

Cette fiche d'information sur la variole du singe est à destination de la population; des notions en lien avec la sexualité y sont développées.

➤ **Tout le monde parle du virus de la variole du singe, faut-il s'inquiéter?**

La variole du singe est un virus **endémique dans certaines régions d'Afrique**, que l'on connaît depuis les années 1960. Endémique veut dire que le virus est constamment présent; dans ce cas, il occasionne régulièrement des petites flambées – à savoir plusieurs cas à la même période et dans une zone donnée – sans que cela soit un motif d'inquiétude internationale particulier (même si on n'est jamais content que les personnes soient malades, évidemment).

Jusqu'ici, les rares cas recensés hors de ces zones étaient en lien avec des retours de voyage; nous connaissons ces cas grâce aux systèmes de surveillance mis en place dans les pays, qui nous permettent d'identifier et de lutter contre les infections d'intérêt majeur.

Depuis mai 2022, la situation a changé (et quand la situation change, cela inquiète les autorités sanitaires et les épidémiologistes): il y a des "chaînes de contaminations" locales et indépendantes dans nos contrées. C'est comme ça que les spécialistes appellent le scénario dans lequel les gens se transmettent entre eux le virus et sans lien avec les pays endémiques. Le nombre d'infections est proportionnellement encore très bas, **mais il augmente**. Et ça, les spécialistes n'aiment pas du tout, et d'autant moins qu'ils ont de **nombreuses questions sans réponse**: en quoi le virus est-il différent de celui des pays d'origine? Quels sont les modes de transmission? Durant combien de temps est-on contagieux? Quels sont les risques de complications et de décès? Quel est le taux de mortalité? Quels sont les risques pour le bébé si une femme enceinte attrape ce virus?

L'expérience des pays endémiques donne quelques réponses, ou des parties de réponse (par exemple, on sait que le virus se transmet par des contacts peau à peau, mais on ignore encore s'il se transmet par le sperme), mais pas toutes, en particulier dans le cadre de ces nouvelles flambées (parce que les populations des zones endémiques pourraient être mieux protégées que celles des zones non-endémiques et que leurs comportements et moyens médicaux sont différents).

En conséquence, **il ne faut pas paniquer mais**:

- Les autorités sanitaires doivent être **vigilantes**;
- La population, et en particulier les personnes avec des activités à risque, doivent être **prudentes**.

Concrètement, cela veut dire qu'on suit les cas, pour s'assurer que leur nombre n'explose pas et pour comprendre les chaînes de transmission; d'autre part, les scientifiques poursuivent les investigations sur les modes de prévention et les traitements, et s'organisent pour trouver des réponses aux questions. Et cela veut dire aussi que les personnes avec des activités à risque sont bien informées et font des choix en conséquence (par exemple: "J'ai eu de la fièvre et j'ai quatre boutons bizarres, est-ce que je vais au paintball organisé pour l'anniversaire de ma filleule?"¹).

¹ Juste pour éviter tout malentendu, la réponse est non.

➤ **Qui est à risque?**

Le virus de la variole du singe ne vise pas de groupes populationnels spécifiques. Par contre, il profite de certaines activités pour passer d'une personne à l'autre. Comme il se transmet particulièrement par contact (avec les lésions, les muqueuses et la peau), plus on a de contacts étroits, plus on a de risque de l'attraper. C'est ainsi que, pour l'instant, **la transmission s'observe essentiellement au sein d'une population ayant une activité sexuelle importante et impliquant un nombre élevé de partenaires** (ça, c'est le côté mathématique; mais, comme pour toute maladie, il y a aussi le côté "pas de chance, j'ai peu d'activité sexuelle et qu'un seul partenaire et j'ai attrapé la variole du singe").

➤ **Pourquoi faut-il se faire dépister?**

La variole du singe n'est pas la seule affection à toucher, entre autres, les personnes qui ont un carnet de bal sexuel bien rempli. Heureusement, ces dernières sont **souvent vigilantes et bien informées**: elles repéreront une lésion suspecte et prendront rendez-vous pour qu'un professionnel établisse un diagnostic. **Par malchance, les symptômes de la variole du singe peuvent ressembler à ceux d'autres infections**, et notamment la syphilis et l'herpès. Si le plus grand risque avec la variole du singe est de la transmettre à quelqu'un d'autre (car, pour la majorité des cas de l'épidémie actuelle, les symptômes sont légers), les autres maladies peuvent être plus problématiques, et il faut les prendre en charge aussitôt que possible.

La variole du singe n'est décidément pas un nom sympathique pour une maladie (mais ils le sont rarement). En plus c'est une erreur de casting, parce qu'elle a été découverte chez des singes qui se sont révélés n'être en fait, comme nous les humains, que des hôtes "accidentels". Le nom le plus juste serait la variole du rat (ok, c'est pas super folichon non plus), car c'est chez les rongeurs qu'elle se propage normalement. Comme, par ailleurs, il est nécessaire d'être en isolement pour protéger les autres (le virus pouvant se transmettre par objets interposés, comme les serviettes ou les draps), tout cela donne vraiment envie de ne pas aller chez un médecin, ou au moins de retarder son rendez-vous (après le barbecue avec les collègues peut-être?).

Eh bien non, il faut prendre son courage à deux mains et **consulter aussi vite que possible**. Le médecin pourra vous donner des réponses et très certainement vous rassurer (une imagination qui galope, ce n'est jamais bon, autant être fixé). Et, si vous êtes positif, le Service du médecin cantonal vous appellera régulièrement (a priori pas la perspective la plus fun, mais en vrai c'est rassurant aussi).

➤ **Vous avez parlé d'isolement?**

Oui, parce que, à l'heure actuelle, l'isolement est le meilleur moyen de contenir la propagation de la variole du singe (on n'a que quelques cas aujourd'hui, mais c'est comme ça que les épidémies commencent). Le Service du médecin cantonal (derrière ce nom il y a des vrais gens, et des gens dont c'est le domaine d'expertise et dont l'objectif est de trouver les meilleures solutions pour votre situation spécifique) vous expliquera tous les détails. En effet, **il ne s'agit pas du même genre d'isolement que celui du COVID**. Il n'a pas la même

durée, pas les mêmes modalités (par exemple, moyennant certaines précautions, vous pouvez aller faire vos courses) et pas les mêmes critères de fin (qui dépend notamment de l'état de cicatrisation de vos lésions).

➤ **Vous avez parlé de personnes à risque de complications graves?**

Oui, il s'agit des personnes immunosupprimées (par exemple les personnes vivant avec le VIH sans traitement efficace), des femmes enceintes, des enfants, des nourrissons et des personnes âgées. Tout le monde n'a pas un super système immunitaire de compétition; attraper cette maladie peut avoir de graves conséquences pour certaines personnes.

➤ **Et les symptômes de la variole du singe, c'est quoi?**

Les scénarios peuvent varier selon les personnes. Mais, en général, les premiers symptômes apparaissent entre 5 et 21 jours après le contact (ce que les spécialistes appellent "période d'incubation"). Ces symptômes ressemblent méchamment à **ceux de la grippe**, et un peu à ceux du COVID (ce qui ne nous arrange pas du tout, mais ce sont les signes que votre corps est attaqué et qu'il met en place son système d'alerte et de défense):

- Maux de tête
- Fièvre (>38,5°C) et frissons
- Gonflement des ganglions lymphatiques
- Douleurs musculaires et corporelles
- Mal de dos
- Faiblesse généralisée

Ensuite, généralement 1 à 3 jours après l'apparition de ces symptômes, il y a une **éruption cutanée**, c'est-à-dire des lésions sur la peau. Là aussi, il y a plusieurs options: un bouton ou des dizaines, des plaques rouges ou des vésicules. Cela apparaît typiquement d'abord sur le visage puis sur le reste du corps y compris sur la paume des mains, la plante des pieds et les organes génitaux. Dans tous les cas: **Pas touche!!!** Ces lésions contiennent du virus, alors on ne tripote pas et on ne gratte pas.

➤ **Et donc je fais quoi si j'ai des symptômes ou un doute?**

Vous appelez fissa le médecin. Il pourra évaluer la nécessité de faire un test (pour la variole du singe et/ou une autre maladie), et vous pourrez être rassuré ou fixé. En attendant le résultat, restez chez vous (la quatrième saison de *Stranger things* vient de sortir, ou vous pouvez enfin (re)lire *Le Meilleur des mondes*) et évitez tout contact avec d'autres personnes.

Si vous êtes positif, vous êtes officiellement en isolement et les gens du Service du médecin cantonal (ceux dont on parlait plus haut) vous contacteront. Vous pourrez poser vos questions, et eux les leurs, et organiser au mieux la situation (qui – sur l'échelle d'inconfort qui va de "Massage aux pierres chaudes" à "Naufrage du Titanic" – n'est pas catastrophique mais pas pratique ni agréable, et ça les gens du Service du médecin cantonal en sont bien conscients).

➤ **Et donc je fais quoi si j'ai été en contact avec une personne positive ou symptomatique?**

D'une part, vous gardez l'œil: ça s'appelle l'**autosurveillance**, et ça veut dire que vous vérifiez régulièrement que vous n'avez pas de lésions et vous prenez votre température (régulièrement = deux fois par jour, pas toutes les trois minutes).

D'autre part, et ce n'est pas une super nouvelle mais c'est comme ça, vous **évitez tout contact sexuel** ("tout", ça veut dire du smack aux préliminaires à l'acte complet, et tout ce qu'il y a entre-deux, désolé!).

Et puis enfin, pour être bien sûr, vous minimisez les contacts avec d'autres personnes ou animaux (y compris votre chat Antoine et votre pitbull Jane-Fonda; pour limiter la propagation de l'épidémie, les spécialistes veulent éviter que des animaux s'infectent). Les risques sont faibles, mais les conséquences seraient dramatiques, alors on préfère rester du côté de la *safe side* (celle où on ne se dit pas après M**2*, si j'avais su!).

Vous faites tout ça pendant les 21 jours suivant votre contact; si rien ne se produit, vous pouvez passer à autre chose, ce n'était qu'une fausse alerte (mais, comme disent les ermites du monde entier, "le vrai courage, c'est la prudence").

Voilà, vous en savez moins que les spécialistes, mais bien plus que les personnes qui n'ont pas lu cette fiche d'information.

Et si vous avez d'autres questions, ne restez pas tout seul dans votre coin à angoisser (ou, pire, à jouer à l'apprenti épidémiologiste): appelez ce numéro, **022 546 55 27**, du lundi au vendredi de 9h à 17h et les samedi et dimanche de 9h à 13h; c'est **anonyme** et sera probablement rassurant et instructif.

➤ Voir aussi: www.ge.ch/variole-du-singe

² Mazette!