

éviter les infections

Chez la plupart des séropositifs, plus ça fait longtemps qu'ils sont infectés, plus le système immunitaire sera endommagé par le virus. Lorsque ces dégâts atteignent un certain point, vous pouvez contracter des maladies que l'organisme aurait pu combattre facilement auparavant. C'est ce qu'on appelle les infections opportunistes.

Les médecins peuvent prédire si vous courez le risque d'attraper ces infections opportunistes en comptant le nombre de cellules immunitaires appelées lymphocytes T ou CD4 présentes dans votre sang. Pour les adultes, le risque de contracter les infections opportunistes les plus sérieuses, est faible si le taux des cellules CD4 est supérieur à 200. La fréquence de ces infections augmente avec la chute du taux de CD4 au dessous de 200.

Si votre taux de CD4 descend en-dessous d'un certain niveau, votre médecin peut vous recommander de prendre des médicaments pour éviter certaines infections. C'est la prophylaxie primaire, c'est-à-dire la prévention d'une maladie avant qu'elle ne se manifeste. Si vous avez déjà contracté une infection, vous aurez besoin, une fois guéri(e), de suivre un traitement pour éviter qu'elle ne revienne. C'est ce qu'on appelle la prophylaxie secondaire ou la thérapie de maintenance.

Des médicaments mieux adaptés pour soigner les infections opportunistes ont augmenté la durée et la qualité de vie des séropositifs. Pour certaines infections il existe des traitements très efficaces. La pneumocystose pulmonaire (PCP) par exemple, une sorte de pneumonie qui était la cause principale de décès chez les personnes atteintes du sida peut être maintenant largement évitée. Cependant toutes les infections ne peuvent pas être évitées et les cliniques ont des opinions variées sur les traitements qui sont appropriés.

Un traitement avec les médicaments contre le VIH peut réduire la répllication du VIH à un niveau très bas et conduire à une augmentation du nombre de CD4 et des fonctions immunitaires. Cependant, même si vous prenez des médicaments anti-VIH, c'est important de continuer à prendre les médicaments qui vous protègent contre les infections jusqu'à ce que votre système immunitaire ait suffisamment récupéré pour pouvoir combattre ces infections de lui-même.

Avant de commencer une prophylaxie, il vous faudra calculer les avantages de la prévention des infections contre les inconvénients de la prise des médicaments et des effets secondaires. Pour certaines infections, comme la PCP, la balance est définitivement en faveur de la prophylaxie. Pour d'autres, comme par exemple le Cytomégalovirus (CMV) ou le Mycobacterium avium intracellulaire (MAI), la balance est moins claire. Il est donc important de considérer les points suivants avant de prendre une décision.

Premièrement, courez-vous le risque de développer une infection opportuniste? Ceci dépend en partie de votre taux de CD4 mais votre médecin peut aussi vous offrir des examens sanguins afin de déterminer si vous avez été infecté par certains organismes comme par exemple la toxoplasmose et le CMV. Si ces tests sont négatifs, vous pouvez prendre des mesures pour éviter d'y être exposé plutôt que de commencer à prendre des médicaments.

Si vous êtes à risque, renseignez-vous sur l'efficacité des médicaments et sur leurs effets secondaires. Cependant souvenez-vous que tout le monde est différent. Il est impossible de savoir à l'avance si vous souffrirez d'effets secondaires. La plupart des effets secondaires dus aux médicaments de prévention disparaissent une fois le traitement interrompu. Certains médicaments doivent être pris à jeun ou avec certains aliments, d'autres doivent être pris à des heures précises. Il vous faudra donc peut-être changer votre routine, ce qui risquerait d'affecter la qualité de votre vie. Il est probable qu'il existe plusieurs médicaments possibles, choisissez donc celui qui vous convient le mieux.

Certaines personnes ne trouveront peut-être pas de prophylaxie adéquate. D'autres n'aimeront pas l'idée de prendre des médicaments tout en étant en bonne santé. L'alternative est de vous faire suivre par un médecin afin de déceler immédiatement tout début d'infection. Décelées tôt, la plupart des infections répondent bien aux traitements.

Quoi qu'il en soit, les infections opportunistes sont graves - elles restent la cause principale de décès chez les séropositifs. Les personnes qui développent ces infections, perdent presque toujours du poids qui est souvent difficile à reprendre, et qui augmente les risques d'autres maladies.

Quand devriez-vous considérer une prophylaxie primaire?

Niveau de CD4	Infection	Médicaments potentiels
En dessous de 200	PCP	<i>Seprine</i> , pentamidine, dapsone
En dessous de 200	Toxoplasmose	<i>Seprine</i>
En dessous de 100	MAI	Rifabutine, clarithromycine
En dessous de 100	CMV	ganciclovir oral