos legen og på helsestasjoner medfører ingen fare for overføring av hiv eller andre sykdommer som smitter gjennom blod. Derfor er det heller ingen risiko ved å gi blod.

I Norge har vi begrensninger på hvem som får gi blod. Begrensningene gjelder blant annet menn som har sex med menn, injiserende stoffbrukere, personer som har oppholdt seg lenge eller er født i noen land utenfor Nord-Europa.



## Le VIH ne se transmet pas

Lors de relations sociales ordinaires.

Par la peau si celle-ci est intacte.

Ni par l'air ni par l'eau.

Ni par le manger ou le boire.

Ni par les couverts ou la vaisselle ou objets similaires.

Ni par les draps, essuie-mains ou objets similaires.

Ni par la planche des cabinets ou dans la piscine.

Ni par des baisers.

Ni par éternuement ou toux.

Ni par la sueur.

Ni par la morve ou les larmes.

Les seringues stériles utilisées dans les hôpitaux, les cabinets médicaux ou dans les services post-natals ne sont d'aucun danger quant au risque de contamination du VIH ou d'autres maladies transmissibles par le sang. Aussi n'y a-t-il aucun danger à être donneur de sang.

Il existe en Norvège certaines restrictions pour qui peut être donneur de sang. Ces restrictions concernent notamment les hommes ayant des rapports sexuels avec d'autres hommes, les toxicomanes faisant usage de seringues et les personnes ayant longtemps séjourné ou étant nées hors de l'Europe du Nord.

## Behandling

Det finnes ingen vaksine mot hiv som beskytter mot smitte. Det finnes heller ikke medisiner som fjerner viruset fra kroppen.

Det finnes medisiner som kan hemme formeringen av viruset i blodet. Når det er små mengder virus i kroppen tar det lengre tid å svekke kroppens motstandskraft. Kroppens motstandskraft kalles immunforsvar, og ved bruk av medisiner tar nedbrytingen av immunforsvaret lengre tid. Behandlingen så langt har gitt positive resultater.

Bruken av disse medisinene krever regelmessig oppfølging hos lege. Det er viktig at hiv blir oppdaget så tidlig som mulig slik at behandling med de rette medisiner kan begynne straks det er nødvendig.

Hvis det har oppstått infeksjoner p.g.a. et svekket immunforsvar finnes det medisiner til behandling av mange av disse infeksjonene.

Personer med hiv vil få oppfølging og råd av helsetjenesten og behandling av eksperter på hivinfeksjon.

Når det gjelder medisiner og levesett som vil virke inn på sykdommen, er det viktig at den som har hiv samarbeider med de som har erfaring og kunnskap om behandling. Med godt samarbeid mellom pasient og behandler er det store muligheter for at en med hivinfeksjon kan leve som frisk i mange år.

# Traitement

Il n'existe aucun vaccin qui empêche d'être contaminé par le VIH. Il n'existe pas non plus de médicaments qui anéantissent le virus dans l'organisme.

Il existe des médicaments qui ralentissent la reproduction du virus dans le sang. Si le virus n'est présent qu'en petite quantité, les moyens de défense de l'organisme s'affaibliront moins rapidement. Ces moyens de défense, désignés par le terme générique de système immunitaire, perdent moins vite de leur efficacité si le porteur du virus prend ces médicaments. A cet égard, le traitement a jusqu'à présent donné des résultats bénéfiques.

L'usage de ces médicaments exige que le patient soit suivi de près par son médecin. Il est important que le VIH soit dépisté le plus tôt possible pour que les médicaments appropriés puissent être administrés aussitôt que cela se révèle nécessaire.

Il existe des médicaments pour nombre d'infections résultant de la déficience immunitaire.

Les sujets porteurs du VIH seront suivis et conseillés par les services de la Santé publique et seront traités par des spécialistes du VIH.

En ce qui concerne le traitement médical et le mode de vie à suivre pour combattre la maladie, il est important que le sujet porteur du virus se soumette aux indications fournies par les personnes compétentes. Avec une bonne collaboration entre médecin et patient, il y a de grandes chances pour que celui-ci puisse vivre de nombreuses années comme une personne bien portante.

## Hivtest

Smitte med hiv fører til at kroppen danner angrepsstoffer, såkalte antistoffer for å ødelegge viruset. En hivtest tas som en blodprøve i armen. Den viser om det finnes hiv antistoffer i blodet. Man kan finne antistoffer i blodet tre til seks uker etter smitte. Det tar ca. en uke å få svar på hivtesten. På enkelte steder er det også mulig å ta en hurtigtest hvor man får resultatet etter 20 minutter. Man kan velge å være anonym når man tar en hivtest.

Det er bare hivtesten som kan gi svar på om man er smittet. Alle som tror de har vært i en risikosituasjon bør derfor teste seg. Testen er gratis og kan tas hos hvilken som helst lege. Legen skal ikke gi opplysninger om testresultat til andre uten samtykke fra den det gjelder. Dette gjelder så lenge den smittede ikke utsetter andre for smittefare.

Hivtesten er frivillig. Det betyr at ingen kan testes mot sin vilje, og alle som testes skal være informert om hva testen innebærer. Gravide får tilbud om test i forbindelse med svangerskapskontroll. Det stilles ikke krav om hivtest i forbindelse med søknad om oppholdstillatelse i Norge. Avgjørelsen i slike søknader skal ikke være knyttet til hivtesten.

## Test de dépistage du VIH

Un sujet infecté par le VIH développe des agents réactifs, appelés anticorps, qui s'attaquent au virus. Le test de dépistage se fait par une prise de sang dans le bras. Ce test permet de déceler la présence de ces anticorps dans le sang. Ils y sont décelables de trois à six semaines après la contamination. Cela prend environ une semaine pour avoir le résultat du test de dépistage. Certains centres médicaux proposent des tests rapides permettant d'obtenir un résultat en vingt minutes. Un sujet demandant de se faire tester pour le VIH peut, s'il le désire, garder l'anonymat.

Seul un test de dépistage du VIH peut établir si l'on est ou non porteur du virus. C'est pourquoi toute personne estimant s'être trouvée dans une situation à risque doit se faire tester. Le test est gratuit et peut se faire chez n'importe quel médecin. Le médecin ne peut transmettre les résultats du test à un tiers sans l'autorisation préalable du sujet ayant subi le test. Cette règle ne vaut que dans la mesure où le sujet contaminé n'expose pas d'autres personnes au risque de contamination.

Le test de dépistage du VIH n'est pas un test imposé par la loi. Nul ne peut être testé contre sa volonté, et toute personne désireuse de subir ce test doit être informée de ce en quoi il consiste. Ce test est proposé aux femmes enceintes dans le cadre du contrôle de grossesse.

Le test du VIH n'est pas requis dans le cadre d'une demande de permis de séjour en Norvège. La décision relative à ce type de demande ne doit pas dépendre de ce test de dépistage.

## Når hivtesten er negativ

En negativ hivtest betyr at det ikke kan påvises antistoffer i blodet. Sannsynligvis er du ikke smittet. Men kroppen trenger tid for å danne antistoffer etter at smitten har funnet sted. Blir testen tatt før antistoffene er dannet vil det gi et negativ resultat selv om viruset er i kroppen. Hvis du vet at du har utsatt deg for smitte de siste tre månedene bør du ta en ny test etter 6-8 uker.

Er du smittet uten at det ennå er dannet antistoffer kan du smitte andre.

Husk at et negativt resultat ikke betyr at du ikke kan bli smittet i fremtiden. Unngå derfor risikoadferd som ubeskyttet sex og deling av sprøyter.

## **Quand le test de dépistage du VIH est négatif**

Un test de dépistage négatif signifie qu'on n'a pas décelé d'anticorps spécifiques dans le sang. Cependant le corps met un certain temps à produire ces anticorps après contamination. De sorte qu'il est possible de ne pas déceler d'anticorps même si le virus se trouve dans l'organisme du sujet. Aussi, avez-vous été exposé à un risque de contamination au cours de ces trois derniers mois, il vous est conseillé de repasser un test au bout de six à huit semaines.

Etes-vous contaminé sans que les anticorps aient encore eu le temps de se former, vous n'en êtes pas moins contagieux. Il est à souligner qu'un test négatif ne signifie pas que vous ne pouvez pas être contaminé par la suite. Aussi, il y a lieu d'éviter les comportements à risque comme les rapports sexuels sans préservatif masculin ou l'utilisation commune de seringues.

## Når hivtesten er positiv

En positiv hivtest betyr at en er smittet og dermed kan smitte andre. Selv om kroppen danner antistoffer klarer de ikke å uskadeliggjøre viruset.

Når man får vite at man har en alvorlig smittsom sykdom vil det for de fleste melde seg mange spørsmål.

Når hivtesten er positiv blir man henvist til leger og sykepleiere som er spesialister på hiv og aids. Her vil du få svar på de spørsmålene du har, og de vil kunne gi deg råd for hvordan du kan planlegge livet ditt.

De aller fleste kan jobbe eller studere som de gjorde før de fikk vite at de var hivpositive, og det er kun på enkelte områder i livet det er nødvendig å gjøre forandringer. De største forandringene vil være at man alltid må ta hensyn risikoen det er for å smitte andre. Man må også forholde seg til helsevesenet på en måte som er ny for de fleste. Faste besøk og nært samarbeid med legen er viktig.



## **Quand le test de dépistage du VIH est positif**

Un test positif signifie que vous êtes contaminé et par conséquent contagieux. L'organisme a beau produire des anticorps, ceux-ci ne parviennent pas à anéantir le virus.

Tout sujet apprenant qu'il est atteint d'une maladie contagieuse grave se pose généralement un certain nombre de questions.

En cas de test du VIH positif, le sujet sera mis en contact avec des médecins et infirmières spécialistes du VIH et du SIDA. Ce personnel médical s'efforcera de répondre à vos questions et vous fournira des conseils pour vous aider à organiser votre vie.

La plupart des sujets porteurs du VIH peuvent continuer leurs activités professionnelles ou leurs études comme par le passé, et il n'importe d'opérer de changements que dans certains domaines de la vie. Le plus important de ces changements consiste à être sans cesse attentif à ne pas exposer les autres au risque de contamination. Il s'agit également d'établir des relations étroites avec les services de santé par de fréquentes consultations médicales et une bonne collaboration avec le personnel soignant.

# Ordliste

## **Immunforsvar**

Kroppens eget forsvar mot bakterier, virus og sopp. Immunforsvaret skal hindre at vi blir syke av alle smittestoffene vi kommer i kontakt med.

## **Smittestoffer**

Bakterier, virus eller sopp som kan lage sykdommer. Smittestoffene kommer inn i kroppen gjennom luften vi puster, gjennom det vi drikker og spiser eller gjennom seksuell kontakt og gjennom blod.

## **Virus**

Smittestoff som trenger kroppens levende celler for å kunne formere seg.

## **Bakterier**

Smittestoff som kan gi sykdom hos mennesker. De fleste sykdommer som skyldes bakterier kan behandles med antibiotika.

## **Sopp**

Smittestoff som kan gi sykdommer, spesielt hos mennesker med dårlig immunforsvar.

## **Infeksjon**

Sykdom fremkalt av bakterier, virus eller sopp.

## **Antistoffer**

Stoffer som kroppen lager for å uskadeliggjøre smittestoffer som kommer inn i kroppen. Kroppen lager egne antistoffer for hvert enkelt av de ulike smittestoffene. For eksempel lager kroppen sitt eget antistoff mot hiv.

# Glossaire

## **Système immunitaire**

Système de défense de l'organisme contre les bactéries, virus ou mycoses. Le système immunitaire doit empêcher que nous tombions malades quand nous rentrons en contact avec des agents contaminants.

## **Agents contaminants**

Bactéries, virus ou mycoses pouvant produire des maladies. Les agents contaminants pénètrent dans notre organisme par l'air que nous respirons, par voie alimentaire (nourriture et boisson), par contact sexuel ou par le sang.

## **Virus**

Agent infectieux ou contaminant qui utilise les propres cellules vivantes de l'organisme pour se reproduire.

## **Bactéries**

Agents infectieux ou contaminants qui peuvent rendre malade. La plupart des maladies dues à une bactérie peuvent être traitées par antibiotiques.

## **Mycoses**

Agents infectieux ou contaminants pouvant rendre malade, plus particulièrement les sujets ayant un système immunitaire déficient.

## **Infection**

Maladie due à une bactérie, un virus ou une mycose.

## **Anticorps**

Substance produite par l'organisme pour combattre les agents infectieux qui y pénètrent. L'organisme produit des anticorps spécifiques pour chaque type d'agent contaminant. Il produit, par exemple, des anticorps spécifiques pour combattre le VIH.

**"Informations sur le VIH et le SIDA"**  
**Publié par l'Institut national de la santé publique**  
**en collaboration avec le Secrétariat d'Etat à la santé.**  
**Version revue: 2001**

"Fakta om hiv og aids"  
Utgitt av Statens institutt for folkehelse  
i samarbeid med Statens helsetilsyn.  
Ny revidert utgave 2001

Informasjonstelefonen om aids: 810 03 200



Postboks 4404 Nydalen  
N-0403 Oslo, Norway  
Internett: [www.folkehelse.no](http://www.folkehelse.no)



**Statens helsetilsyn**

Trykksakbestilling:  
Tlf.: 22 24 88 86 - Faks: 22 24 95 90  
E-post: [trykksak@helsetilsynet.dep.no](mailto:trykksak@helsetilsynet.dep.no)  
Internett: [www.helsetilsynet.no](http://www.helsetilsynet.no)