

La COVID-19 et les personnes vivant avec le VIH : prendre soin de votre santé

Réponses à des questions courantes sur la COVID-19, le VIH et les vaccins contre la COVID-19

Êtes-vous une personne séropositive et préoccupée par la vaccination contre la COVID-19? Êtes-vous une personne préoccupée par votre santé, mais hésitante et craintive de demander des soins de santé?

Cette fiche d'information répond à des questions que de nombreuses personnes vivant avec le VIH peuvent se poser au sujet de leurs soins et de leur bien-être pendant la pandémie de COVID-19, y compris :

- l'accès aux soins de santé pendant la pandémie
- les vaccins contre la COVID-19
- composer avec l'isolement social et s'occuper de leur santé mentale.

NOTE IMPORTANTE : De nouvelles informations, recherches et preuves scientifiques sur la COVID-19 et les vaccins contre la COVID-19 sont publiées chaque semaine et parfois tous les jours. Les renseignements fournis ici sont fondés sur ce que nous savons en date du 15 juin 2021. Ces renseignements ne sont pas des conseils médicaux.



Est-il sécuritaire pour moi d'avoir accès à des soins VIH pendant la pandémie de COVID-19?

Oui. Les personnes vivant avec le VIH peuvent avoir besoin d'un traitement et d'un suivi pour d'autres problèmes de santé pendant la pandémie.

Votre santé est importante! Si vous vous sentez malade ou avez des questions ou des préoccupations au sujet de votre santé, communiquez avec votre fournisseur de soins de santé. Il est également important de :

- ▶ continuer à prendre vos médicaments
- ▶ maintenir vos rendez-vous avec votre médecin et autres fournisseurs de soins de santé
- ▶ savoir comment communiquer avec vos fournisseurs de soins de santé au cas où vous auriez besoin de conseils.



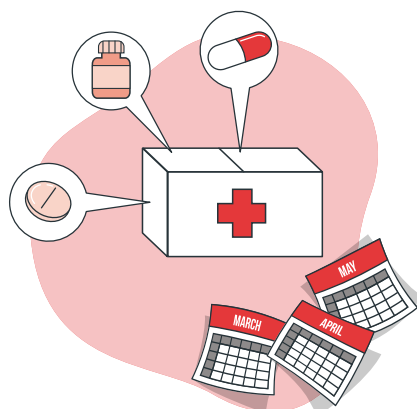
Que dois-je savoir d'autre?

Les services de soins de santé et de pharmacie sont ouverts même lorsque des restrictions de santé publique sont en vigueur, comme les confinements provinciaux (ordres de séjour à domicile).

- ▶ Vous êtes autorisé-e à sortir pour des rendez-vous de soins de santé, même lorsqu'un ordre de séjour à domicile est en vigueur.
- ▶ Protégez-vous et protégez les autres en portant un masque, en appliquant la distanciation sociale et en vous lavant les mains.

Les mesures de sécurité et les règlements de santé publique contribuent à rendre les hôpitaux, les cliniques, les laboratoires et les pharmacies plus sécuritaires pour l'accès aux soins de santé

Vos prestataires de soins de santé réduiront le risque de transmission de la COVID-19 :



- ▶ en triant les patient-e-s pour les symptômes de COVID-19 avant de les voir
- ▶ en pratiquant une bonne hygiène des mains
- ▶ en utilisant l'équipement de protection individuelle
- ▶ en gardant une distance physique, dans la mesure du possible
- ▶ en limitant le nombre de patient-e-s dans la salle d'attente ou vu-e-s en personne
- ▶ en exigeant des patient-e-s de porter un couvre-visage (de nombreux fournisseurs de soins de santé peuvent vous donner un masque si vous n'en avez pas)
- ▶ en offrant des rendez-vous virtuels (au téléphone ou par vidéo).

Est-ce que je serai vu-e virtuellement ou en personne?

Les fournisseurs de soins de santé sont disponibles virtuellement, habituellement par téléphone ou par vidéo, pour vous aider.



Lorsque vous contactez votre fournisseur de soins de santé :

- ▶ on vous demandera de quels soins vous avez besoin
- ▶ on vous offrira un rendez-vous en personne uniquement si c'est mieux pour vous.

Lors de la réservation de votre rendez-vous, dites à votre fournisseur de soins de santé :

- ▶ s'il y a eu un changement dans votre santé
- ▶ si vous avez besoin d'aide pour utiliser la technologie de rendez-vous virtuel.

Que faire si je n'ai pas de médecin?

Si vous n'avez pas de médecin ou si vous n'êtes pas en mesure de consulter votre médecin régulier, appelez **Télesanté Ontario** (1-866-797-0000) pour obtenir des conseils ou des renseignements gratuits et confidentiels. Une infirmière autorisée prendra votre appel 24 heures par jour, sept jours par semaine. L'assistance est disponible dans plus de 300 langues. Des renseignements supplémentaires sont disponibles à <https://www.ontario.ca/fr/page/obtenir-des-conseils-medicaux-telesante-ontario>.

Pour les questions non urgentes, faites appel à une **clinique de soins virtuels de l'Ontario** (<https://seethedoctor.ca/fr>) entre 8 h et minuit, sept jours sur sept, pour vous connecter à un médecin de garde par vidéo ou audio, ou à une clinique sans rendez-vous ou à un centre de soins d'urgence près de chez vous (<https://www.ontario.ca/locations/health/index.php?lang=fr>).

Si vous avez besoin de trouver un endroit où l'on peut accéder à des soins VIH, appelez la **Ligne Info santé sexuelle Ontario (LISSO)** au [1-800-668-2437](tel:1-800-668-2437).

Si vous avez une urgence médicale, composez le 911 ou allez au service d'urgence de l'hôpital le plus proche.



Les personnes vivant avec le VIH sont-elles plus à risque de contracter une maladie liée à la COVID?

On croit que les personnes vivant avec le VIH qui sont sous traitement efficace contre le VIH et dont la charge virale est indétectable et le système immunitaire est fort (compte de CD4 plus élevé que 200) ont le même risque de COVID-19 que les personnes qui n'ont pas le VIH.

Le risque pourrait être plus élevé si vous avez d'autres problèmes de santé sous-jacents (p. ex. diabète, maladie pulmonaire, cardiaque, rénale ou hépatique).

Consultez votre médecin pour en savoir plus sur la COVID-19 et vos problèmes de santé spécifiques.

Vous trouverez de plus amples renseignements à <https://www.catie.ca/fr/hiv-and-covid-19>.

Qu'est-ce que les vaccins contre la COVID-19 signifient pour moi?

Les vaccins contre la COVID-19 mis à la disposition des Ontariens sont efficaces pour prévenir les maladies graves et les décès liés à cette infection et peuvent en réduire la transmission.

Toutes les personnes vivant avec le VIH devraient envisager de se faire vacciner contre la COVID-19.

Il n'y a eu aucun problème d'innocuité lié aux vaccins contre la COVID-19 chez des personnes vivant avec le VIH.

Les personnes qui ont eu une réaction sérieuse ou immédiate à l'un ou l'autre des ingrédients du vaccin (p. ex. polyéthylène glycol [PEG]), dans le passé, devraient consulter leur médecin lorsqu'elles décident de se faire vacciner ou non.

Discutez avec votre médecin des avantages et des risques de la vaccination si vous n'êtes pas certain.

Vous trouverez de plus amples renseignements sur le VIH et les vaccins contre la COVID-19 à <https://www.catie.ca/fr/vih/ressources-covid-19>.



Quand les personnes vivant avec le VIH en Ontario pourront-elles recevoir le vaccin contre la COVID-19?

Deux vaccins contre la COVID-19 sont actuellement offerts en Ontario (Pfizer-BioNTech et Moderna). Chaque vaccin nécessite deux doses. Le vaccin d'AstraZeneca est offert uniquement pour la deuxième dose.

L'Ontario a lancé un plan de distribution des vaccins en trois phases. Nous en sommes maintenant à la phase 2.

<https://covid-19.ontario.ca/fr/le-plan-de-vaccination-de-lontario-contre-la-covid-19>

Les personnes vivant avec le VIH peuvent être vaccinées au cours de la phase 2 du plan de distribution du vaccin.

Vous êtes admissible à titre de personne ayant une déficience immunitaire ou un état de santé immunodéprimé.

Consultez le site Web de distribution du vaccin pour savoir quand les personnes vivant avec le VIH peuvent accéder au vaccin <https://covid-19.ontario.ca/fr/le-plan-de-vaccination-de-lontario-contre-la-covid-19>

Vous et d'autres membres de votre ménage pourriez également être admissibles selon l'âge, le code postal, l'emploi, les conditions de vie (p. exemple, les refuges, les centres de soins de longue durée, les prisons).

Le moment de la disponibilité des vaccins et des cliniques peut varier d'un établissement de santé à l'autre et dans chacun de ceux-ci. Renseignez-vous auprès de votre bureau de santé publique local pour en savoir plus : <https://www.phdapps.health.gov.on.ca/phulocator>

Dois-je parler à mon médecin avant de me faire vacciner contre la COVID-19?

En règle générale, vous n'êtes pas tenu-e de vérifier auprès de votre médecin avant de recevoir le vaccin contre la COVID-19.

Toutefois, si vous avez des questions ou des préoccupations au sujet du vaccin contre la COVID-19, il peut être préférable de parler d'abord à votre fournisseur de soins de santé.

Votre fournisseur de soins de santé peut vous aider à prendre des décisions en tenant compte de vos besoins individuels et de votre état de santé.

Vous devriez parler à votre médecin ou fournisseur de soins de santé avant de recevoir le vaccin si vous :

- ▶ êtes enceinte ou allaitez
- ▶ avez une condition auto-immune (par exemple sclérose en plaques, polyarthrite rhumatoïde).
- ▶ avez des problèmes avec votre système immunitaire (par exemple, un compte de CD4 inférieur à 200) ou prenez des médicaments qui peuvent affecter votre système immunitaire
- ▶ avez eu des réactions allergiques sévères à d'autres vaccins.

Vous trouverez de plus amples renseignements et des mises à jour sur l'innocuité du vaccin contre la COVID-19 et sur les situations où vous devriez parler à votre fournisseur de soins de santé à <https://covid-19.ontario.ca/fr/securite-du-vaccin-contre-la-covid-19>.

Où puis-je m'inscrire pour obtenir le vaccin contre la COVID-19?

Chaque service de santé publique de l'Ontario dispose d'un plan de vaccination adapté aux besoins de sa propre collectivité.

Votre bureau de santé publique local peut vous fournir des renseignements à jour sur la COVID-19 et les vaccins contre cette infection.

Vérifiez auprès de votre unité de santé publique pour savoir :

- ▶ où vous pouvez obtenir le vaccin
- ▶ comment vous inscrire pour la vaccination
- ▶ si vous avez besoin d'apporter des documents spéciaux à votre rendez-vous de vaccination.

Utilisez l'outil localisateur de bureaux de santé publique de l'Ontario pour trouver un d'entre eux près de chez vous et pour obtenir les dernières mises à jour sur la COVID-19 à <https://www.phdapps.health.gov.on.ca/phulocator>.

Vous pouvez en apprendre davantage sur la disponibilité des vaccins dans votre région et prendre rendez-vous pour la vaccination à <https://covid-19.ontario.ca/rendezvous-vaccin>.

Parlez à votre fournisseur de soins de santé si vous ne pouvez pas accéder au système de vaccination en ligne ou si vous ne savez pas comment procéder pour obtenir un vaccin contre la COVID-19.

Puis-je choisir quel vaccin contre la COVID-19 je recevrai?

Le vaccin qui vous est offert est le bon vaccin.

Le type de vaccin que vous recevrez dépendra de la disponibilité de chacun.

Certaines personnes peuvent avoir peur de se faire vacciner après avoir entendu des histoires sur des effets secondaires importants. Il est important de se rappeler que :

- ▶ le risque d'effets secondaires graves est extrêmement faible
- ▶ le risque de conséquences graves de la COVID sur la santé est beaucoup plus grand que les risques de la vaccination, pour la plupart des gens
- ▶ les vaccins fonctionnent! Tous les vaccins approuvés au Canada sont efficaces pour prévenir la maladie grave liée à la COVID-19, l'hospitalisation et le décès.

Vous n'avez pas à prouver que vous êtes séropositif·ve pour obtenir un vaccin contre la COVID-19.

Lorsque vous recevez le vaccin, on pourrait vous demander d'indiquer la raison pour laquelle vous êtes admissible.



Vous n'êtes pas tenu·e de dire à haute voix que vous vivez avec le VIH, ou de le prouver.

Les travailleurs de la santé et autres bénévoles des cliniques de vaccination peuvent vous demander si vous avez une déficience immunitaire ou un état de santé immunodéprimé. Ils ne peuvent pas vous demander de prouver quel trouble de santé vous avez.

Vous n'avez pas à prouver que vous avez parlé de la vaccination avec votre médecin. Toutefois, on pourrait vous demander si vous avez discuté avec votre médecin à savoir si le vaccin est bon pour vous.

On pourrait également vous demander si vous avez des allergies à des ingrédients du vaccin contre la COVID-19.

Pour plus d'informations : https://www.health.gov.on.ca/fr/pro/programs/publichealth/coronavirus/docs/vaccine/COVID-19_vaccination_rec_special_populations.pdf.

Si on vous a demandé de prouver votre séropositivité lors d'un rendez-vous pour le vaccin contre la COVID-19, veuillez faire un suivi auprès de votre organisme local de lutte contre le sida (OLS) pour partager votre expérience et obtenir du soutien. Vous pouvez également communiquer avec la **HIV/AIDS Legal Clinic Ontario (HALCO)** pour obtenir des conseils juridiques : sans frais en Ontario : 1-888-705-8889 • <https://www.halco.org>.

Composer avec l'isolement et la solitude pendant la pandémie de COVID-19

De nombreuses personnes se sentent isolées, seules et effrayées en ce moment.

Nous savons qu'il est important de rester en contact avec les autres, pour notre bien-être. Mais cela peut être difficile pour plusieurs raisons.

C'est un bon moment pour communiquer avec vos ami-e-s, votre famille, vos collègues et d'autres soutiens si :

- ▶ vous n'êtes pas en contact avec vos ami-e-s et votre famille aussi souvent que vous le seriez normalement
- ▶ vous vous sentez démotivé-e
- ▶ vous vous sentez seul-e ou triste
- ▶ vous ne profitez pas des choses habituelles.

Vous pouvez communiquer avec l'un des **organismes de lutte contre le sida (OLS)** énumérés dans les pages suivantes pour savoir comment rester connecté-e et réduire le sentiment d'isolement social.

En Ontario, les organismes de lutte contre le sida sont restés ouverts pendant la pandémie pour fournir des services et de soutien au téléphone et en mode virtuel. Cela inclut des activités qui peuvent répondre aux sentiments de solitude et d'isolement et créer des façons de communiquer avec les autres dans votre communauté.

Il s'agit notamment de ces initiatives :

- ▶ communauté virtuelle qui se réunit et offre des activités de groupe et des rencontres
- ▶ consultations de bien-être
- ▶ consultations téléphoniques
- ▶ groupes de soutien et de counseling par vidéo.

Vous pourriez trouver d'autres occasions de vous connecter virtuellement auprès de votre communauté de foi, de clubs sociaux, de loisirs et de sports, de communautés en ligne, de réseaux sociaux et de centres de soins de santé communautaires.



Où puis-je obtenir du soutien en santé mentale?

La COVID-19 a un impact sur la santé mentale des Ontariens et Ontariennes. Un grand nombre de personnes :

- ▶ ressentent plus de stress et d'anxiété
- ▶ augmentent leur consommation de drogues et alcool
- ▶ sont inquiètes de leur santé, de leurs finances et de l'emploi.



Si votre milieu de travail a un **Programme d'aide aux employés (PAE)**, vous pouvez obtenir un certain nombre de séances de counseling téléphoniques et virtuelles gratuites avec un conseiller qualifié.

Prenez rendez-vous pour parler à votre **médecin de famille** ou communiquez avec votre **fournisseur de soins de santé mentale** si vous voulez parler de votre santé mentale et de votre bien-être.

Pour obtenir de l'aide afin de prendre contact avec un programme public de santé mentale et de lutte contre les dépendances, ou du soutien, partout en Ontario, les personnes vivant avec le VIH en Ontario peuvent également communiquer avec **ConnexOntario**. Ce service gratuit et confidentiel est disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Composez le 1-866-531-2600 (sans frais) OU visitez le site Web de Connex Ontario au <https://www.connexontario.ca/fr-ca>.

Le Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH) fournit aux patiente-s, à leurs familles et ami-e-s ainsi qu'aux professionnel-le-s de la santé des renseignements généraux sur ses services de santé mentale, de l'information sur les critères d'admissibilité, de même que du soutien pour se diriger vers des services de toxicomanie. Composez le 416-535-8501 et sélectionnez l'option 2 OU visitez son site Web à <https://www.camh.ca/fr/vos-soins/acces-camh>.

Le gouvernement de l'Ontario offre une gamme de mesures de soutien en santé mentale. Certains d'entre eux sont des programmes autogérés et gratuits. Des renseignements sont disponibles à <https://www.ontario.ca/fr/page/trouvez-du-soutien-en-sante-mentale>.

L'Ordre des médecins de famille de l'Ontario fournit également une liste de ressources sur la santé mentale et les toxicomanies à <https://www.ontariofamilyphysicians.ca/tools-resources/covid-19-resources/community-supports-special-populations/ocfp-mh-patient-resources.pdf>.

eSantéMentale.ca fournit pour l'ensemble de la province une liste des lignes d'urgence gratuites par téléphone, en ligne et par clavardage, à <https://www.esantementale.ca/Ontario/Crisis-Lines-including-%20Telephone-Online-and-Chat>.

Organismes de lutte contre le sida (OLS) en Ontario

Barrie

The Gilbert Centre

<http://www.gilbertcentre.ca>
info@gilbertcentre.ca • 705-722-6778

Brampton

Moyo Health & Community Services*

<https://moyohcs.ca> • info@moyohcs.ca
905-361-0523 *Anciennement connu sous
le nom de PHAN (Peel HIV/AIDS Network)

Guelph

HIV/AIDS Resources & Community Health (ARCH)

<https://www.archguelph.ca> • 519-763-2255

Hamilton

The AIDS Network

<https://www.aidsnetwork.ca>
info@aidsnetwork.ca • 905-528-0854

Kingston

HIV/AIDS Regional Services (HARS)

<http://hars.ca> • 613-545-3698

Kitchener

AIDS Committee of Cambridge, Kitchener, Waterloo and Area (ACCKWA)

<https://www.acckwa.com>
reception@acckwa.com • 519-570-3687

London

Regional HIV/AIDS Connection

<https://www.hivaidconnection.ca>
info@hivaidconnection.ca • 519-434-1601

North Bay

AIDS Committee of North Bay and Area

<http://aidsnorthbay.com>
oaacnba@gmail.com • 705-497-3560

Oshawa

AIDS Committee of Durham Region (ACDR)

<https://www.aidsdurham.com>
info@aidsdurham.com • 905-576-1445

Ottawa

AIDS Committee of Ottawa (ACO)

<http://aco-cso.ca> • info@aco-cso.ca
613-238-5014

Bruce House

<https://brucehouse.ca> • 613-729-0911

Peterborough

Peterborough AIDS Resource Network (PARN)

<http://parn.ca> • getinformed@parn.ca
705-749-9110

Richmond Hill

CAYR Community Connections*

<https://cayrcc.org> • info@cayrcc.org
905-884-0613

*Anciennement connu sous le nom de AIDS
Committee of York Region

Sault Ste. Marie

HIV/AIDS Resource Program (Algoma GHC)

<https://www.ghc.on.ca> • 705-759-5690

St. Catharines

Positive Living Niagara (PLN)

<http://positivelivingniagara.com>

info@positivelivingniagara.com

905-984-8684

Sudbury

Réseau ACCESS Network

<http://www.reseauaccessnetwork.com>

705-688-0500

Thunder Bay

Elevate NWO

<https://elevatenwo.org> · info@elevatenwo.org

807-345-1516

Windsor

Positive Pathways Community Services

<https://www.pozitivepathways.com>

info@pozitivepathways.com · 519-973-0222

Toronto

2-Spirited People of the 1st Nations

<http://www.2spirits.com> · 416-944-9300

Action Positive

<http://www.actionpositive.ca>

416-340-8484 · info@actionpositive.ca

Africans in Partnership Against AIDS (APAA)

<http://www.apaa.ca> · info@apaa.ca

416-924-5256

AIDS Committee of Toronto (ACT)

<https://www.actoronto.org>

ask@actoronto.org · 416-340-8484

Alliance for South Asian AIDS Prevention (ASAAP)

<https://asaap.ca> · info@asaap.ca · 416-599-2727

Asian Community AIDS Services (ACAS)

<http://acas.org> · info@acas.org · 416-963-4300

Black Coalition for AIDS Prevention (Black CAP)

<http://www.blackcap.ca> · info@black-cap.com

416-977-9955

Casey House

<https://www.caseyhouse.com> · 416-962-7600

Fife House Foundation Inc.

<https://www.fifehouse.org> · 416-205-9888

Latinos Positivos

<http://latinospositivos.ca> · 416-506-1400

volunteer@latinospositivos.ca

Ontario Aboriginal HIV/AIDS Strategy (OAHAS)

<https://www.oahas.org> · 416-944-9481

Prisoners with HIV/AIDS Support Action Network (PASAN)

<http://www.pasan.org> · 416-920-9567

The Teresa Group

<https://www.teresagroup.ca>

info@teresagroup.ca · 416-596-7703

The Toronto People With AIDS Foundation (PWA)

<https://www.pwatoronto.org>

info@pwatoronto.org · 416-506-1400

Women's Health in Women's Hands (WHIWH)

<https://www.whiwh.com> · 416-593-7655

info@whiwh.com