

# Relation sexuelle anale

## Qu'est-ce qu'une relation sexuelle anale?

Par relation sexuelle anale, on entend la pénétration du pénis dans l'anus (l'orifice d'où sortent les selles).

## Jusqu'à quel point la relation sexuelle anale est-elle sécuritaire?

- Le risque de contracter une infection transmissible sexuellement (ITS) et le virus de l'immunodéficience humaine (VIH) est généralement plus élevé pour la pratique du sexe anal que pour les autres pratiques sexuelles.
- Le risque de grossesse est présent si des spermatozoïdes se retrouvent à l'entrée du vagin.

## Que puis faire pour qu'une relation sexuelle anale soit plus sécuritaire?

- Servez-vous d'un condom toutes les fois que vous avez une relation sexuelle (anale, orale ou vaginale) afin de réduire le risque de contracter une ITS et le VIH.
- Servez-vous d'un nouveau condom ou une nouvelle digue dentaire (morceau de latex que l'on appelle également digue buccale) pour chaque rapport anal, oral ou vaginal.
- Envisagez d'utiliser des lubrifiants à base d'eau ou de silicone puisqu'ils peuvent procurer un plus grand confort lors d'une relation sexuelle et réduire le risque de déchirure du condom. N'utilisez aucun lubrifiant à base d'huile (p. ex., une lotion ou de la Vaseline®), car ce type de lubrifiant peut perforer le condom et accroître le risque de déchirure.
- N'utilisez aucun condom lubrifié au nonoxynol-9, car ce type de lubrifiant peut augmenter le risque de contracter le VIH.
- Lavez-vous les parties génitales et l'anus avant et après la relation sexuelle.
- Demandez à votre ou vos partenaires de faire un mouvement lent de pénétration dans votre anus lorsque vous êtes détendu(e) pour faire en sorte que la pénétration soit plus agréable et réduire le risque de déchirure de l'anus.
- Le condom en latex peut offrir une meilleure protection que les autres types de condoms (p. ex., ceux en polyuréthane) parce qu'il risque moins de se déchirer ou de glisser. Cependant, les autres types de condoms demeurent un bon choix pour les personnes allergiques au latex.
- If a condom breaks or sperm gets near the genitals of a person who could become pregnant, think about getting emergency contraception as soon as possible to help prevent pregnancy.

---

## Le saviez-vous?

- Vous avez le droit de choisir d'avoir des relations sexuelles ou de ne pas en avoir.
- Vous pouvez prévoir de discuter avec votre ou vos partenaires des manières de diminuer les risques de grossesse et de transmission d'une ITS et du VIH.
- Vous pouvez envisager de faire régulièrement des tests de dépistage des ITS et du VIH. Parlez-en à votre fournisseur de soins de santé.
- De nombreuses cliniques offrent des méthodes de contraception gratuites ou peu coûteuses.

Pour trouver une clinique près de vous, consultez **ahs.ca/srh**

Pour obtenir les conseils d'un infirmier ou d'une infirmière ou de l'information générale sur la santé, appelez la ligne Health Link au **811**.

## Sites Web

[ahs.ca/srh](http://ahs.ca/srh)

[ReadyOrNotAlberta.ca](http://ReadyOrNotAlberta.ca)

[teachingsexualhealth.ca](http://teachingsexualhealth.ca)

[myhealth.alberta.ca](http://myhealth.alberta.ca)

[sexandu.ca](http://sexandu.ca)

*Ce document vous est offert à titre d'information seulement. Il ne doit pas servir à remplacer l'avis, les directives ou les traitements prodigués par un médecin. Si vous avez des questions, veuillez consulter votre médecin ou un professionnel des soins de la santé approprié. Le contenu de cette page ne peut être modifié sans le consentement de l'auteur.*