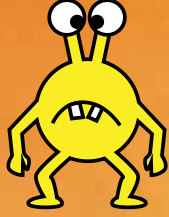


VIH/SIDA ET TRAITEMENT ANTIRETROVIRAL



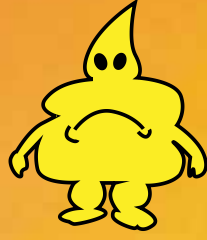
Maladies générales



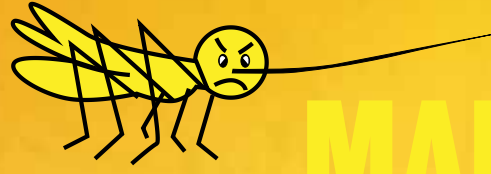
Tuberculose



Grippe



Diarrhée



Malaria

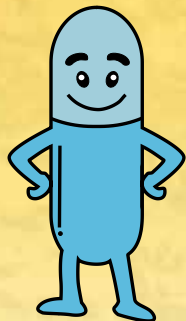
MALADIE



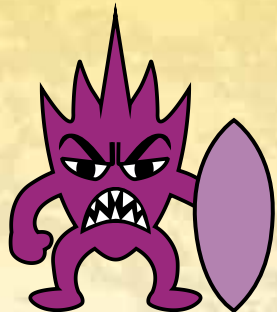
CD4



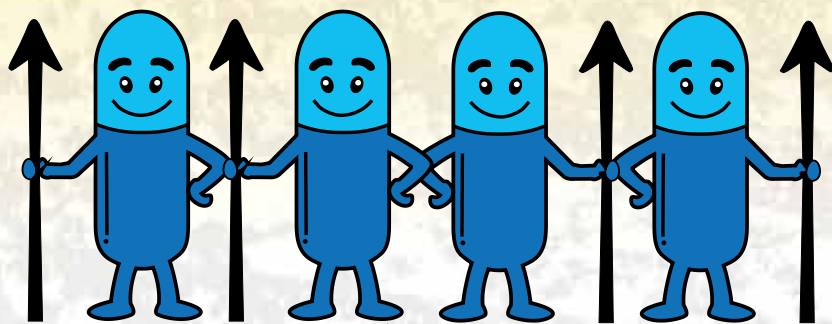
VIH



ARV



VIHr



ARV2



VIHr2

Image 1: Système immunitaire et infections opportunistes

RÔLE DU SYSTÈME IMMUNITAIRE (CD4)

Santé et maladies:

Les maladies (en jaune) comme la Tuberculose, la grippe, le paludisme, le VIH et d'autres, sont causées par des microbes, des bactéries et des virus. Ces maladies sont vos ennemis et peuvent vous rendre malade.

Cellules CD4 et système immunitaire:

Les CD4 (en vert) sont des cellules qui vivent à l'intérieur du sang et protègent le corps contre les maladies. Elles sont comme les «soldats» de votre corps et elles se battent contre vos ennemis, les maladies. Toutes les cellules CD4 ensemble forment l'«Armée» du corps, ce que nous appelons le système immunitaire.

ACTION DU VIH SUR LE SYSTÈME IMMUNITAIRE

Le VIH (en rouge) est un virus qui pénètre dans votre corps.

Il produit des virus VIH supplémentaires une fois dans votre corps et attaque vos cellules CD4, détruisant le système immunitaire (les soldats de votre corps).

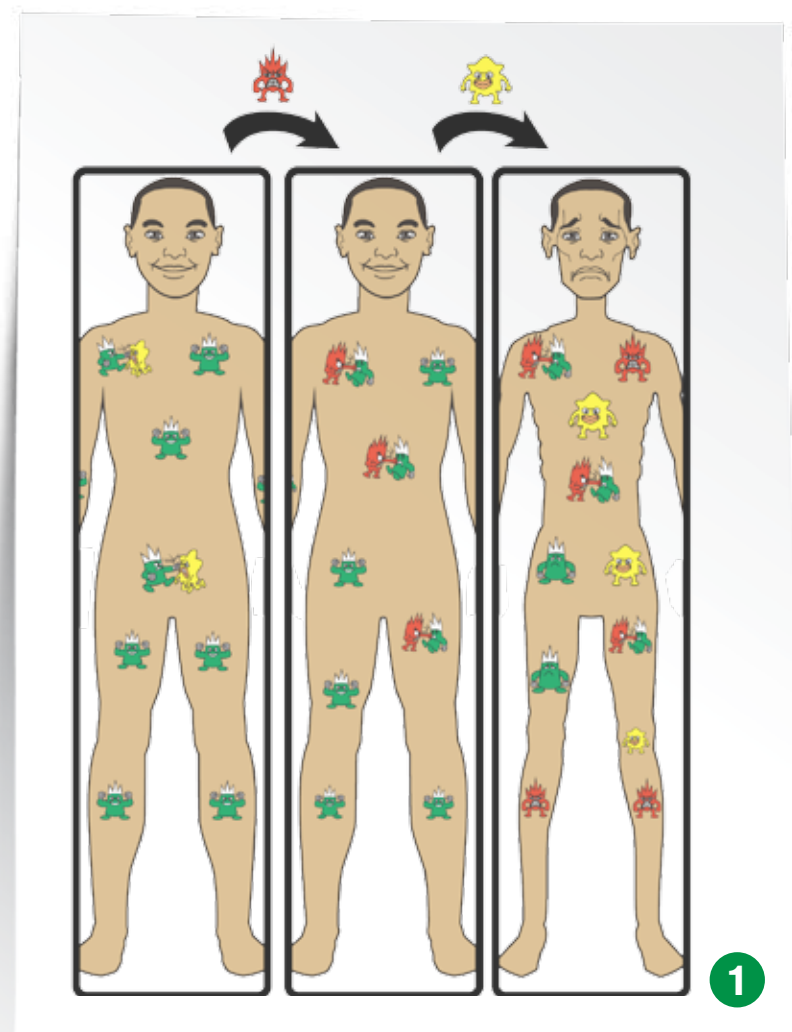
INFECTIONS OPPORTUNISTES ET NOMBRE DE CD4

Infections opportunistes:

Lorsque le VIH tue les cellules CD4 (les soldats de votre corps) les maladies peuvent alors entrer dans le corps et vous rendre malade. Nous appelons ces infections « opportunistes ». Les plus fréquentes sont la tuberculose, la diarrhée et les maladies de la peau.

Le nombre de CD4:

Le test sanguin que vous aviez réalisé après votre dépistage de VIH, est appelé numération des CD4. Il indique la force du système immunitaire - combien de soldats de votre corps sont encore vivants. Le nombre des CD4 est le test le plus important pour décider du moment où vous devez commencer le traitement.



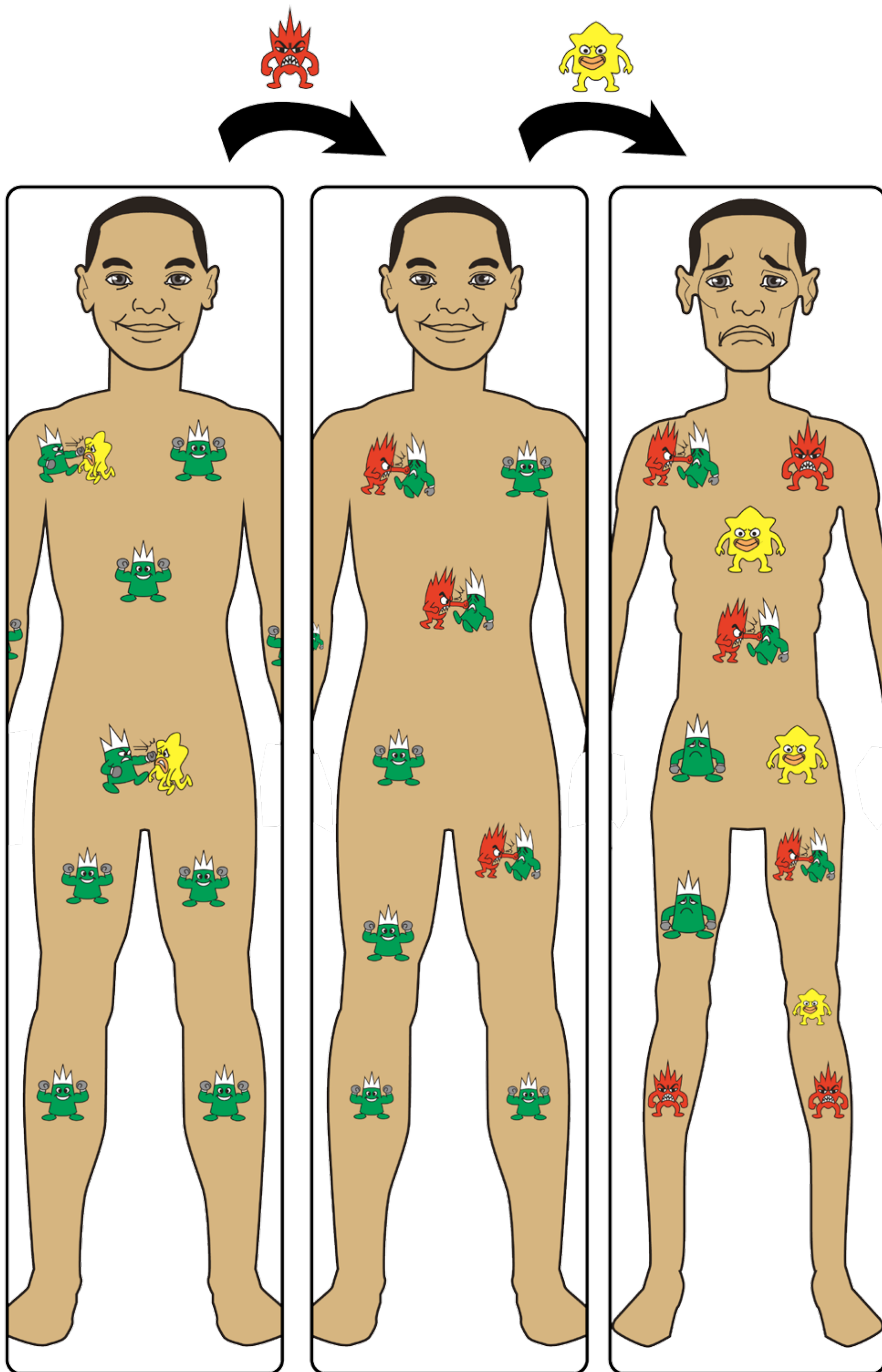


Image 2: Antirétroviraux (ARV) et VIH

Les ARV sont des médicaments qui arrêtent la multiplication du VIH:

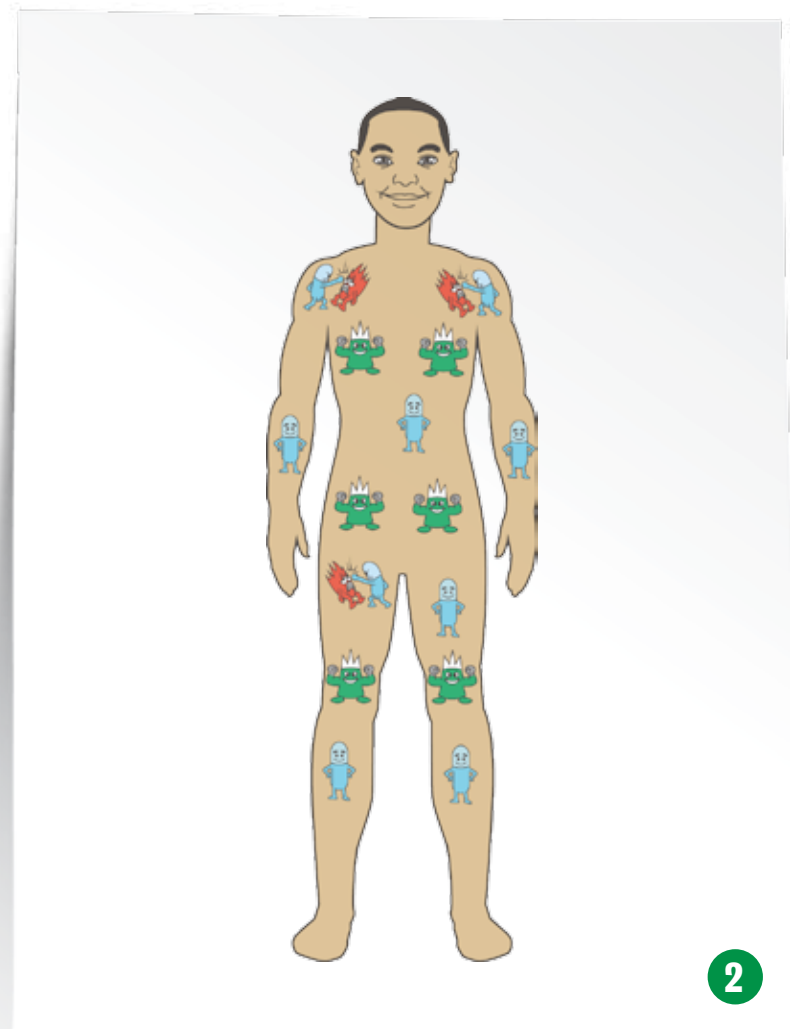
Lorsque le VIH cesse de produire des virus VIH supplémentaires dans nos corps, nos cellules CD4 peuvent augmenter à nouveau, rendant notre système immunitaire fort et en mesure de combattre les maladies. Les ARV ne tuent pas tous le VIH du corps.

L'importance de commencer le traitement à temps:

Le meilleur moment pour commencer le traitement aux ARV c'est lorsque votre taux des CD4 est juste en dessous de 500. Tant que votre taux des CD4 est supérieur à 500, vous avez encore un bon système immunitaire et vous vous sentez en bonne santé. En dessous de 500 vous courez un risque plus élevé de contracter des infections comme la tuberculose, et de tomber malade. Plus tôt vous commencerez le traitement aux ARV, pendant que vous vous sentez encore en bonne santé, moins vous courrez le risque de tomber malade et de détruire votre système immunitaire de façon permanente. Le fait de commencer le traitement aux ARV très tôt diminue également le risque de transmettre le VIH à votre partenaire ou aux enfants. Auparavant nous attendions plus longtemps avant de proposer aux gens de commencer le traitement aux ARV, mais du fait que nous avons maintenant de meilleurs médicaments avec moins d'effets secondaires, nous sommes heureux de vous mettre sous traitement plus tôt.

Un traitement à vie:

Le traitement aux ARV est un traitement à vie et ne doit pas être interrompu pour reprendre plus tard. Plus vous adhérez (respectez) à votre traitement, mieux vous vous sentirez et plus longtemps vous vivrez.



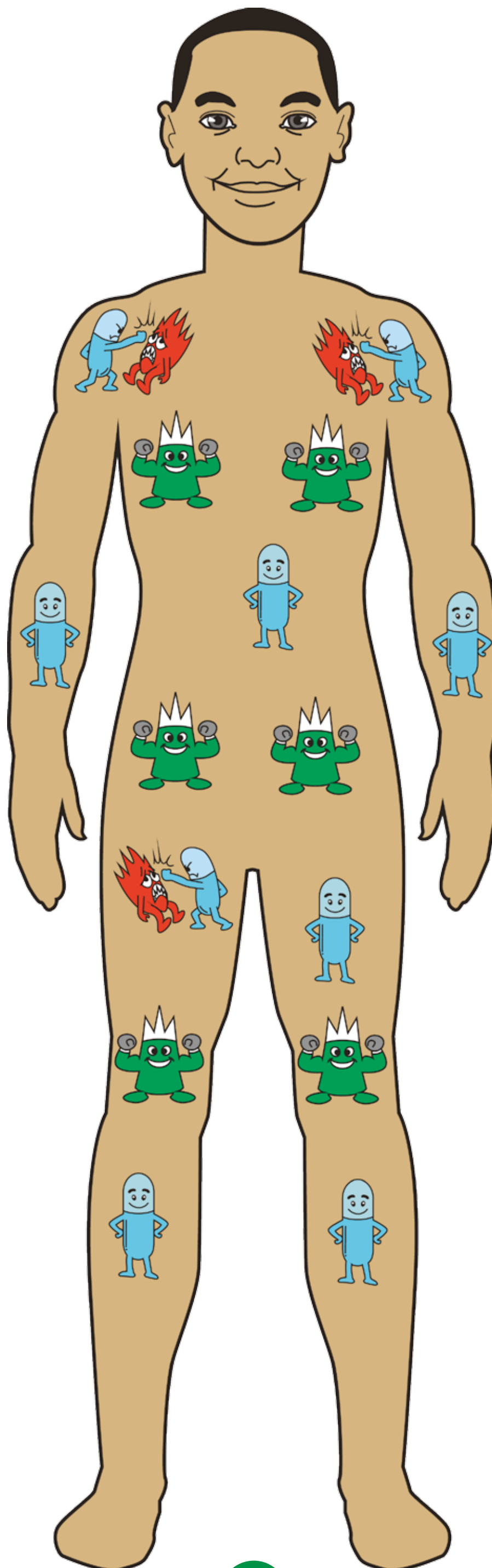


Image 3: Traitement aux antirétroviraux

Horaire de prise des médicaments:

Les ARV doivent être pris chaque jour à la même heure ou le plus proche de cette heure dans la mesure du possible. La plupart des patients devront prendre leur traitement une fois par jour, certains (surtout les enfants) devront encore prendre leurs médicaments matin et soir avec un intervalle de 12 heures. Chacun doit choisir le meilleur moment en fonction de ses habitudes: heure de réveil, travail, école, etc. Lorsque vous oubliez une dose, vous devez prendre la dose oubliée dès que vous vous en souvenez, puis revenir à votre horaire habituel de prise des médicaments. Lors de la séance individuelle avec le conseiller, vous établirez un plan sur la façon d'adhérer à votre traitement en utilisant des astuces simples pour vous rappeler les doses, où stocker vos médicaments, etc.



Système d'accompagnement:

Révéler votre statut sérologique à une tierce peut être d'une grande aide. Cette personne pourrait vous aider à vous rappeler de prendre vos médicaments, être une oreille attentive, vous accompagner à l'hôpital. Cependant, vous pouvez commencer le traitement, même si vous n'avez encore révélé à personne votre statut sérologique.

Apprendre une nouvelle habitude:

Apprendre une nouvelle habitude comme l'adhérence au traitement prend du temps et de la pratique. Il est normal que vous oubliiez une dose ou que vous preniez une dose en retard, mais nous allons travailler avec vous pour vous aider à améliorer votre prise de médicaments à la même heure chaque jour. Avec le temps, la prise des ARV deviendra plus facile.

Les effets secondaires du traitement ARV:

Tous les patients auront probablement des légers effets secondaires au début de leur traitement. Il est normal de sentir des nausées, des maux de tête, des étourdissements, des troubles du sommeil et de la diarrhée (expliquez les effets secondaires spécifiques du traitement au patient). Ils disparaissent généralement en quelques semaines après le début du traitement. Si vous vomissez dans l'heure qui suit votre prise des médicaments, vous devez prendre une autre dose (ou toutes). Il est important de continuer de suivre votre traitement même si vous ressentez ces effets secondaires, mais vous devez communiquer à votre clinicien (médecin, infirmier, ...) ces symptômes. Seuls quelques patients présenteront des symptômes graves. Si cela vous arrive, vous ne devrez pas arrêter de suivre votre traitement, mais venez à la structure de santé dès que possible pour que l'infirmière / médecin cerne le problème. Le problème pourrait être dû à des effets secondaires, mais pourrait également être lié au VIH lui-même ou à quelque chose d'autre.

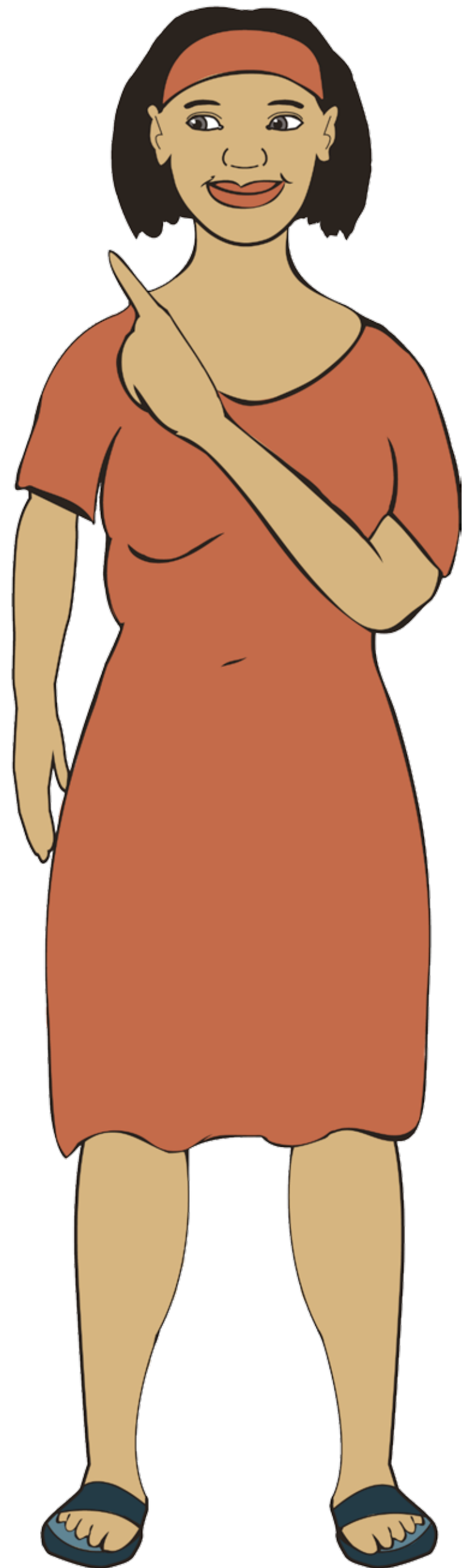
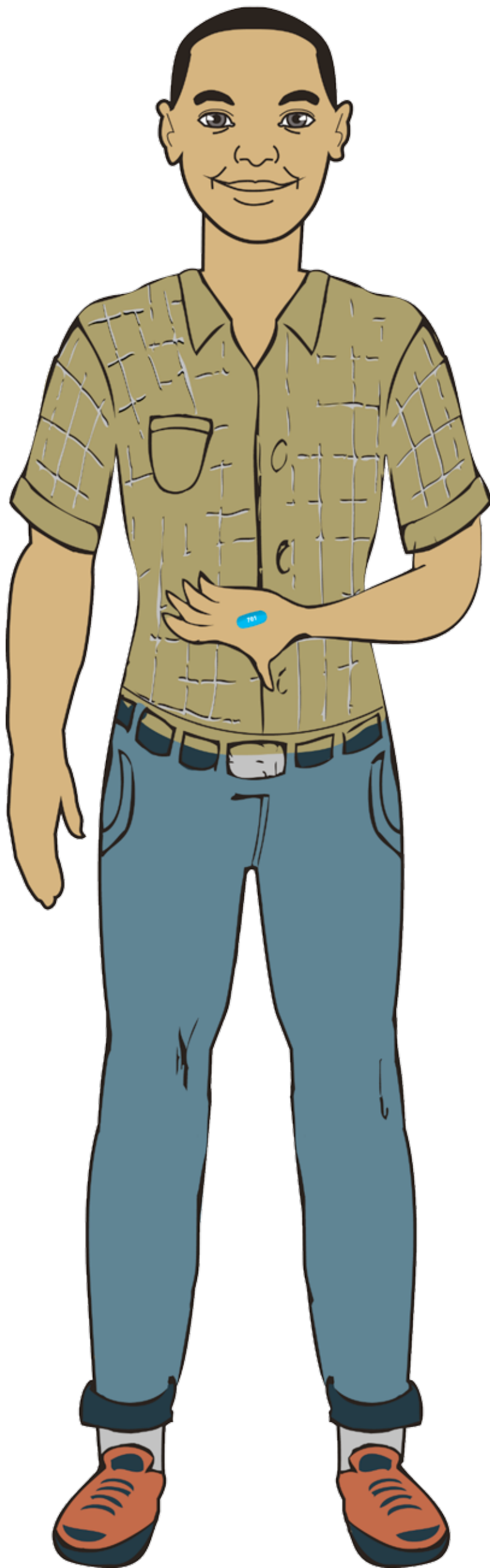
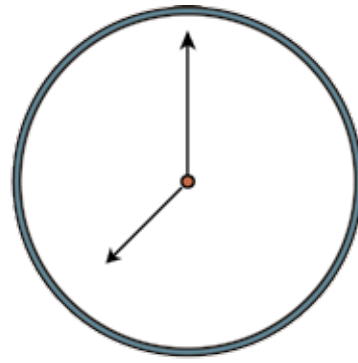


Image 4: Mauvaise adhérence

Qu'est-ce qu'une mauvaise adhérence au traitement ARV?

Les ARV devraient être pris chaque jour à la même heure ou le plus proche possible de cette heure. Une mauvaise adhérence se produit lorsque nous prenons souvent nos médicaments trop tard, lorsque nous oublions de prendre une dose, lorsque nous ne prenons pas tous nos médicaments ou lorsque nous arrêtons le traitement parce que nous nous sentons mieux, etc.

CONSÉQUENCES DE LA MAUVAISE ADHÉRENCE

1. Risque de tomber malade:

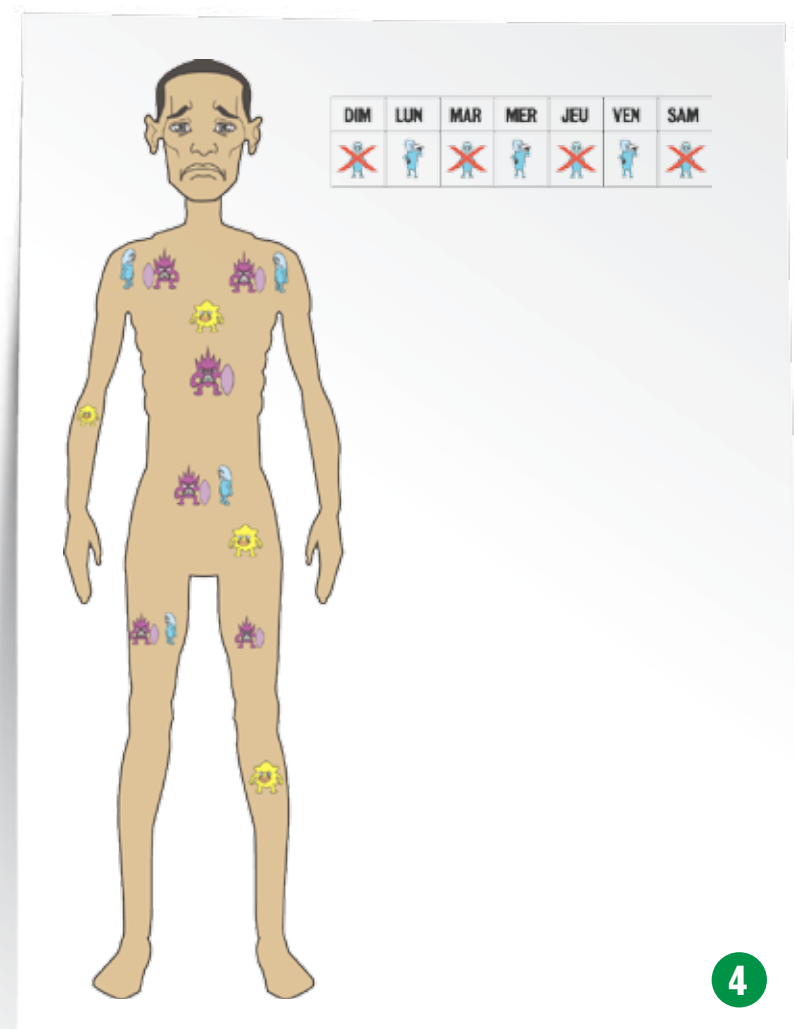
Si vous ne prenez pas vos ARV chaque jour à un moment choisi, vous n'aurez pas assez d'ARV dans votre sang pour combattre le VIH. Votre charge virale sera élevée, ce qui signifie que les VIH se multiplient à nouveau et vont détruire les cellules CD4. Cela signifie que vous ne pourrez pas lutter contre la maladie et vous tomberez malade.

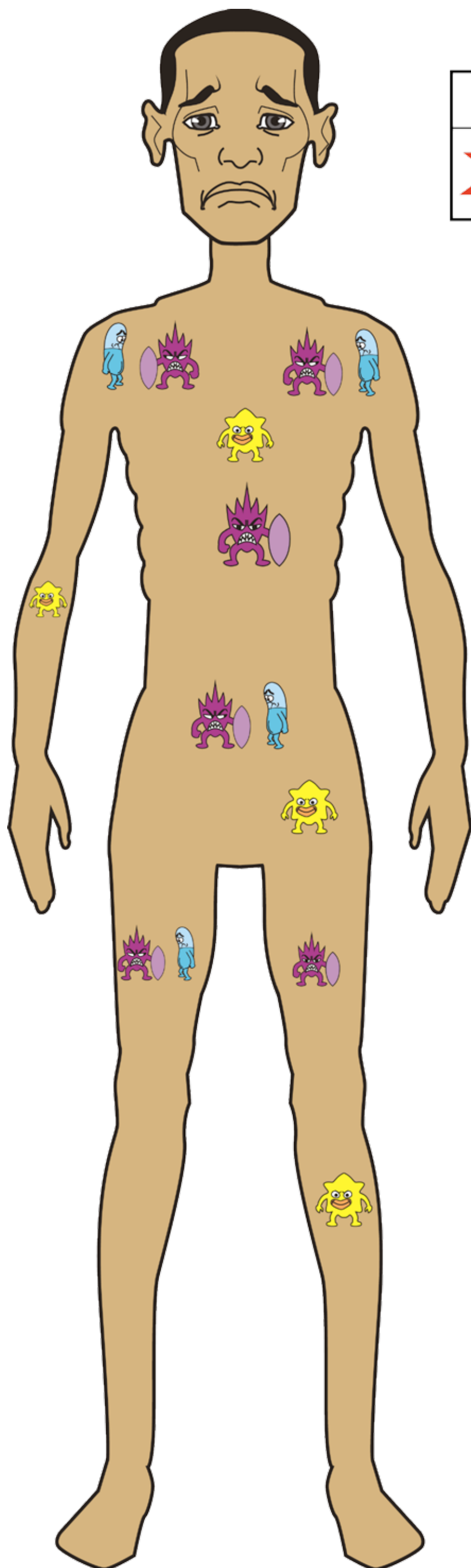
2. Développement de la résistance:

Si le niveau des ARV dans le sang est trop faible, le virus est capable de se transformer et va commencer à se multiplier à nouveau. Cela signifie que le virus du VIH est devenu résistant et que les ARV ne sont plus en mesure d'agir pour attaquer votre VIH.

3. Transmission du VIH à votre enfant ou votre partenaire:

Si votre charge virale est élevée ce qui signifie qu'il ya beaucoup de VIH dans votre sang, vous avez beaucoup plus de chances de transmettre le VIH à votre bébé pendant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement. La probabilité d'infecter votre partenaire par le VIH lors des rapports sexuels non protégés est également beaucoup plus élevée.





DIM	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM

Image 5: Le contrôle de la charge virale

Quel est le but de votre traitement ARV?

Lorsque vous prenez vos ARV chaque jour, ils arrêtent la multiplication des virus VIH (arrêt de la production de VIH supplémentaire dans votre corps) et empêchent le VIH de tuer vos cellules CD4 (les soldats de votre corps). Par conséquent, lorsque vous prenez des ARV, la quantité de VIH dans votre corps va diminuer.

Comment savoir si votre traitement antirétroviral est efficace?

En réalisant un contrôle de la charge virale. Un contrôle de la charge virale indique la quantité de VIH présente dans le sang et s'effectue par prélèvement de sang.

A quel moment convient-il de réaliser un contrôle de la charge virale?

Le premier contrôle de la charge virale doit être effectué à six mois, puis un an après le début du traitement. Ensuite vous devrez contrôler la charge virale chaque année (à adapter selon les cas) comme un examen de routine pour le suivi des patients infectés par le VIH sous ARV.

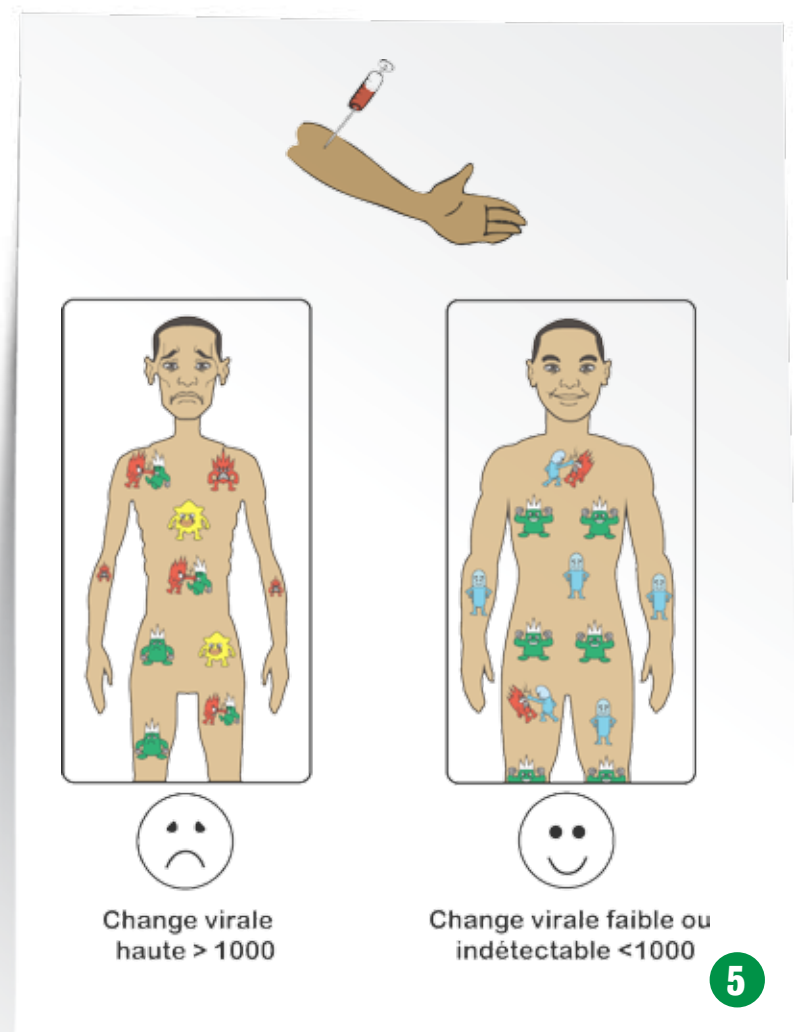
Si un problème apparaît avec votre charge virale, le contrôle sera refait trois mois plus tard. C'est votre droit de connaître votre résultat de la charge virale! Renseignez-vous auprès de votre agent de santé pour le test et pour vos résultats.

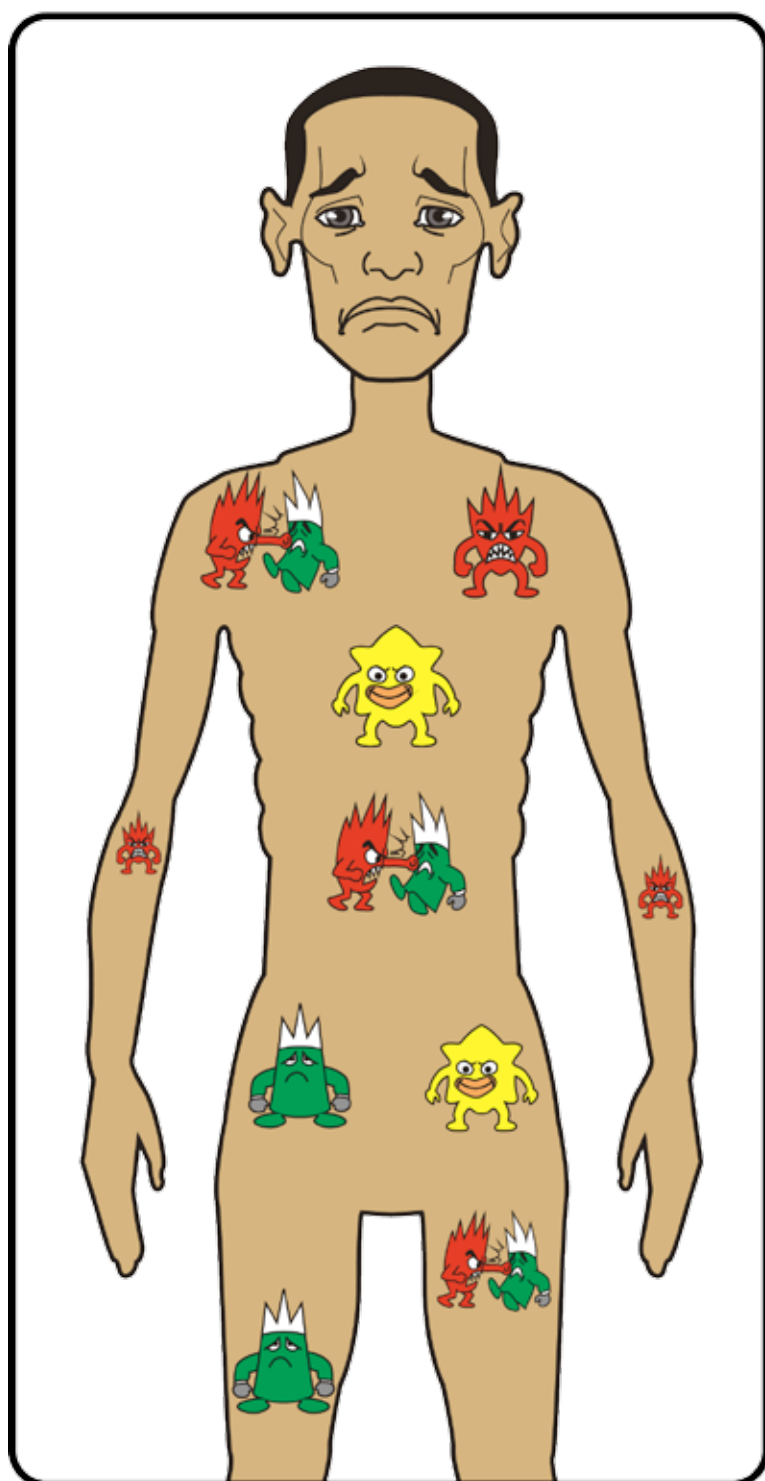
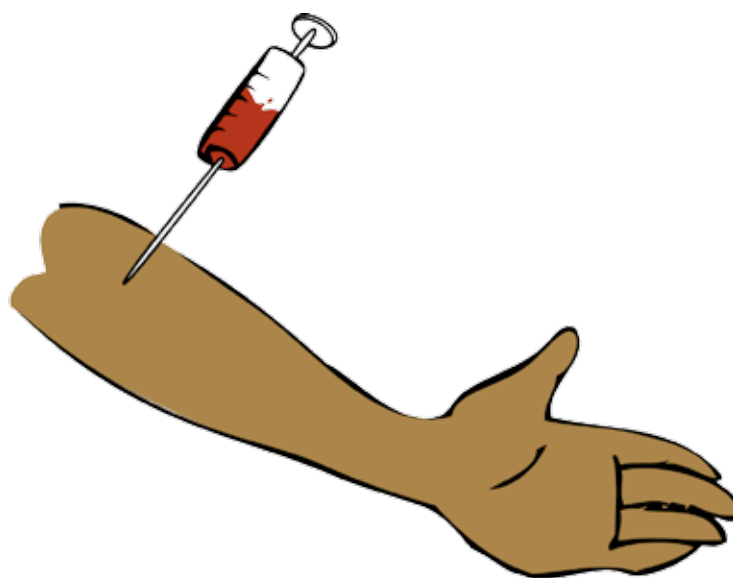
Que signifie un résultat de la charge virale faible ou indétectable?

- Une charge virale faible ou indétectable est une charge virale inférieure à 1000 copies (à adapter selon le cas). Cela signifie que vous avez très peu de VIH dans votre sang, qu'il n'a pas pu être mesuré. En effet, la multiplication du virus a été interrompue par le traitement antirétroviral. Une charge virale indétectable dans le sang ne signifie pas que vous n'avez plus le VIH, il signifie simplement qu'il ne peut pas être vu avec les tests dont nous disposons.
- Vous pouvez comparer le traitement aux ARV au désherbage du jardin: lorsque vous désherbez le jardin régulièrement (ou bien vous adhérez au traitement aux ARV), il n'y a guère de mauvaises herbes à voir (ou pas de VIH visible - votre charge virale est faible ou indétectable). Mais à partir du moment où vous arrêtez le désherbage du jardin (ou arrêtez de suivre le traitement aux ARV), la mauvaise herbe repousse à nouveau (ou le VIH se multiplie à nouveau). De la même manière votre charge virale est indétectable lorsque vous adhérez bien à votre traitement.
- Une charge virale faible ou indétectable est une très bonne chose car cela signifie que vous avez votre VIH sous contrôle. Vous devez continuer avec votre bonne adhérence. Vous serez maintenant vu de moins en moins par le clinicien et l'on vous proposera des moyens plus faciles pour aller chercher vos médicaments.

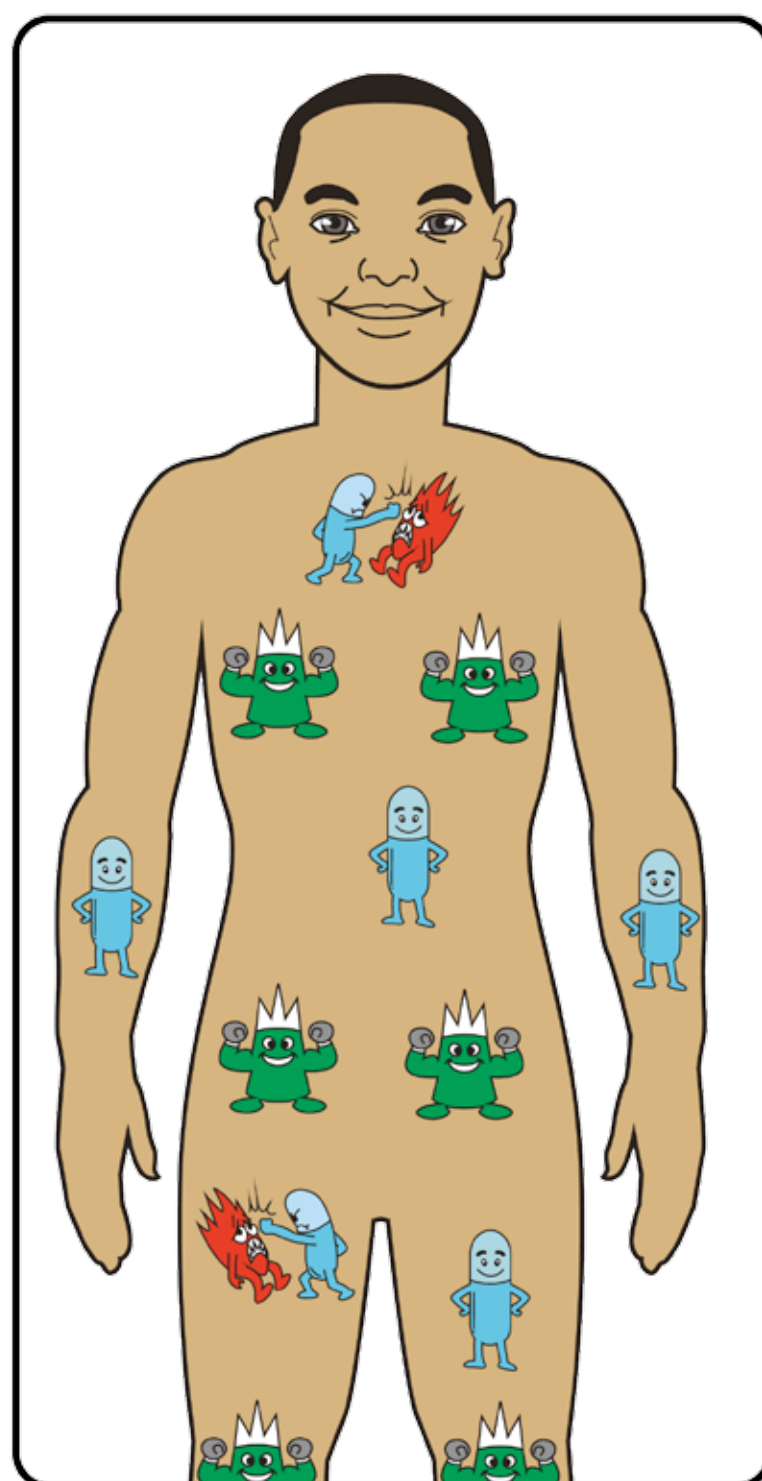
Que signifie un résultat de charge virale élevée?

- Vous pouvez avoir de sérieux problèmes pour adhérer à votre traitement. C'est la cause la plus fréquente qui explique une charge virale détectable.
- En résolvant vos problèmes d'adhérence tôt, vous pouvez ramener votre charge virale à un niveau faible ou indétectable.
- Dans certains cas, vous pourriez adhérer mais vous êtes déjà devenu résistant à votre traitement.





**Change virale
haute > 1000**



**Change virale faible ou
indéetectable < 1000**

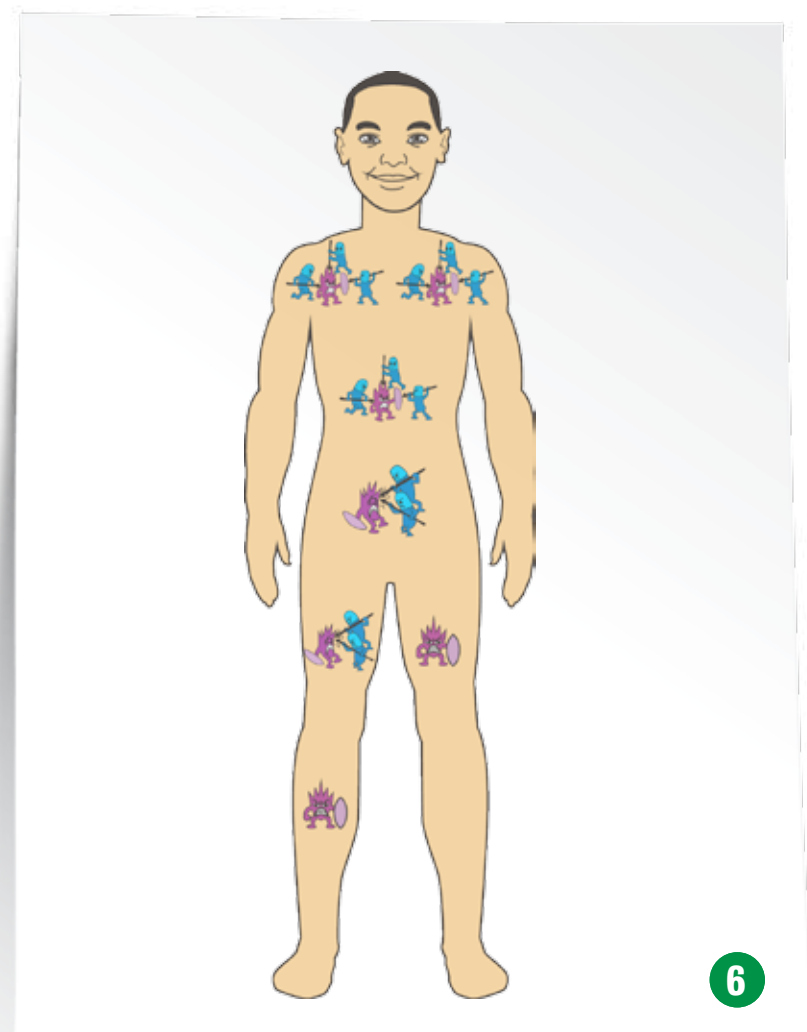
Image 6: Traitement de Seconde Ligne

Que signifie le traitement de 2ème ligne?

Si votre charge virale reste élevée (ce qui signifie qu'il y a encore beaucoup de VIH dans votre sang) malgré une bonne adhérence au traitement, cela signifie que le VIH est devenu résistant aux médicaments que vous prenez habituellement. Le médecin ou l'infirmière peut décider de vous mettre sur un autre traitement qui peut lutter contre le virus résistant. C'est ce que l'on appelle le traitement de 2ème ligne.

Adhérence au traitement de 2ème ligne:

Vous devrez bien adhérer au traitement de seconde ligne pour éviter que le VIH devienne résistant au nouveau traitement. Votre conseiller vous aidera à faire un plan pour adhérer à votre nouveau traitement.



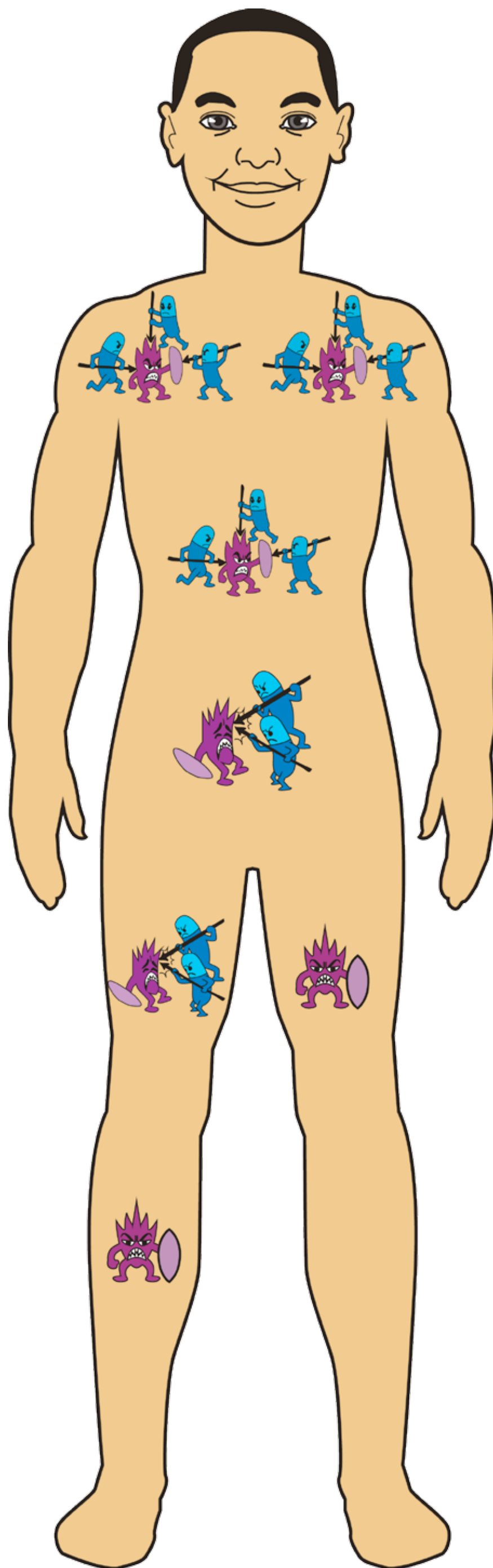


Image 7: Voyage

Dès que vous vous sentez bien, vous pouvez voyager à nouveau. Informez toujours votre infirmière / conseiller sur votre projet de voyage afin qu'ils soient en mesure de s'assurer que vous pouvez continuer à prendre vos médicaments pendant toute la période où vous serez absent.

Si vous envisagez de partir pour un court séjour:

- Informez votre médecin / infirmière et ils vont s'assurer que vous avez suffisamment de médicaments pour couvrir le temps où vous serez absent. Ils peuvent vous donner plus de médicaments de réserve que d'habitude si nécessaire.
- Prenez toujours vos médicaments et votre passeport de santé / carnet de patient avec vous lors de vos voyages



Si vous envisagez de partir pour un long séjour ou que vous n'êtes pas sûr de revenir:

- Les médecin / infirmière / conseiller vous fourniront un stock d'ARV couvrant au moins trois mois et vous aideront également à identifier un établissement de santé à votre destination que vous pourrez fréquenter pour la continuation du traitement.
- Ils vont également préparer une lettre de référence / transfert indiquant le traitement que vous suivez. Lorsque vous arriverez à l'établissement de santé à votre destination, vous devrez leur donner cette lettre de référence afin que l'infirmière / médecin sache comment mieux vous aider.
- Dans certaines cliniques ou dans d'autres pays, les médicaments du traitement que vous suivez actuellement peuvent avoir une autre couleur ou avoir plus ou moins de comprimés que ce que vous avez d'habitude. La chose la plus importante est que vous restiez sur le même type de traitement et que vous compreniez comment vous devez le prendre. Si votre type de traitement n'est pas disponible à la nouvelle clinique, discutez-en avec le prestataire de soins de santé



Image 8: Votre traitement pour voyager

Démarrage du traitement aux ARV:

Dès que vous aurez commencé le traitement aux ARV, vous serez invité à venir à la clinique régulièrement pour voir votre infirmière / médecin. Ceci afin de vérifier que vous êtes bien et que vous n'avez pas de problèmes avec votre traitement.

Options de recharge pour le traitement aux ARV une fois que votre charge virale est faible / CD4 est supérieur à X:

Adapter la section suivante localement selon l'outil de surveillance disponible, VL ou CD4.

Une fois que vous êtes bien et que votre charge virale est faible, vous n'aurez besoin de voir un médecin/infirmier qu'une fois par an. Ou une fois que vous vous sentez bien et que votre taux de CD4 est supérieur à X, vous n'aurez besoin de voir un médecin/infirmier que tous les 6 mois.

On vous proposera alors quelques options pour récupérer vos médicaments:

- Une option possible est que vous veniez vous-même tous les X mois à la clinique pour retirer vos médicaments directement à la pharmacie. Vous pouvez également demander à quelqu'un en qui vous avez confiance de vous retirer ces médicaments à la pharmacie, si vous lui remettez votre carnet de patient.
- Une autre option est de retirer vos médicaments en groupe, à la clinique ou dans un lieu communautaire, où un pair éducateur distribuera les médicaments tous les x mois; ou en constituant un groupe de personnes sous ARV de votre région et en organisant le retrait des médicaments à la clinique pour tous les membres du groupe par rotation tous les X mois.
- Quand faut-il revenir à la clinique ?

Quelle que soit l'option que vous avez choisie, il y a quelques points importants à garder à l'esprit:

- Vous devez continuer à voir votre clinicien et à contrôler la charge virale /CD4 au moins deux / une fois par an (adapter localement),
- Lorsque vous avez un problème de santé, vous devez toujours le signaler à votre clinique,
- Dans les cas suivants, vous devez vous présenter à la clinique dès que possible:
 - Si vous avez une charge virale élevée,
 - Si vous êtes enceinte,
 - Si vous avez des symptômes de la tuberculose comme une toux chronique, la fatigue, des sueurs nocturnes ou une perte de poids,
 - Si vous avez un mal de tête sévère qui n'est pas soulagé par le paracétamol,
 - Si vous avez une diarrhée qui persiste pendant plus d'une semaine,
 - Si vous vomissez pendant plus de trois jours,
 - Si vous développez une nouvelle éruption cutanée,
 - Si vous développez un gonflement de vos pieds / du visage ou êtes incapable d'uriner (si vous êtes sous TDF),
 - Si vous avez des graves troubles du sommeil ou un changement de comportement (si vous êtes sous EFV),
 - Si vous avez un essoufflement ou des étourdissements (si vous êtes sous AZT)



8



Image 9: Vos droits et devoirs

Les personnes vivant avec le VIH/SIDA ont certains droits et devoirs en matière de soins de santé.

Un droit est quelque chose qui doit vous être assuré par les agents de santé sans avoir à donner quelque chose en retour.

- Les agents de santé doivent garder votre statut sérologique VIH confidentiel
- Vous devez recevoir gratuitement les médicaments pour le traitement aux ARV.
- Vous devez obtenir une recharge des médicaments ARV d'au moins un mois à chaque visite, sans interruption.
- Vous devez obtenir des informations de l'agent de santé sur le traitement qu'il vous a prescrit, tels que les informations sur l'utilité de ces médicaments, quand et comment les prendre et quels sont leurs effets secondaires.
- Vous devez obtenir les résultats de vos tests des CD4 et de la charge virale.



Lorsque vos droits ne sont pas respectés, vous pouvez vous plaindre aux agents de santé, en faire rapport à d'autres autorités, aux réseaux des PVVIH ou aux organisations de la société civile traitant des questions du VIH et du droit à la santé. Les personnes vivant avec le VIH / sida ont aussi certains devoirs. Les devoirs sont des choses que vous devez faire pour s'assurer que l'agent de santé puisse vous offrir des soins de qualité.

- Vous devez fournir aux agents de santé des informations sur votre statut VIH, votre traitement et d'autres soucis de santé que vous avez,
- Vous devez vous occuper de vos dossiers médicaux personnels,
- Vous devez respecter le traitement qui vous a été prescrit.

