



Informations de base sur le traitement de l'infection par le VIH

überreicht durch / remise par

# thérapie ?

2018



## Que peut-on attendre du traitement contre le VIH ?

### Impressum

Herausgeberin: Deutsche AIDS-Hilfe e.V.,

Wilhelmstr. 138, 10963 Berlin

Tel.: 030 / 69 00 87-0

[www.aidshilfe.de](http://www.aidshilfe.de)

E-Mail: [dah@aidshilfe.de](mailto:dah@aidshilfe.de)

2. Auflage, 2018

Bestellnummer: 026017

Textgrundlage: Peter Wiefßner

Redaktion der 1. Auflage: Karl Lemmen,

Armin Schafberger, Uli Sporleder, Holger Sweers,

Achim Weber

Herzlichen Dank an: Götz Bähr, Dr. Christiane Cordes, Harald Hägele, Helmut Hartl, Hermann Jansen, Dr. Christoph Mayr, Clemens Sindelar, Carlos Stemmerich und Engelbert Zankl

Bearbeitung: Armin Schafberger, Holger Sweers

Gestaltung: Paul Bieri, dia°, [www.diaberlin.de](http://www.diaberlin.de)

Fotos: Marcel Steger

Druck: X-PRESS Grafik & Druck GmbH,

Lützowstr. 107–112, 10785 Berlin

Il existe plus de 20 médicaments « antirétroviraux » pour le traitement de l'infection par le VIH. Ces médicaments inhibent la multiplication du VIH. Plusieurs de ces médicaments sont associés dans ce que l'on appelle la thérapie antirétrovirale (= TAR), c'est pourquoi on la désigne également du terme de multithérapie ou de traitement combiné.

Lorsque l'on commence une thérapie suffisamment tôt et que l'on prend régulièrement les comprimés, on a de grandes chances de vivre de nombreuses années et décennies avec le VIH – tout en jouissant d'une bonne qualité de vie et d'une espérance de vie quasiment normale.

Bien que les médicaments soient très efficaces contre le VIH, ils ne peuvent pas éliminer le virus du corps ; une guérison par cette voie n'est donc pas possible. Pour éviter l'apparition de maladies potentiellement mortelles, les médicaments doivent vraisemblablement être pris à vie.



**Quels sont les effets du VIH  
sur le système immunitaire ?**

VIH est l'acronyme pour Virus de l'Immunodéficience humaine : il affaiblit les défenses du corps humain contre les agents pathogènes (virus, bactéries, champignons). Le VIH attaque, entre autres, les lymphocytes CD4 (cellules T auxiliaires) qui pilotent les autres cellules immunitaires lors de la défense contre les agents pathogènes, et se multiplie à l'intérieur de celles-ci. Par ailleurs, le virus modifie et endommage différents organes, par exemple, l'intestin, les reins, les os ou le cerveau.

Si l'infection par le virus VIH n'est pas traitée (par exemple parce que l'on n'a pas fait de test VIH et ne sait pas que l'on est infecté), il se passe la plupart du temps des années avant que l'on ne remarque les premiers signes (p. ex. un sentiment de malaise constant ou des diarrhées permanentes) ou jusqu'à l'apparition de maladies potentiellement mortelles (on parle alors de sida). On peut évaluer l'évolution de l'infection et le degré de dégradation du système immunitaire par le VIH en mesurant le nombre de lymphocytes CD4 et la charge virale :

## Nombre de lymphocytes CD4

Les personnes en bonne santé disposent en général de plus de 500 à 1.500 lymphocytes CD4 par microlitre (= millièème de litre) de sang. Chez les personnes atteintes par le VIH, en l'absence de traitement, le nombre de cellules T auxiliaires et leur capacité de fonctionnement s'affaiblit au fur et à mesure de la progression de l'infection jusqu'à ce que le système immunitaire ne puisse plus s'acquitter correctement de ses tâches. Notamment avec des valeurs inférieures à 200 lymphocytes CD4, des agents pathogènes qui ne peuvent rien contre une personne en bonne santé peuvent alors « profiter de l'occasion » et provoquer des maladies potentiellement mortelles (infections opportunistes).

## Charge virale

Plus le nombre de virus dans le sang est élevé (charge virale), plus le système immunitaire est atteint. Une charge virale faible indique au contraire que le virus ne se multiplie que lente-

ment et que le système immunitaire est moins endommagé. En cas de traitement antirétroviral efficace, la quantité de virus VIH dans le sang est tellement faible qu'elle ne peut plus être détectée par les procédures normales (« charge virale en dessous du seuil de détection »). Mais le VIH « sommeille » dans certaines cellules et le système immunitaire continue de fonctionner à un régime légèrement plus haut.

**Le nombre de lymphocytes CD4 et la charge virale peuvent être influencés par différents facteurs qui n'ont rien à voir avec le VIH, par exemple un virus grippal ou le stress. C'est pourquoi, afin d'évaluer l'évolution de l'infection ou encore l'efficacité du traitement antirétroviral, on a besoin de mesurer plusieurs valeurs sur une longue période.**

A landscape photograph showing a vast expanse of dark blue, choppy water in the foreground. In the distance, a range of low mountains or hills stretches across the horizon under a sky filled with soft, grey clouds. A solid green horizontal band is superimposed over the middle of the image, containing white text.

**Pourquoi une bonne relation médecin-patient est-elle importante ?**



Le succès des thérapies contre le VIH ne dépend pas seulement de l'acceptation du traitement par les patients et de « l'adhésion au traitement », mais également de l'expérience des médecins. Les organisations d'Aide contre le sida donnent (également de manière anonyme) des informations sur les endroits où trouver des médecins expérimentés dans la région et peuvent fournir des informations de santé complémentaires. L'art médical consiste à choisir avec le patient un traitement qui abaisse rapidement la charge virale en dessous du seuil de détection et la maintient à ce niveau. Ce traitement doit être adapté au quotidien (par ex. tenir compte de la vie professionnelle, de la sexualité et de la consommation de drogues), aux autres pathologies, et entraîner un minimum d'effets secondaires.

Pour cela, il est impératif de pouvoir parler franchement avec son médecin et d'avoir confiance en lui, par exemple de pouvoir parler des difficultés à prendre des médicaments au travail, des effets secondaires, des problèmes de sexualité, d'alcool ou de consommation de drogues. Bon à savoir : les médecins et le personnel des cabinets médicaux sont soumis au secret professionnel.






**Quand débiter un traitement  
antirétroviral ?**

Les directives actuelles recommandent de commencer le traitement contre le VIH rapidement après le diagnostic, indépendamment de la charge virale et du nombre de lymphocytes CD4. Tant que le nombre de lymphocytes T auxiliaires est supérieur à 500 par microlitre, il peut cependant y avoir, dans certains cas, de bonnes raisons d'attendre avant de commencer le traitement. Mais vous avez dans tous les cas suffisamment de temps pour vous faire conseiller – un centre d'Aide contre le sida proche de chez vous vous fournira des adresses de médecins expérimentés.

Il arrive cependant régulièrement qu'une personne ne découvre son infection par le VIH que lorsque le système immunitaire est déjà fortement endommagé et que des pathologies lourdes sont diagnostiquées, comme par exemple la tuberculose, une mycose de l'œsophage ou une infection pulmonaire. Dans ce cas, le traitement de la maladie en question est primordial jusqu'à ce que le patient ait surmonté le plus dur car un traitement simultané contre l'infection par le VIH serait trop difficile à supporter pour l'organisme. Là aussi, il reste toujours suffisamment de temps pour s'adapter à la nouvelle situation et demander conseil.



**Comment choisir une  
combinaison adéquate ?**

Pour que le traitement s'installe immédiatement, on prend en compte différents aspects, par ex.

Existe-t-il des souches de VIH insensibles (= résistantes) à un ou plusieurs médicaments contre le VIH ? En Allemagne, cela est le cas pour environ 10 % des nouvelles infections par le VIH diagnostiquées.

Quels sont les protocoles de prise de médicaments les mieux adaptés à la vie quotidienne ? Certains médicaments doivent être pris avec un repas, d'autres à jeun, certains une fois par jour, d'autres deux fois par jour.

Dans quelle mesure des effets secondaires tels que des diarrhées ou des vertiges peuvent-ils avoir un impact sur la vie professionnelle, personnelle et sexuelle ?

Quelles sont les maladies dont souffre le patient en dehors de l'infection par le VIH ? Il est notamment conseillé aux patients souffrant d'hépatite B chronique de prendre des médicaments

contre le VIH qui luttent également contre le virus de l'hépatite. Certains médicaments contre le VIH ne sont pas non plus compatibles avec ceux qui font partie du traitement d'une autre maladie.

---

Quel est le stade de l'évolution de l'infection par le VIH ? Certaines combinaisons sont moins efficaces que d'autres lorsque le système immunitaire est fortement endommagé (sida) ou la charge virale élevée.





**Que faut-il observer lors de la prise des médicaments ?**

Le but du traitement contre le VIH est d'empêcher durablement la multiplication du virus et ainsi la destruction de lymphocytes et d'autres dommages. Pour atteindre cet objectif, les médicaments contre le VIH doivent en permanence être présents dans le sang en quantité suffisante, c'est-à-dire atteindre le taux d'efficacité nécessaire. Un taux sanguin trop faible d'un médicament ne permet pas d'empêcher efficacement la multiplication des virus et rend le virus résistant (= insensible) contre cette substance, voire dans certains cas contre d'autres médicaments contre le VIH avant même leur administration (« résistance croisée »). Par contre, un taux d'efficacité trop élevé peut renforcer inutilement les effets secondaires.

Afin d'atteindre le taux d'efficacité requis, les médicaments doivent être pris aux doses et aux moments prescrits. En outre, avec certains médicaments, il est impératif de suivre des prescriptions alimentaires. Afin de n'oublier aucune dose, des montres bracelets munies d'alarmes et des piluliers avec différents compartiments sont disponibles en pharmacie. Lorsque tous les pilules et comprimés ont été placés dans le pilulier, on voit d'un seul coup œil si on a, par exemple, déjà pris la dose du matin ou du soir.

Comme les médicaments ne peuvent pas éliminer le virus du corps, il est vraisemblable qu'ils devront être pris à vie afin d'empêcher la production de virus. Si, par contre, on interrompt souvent le traitement ou si l'on prend les médicaments irrégulièrement, le VIH peut se multiplier à nouveau et développer des résistances contre les médicaments utilisés.

**À quoi mesure-t-on le succès  
du traitement ?**



## La charge virale baisse.

Ce processus prend quelques semaines à quelques mois. Au bout de trois mois, la charge virale devrait atteindre un niveau inférieur au « seuil de détection » (celui-ci est aujourd'hui d'environ 20 à 40 copies du virus par ml de sang). Cela ne signifie pourtant pas qu'il n'y a plus aucun virus dans l'organisme : le traitement ne peut pas éradiquer le VIH.

## Le nombre de lymphocytes CD4 augmente, le système immunitaire récupère.

Lorsque la multiplication du virus est inhibée, il n'y a pratiquement plus de lymphocytes CD4 infectés. Lorsque le traitement est efficace, leur nombre augmente à nouveau, mais cela met plus longtemps que l'abaissement de la charge virale. Le système immunitaire récupère et on peut également le renforcer par une alimentation équilibrée, un sommeil suffisant, du sport et de l'exercice physique, moins d'alcool et de nicotine.



**Qu'en est-il des effets  
secondaires ?**

Comme tous les médicaments, les médicaments contre le VIH entraînent des effets indésirables, ce que l'on appelle des effets secondaires décrits dans la notice de chaque médicament. Il ne faut pas trop avoir peur car les effets secondaires survenus à un moment quelconque en tout lieu doivent tous être mentionnés pour des raisons juridiques. La plupart des patients traités contre le VIH supportent bien le traitement.

Il est par contre important d'être informé des effets secondaires les plus fréquents du traitement prescrit pour pouvoir s'y préparer.

## Effets secondaires aigus

Des effets secondaires aigus peuvent apparaître pendant les premières semaines de la prise de médicaments. Les plus fréquents sont les ballonnements, le manque d'appétit, les nausées, la diarrhée et la constipation, les vertiges et les troubles du sommeil. Certains de ces effets secondaires peuvent être facilement traités ou évités, par exemple à l'aide de médicaments ou de remèdes traditionnels éprouvés ou encore en modifiant les horaires d'administration.

Les effets secondaires peuvent être particulièrement aigus pendant les deux premières semaines suivant le début du traitement ou la modification du traitement. Il convient d'en tenir compte si l'on doit être exposé à des exigences ou des sollicitations particulières dans la période qui suit (par ex. au travail ou dans le cadre de ses études).



## Effets secondaires à long terme

Les effets secondaires à long terme peuvent survenir au bout de plusieurs mois ou années, par exemple des troubles du métabolisme comme un diabète mellitus ou un taux élevé de cholestérol. Les fonctions rénales ou la structure osseuse peuvent également être affectées.

Des états dépressifs et des dysfonctionnements sexuels sont également possibles, sachant que l'infection par le VIH elle-même et d'autres facteurs comme, par exemple, l'âge, la consommation de drogues, de nicotine et d'alcool ou encore le stress psychique peuvent jouer un rôle.

Le sport, l'exercice physique, une alimentation équilibrée, le sevrage tabagique et la diminution de la consommation d'alcool peuvent minimiser les effets des médicaments sur les nerfs et le métabolisme.

## Lorsque les effets secondaires sont trop forts...

...il ne faut pas arrêter la prise de médicaments de sa propre initiative, mais consulter un spécialiste du VIH. On peut alors réfléchir avec lui à un possible changement de médicaments anti-VIH produisant moins d'effets secondaires ou des effets secondaires plus facilement supportables.



**Que faire lorsque le traitement entraîne des problèmes ?**

Lorsque la combinaison de médicaments n'est pas vraiment efficace ou pose trop de problèmes, elle doit être modifiée le plus rapidement possible, par exemple

si la charge virale n'est pas descendue en dessous du seuil de détection au bout de trois mois à compter du début du traitement

si l'on a des difficultés à prendre les médicaments selon la prescription

si des effets indésirables apparaissent que l'on ne parvient pas à gérer ou qui présentent des risques

si des résistances apparaissent, c'est-à-dire si le VIH est insensible à un ou plusieurs des médicaments prescrits.

En outre, il faut savoir que l'échec du traitement ou le développement d'une résistance n'est pas toujours dû à un défaut de respect du traitement. Chez certaines personnes, le métabolisme est tellement actif que le corps décompose les médicaments trop rapidement, en conséquence le taux d'efficacité nécessaire n'est pas atteint ou ne l'est que transitoirement. D'autres facteurs comme, par exemple, les interactions entre les médicaments, une muqueuse intestinale en mauvais état ou d'autres maladies peuvent également jouer un rôle.

The image features a dramatic seascape. The top half is dominated by a sky filled with heavy, grey, and white clouds, suggesting an overcast or stormy day. Below the sky is a solid green horizontal band containing the text 'Qu'en est-il de la sexualité ?' in white, bold, sans-serif font. The bottom half of the image shows a dark, choppy sea with small waves and white foam. In the far distance, a range of low mountains or hills is visible on the horizon under a pale sky.

**Qu'en est-il de la sexualité ?**

Un traitement efficace entraîne une baisse drastique de la quantité de virus dans le sang, le sperme et les muqueuses.

Lorsque la charge virale dans le sang s'est maintenue en dessous du seuil de détection pendant au moins six mois, que les médicaments sont pris de manière régulière et que la charge virale est contrôlée par un médecin tous les trois mois, le VIH ne peut pas être transmis lors de rapports sexuels sans préservatif.

Si, entre une personne séropositive en dessous du seuil de détection et une personne séronégative ou non testée la question se pose de renoncer ou non au préservatif, l'Aide allemande contre le sida (Deutsche AIDS-Hilfe – DAH) recommande d'en parler et de prendre une décision conjointe qui convienne à tous les deux.

Les séronégatifs ou non testés sont tributaires de la confiance qu'ils ont dans le partenaire séropositif à remplir les conditions exigées par la « protection par la thérapie ». Chacun doit évaluer lui-même si un tel rapport de confiance existe. Cela est certainement plus facile en cas de relation suivie qu'en cas de rencontres sexuelles fugitives.

Nous recommandons d'utiliser des préservatifs en cas de doute. Cela vaut également lorsqu'une conversation et une décision conjointe ne sont pas possibles.

Les préservatifs protègent également efficacement contre les autres maladies sexuellement transmissibles – ce qui n'est pas le cas des médicaments contre le VIH. Toutefois, certaines maladies sexuellement transmissibles peuvent également être transmises malgré l'utilisation de préservatifs et les symptômes n'apparaissent la plupart du temps pas ou ne sont pas remarqués. C'est pourquoi nous recommandons de se faire examiner au moins une fois par an et, le cas échéant, de se faire soigner.



Il convient également d'être prudent face aux produits contre les dysfonctionnements érectiles tels que Viagra®, Cialis® ou Levitra® – leur utilisation doit être dans tous les cas décidée avec le médecin traitant. Lorsque l'on prend des médicaments contre le VIH de la famille des inhibiteurs de protéases, il peut arriver qu'une petite partie de la dose usuelle du produit contre les dysfonctionnements érectiles suffit à produire l'effet souhaité. Si l'on prend la dose normale, des effets secondaires graves comme, par exemple, une chute de tension dangereuse sont possibles.



**Qu'en est-il du désir d'enfant  
et de la grossesse ?**

Les hommes séropositifs avec une charge virale détectable ne peuvent pas transmettre le virus à l'enfant lors de la conception, mais peuvent contaminer leur partenaire (et en conséquence l'enfant peut également être infecté). Ceci peut être évité au moyen d'un « lavage du sperme » et d'une insémination artificielle ultérieure.

Si la charge virale de l'homme est stable et reste en dessous du seuil de détection grâce à un traitement contre le VIH, une conception naturelle est possible. La prise de médicaments par le futur père ne nuit pas à l'enfant.

Les femmes séropositives avec une charge virale détectable peuvent transmettre le VIH à leurs partenaires et à leurs enfants lorsqu'aucune mesure n'est prise. Si la femme prend régulièrement des médicaments contre le VIH et si sa charge virale se maintient durablement en dessous du seuil de détection, son partenaire ne peut pas s'infecter lors de la conception.

Le risque de transmission du VIH de la mère à l'enfant peut être réduit à moins de 1% : lorsque la mère prend des médicaments contre le VIH pour abaisser la charge virale dans le sang en dessous du seuil de détection et à l'aide d'un traitement préventif du nourrisson avec des médicaments contre le VIH pendant plusieurs semaines. Si la charge virale de la mère est stable et reste en dessous du seuil de détection, l'enfant peut venir au monde par voie naturelle, dans le cas contraire une césarienne programmée est recommandée. Un suivi médical par un spécialiste du VIH est important dans tous les cas.



**Qu'en est-il des autres  
médicaments et des drogues?**

Des interactions dangereuses peuvent se produire entre les médicaments contre le VIH, les drogues et d'autres médicaments et substances. Certains médicaments contre le VIH retardent la décomposition des drogues dans le corps, ce qui veut dire que les drogues agissent plus longtemps et plus fortement. D'autres médicaments contre le VIH abaissent le taux d'efficacité des produits de substitution, ce qui entraîne des symptômes de sevrage. L'alcool augmente les effets secondaires des médicaments contre le VIH. De même, l'extrait de millepertuis fréquemment utilisé pour combattre les états dépressifs empêche certains médicaments contre le VIH d'agir correctement, de sorte que des résistances se développent. Il faut donc impérativement prévenir le médecin si l'on prend des drogues et des médicaments. Aucune inquiétude à avoir – celui-ci ne transmettra pas ces informations aux autorités ni à la police.



**Qu'en est-il des voyages ?**

Où que vous alliez : les médicaments importants doivent être transportés dans le bagage à main afin de ne pas être pris au dépourvu si la valise arrive en retard ou se perd. Dans certains pays, rares, surtout au Moyen et au Proche Orient, il existe toutefois des restrictions d'entrée ou des restrictions de séjour pour les personnes atteintes du VIH. Vous trouverez des informations à ce sujet sur [www.hivtravel.org](http://www.hivtravel.org) (en Anglais).





**Qu'en est-il des vaccins ?**



Pour les personnes séropositives, les vaccins (par ex. contre l'hépatite A et B, la grippe ou la pneumonie à pneumocoques) sont particulièrement importants car les personnes infectées par le VIH et dont le système immunitaire est endommagé sont plus vulnérables aux infections. Lorsque le nombre de lymphocytes CD4 est faible, la protection conférée par un ancien vaccin peut être perdue. Lorsque le système immunitaire se rétablit grâce à une thérapie, il convient de vérifier si certains vaccins (hépatite A/B, tétanos, diphtérie, polio...) doivent être rafraîchis.



## Sources d'information

### Brochures de la Deutsche AIDS-Hilfe

---

#### **Nous en parlons (2016)**

Informations sur le VIH et le sida  
(numéro de commande : 044018,  
[www.aidshilfe.de/shop/pdf/7718](http://www.aidshilfe.de/shop/pdf/7718))

---

#### **Bon à savoir (2016)**

Informations sur le test du VIH  
(numéro de commande : 044014,  
[www.aidshilfe.de/shop/pdf/7711](http://www.aidshilfe.de/shop/pdf/7711))

---

#### **Ta santé, tes droits /**

#### **Deine Gesundheit, deine Rechte (2016)**

Informations, conseils utiles et adresses  
(brochure bilingue ; numéro de commande :  
024009, [www.aidshilfe.de/shop/pdf/7713](http://www.aidshilfe.de/shop/pdf/7713))

---

#### **Positive et enceinte (2013)**

(numéro de commande : 023016,  
<https://www.aidshilfe.de/shop/pdf/1898>)

Les brochures et autres supports d'information peuvent être commandés gratuitement auprès des centres d'Aide contre le sida (consultez les adresses sur [www.aidshilfe.de/adressen](http://www.aidshilfe.de/adressen)) ainsi qu'auprès de la Deutsche AIDS-Hilfe (Aide allemande contre le sida) à Berlin, internet : [www.aidshilfe.de](http://www.aidshilfe.de), courriel : [versand@dah.aidshilfe.de](mailto:versand@dah.aidshilfe.de).

---

### Informations sur Internet

---

[www.aides.org](http://www.aides.org)

(créée en 1984, AIDES est la première association de lutte contre le sida et les hépatites en France)

---

[www.sida-info-service.org](http://www.sida-info-service.org)

---

[www.lecrips-idf.net](http://www.lecrips-idf.net)

(Le Crips Ile de France, Centre régional d'information et de prévention du sida et pour la santé des jeunes)

## Conseil personnalisé...

---

...auprès des centres d'Aide contre le sida (adresses dans l'annuaire téléphonique, auprès de la DAH et sur [www.aidshilfe.de](http://www.aidshilfe.de)). Ces centres peuvent également vous indiquer des médecins spécialisés dans le traitement du VIH et vous mettre en contact avec d'autres personnes atteintes du VIH et du sida.

---

Le conseil téléphonique des centres d'Aide contre le sida est joignable au numéro 01803 319411 (du lundi au vendredi de 9h à 21h, samedi et dimanche de 12h à 14h ; 9 cents/min. à partir d'un poste fixe en Allemagne, maximum 42 cents/min. à partir d'un réseau mobile allemand). Le conseil en ligne est disponible sur [www.aidshilfe-beratung.de](http://www.aidshilfe-beratung.de).

---

Le Centre fédéral d'éducation pour la santé (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) est également disponible au numéro 01805 555 444 (14 cents/min. à partir d'un poste fixe, maximum 42 cents/min. à partir d'un mobile) ainsi que sur [www.aidsberatung.de](http://www.aidsberatung.de).