



## VIH/SIDA

Le SIDA est le dernier stade d'infection par un microorganisme appelé virus de l'immunodéficience humaine (VIH) se trouvant dans le sang, le sperme et les sécrétions vaginales. Le SIDA réduit les défenses de l'organisme face aux graves maladies et infections.

### Comment cela se transmet:

- Par l'échange de fluides corporels et surtout par le sang, le sperme et les sécrétions vaginales:
- par relation sexuelle sans l'utilisation de préservatif avec une personne infectée par le virus.
  - par l'utilisation de seringues et aiguille usagées ou autres accessoires utilisés pour l'injection de drogues ou par utilisation commune (avec d'autres) de drogues par injection
  - lors de la grossesse, de l'accouchement ou de l'allaitement de la mère infectée à l'enfant
  - par transfusion sanguine ou dérivés (avant 1992)
  - par coupure par une aiguille infectée ou objet infecté

### Comment cela ne se transmet PAS:

- relations sociales, comme serrer une main, prendre quelqu'un dans ses bras ou bise sur la joue
- dans des lieux de rencontres publics tels que les théâtres, les stades, les écoles, les bureaux, etc.
- la mer ou la piscine

- la transpiration ou la salive
- les vêtements, couvertures, assiettes, verres et couverts, téléphones
- les toilettes
- les moustiques ou autres insectes

## HEPATITE

L'hépatite est l'infection ou l'inflammation du foie provoquée par les virus de l'hépatite A, B, C, D et E (hépatites virales) ou par d'autres virus et microorganismes. Elle peut également être provoquée par la consommation chronique d'alcool, par les médicaments ou toxines, par l'obstruction biliaire et différentes maladies de l'organisme (troubles du métabolisme ou maladies auto-immunes). Par des hépatites virales, les hépatites B et C qui peuvent être chroniques et rester dans le foie, provoquant des dégâts irréversibles si elles ne sont pas soignées.

### Comment cela ne se transmet PAS:

- par des relations sociales serrer la main, prendre des gens dans ses bras ou un baiser sur la joue
- dans des lieux de rencontres publics tels que les théâtres, les stades, les écoles, les bureaux, etc
- par la salive, l'eau ou l'alimentation
- par les vêtements, couvertures, assiettes, verres et couverts, téléphones

## HEPATITE B

### Comment cela se transmet:

- par relation sexuelle sans l'utilisation de préservatif avec une personne souffrant d'hépatite B active ou porteur d'hépatite B chronique
- par l'utilisation d'une seringue et aiguille usagée ou autres accessoires utilisés pour l'injection de drogues ou par utilisation partagée (avec d'autres) de drogues par injection
- par des personnes de l'environnement familial
- par la mère infectée à l'enfant lors de l'accouchement
- par transfusion sanguine ou dérivés (avant 1992)
- par coupure par une aiguille infectée ou objet infecté

### Comment cela ne se transmet PAS:

- par l'eau, la nourriture, les ustensiles de cuisine, les toilettes
- par les relations sociales, comme serrer la main, prendre quelqu'un dans ses bras, un baiser, la toux ou un éternuement
- par l'allaitement. Les mères porteuses de l'hépatite C devront arrêter l'allaitement uniquement si elles ont des plaies hémorragiques (sang) sur leur mamelon

## HEPATITE C

### Comment cela se transmet:

- Principalement par le contact avec du sang contaminé:
- par utilisation commune de drogues par injection. On estime que plus de 80% des toxicomanes ou anciens toxicomanes sont porteurs de l'hépatite C
  - par transfusion sanguine ou dérivés (avant 1992)
  - par coupure par une aiguille infectée ou objet infecté
  - par relation sexuelle sans préservatif avec une personne porteuse de l'hépatite C
  - de la mère infectée à l'enfant
  - de façon inconnue. Un pourcentage important (30-40%) de malades de l'hépatite C ne développe jamais d'exposition à un risque

### Comment cela ne se transmet PAS:

- par l'eau, la nourriture, les ustensiles de cuisine, les toilettes
- par les relations sociales, comme serrer la main, prendre quelqu'un dans ses bras, un baiser, la toux ou un éternuement
- par l'allaitement. Les mères porteuses de l'hépatite C devront arrêter l'allaitement uniquement si elles ont des plaies hémorragiques (sang) sur leur mamelon

### Comment se protéger d'une éventuelle infection (HIV/SIDA, hépatites):

- j'utilise toujours un préservatif en latex lors de mes rapports sexuels. Si j'utilise un lubrifiant, je ne mets pas de vaseline ou similaire car cela détruit le préservatif. Je me procure un lubrifiant soluble dans l'eau

- si je fais usage de drogues ou autres substances par injection, je ne partage pas mes seringues, aiguilles ou autre matériel
- je ne partage pas avec les autres des objets qui peuvent avoir des résidus de sang tels que les brosses à dents, rasoirs, coupe-ongles
- je me vaccine contre l'hépatite B. Le vaccin est administré en trois doses.
- si je suis enceinte ou que je souhaite l'être, je parle avec un médecin des maladies infectieuses
- si je suis malade, je suis consciencieusement mon traitement

## TUBERCULOSE

Elle est due au champignon de la tuberculose et plus rarement à d'autres types de champignons. Le champignon de la tuberculose peut toucher n'importe quel organe du corps, mais touche la plupart du temps les poumons.

Utilise de l'eau en bouteille lors de la dissolution de la dose



### Comment cela se transmet:

- d'une personne à l'autre, par respiration de gouttelettes qui contiennent des champignons. Les personnes infectées par la tuberculose rejettent de très petites gouttelettes lorsqu'elles toussent, éternuent ou parlent fort. Ces personnes transmettent généralement à des personnes qui sont en relation avec eux plusieurs heures par jour.
- plus rarement par le système digestif, la peau et les muqueuses lors de consommation de produits laitiers provenant de bovins infectés sans pasteurisation préalable
- encore plus rarement par des objets infectés

### Comment cela ne se transmet PAS:

- si je ne suis pas en contact trop rapproché et trop longtemps avec une personne infectée
- si je suis en contact avec un malade qui reçoit le traitement adapté. La plupart des personnes malades de la tuberculose infectieuse qui prennent un traitement arrêtent rapidement de transmettre la maladie - généralement après environ deux semaines

### Comment se protéger:

- je fais le vaccin BCG si je ne l'ai pas fait lorsque j'étais enfant et j'ai été dépisté négatif au test mantoux
- si je fais partie des personnes à haut risque, comme les toxicomanes, les personnes positives au VIH, les sans domicile fixe, les personnes en psychiatrie, en prison, en foyer et les forces armées, j'évite les lieux bondés et les mauvaises habitudes d'hygiène

- je prends des mesures de protection comme couvrir ma bouche lorsque je tousse ou j'éternue, l'utilisation de masque, la bonne aération
- si on me diagnostique une tuberculose je suis un traitement antibiotique pendant au moins six mois. Il est important de finir la thérapie sinon la tuberculose peut revenir en présentant une résistance aux médicaments habituels

## SI TU FAIS USAGE DE DROGUES PAR INJECTION

### 8 étapes pour une utilisation plus sûre:

1. Choisis le bon endroit et le bon moment
2. Désinfecte l'endroit du corps où aura lieu l'injection

Un peu de C (acide) est suffisant. Plus tu en mets, plus la dose sera acide



3. Utilise de l'eau en bouteille lors de la dissolution de la dose
4. Un peu de C (acide) est suffisant. Plus tu en mets, plus la dose sera acide
5. Filtre la dose avec précaution. Ne pas utiliser de filtres de cigarettes car elles peuvent t'infecter. Si tu n'as pas de filtre propre, essaye de prendre l'héroïne par voie nasale
6. Choisis un endroit du corps différent à chaque fois. Ne pas faire d'injections dans le cou, les muscles ou les veines près des glandes.
7. Utilise ton propre matériel. Demande à l'OKANA un kit propre. S'il n'y a pas de nouvelle seringue ou aiguille, utilise l'ancienne après l'avoir stérilisée ou désinfectée avec de la javel
8. Nettoie les lieux en partant. Ne laisse jamais de seringues ou aiguilles usagées par terre

Si tu es infecté à l'endroit où tu as fait une utilisation par injection, va directement à l'unité médicale la plus proche ou chez le médecin

### POUR EVITER L'OVERDOSE:

- Essaie de ne pas faire usage de drogue tout seul.
- Fumer, chiquer ou sniffer est plus sûr que l'injection. L'injection est plus dangereuse, car il y a plus de risques de tomber dans le coma, d'être infecté par des microbes et virus, œdème pulmonaire, endocardite, abcès, thrombose, septicémie, gangrène et même la mort
- Fais attention lors de la prise de drogues différentes de celle que tu as l'habitude de prendre.

- Prépare toi-même ta dose, pour connaître la substance et la quantité prise.
- Évite les mélanges et ne prends pas plusieurs substances à la fois. La combinaison alcool et drogue est très dangereuse. De nombreuses overdoses ou morts sont survenues lors de mélanges de drogues et surtout d'alcool. Rappelle toi: moins tu en prends, mieux c'est.
- Sache que la dose dont tu as besoin se réduit très vite, même dans les un-deux jours depuis la dernière dose. De nombreux cas d'overdose sont survenus après la sortie de prison ou une cure de désintoxication

### En cas d'usage de drogues lorsque tu es seul:

- Ne ferme pas la porte afin que les amis ou les infirmiers puissent te trouver rapidement si besoin.
- Avoir près de soi l'antidote aux opiacés, la naloxone sous forme d'ampoule (Naloxon) pour la prendre si tu as pris une trop forte dose. Une injection peut être faite avec une ampoule au début et si besoin une deuxième 5 minutes après

### Si un de tes amis fait une overdose:

- Essaie de le réanimer. Appelle-le par son nom, pince lui l'oreille, frotte les articulations de tes doigts à l'intérieur de sa poitrine
- Si la personne ne réagit pas du tout, appelle immédiatement une ambulance (166)

Reste près de lui. Tu es peut-être sa seule chance de survie.

### En attendant l'ambulance:

- Tourne-le sur le côté (pas sur le dos) par terre et reste près de lui. Sinon la victime peut vomir et se noyer.
- Si tu as de la naloxone, injecte une ampoule dans son bras. S'il n'a pas repris ses esprits après 5 minutes, fais lui une autre injection.
- S'il ne respire pas, penche sa tête en arrière, pince son nez, applique ta bouche sur sa bouche et souffle de l'air dans sa bouche toutes les quatre secondes. Si tu le fais correctement, sa poitrine se soulève et retombe.
- Récupère tout ce qu'il a pris (poudre, pilules, etc.) et donne-les aux infirmiers de l'ambulance. Si tu sais ce qu'il a pris, dis-le. Tu peux lui sauver la vie.

### Rappelle-toi que:

- En appelant le 166, la police n'est PAS prévenue.
- La police intervient pour une overdose uniquement lorsque quelqu'un décède ou si la vie des ambulanciers est en jeu.

Désinfecte l'endroit du corps où aura lieu l'injection



### DISTRIBUTION GRATUITE DE MATERIEL STERILE

**ATHENES**  
OKANA - UNITÉ D'AIDE ET D'ASSISTANCE  
19A rue du 3 septembre, tél.: 210 5224202

OKANA - UNITE DE PRISE EN CHARGE DES PERSONNES DEPENDANTES  
46 rue Kapodistriou, tél.: 210 5202799, 210 5202899

KETHEA - EXELIXIS  
28 rue Koumoundourou, tél.: 210 5200800, 210 5200810

**THESSALONIQUE**  
OKANA- SERVICE "TRAVAIL DE RUE" THESSALONIQUE  
9 rue Danaïdon, tél.: 2310 557270

### SERVICE D'INFORMATIONS DES MALADIES INFECTIEUSES

OKANA - Numéro vert d'urgence 1031

**ATHENES**  
KEELPNO  
Informations concernant les équipes mobiles: 210 8817472  
Numéro vert pour le VIH-SIDA: 210 7222222

PRAKSIS  
5 rue Paioniou, place Victoria, tél.: 210 8213704  
Numéro d'urgence pour l'hépatite et le SIDA: 8001111600

MEDECINS DU MONDE - UNITÉ MOBILE:  
Informations sur l'unité mobile: 210 3213150

ATH CHECK POINT  
4 rue Pittaki, Monastiraki, tél.: 210 3310400

**THESSALONIQUE**  
PRAKSIS  
1 rue Arkadioupoleos et Ag. Dimitriou, tél.: 2310 556145

THESS CHECK POINT  
15 rue Al. Svolou et Palaion Patron Germanou, tél.: 2310 282284

Choisis le bon endroit et le bon moment

