

Les relations sexuelles saines

Une relation saine est celle qui vous met à l'aise avec votre partenaire et permet de vous sentir bien l'un envers l'autre. C'est une relation fondée sur le respect mutuel. Au Canada, les deux partenaires dans une relation sont égaux. Ils prennent des décisions ensemble, y compris les décisions concernant leur sexualité. Les deux partenaires doivent se mettre d'accord pour avoir des relations sexuelles. Il est illégal pour une personne de forcer l'autre à avoir des relations sexuelles, même si les deux sont mariés. Une bonne communication est la clé d'une relation agréable et saine.

Protégez-vous et votre partenaire contre les IST

Que vous soyez marié ou célibataire, il est important que vous vous mettiez, vous et votre partenaire sexuel (ou partenaires) à l'abri des infections sexuellement transmissibles (IST). La meilleure façon d'éviter les IST est de suivre les règles suivantes:

- S'abstenir de rapports sexuels occasionnels. Évitez les rapports sexuels jusqu'à ce que vous soyez marié ou vous ayez rencontré votre partenaire de vie. Avoir des relations sexuelles avec plusieurs partenaires augmente vos risques de contracter et de transmettre des IST.
- Soyez fidèle à votre partenaire de vie. Si vous avez des rapports sexuels avec d'autres, vous vous exposez aux IST et vous risquez de les transmettre à votre partenaire et même à vos enfants.
- Utilisez un préservatif chaque fois que vous avez toute forme de contact sexuel.
- Si vous prenez des médicaments pour traiter une IST, évitez des rapports sexuels jusqu'à ce que vous ayez terminé vos médicaments.

Comment attrape-t-on une IST

Tout le monde peut attraper les IST. Vous pouvez attraper des IST par des contacts non sexuels, par le sang et les fluides corporels, mais généralement les gens attrapent les IST par contact sexuel. Au Canada, il est parfaitement acceptable de demander à votre partenaire d'utiliser un préservatif.

Les ITS au Canada

Les IST sont courantes au Canada. Le Virus d'Immunodéficience Humaine (VIH) est une forme grave d'IST qui cause le SIDA, et il n'existe aucun remède contre le SIDA. Les chercheurs nous disent que près de 58.000 personnes ont le VIH au Canada aujourd'hui, et beaucoup d'entre eux ne le savent même pas. Une personne pourrait ne pas savoir qu'il a le VIH si elle n'a aucun symptôme. Puisqu'on ne sait pas si quelqu'un a le VIH, il est important de se protéger afin de ne pas s'infecter.

La responsabilité d'informer les partenaires sexuels sur VIH

Telle est la loi. Si vous avez le VIH et que votre partenaire risque d'être infecté, vous devez le lui signaler AVANT d'avoir des rapports sexuels ou toute autre activité qui pourrait transmettre le VIH. Si vous utilisez un préservatif, vous n'avez pas à dire à votre partenaire que vous avez le VIH, mais c'est une bonne idée.

Les conséquences de ne pas informer votre partenaire

Il s'agit d'une infraction pénale d'exposer une autre personne au VIH par des rapports sexuels non protégés. Si vous savez que vous avez le VIH et que vous n'utilisez pas de préservatifs, et vous ne dites pas à votre partenaire que vous êtes séropositif, vous pouvez être reconnu coupable d'une infraction pénale grave et être condamné à plusieurs années de prison.

Subir un test pour les IST

Vous pouvez être testé pour les IST dans les cliniques et les hôpitaux au Manitoba. Le test est gratuit, et les résultats ne seront communiqués à personne, sauf à vous. Il y a deux cliniques au Manitoba, où vous n'avez pas besoin de dire votre nom quand vous allez vous faire examiner :

- Nine Circles Community Health Centre, 705 Broadway, Winnipeg (204) 940-6000
- Services de santé publique, Unité A, 800, avenue Rosser, à Brandon (204) 571-8483

Vous devriez faire un dépistage du VIH et des IST si:

- Vous avez des préoccupations au sujet de votre ou de la santé sexuelle de votre partenaire
- Vous ou votre partenaire avez des relations sexuelles avec d'autres personnes
- Le préservatif se déchire ou si vous avez des relations sexuelles sans préservatif
- Vous avez été violé(e) ou contraint(e) à avoir des relations sexuelles
- Vous avez des contacts avec le sang d'une personne ou des fluides corporels (par exemple si vous touchez accidentellement une aiguille déjà utilisée)

Si les résultats de vos tests sont positifs pour le VIH, vous devez le dire à tous vos anciens partenaires sexuels. Même si les résultats sont négatifs, il faut aller faire un autre examen après quelques mois. Le VIH pourrait ne pas apparaître dans les tests dans les premiers stades du virus.