

Parlons défense de droits :

comment revendiquer ses droits auprès du système de santé en cas de variole simienne

Pour de nombreux hommes gais, bisexuels et queers, y compris les personnes bispirituelles, trans et non conformes dans le genre (2SGBTQ+), la variole simienne engendre beaucoup de stress et de confusion. Au fil des éclosions, la marche à suivre et l'accès aux soins ont manqué de clarté. C'est parfois difficile de faire valoir nos besoins dans le réseau de la santé, surtout lorsqu'ils sont liés aux identités 2SGBTQ+. Cette ressource vise à donner une idée de ce à quoi s'attendre lorsqu'il s'agit d'obtenir des soins pour la variole simienne, et comment défendre ses droits en cours de route.



"Quand j'ai eu la variole simienne, c'était frustrant d'essayer de revendiquer l'accès à de l'information médicale dans un milieu qui ne semblait pas en avoir. Mais, parfois, c'est important de se battre pour obtenir les informations et les soins dont on a besoin."
- John

Ce que contient cette ressource :

[À quoi s'attendre en naviguant les soins pour la variole simienne](#)

- [Dépistage et diagnostic](#)
- [Recherche des contacts](#)
- [Prise en charge de la douleur](#)

[Que faire si je n'ai pas d'assurance provinciale?](#)

- [Je suis un·e étudiant·e étranger·ère](#)
- [Je suis un·e réfugié·e ou demandeur·se d'asile](#)

[Santé mentale et stigmatisation](#)

[Droits des patient·es](#)

À quoi s'attendre en naviguant les soins pour la variole simienne

Pour certaines personnes, la prise en charge de la variole simienne se passe bien, mais il arrive que les prestataires de soins de santé ne sachent pas comment aider les individus atteints du virus.

Les rapports qu'entretiennent les personnes queers avec les services de santé varient aussi beaucoup. Par exemple, beaucoup d'entre nous qui vivons dans des communautés rurales ou éloignées ont plus de mal à accéder au dépistage et à d'autres formes de soutien. Pour ceux d'entre nous qui nous heurtons à des obstacles en matière de soins de santé culturellement appropriés — notamment les personnes autochtones et immigrantes 2SGBTQ+ —, nous risquons de rencontrer des problèmes similaires lors de l'accès aux soins pour la variole simienne.

Si tu connais un·e professionnel·le de la santé de confiance, tu peux lui demander de te soutenir dans tes démarches de dépistage, de traitement et de soins. Les informations et les conseils de défense des droits contenus ici peuvent aussi s'avérer utiles.

Conseils généraux pour faire valoir tes droits auprès des services de soins :

- Arrive tôt
- Prends des notes
- Réfléchis à l'avance aux questions ou aux sujets que tu souhaites aborder
- Si certains éléments semblent flous ou incomplets, demande des précisions

Dépistage et diagnostic

En quoi consiste le dépistage?

- En général, le ou la professionnel·le de la santé effectue le dépistage de la variole par écouvillonnage d'une ou plusieurs plaies (pustules). Si tu n'as pas de plaies, c'est possible de faire un prélèvement de gorge; cependant, les plaies possèdent une charge virale plus élevée, ce qui signifie qu'il est plus facile d'identifier la variole à l'aide de cette méthode. Dans certains cas, une prise de sang est nécessaire.
- La méthode privilégiée pour le dépistage de la variole simienne est le test de réaction en chaîne de la polymérase (PCR). L'échantillon est envoyé au Laboratoire national de microbiologie et il faut prévoir de trois à quatre jours avant que celui-ci soit traité.

Conseils pour défendre tes droits :

- Si ton éruption cutanée ressemble à des pustules, il est possible que ton médecin pense qu'il s'agit de syphilis ou d'herpès. Si ta plaie ressemble à des cloques, ou si tu crois que ta lésion est due à la variole simienne plutôt qu'à la syphilis, insiste pour te faire dépister pour le virus de la variole simienne. La plupart des endroits qui effectuent les tests pour la syphilis sont en mesure de faire celui pour le virus de la variole.
- Les professionnel·les de la santé ont parfois des réticences à proposer un dépistage en l'absence de symptômes visibles. Certain·es croient à tort qu'une personne asymptomatique ne nécessite pas de dépistage.
- Lors d'un dépistage de la variole simienne, la personne professionnelle de la santé est susceptible de suggérer un test de dépistage des ITS, y compris du VIH. C'est à toi de choisir si tu veux ou non passer ces tests.
- Si on t'a informé que tu as été en contact avec un cas de variole simienne, essaie de le mentionner lorsque tu demandes un dépistage.

Le dépistage n'est malheureusement pas disponible partout au pays. Voici quelques exemples de ce qui est proposé dans certaines régions, en date du mois d'octobre 2022 :

- En Alberta, de nombreuses [cliniques de santé sexuelle](#) offrent le dépistage de la variole. Les tests sont toutefois réservés aux individus présentant des symptômes.
- En Saskatchewan, au Manitoba et dans les provinces de l'Atlantique, les services de santé publique recommandent d'appeler le 811 pour savoir où se faire dépister pour la variole simienne.
- En Ontario, tous les endroits qui offrent le dépistage pour la syphilis le font aussi pour la variole simienne¹.
- Au Québec, on propose un dépistage aux personnes présentant des symptômes, notamment des lésions, en cas de contacts sexuels avec un homme dans les 21 jours depuis l'apparition des symptômes. On offre également un dépistage aux personnes travailleuses du sexe².
- En Colombie-Britannique, les centres de soins primaires et les centres de soins primaires d'urgence (UPCC) ainsi que les cliniques de dépistage et de traitement des ITS offrent des services de dépistage. Dans les régions rurales, il faudra peut-être se rendre à une clinique sans rendez-vous ou à l'urgence³.

Recherche des contacts

En quoi consiste la recherche des contacts?

- Si le résultat du test de la variole simienne est positif, les services de soins peuvent te demander de fournir les coordonnées des personnes avec lesquelles tu as eu des contacts sexuels récents ou d'autres contacts étroits (probablement au cours des 21 derniers jours). Cela permet de les informer d'une éventuelle exposition au virus de la variole simienne. Dans la plupart des cas, l'équipe de santé publique peut communiquer avec ces personnes de manière anonyme.
- Dans ce contexte, le personnel du service de soins ou les responsables de la santé publique posent parfois des questions très détaillées et personnelles sur ta vie sexuelle.

Conseils pour défendre tes droits :

- La recherche des contacts risque d'être une démarche fastidieuse, inconfortable et intrusive. Il se peut que les fournisseurs de soins soient pressés d'obtenir ces informations. Il est tout à fait légitime de prendre une pause pendant cette conversation si tu te sens dépassé·e. Par ailleurs, tu peux proposer de reprendre cette conversation à une date ultérieure, lorsque tu seras prêt·e.
- La recherche des contacts permet de communiquer avec les personnes qui ont potentiellement besoin de se faire dépister, mais rien ne t'oblige à fournir les coordonnées des gens avec lesquels tu as eu des contacts sexuels ou sociaux si tu ne le souhaites pas. Lors de la recherche des contacts en santé sexuelle, c'est également fréquent que des personnes mentionnent des partenaires anonymes si aucune coordonnée n'a été échangée.

Bon, mon test pour la variole simienne est positif...

Si tu as reçu un résultat positif au test de la variole simienne, tu n'es pas seul·e. Il faut du courage pour se faire dépister, et maintenant tu en as le cœur net! Tu devras très probablement t'isoler pendant au moins deux semaines. Cette période risque d'être difficile, mais n'oublie pas que ce n'est pas ta faute si tu as contracté la variole simienne.

Si le résultat du dépistage de la variole est positif, tu fais partie des milliers de personnes 2SGBTQ+ et d'autres qui ont contracté le virus et qui ont réussi à traverser cette épreuve.

Si tu as des ami·es, de la famille (choisie) ou des membres de la communauté sur lesquels tu peux compter, essaie de leur demander de l'aide. Ces gens peuvent coordonner des tâches comme la livraison de nourriture ou de matériels de soin, ou t'apporter du soutien émotionnel pendant ton isolement.

La variole simienne est une « maladie à déclaration obligatoire » – qu'est-ce que cela signifie?

Comme beaucoup d'autres virus transmissibles, la variole simienne est une maladie à déclaration obligatoire. Cela signifie que la santé publique est avisée de manière anonyme qu'un nouveau cas a été identifié. Cette information ne permet en aucun cas de t'identifier.

¹ [GMSH, La variole simienne : Ce que nous savons](#)

² <https://www.ciuiss-capitalenationale.gouv.qc.ca/sante-publique/maladies-infectieuses/variole-simienne>

³ <https://checkhimout.ca/wp-content/uploads/2022/08/Mpox-WTF-Community-Member-Guidance.pdf>

Gestion de la douleur

Comment gérer la douleur causée par la variole simienne?

- Le plus souvent, les personnes ayant contracté la variole simienne ne bénéficient pas d'un traitement efficace pour la douleur. Ton fournisseur de soins peut te conseiller de prendre des analgésiques en vente libre, comme Advil ou Tylenol.
- Dans certains cas, les professionnel·les de la santé prescrivent des médicaments antidouleur plus puissants pour faciliter le rétablissement. Cette décision appartient à chaque professionnel·le de la santé.

Conseils pour défendre tes droits :

- Il est très probable que le personnel soignant n'ait pas l'habitude de traiter ce type d'infection. Les professionnel·les de la santé reçoivent également peu de conseils sur la gestion de la douleur en cas de variole simienne. Si tu éprouves une douleur intense, veille à ce que le personnel sache dans quelle mesure cette douleur perturbe ta vie : par exemple, si elle t'empêche de manger, de dormir ou de vaquer à tes occupations.
- Tes besoins concernant la douleur peuvent changer. Si c'est le cas, n'hésite pas à communiquer avec ton professionnel·le de la santé pour lui indiquer que tu désires un soutien supplémentaire ou différent pour gérer la douleur.

Autres conseils pour réduire la douleur liée à la variole simienne :

- Si tu as des lésions au rectum, un produit pour ramollir les selles peut aider à soulager la douleur lorsque tu vas aux toilettes. La vaseline pourrait également apporter un soulagement.
- Si la douleur perturbe ton sommeil, tu peux recourir à un aide-sommeil qui te convient. Des techniques de gestion de la douleur ou d'adaptation à la douleur sont également utiles pour en atténuer l'intensité.

Que faire si je n'ai pas d'assurance-maladie provinciale?

Certains services sont accessibles sans assurance provinciale. Si tu connais un·e professionnel·le de la santé de confiance, iel pourrait être en mesure de t'appuyer et de te renseigner. Par exemple, si tu habites en Ontario, tu peux avoir accès à certains services sans l'assurance provinciale OHIP auprès des services de santé communautaires Community Access Care Centres. Pour trouver un centre près de chez toi, clique sur ce [lien](#).

Je suis un·e étudiant·e étranger·ère

La plupart des établissements d'enseignement exigent que les étudiant·es souscrivent à l'assurance-maladie provinciale. Cette couverture commence généralement trois à quatre mois après le début du programme d'études. Si tu as cotisé à l'assurance provinciale, cette somme fait partie de tes frais de scolarité.

Si tu fréquentes actuellement un établissement d'enseignement postsecondaire, tu as sans doute accès à des soins par l'intermédiaire de la clinique de santé sexuelle ou de l'hôpital de l'université. Des cliniques de vaccination sont parfois offertes sur le campus. Dans bien des cas, ces services n'exigent pas de numéro d'assurance-maladie provinciale.

Certaines universités disposent aussi de logements pour les personnes qui habitent sur le campus et qui doivent s'isoler. Communique avec le bureau de ta résidence étudiante si tu es dans cette situation.

Je suis un·e réfugié·e ou demandeur·se d'asile

Dans la plupart des provinces, il est possible de s'inscrire au régime d'assurance-maladie provincial (RAMQ, AHSIP, MSP, OHIP, etc.) en présentant une confirmation de résidence permanente ou une carte de résidence permanente délivrée par Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). En l'absence de ce document, tu peux avoir recours au Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI) jusqu'à l'obtention de la couverture provinciale. En cas d'attente d'une décision concernant une demande d'asile, tu es également admissible au PFSI. Pour demander la couverture du PFSI, consulte ce [site](#).

Santé mentale et stigmatisation

La stigmatisation nuit à tout le monde en contribuant à la marginalisation de nos communautés et de nos besoins. Les personnes qui ont contracté la variole simienne ont souligné que la stigmatisation au sein de notre communauté constituait un obstacle à l'accès au dépistage et au traitement, qu'elle aggravait la solitude engendrée par l'isolement et qu'elle entraînait un sentiment de honte après le rétablissement.

Pour bien des gens, les sentiments de solitude et de détresse pendant l'isolement sont importants, surtout pour ceux qui s'isolent seuls ou qui ont un emploi précaire. Rappelle-toi que tu es résilient-e et que la variole est temporaire. Sois bienveillant-e envers toi-même. Sois à l'écoute de tes besoins et de tes émotions.

Conseil pour l'isolement et la santé mentale

- Cela peut s'avérer utile d'essayer de créer de nouvelles habitudes pendant la période d'isolement. Certaines personnes se sont mises à tenir un journal, à jardiner, à faire de l'art et à pratiquer d'autres activités à la maison pour lesquelles elles n'avaient pas le temps auparavant.
- Demande à des personnes en qui tu as confiance de te soutenir. Invite tes ami-es à venir te voir lorsque c'est possible.

Comment diminuer la stigmatisation?

- Le moment est venu de passer en revue nos paroles, nos actions et nos convictions, et de vérifier si nos propos soutiennent ou stigmatisent les personnes touchées par la variole. C'est aussi l'occasion de prendre soin de nos ami-es et des membres de notre communauté.

Droits des patient-es

Obtenir des soins pour la variole simienne n'est pas toujours facile, mais tu mérites la dignité et le respect à chaque étape du parcours. En tant que patient-e, tu disposes également de certains droits protégés par la loi. Parmi ces droits, citons :

- Le droit de connaître toutes les options de traitement.
- Le droit à la vie privée.
- Le droit à des soins, peu importe ton statut.
- Le droit à des informations complètes pour comprendre les répercussions d'un diagnostic sur ta vie.
- Le droit d'obtenir tous les renseignements avant de procéder à un traitement.
- Le droit de refuser des traitements ou de revenir sur la décision de traitement à une date ultérieure.

Dans la majorité des situations, un traitement ne peut être administré que si les patient-es donnent leur consentement libre et éclairé. Pour obtenir ce consentement, le service de soins doit te communiquer les informations suivantes :

- Quelle est ta maladie ou quel est ton état de santé (ton diagnostic);
- Quels sont les soins proposés;
- En quoi le traitement peut-il t'aider (les avantages);
- Quels sont les risques du traitement;
- Quelles sont les autres approches possibles (y compris l'absence de traitement).

Si tu considères qu'un-e professionnel-le de la santé ou un membre du personnel t'a traité-e de sorte à bafouer ces droits ou a fait preuve d'attitudes discriminatoires, tu peux déposer une plainte auprès du tribunal des droits de la personne de ta province.