



Le sexe oral



Consentement



Il est très important que vous et votre partenaire soyez tous les deux d'accord avant d'avoir du sexe oral.

Assurez-vous de parler avec votre partenaire des activités sexuelles particulières que vous souhaitez avoir mutuellement. Quand on accepte d'avoir du sexe oral (ou tout autre genre de relation sexuelle), on donne son *consentement*. Il est nécessaire que vous consentiez tous les deux avant d'avoir du sexe oral.

Et souvenez-vous que l'un ou l'autre peut changer d'avis à n'importe quel moment!

Qu'est-ce que le sexe oral ?

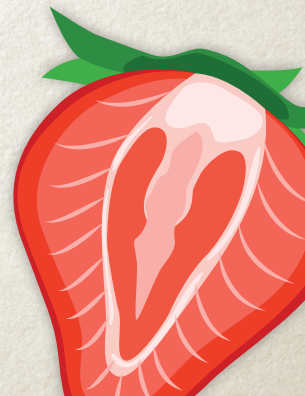
On parle de sexe oral lorsqu'une personne utilise sa bouche pour stimuler ou jouer avec le pénis, le vagin ou l'anus d'une autre personne.

Les personnes de tous les sexes, genres et orientations sexuelles aiment le sexe oral!

Il n'est pas possible de tomber enceinte en ayant du sexe oral.

Le risque de transmettre le VIH lors du sexe oral est très faible, voire nul, mais certaines infections transmissibles sexuellement (ITS) peuvent être transmises.

L'utilisation d'une barrière/protection (condom ou digue dentaire) pour le sexe oral peut réduire le risque de transmission de nombreuses ITS.



Les mots pour parler du sexe oral

Chaque personne a le droit de choisir les mots qu'elle veut utiliser pour parler de son corps et de ses organes génitaux. Les termes médicaux employés pour désigner les organes génitaux sont le pénis, la vulve et l'anus.

Pénis

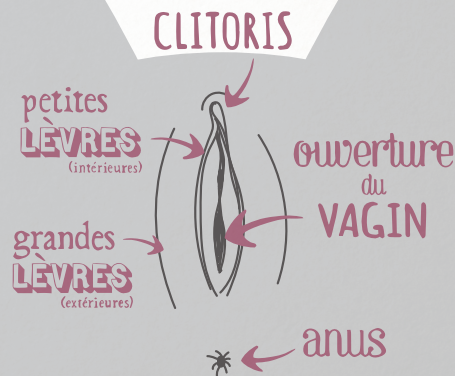
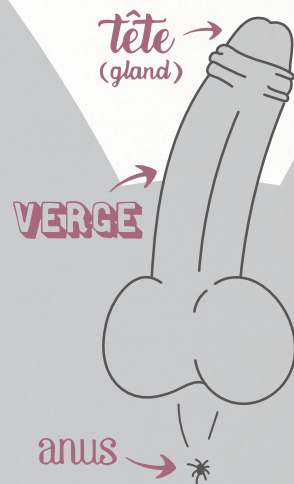
La plupart des gars ont un pénis. Le pénis peut être mou ou dur (en érection). Le pénis a une tête/un gland et une verge. Certains pénis ont un prépuce, et d'autres, non. Le pénis a plusieurs autres noms tels que bite, queue, graine, *strapless*, etc.

Vulve

La plupart des femmes ont une vulve. De nombreuses personnes appellent cette partie externe le vagin, mais le vagin n'est en fait qu'une partie des organes génitaux féminins. La vulve se compose notamment des petites lèvres, des grandes lèvres (soit intérieures et extérieures) et du clitoris. La vulve a aussi plusieurs noms tels que chatte, fente, trou, ou orifice frontal, etc.

Anus

Anus est le terme employé pour désigner l'ouverture située au milieu des fesses d'une personne. Certains l'appellent aussi le trou de cul, ou simplement le cul.



Genres de sexe oral

Fellation

également appelée

« faire une pipe », « sucer »

Lorsqu'on fait du sexe oral avec le pénis de quelqu'un, il s'agit d'une fellation. Lorsqu'une personne met sa bouche sur le pénis d'une autre personne, celle-ci peut éprouver du plaisir. La plupart des gens préfèrent que le sexe oral se concentre surtout sur la tête du pénis/ le gland, parce que c'est la partie la plus sensible. Mais faites attention de ne pas vous servir de vos dents! D'habitude, le contact entre le pénis et les dents d'une autre personne n'est pas apprécié, et peut même réduire ou mettre fin au plaisir.

Certaines personnes produisent un peu de lubrifiant clair naturel qui sort du bout du pénis lorsqu'elles sont excitées; on appelle cela le liquide pré-éjaculatoire. Lorsqu'une personne qui reçoit une fellation éjacule (vient), un liquide appelé sperme sort de son pénis.

Certaines personnes aiment la combinaison d'une branlette/masturbation (se faire caresser le pénis par la main de quelqu'un d'autre) et d'une fellation.

Cunnilingus

également appelé

« lécher la vulve », « manger la chatte »

Lorsqu'on fait du sexe oral avec la vulve de quelqu'un, il s'agit d'un cunnilingus. Lorsqu'une personne met sa langue et ses lèvres sur la vulve d'une autre personne, celle-ci peut éprouver du plaisir. La plupart des gens préfèrent que le sexe oral se concentre surtout sur le clitoris, parce que c'est la partie la plus sensible. En tenant les grandes lèvres (extérieures) de la vulve écartées avec les doigts, on peut explorer plus facilement toute la région.

Pendant un cunnilingus, les parois du vagin peuvent se lubrifier ou « se mouiller » en produisant un liquide appelé sécrétions vaginales (ou liquide frontal). Certaines personnes produisent également un liquide qui sort de l'urètre lors de l'orgasme; on appelle ce liquide l'éjaculat.

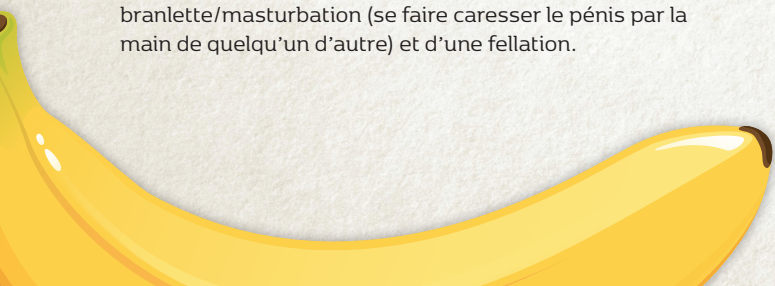
Certaines personnes éprouvent du plaisir lorsque quelqu'un insère un jouet sexuel, ou un ou plusieurs doigts dans le vagin pendant le sexe oral pour augmenter la stimulation.

Anilingus

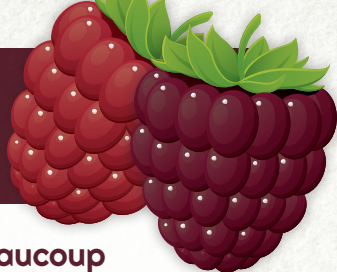
également appelé « rimming »,

« lécher l'anus », « bouffer le cul »

Lorsqu'on fait du sexe oral avec l'anus de quelqu'un, on parle d'anilingus. Lorsqu'une personne met sa langue et ses lèvres sur l'anus d'une autre personne, celle-ci peut éprouver du plaisir. Il est préférable pour la personne qui reçoit l'anilingus de se laver l'anus auparavant.



Les ITS et leurs symptômes



Le sexe oral peut procurer beaucoup de plaisir, mais il peut aussi transmettre des ITS.

Chlamydia

Lorsqu'elles ont la chlamydia, certaines personnes remarquent un écoulement provenant du vagin, de l'urètre (trou par lequel on fait pipi) ou de l'anus, ou elles éprouvent de la douleur en urinant, mais la plupart des personnes n'ont aucun symptôme. On peut guérir la chlamydia avec des antibiotiques, mais elle peut endommager les organes reproducteurs si elle n'est pas traitée.

Gonorrhée

Lorsqu'elles ont la gonorrhée, certaines personnes remarquent un écoulement provenant du vagin, de l'urètre ou de l'anus, mais la plupart des personnes n'ont aucun symptôme. La gonorrhée peut aussi infecter la gorge, qui devient douloureuse. On peut guérir la gonorrhée avec des antibiotiques, mais elle peut endommager les organes reproducteurs si elle n'est pas traitée.

Hépatite A

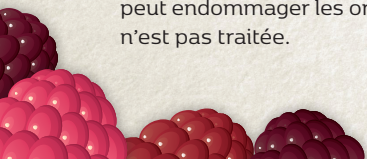
La plupart des personnes ayant l'hépatite A éprouvent quelques symptômes comme la fatigue ou une perte de l'appétit. L'infection disparaît habituellement d'elle-même après quelque temps, mais l'hépatite A peut nuire entretemps au fonctionnement du foie. Il existe un vaccin pour prévenir l'hépatite A.

Hépatite B

Les personnes ayant l'hépatite B n'éprouvent souvent aucun symptôme. Chez la plupart des personnes, le corps est capable de combattre efficacement l'infection. L'hépatite B peut nuire au fonctionnement du foie, mais des traitements peuvent aider à combattre le virus et à protéger la santé du foie. Il existe un vaccin pour prévenir l'hépatite B.

Herpès

Une personne peut contracter l'herpès sur ses organes génitaux ou sa bouche (feux sauvages). La plupart des personnes ayant l'herpès n'ont pas de symptômes. Toutefois, certaines personnes éprouvent une sensation de picotement ou de brûlure sur la peau, ou encore une poussée de cloques ou de lésions. Il n'est pas possible de guérir l'herpès, mais des médicaments peuvent aider à réduire la fréquence et la gravité des poussées.



VIH

Lorsqu'elles contractent le VIH (virus de l'immunodéficience humaine), de nombreuses personnes n'éprouvent aucun symptôme, mais certaines d'entre elles se sentent comme si elles avaient la grippe. Faute de traitement, le VIH peut affaiblir le système immunitaire du corps. Il est impossible de guérir le VIH, mais il existe des médicaments qui aident les personnes séropositives à vivre longtemps et en bonne santé. Ces médicaments aident également à prévenir la transmission du VIH vers d'autres personnes.

VPH

Les personnes ayant le VPH (virus du papillome humain) n'éprouvent habituellement aucun symptôme. Certains types de VPH causent des verrues génitales. Dans des cas rares, certains types du virus peuvent éventuellement contribuer à développer un cancer du col utérin, du vagin, de la vulve, de l'anus, du pénis ou de la gorge. La plupart des cas de VPH se résorbent tout seuls. Les verrues génitales sont traitables, mais peuvent revenir. Il existe un vaccin qui peut prévenir la plupart des cas de verrues génitales et les cancers liés au VPH.

Syphilis

Chez certaines personnes ayant la syphilis, une plaie sans douleur apparaît sur les organes génitaux, l'anus ou la bouche. Certaines personnes présentent également une éruption cutanée, mais les symptômes n'apparaissent pas chez tout le monde. On peut guérir la syphilis avec des antibiotiques. Sans traitement, la syphilis peut causer de graves problèmes de santé.

Le tableau suivant montre dans quelle mesure les différentes pratiques de sexe oral peuvent transmettre les ITS courantes si l'un des partenaires en est atteint et l'autre non. Les données du tableau s'appliquent autant à la personne qui donne le sexe oral qu'à celle qui le reçoit (à moins d'avis contraire). Le risque de contracter de nombreuses ITS est plus faible lorsqu'une protection est utilisée (condom ou digue dentaire). Allez à la page suivante pour obtenir de l'information sur le VIH.

	Chlamydia	Gonorrhée	Hépatite A [*]	Hépatite B	Herpès	VPH	Syphilis
Fellation (sucrer)							
Cunnilingus (lécher la vulve)							
Anilingus (lécher)							

= risque de transmission élevé = risque de transmission moyen

= pas de risque de transmission

^{*} Une personne peut contracter l'hépatite A en faisant un anilingus à une personne ayant le virus, et non en le recevant.

Si vous êtes sexuellement actif, c'est une bonne idée de vous faire tester régulièrement pour des ITS.

Le sexe oral peut-il transmettre le VIH ?

Il n'y a aucun risque de contracter le VIH en recevant du sexe oral, peu importe le genre, pas plus qu'il n'y a de risque de contracter le VIH *en faisant* un anilingus (en bouffant le cul de quelqu'un).

Le risque est presque nul de contracter le VIH *en faisant* une fellation (faire une pipe) si l'autre personne n'éjacule pas (ne vient pas) ou un cunnilingus (lécher la vulve).

Le risque de contracter le VIH *en faisant* une fellation (faire une pipe) est très faible si l'autre personne éjacule (vient) dans la bouche de la personne qui fait la fellation.

Façons de prévenir la transmission du VIH

Le risque de transmettre le VIH par le sexe oral est très faible, voire nul. Toutefois, les personnes qui risquent de transmettre ou d'être exposées au VIH lors des relations sexuelles vaginales ou anales ont des options pour prévenir la transmission :



L'utilisation des condoms est un excellent moyen d'aider à prévenir la transmission du VIH et des ITS. Mais assurez-vous de les utiliser correctement à chaque relation sexuelle.



Les personnes qui n'ont pas le VIH peuvent également prendre des médicaments pour éviter de le contracter. La PrEP (prophylaxie pré-exposition) est un médicament que la personne *commence à prendre avant* d'entrer en contact avec le VIH, et qu'elle continue de prendre après avoir pu entrer en contact avec le VIH. La plupart des personnes sous PrEP la prennent tous les jours.



La PPE (prophylaxie post-exposition) est un médicament qu'une personne peut commencer à prendre dans les 72 heures *suivant* une exposition possible au VIH pour prévenir l'infection. On doit prendre la PPE pendant 28 jours. La PPE a été conçue pour les urgences seulement (par exemple, si le condom se brise durant la relation sexuelle).

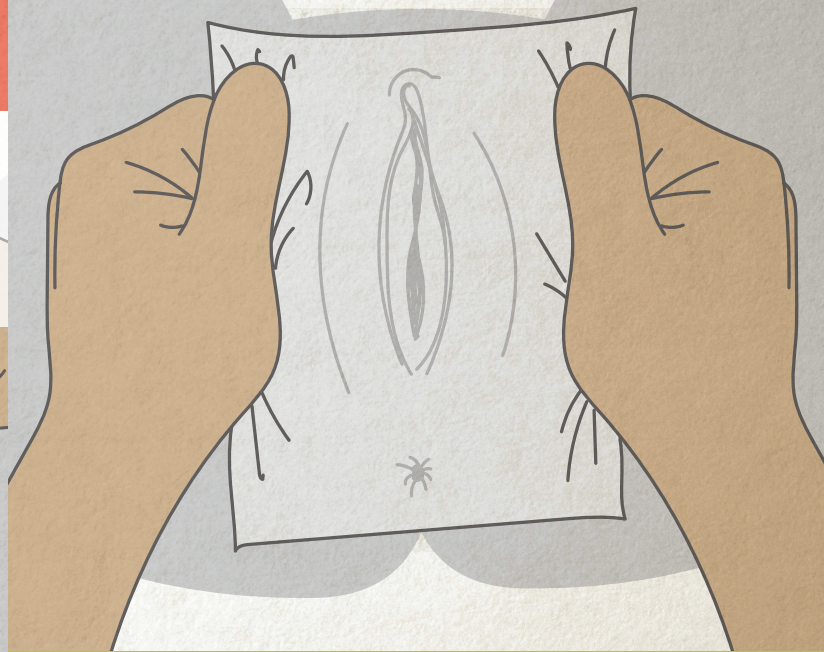
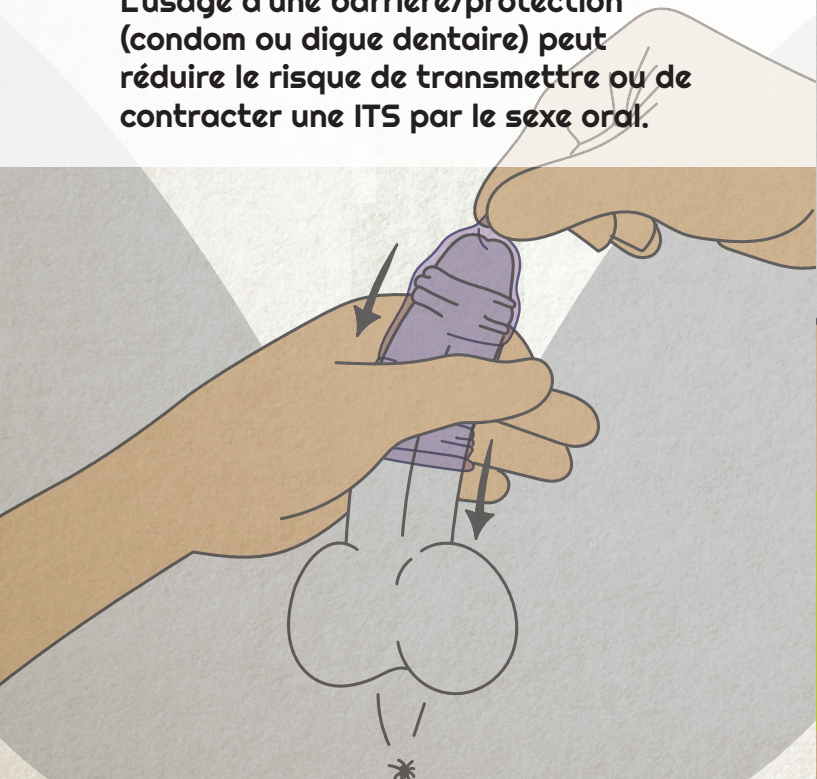


Les personnes qui ont le VIH peuvent prendre des médicaments tous les jours pour protéger la santé de leur corps, et pour éviter de transmettre le VIH à d'autres personnes par les relations sexuelles. Cela est possible parce que les médicaments réduisent tellement la quantité de VIH dans le corps que les tests de dépistage ne peuvent pas détecter le virus. On dit alors que la personne a une charge virale indétectable. Lorsqu'elle maintient une charge virale indétectable, la personne séropositive ne peut pas transmettre le VIH par une relation sexuelle.



Condoms et digues dentaires pour rendre le sexe oral plus sécuritaire

L'usage d'une barrière/protection (condom ou digue dentaire) peut réduire le risque de transmettre ou de contracter une ITS par le sexe oral.



Visitez un centre de santé et de services sociaux, une clinique de santé sexuelle ou un organisme communautaire près de chez vous pour obtenir des condoms gratuitement! Des digues dentaires sont également disponibles dans la plupart des endroits.

La production de ce document a été rendue possible grâce à une contribution financière de l'Agence de la santé publique du Canada. Les opinions exprimées dans ce document ne reflètent pas nécessairement les opinions de l'Agence de la santé publique du Canada.

Cette brochure a été adaptée d'une ressource publiée originalement par l'Association canadienne de santé publique. CATIE tient à remercier YouthCO (BC) et l'AIDS Coalition of Nova Scotia pour avoir revu cette ressource. Nous souhaitons aussi remercier le Conseil d'information et d'éducation sexuelles du Canada (SIECCAN) et le Dr Ahmed Bayoumi, de l'Université de Toronto, pour leur expertise médicale.

Auteure : Mallory Harrigan Traduction : Alain Boutillier
Design : Pam Sloan Designs



La source canadienne
de renseignements sur
le VIH et l'hépatite C

www.catie.ca 1-800-263-1638



/CATIEinfo

©2019, CATIE (Réseau canadien
d'info-traitements sida). Tous droits réservés.

No du Centre de distribution de CATIE : ATI 40273
(also available in English, ATI 40272)