French - Number 08j
STI Series – May 2025

Infection vaginale à levures

Vaginal yeast infection

Qu'est-ce qu'une infection vaginale à levures?

Une infection vaginale à levures est une infection fréquente. Elle est causée par une prolifération excessive de levures dans le vagin, ce qui peut entraîner des symptômes irritants, mais traitables.

Quelles sont les causes des infections vaginales à levures?

Ces infections peuvent être provoquées par plusieurs facteurs, notamment :

- l'utilisation actuelle ou récente d'antibiotiques;
- la prise de corticostéroïdes;
- des problèmes du système immunitaire comme une infection par le VIH non contrôlée;
- une augmentation des niveaux d'œstrogènes, par exemple pendant la grossesse;
- un taux élevé de sucre dans le sang du fait d'un diabète mal contrôlé;
- l'humidité causée par des vêtements mouillés après la baignade ou l'exercice, ou encore le port prolongé de serviettes hygiéniques ou de protège-dessous sans les changer.

Comment se transmet-elle?

Les infections vaginales à levures ne se transmettent généralement pas lors des relations sexuelles. Toutefois, si votre partenaire présente des symptômes, il devrait consulter un professionnel de la santé pour une évaluation et un traitement. Les infections à levures du pénis sont moins fréquentes, mais elles peuvent survenir.

Quels sont les symptômes?

Les symptômes peuvent inclure :

- des démangeaisons vaginales ou génitales;
- une modification de la quantité et de l'apparence des pertes vaginales (souvent blanches, épaisses, grumeleuses et sans odeur);
- une rougeur, une irritation ou un gonflement de la peau autour de l'ouverture du vagin;
- une douleur lors des relations sexuelles vaginales;
- une douleur ou une sensation de brûlure lors de la miction.

Les infections à levures du pénis provoquent souvent une éruption cutanée sous le prépuce ou sur le pénis, accompagnée de démangeaisons ou d'irritation.

Les autres infections vaginales, les infections transmissibles sexuellement (ITS) et quelques savons parfumés, quelques produits d'hygiène féminins ou les déodorants en spray peuvent causer des symptômes similaires à une infection vaginale à champignons. Consultez un professionnel de la santé si :

- vous êtes enceinte;
- vous n'êtes pas certain que vos symptômes sont bien ceux d'une infection à levures;
- il s'agit de votre première infection à levures;
- vous avez des symptômes récurrents d'infections à levures.

Quel est le traitement?

Le traitement des infections vaginales à levures peut inclure la prise de comprimés par voie orale, l'application de crèmes ou d'onguents sur la peau génitale, ou l'insertion de comprimés ou de crèmes dans le vagin. Certains traitements nécessitent une ordonnance d'un professionnel de la santé, tandis que d'autres sont offerts en vente libre en pharmacie.

Avec un traitement, la plupart des infections à levures guérissent en 2 à 3 jours.

Comment prévenir une infection vaginale à levures?

Voici quelques conseils pour prévenir une infection vaginale à levures :

- Évitez d'utiliser des antibiotiques quand ce n'est pas nécessaire.
- Changez de protection hygiénique toutes les 4 heures et de tampon toutes les 4 à 6 heures. Évitez d'utiliser des tampons pendant le traitement d'une infection.
- Évitez les douches vaginales et l'utilisation de savons, vaporisateurs ou tampons parfumés.
- Utilisez un savon sans parfum ou pas de savon du tout sur vos parties intimes. Changez-vous immédiatement après avoir porté des vêtements mouillés, comme un maillot de bain ou des vêtements de sport.
- Adoptez une alimentation équilibrée, pauvre en sucre, en glucides raffinés (comme le pain blanc et les pâtes) et en alcool.
- Portez des sous-vêtements en coton et des vêtements amples. Évitez le nylon et autres tissus synthétiques qui retiennent la chaleur et l'humidité corporelles près de la peau.

Comment réduire mon risque de contracter une infection transmissible sexuellement (ITS)?

Pratiquez des rapports sexuels sécuritaires en utilisant un préservatif

Les condoms masculins et féminins peuvent contribuer à prévenir de nombreuses ITS, s'ils sont bien utilisés pendant les rapports sexuels vaginaux, anaux et oraux en respectant les indications. Les condoms protègent moins efficacement contre les ITS transmissibles par contact cutané, comme le virus de l’herpès simplex, les verrues génitales (virus du papillome humain) et la syphilis (en présence de lésions).

Faits importants sur l’utilisation des préservatifs :

- Vérifiez que l'emballage du préservatif n'est pas endommagé. N’utilisez pas de préservatifs endommagés.
- Vérifiez la date de péremption. N’utilisez pas un préservatif passé sa date d'expiration.
- Ouvrez l’emballage avec précaution, pour éviter de déchirer le condom. N’utilisez pas de préservatifs déchirés.
- Ranger les préservatifs loin des objets pointus comme les bagues, les clous décoratifs et les perçages.
- Rangez-les à la température ambiante.
- Utilisez un nouveau préservatif pour chaque rapport sexuel. Ne réutilisez pas les préservatifs.
- N’utilisez pas deux préservatifs à la fois.
- Certains médicaments vaginaux, comme les traitements contre les infections à levures, peuvent réduire l’efficacité des condoms en latex. Les traitements contenant des œstrogènes sont particulièrement susceptibles d’endommager les condoms en latex.
- N’utilisez que des lubrifiants à base d’eau avec un condom masculin en latex. Les lubrifiants à base d’huile, comme la vaseline (ou gelée de pétrole), la lotion ou l’huile pour bébés, peuvent affaiblir le latex et le détruire.
- Un lubrifiant à base d'eau ou d'huile peut être utilisé avec les préservatifs en polyuréthane.
- Utilisez uniquement des préservatifs faits de latex ou de polyuréthane (plastique).
- Les condoms en latex ou en polyuréthane sont les plus efficaces pour aider à prévenir la grossesse et les ITS (les condoms en peau d’origine animale sont moins efficaces que les condoms en latex ou en polyuréthane pour prévenir les ITS).

Pratiquez des rapports sexuels protégés en utilisant des digues dentaires ou d'autres barrières

Une digue dentaire est une fine membrane de latex placée sur le vagin/les organes génitaux internes ou l’anus lors de rapports sexuels oraux. On peut également l’appeler barrière/feuille de latex, digue en latex, barrière orale ou feuille. Les digues dentaires sont un bon moyen de réduire les risques de contracter ou de transmettre des

infections transmissibles sexuellement (ITS).

Points importants à retenir lors de l'utilisation de digues dentaires :

- Avant d'utiliser la digue, examinez-la à la lumière et assurez-vous qu'elle n'est pas perforée.
- Rincez-la délicatement à l'eau tiède pour enlever la poudre.
- Maintenez la digue sur le vagin/les organes génitaux internes ou l'anus.
- Veillez à ce qu'un seul côté de la digue touche le vagin/les organes génitaux internes ou l'anus.
- Utilisez une nouvelle digue dentaire chaque fois que vous avez des rapports sexuels oraux.
- Utilisez une digue différente pour la zone anale et la zone vaginale/génitale interne.
- Utilisez un lubrifiant sur le vagin/les organes génitaux internes ou l'anus pour améliorer les sensations.
- Jetez la digue à la poubelle.

Médicaments

Il existe des médicaments qui peuvent réduire vos chances de contracter ou de transmettre certaines ITS. Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez HealthLinkBC File n° 08o La prévention des infections transmissibles sexuellement (ITS).

Faites-vous vacciner

On peut prévenir certaines ITS, comme l'hépatite A et B et le virus du papillome humain (VPH) ou papillomavirus par la vaccination. Pour savoir comment vous faire vacciner, adressez-vous à votre professionnel de la santé.

Connaissez l'état de votre santé sexuelle

Si vous avez changé de partenaire sexuel récemment, ou que vous en avez plusieurs, faites-vous dépister régulièrement pour les ITS. Le dépistage des ITS permettra de confirmer si vous avez une infection. On peut être atteint d'une ITS sans présenter de symptôme. En déterminant si vous avez une ITS et en vous faisant traiter, vous réduisez le risque de transmettre l'infection à vos partenaires.

Avoir plusieurs partenaires augmente votre risque d'être exposé aux ITS.

Parlez de la prévention

Avant d'avoir des rapports sexuels, discutez de la prévention avec vos partenaires en mentionnant la méthode que vous aimeriez utiliser pour prévenir les ITS. Si vous avez des difficultés à discuter de rapports sexuels sécuritaires avec eux, parlez-en à votre professionnel de santé ou à un thérapeute.

Pour obtenir des conseils sur la façon de discuter avec vos partenaires, consultez le site de conseils sur les rapports sexuels sans risque Smart Sex Resource du BC Centre for Disease Control à https://smartsexresource.com/sexual-health/partners-communication/talking-to-your-partners/.

Informez vos partenaires

Si vous avez contracté une infection transmissible sexuellement et que vous menez une vie sexuelle active, il est important d'en informer votre ou vos partenaires. Ils pourront ensuite prendre des décisions éclairées sur leur santé et se faire tester.

Pour en savoir plus

Pour de plus amples renseignements sur la façon de réduire votre risque de contracter une IST, consultez HealthLinkBC Fiche n° 08o La prévention des infections sexuellement transmissibles (IST).

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority