

Conseils pour prévenir l'hépatite C et le VIH : utilisation de drogues à moindres risques et relations sexuelles plus sécuritaires

L'hépatite C et le VIH sont des infections qui peuvent nuire à la santé des gens, mais que l'on peut prévenir.



Si vous utilisez des drogues, essayez de prévenir l'hépatite C et le VIH en :



Utilisant du matériel neuf à chaque injection. Cela inclut les aiguilles, les seringues, les filtres, l'eau stérile et les *cups* (*Stéricups*, *Maxicups*);



Utilisant votre propre pipe ou tige avec votre propre embout, pour fumer des drogues;



Utilisant votre propre papier roulé, paille ou autre objet pour sniffer des drogues;



Utilisant des condoms et du lubrifiant, pour vos relations sexuelles;



Demandant à un·e prestataire de soins de santé si la prophylaxie pré-exposition (PrEP) vous conviendrait. La PrEP aide à prévenir le VIH, mais pas l'hépatite C. La PrEP consiste généralement à prendre certains médicaments contre le VIH tous les jours pour prévenir le VIH.

La seule façon de savoir si vous avez l'hépatite C ou le VIH est de vous faire tester. Plus tôt vous le saurez, mieux ce sera pour votre santé.