

Conseils et astuces pour l'autodépistage du VIH



Teste — moi

Merci d'avoir commandé une trousse d'autodépistage du VIH de Teste-moi!

Tu as besoin de soutien? Tu as des questions à propos des troussees ou du VIH en général? Communique avec nos ami·e·s de dépistage!

Les ami·e·s de dépistage sont disponibles par téléphone, par textos et par courriels. Ils peuvent t'offrir de l'appui par les pair·e·s et des conseils pour l'utilisation de la trousse. Les ami·e·s peuvent également te mettre en contact avec des ressources de prévention et des services de confirmation de ton statut.

Appels/textos sans frais : **1-877-607-2272**
ou par courriel : **buddies@cbrc.net**

Comment se préparer à l'autodépistage du VIH ?

- Regarde une vidéo explicative, lis attentivement les cosignes et consulte ce dépliant;
- Songe à en parler à un-e proche, à un-e fournisseur-se de soins ou à un-e ami-e de dépistage.
- Installe-toi dans un endroit sûr et prévois ce que tu vas faire après le test;
- Tu préféreras peut-être faire le test seul-e ou avec une personne de confiance.
- Connaître ton statut c'est important pour ta santé et pour la santé de tes partenaires sexuel-le-s. Il y a aussi d'importantes obligations légales de dévoilement du statut séropositif.

Tu peux commiquer avec un ami-e de dépistage à tout moment. Iel pourra te soutenir avant, pendant ou après le dépistage.

Pour commencer

- Si le test est froid ou chaud du fait d'avoir été à l'extérieur, il faut le laisser revenir à température pièce avant de s'en servir.



**Vidéo conviviale
pour les personnes
2SLGBTQ+**



**Vidéo explicative
du fabricant**

- Regarde l'une des vidéos explicatives et lis attentivement les consignes avant d'utiliser le test. Rends-toi sur le site: www.testemioi.ca ou scanne le code QR.
- Prévois un mouchoir propre pour essuyer ton doigt au besoin;
- Sors le pansement de son emballage pour qu'il soit prêt à être utilisé;
- Lis le résultat dans un endroit bien éclairé — même si le ou les points sont pâles, le résultat est valide.
- **Il est fréquent que les personnes n'utilisent pas assez de sang.**

Prélèvement de l'échantillon de sang

- Sèche-toi bien les mains après les avoir lavées. Des mains humides compliquent le transfert de l'échantillon de sang dans le flacon n° 1.
- Retire le bouchon du flacon n° 1 avant de te piquer le doigt.
- Masse ton doigt vers l'extrémité avant de le piquer. Une fois le doigt piqué, continue à masser ton doigt pour favoriser l'écoulement du sang.
- Il faut faire preuve de patience et faire confiance à la gravité pour réussir à verser le sang dans le flacon n° 1! Une fois que la goutte de sang est assez grosse et lourde, elle va tomber. Attention de ne pas frotter ton doigt sur le flacon. Si tu n'utilises pas assez de sang, le test sera invalide.
- Une fois l'échantillon de sang versé dans le flacon n° 1, le liquide devrait avoir la même couleur que le bouchon rouge. Si le liquide est rouge pâle, ajoute une autre goutte de sang.

Obtiens ton résultat

- Tout d'abord, vérifie le résultat dans un endroit bien éclairé — même si le ou les points sont pâles, le résultat est valide.
- Si le doute persiste, tu peux effectuer un autre test d'autodépistage du VIH ou consulter un·e professionnel·le de la santé et procéder à un dépistage du VIH standard. Consulte le lien oualler.catie.ca pour repérer les lieux de dépistage du VIH près de chez toi.

Que le résultat de ton test soit positif, négatif ou non valide, tu peux faire appel à un·e ami·e de dépistage pour obtenir du soutien par les pair·e·s.

Un résultat positif nécessite un test de confirmation du VIH, qui consiste à prélever du sang du bras et à l'envoyer à un laboratoire pour analyse.

La stigmatisation du VIH est bien présente dans nos communautés et les décisions concernant la divulgation du statut sérologique sont complexes et ont des implications juridiques. Même si légalement, vous n'êtes pas obligé de dire à la plupart des gens que vous vivez avec le VIH, la loi criminelle indique que dans certaines circonstances, vous devez dire à vos partenaires sexuel·le·s que vous vivez avec le VIH avant d'avoir des relations sexuelles. Pour des informations juridiques, veuillez contacter le Réseau juridique VIH.

info@hivlegalnetwork.ca +1 416-595-1666

À quel moment faire un autodépistage du VIH ?

Les infections transmises sexuellement (ITS) mettent un certain temps à se manifester lors d'un test. C'est ce qu'on appelle la «fenêtre serologique». L'autodépistage du VIH détecte les anticorps du VIH (la réponse immunitaire de l'organisme), et non le virus lui-même. Il faut compter de 3 à 12 semaines pour que le corps d'une personne produise suffisamment d'anticorps du VIH pour être détecté par un autodépistage du VIH.

Si tu t'inquiètes à la suite d'un événement précis survenu dans les 72 dernières heures, rends-toi à l'urgence pour obtenir de la prophylaxie post-exposition (PEP) contre le VIH.

Passes le mot !

- Dis à ton entourage qu'on peut commander jusqu'à quatre trousse d'autodépistage du VIH en suivant ce lien : www.testemoui.ca
- Aide-nous à faire connaître le projet en diffusant de l'information sur les médias sociaux.
- Utilisez les tests toi-même ou distribue-les à d'autres personnes.

Teste-moi est une initiative de promotion de l'autodépistage conçue par et pour les personnes 2SLGBTQIA+. Teste-moi est dirigé par le Centre de recherche communautaire (CBRC), un organisme pancanadien de santé 2SLGBTQIA+, en partenariat avec Grindr pour l'égalité. Teste-moi est un programme rendu possible grâce à l'appui financier de l'Agence de la santé publique du Canada.

**Teste
moi**  **cbrc**

