

Nebenwirkungen



Diese Broschüre bietet Informationen über die möglichen Nebenwirkungen der HIV-Therapie. Alle Medikamente, auch die zur Behandlung von HIV eingesetzten, können ungewollte und unerwünschte Wirkungen haben – möglicherweise lesen Sie diese Informationen, weil Sie solche Nebenwirkungen befürchten oder schon Erfahrungen mit Nebenwirkungen gemacht haben.

Die folgenden Informationen sollen Ihnen dabei helfen, Nebenwirkungen zu verstehen, sie zu vermeiden und mit ihnen umzugehen.

Zu Nebenwirkungen kommt es nicht zwangsläufig – wenn wir sie hier beschreiben, heißt das nicht, dass sie tatsächlich bei Ihnen auftreten. Und selbst wenn es zu Nebenwirkungen kommt, sind sie meistens nur schwach ausgeprägt, zeitlich begrenzt oder behandelbar.

Nachdem Sie diese Broschüre gelesen haben, möchten Sie vielleicht mit Ihrem behandelnden HIV-Arzt/Ihrer behandelnden HIV-Ärztin oder einem anderen Mitglied Ihres Behandlungsteams über die Nebenwirkungen der HIV-Therapie sprechen.

Nebenwirkungen vermeiden

Um die HIV-Vermehrung zu unterdrücken, muss man verschiedene Anti-HIV-Medikamente miteinander kombinieren, die das Virus auf unterschiedliche Weise bekämpfen. Diese

Medikamente unterdrücken die HIV-Vermehrung sehr wirksam, aber sie können auch unerwünschte Wirkungen haben, sogenannte Nebenwirkungen.

Nebenwirkungen sind aber nicht nur ein Problem bei Anti-HIV-Medikamenten – alle Medikamente (einschließlich der Mittel aus der komplementären oder alternativen Medizin, wozu auch sogenannte natürliche Heilmittel oder medizinische Kräuter gehören) können unerwünschte Wirkungen haben.

Jedes der heute eingesetzten Anti-HIV-Medikamente hat viele Jahre der Entwicklung und Forschung hinter sich. Dazu gehören auch klinische Studien mit hunderten, manchmal tausenden HIV-infizierten Probanden. Diese Studien dienen dazu, die Wirksamkeit der Medikamente gegen HIV und ihre sichere Anwendbarkeit zu bestätigen. Damit ein Medikament zugelassen wird, muss nachgewiesen werden, dass sein Nutzen die möglichen Nebenwirkungen überwiegt.

Die meisten Nebenwirkungen, die in klinischen Studien festgestellt werden, sind eher mild (z. B. Durchfall, Krankheitsgefühl oder Kopfschmerzen) und treten häufig nur vorübergehend auf. Doch auch milde Nebenwirkungen können Ihre Lebensqualität beeinträchtigen – Sie sollten daher über die potenziellen unerwünschten Wirkungen Bescheid wissen.

Manchmal kommt es in klinischen Studien und in der Erforschung eines Medikaments auch zu schwereren Nebenwirkungen. Auch eine besonders schwere und sogar potenziell lebensbedrohliche unerwünschte Wirkung in Form einer allergischen Reaktion auf ein Medikament kann auftreten. Solche schweren Nebenwirkungen sind aber selten.

Allergische Reaktionen

Am höchsten ist das Risiko einer allergischen Reaktion bei den drei Anti-HIV-Medikamenten Abacavir (Ziagen, auch in den Kombinationspräparaten Kivexa und Trizivir), Nevirapin (Viramune) und Etravirin (Intelence).

Abacavir-Hypersensitivität

Man nimmt an, dass etwa 8 % der Patient(inn)en, die Ihre Behandlung mit Abacavir beginnen, eine allergische Reaktion gegen diese Substanz entwickeln (man spricht hier auch von einer Abacavir-Hypersensitivitätsreaktion). Diese Reaktion steht mit einem Gen namens HLA-B*5701 in Verbindung. Bevor Sie eine Behandlung mit Abacavir beginnen, sollten Sie daher mit einem Gentest bestimmen lassen, ob dieses Gen bei Ihnen vorliegt.

Fällt dieser Test positiv aus, sollten Abacavir oder Kombinationspräparate, die Abacavir enthalten, nicht bei Ihnen eingesetzt werden. Fällt der Test negativ aus, können Sie eine Behandlung mit Abacavir beginnen, sollten aber unverzüglich Ihre behandelnde Ärztin oder Ihren behandelnden Arzt informieren, wenn bei Ihnen Symptome wie Fieber, Hautausschlag, Übelkeit, Erbrechen oder Bauchschmerzen auftreten, denn eine allergische Reaktion ist auch bei einem negativen Testergebnis möglich (wenngleich das Risiko gering ist). Wenn Sie Abacavir aufgrund einer allergischen Reaktion absetzen, dürfen Sie danach nie wieder Abacavir einnehmen – das wäre nicht nur gefährlich, sondern unter Umständen sogar lebensgefährlich.

Nevirapin-Lebertoxizität

Bei einer sehr kleinen Zahl von Patient(inn)en, die eine Behandlung mit Nevirapin beginnen, kommt es zu schweren Leberproblemen. Auch diese Reaktion scheint mit einem bestimmten Gen zusammenzuhängen. Um das Risiko einer allergischen Reaktion auf Nevirapin zu reduzieren, sollte das Medikament nicht bei Männern mit einer CD4-Zellzahl über 400 und nicht bei Frauen mit einer CD4-Zellzahl über 250 eingesetzt werden.

Auch andere Medikamente (darunter auch Anti-HIV-Medikamente) können in seltenen Fällen zu allergischen Reaktionen führen. Aus diesem Grund ist es sehr wichtig, dass Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt baldmöglichst informieren, wenn bei Ihnen Hautausschlag oder Fieber auftritt oder Sie sich nach dem Start einer Behandlung mit einem neuen Medikament unwohl fühlen.

Etravirin-Hypersensitivität

Bei einer kleinen Zahl von Patient(inn)en, die mit dem NNRTI Etravirin (Intelence) behandelt wurden, ist es etwa drei bis sechs Wochen nach dem Beginn der Behandlung zu starken Hautausschlägen gekommen. In den schwersten Fällen kam es zu Reaktionen, bei denen die Haut Bläschen bildete und sich abschälte. Diese allergische Reaktion ist selten, aber sehr gravierend und potenziell lebensbedrohlich.

Eine solche schwere Hypersensitivitätsreaktion wird in der Regel von anderen Symptomen wie Fieber, extremer Müdigkeit, Bindehaut-entzündung des Auges, Schwellungen im Gesicht, Muskel- oder Gelenkschmerzen oder Zeichen für Leberprobleme begleitet (Gelbfärbung der Augen, dunkler Urin, Übelkeit, Erbrechen, Druckempfindlichkeit unterhalb der Rippen). Wenn derartige Symptome bei Ihnen auftreten, sollten Sie sich unverzüglich in medizinische Behandlung begeben.

Etravin kann in den ersten Wochen der Behandlung auch zu einem milden Hautausschlag führen – sollte das bei Ihnen der Fall sein, wenden Sie sich am besten an Ihren behandelnden Arzt oder Ihre Ärztin, damit Sie ärztlich untersucht werden können. Wird eine Hypersensitivitätsreaktion festgestellt, sollten Sie die Behandlung mit Etravirin unverzüglich stoppen und das Medikament nie wieder einnehmen.

Kurzzeit- und Langzeit- nebenwirkungen

Einige Nebenwirkungen treten kurz nach dem Beginn einer Behandlung auf, weil sich der Körper auf die neue Substanz einstellen muss. Solche Nebenwirkungen werden meist nach ein paar Tagen, Wochen oder Monaten schwächer, sodass man mit ihnen umgehen kann, oder sie verschwinden vollständig. Man nennt diese unerwünschten Wirkungen auch Kurzzeitnebenwirkungen.

Andere Nebenwirkungen dagegen treten erst nach einigen Monaten oder Jahren der Behandlung mit einem Medikament auf. Diese Nebenwirkungen nennt man Langzeitnebenwirkungen.

Manchmal führen Medikamente auch zu Nebenwirkungen, die man bei ihrer Erforschung und Entwicklung noch nicht identifiziert hatte und die erst deutlich zu Tage treten, wenn viele Patient(inn)en das Medikament über einen längeren Zeitraum einnehmen. Sie sollten daher Ihre Ärztin oder Ihren Arzt über alle ungewöhnlichen Symptome informieren, die bei Ihnen auftreten, damit man die Ursache feststellen und die richtigen Maßnahmen ergreifen kann.

Bei wem treten Nebenwirkungen auf?

Nebenwirkungen von Anti-HIV-Medikamenten können bei jedem und jeder auftreten. Ihre Art und Ihr Ausmaß können dabei von Person unterschiedlich sein.

Das heißt aber nicht, dass es bei Ihnen auf jeden Fall zu Nebenwirkungen kommt – viele Patientinnen und Patienten, die antiretrovirale Medikamente einnehmen, haben überhaupt keine Probleme mit Nebenwirkungen.

Bei anderen kommt es zu milden Nebenwirkungen, mit denen sie aber ohne größere Probleme oder Unannehmlichkeiten zurechtkommen.

Bei einigen Patient(inn)en treten Nebenwirkungen auf, die sich dann abschwächen oder völlig verschwinden.

Bei einer kleinen Zahl von Patient(inn)en kommt es aber zu dauerhaften Nebenwirkungen bestimmter HIV-Medikamente, welche die Lebensqualität beeinträchtigen und sogar zu körperlichen oder psychischen Problemen führen.

Das Risiko, dass es bei Ihnen zu Nebenwirkungen kommt, wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst.

Ein Faktor ist die genetische Ausstattung. So ist beispielsweise bekannt, dass bei Nordeuropäern der Anteil der Menschen mit dem Gen für die Abacavir-Hypersensitivität größer ist.

Auch das Geschlecht kann das Nebenwirkungsrisiko beeinflussen. Wie oben bereits angemerkt, sollten Frauen bei einer CD4-Zellzahl über 250 und Männer mit einer CD4-Zellzahl über 400 keine Therapie mit Nevirapin beginnen. Möglicherweise sind auch die Veränderungen beim Körperfett (Lipodystrophie), die bei einigen Patient(inn)en unter einer Behandlung mit den früher eingesetzten Medikamenten auftraten, bei Frauen ausgeprägter als bei Männern.

Ein weiterer Faktor, der Ihr Nebenwirkungsrisiko beeinflussen kann, ist Ihre Lebensweise. So können einige Anti-HIV-Medikamente die Blutfettwerte erhöhen, und wenn Sie viele fettreiche Speisen zu sich nehmen, erhöht dies die Risiken für Ihre Gesundheit. Auch nimmt man an, dass einige HIV-Medikamente das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen erhöhen, was für Patient(inn)en, bei denen andere Risikofaktoren für solche Erkrankungen vorliegen, ein ernstes Problem darstellen kann.

Andere HIV-Medikamente können zu Leberproblemen führen – ebenso wie übermäßiger Alkoholkonsum oder der Konsum von Partydrogen. Auch bei gleichzeitiger Hepatitis-B- oder Hepatitis-C-Infektion kann das Risiko erhöht sein, dass bestimmte Anti-HIV-Medikamente zu Leberproblemen führen.

Man kann also etwas dafür tun, das Nebenwirkungsrisiko zu senken und seiner Gesundheit etwas Gutes zu tun. Dazu gehört zum Beispiel, sich ausgewogen zu ernähren (viel frisches Obst und Gemüse, nicht zu viel Fett), sich regelmäßig zu bewegen, nicht zu rauchen und nicht zu viel Alkohol zu trinken.

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin oder einem anderen Mitglied Ihres Behandlungsteams, wenn Sie Fragen zur richtigen Ernährung haben, mit dem Rauchen aufhören wollen oder mit jemandem über Ihren Alkohol- oder Drogenkonsum reden möchten.

Sollten bei Ihnen weitere Risikofaktoren für Nebenwirkungen vorliegen (z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen in der Familie oder eine Hepatitis-B- oder Hepatitis-C-Infektion), ist es wichtig, dass Ihre Ärztin oder Ihr Arzt darüber informiert ist, damit sie oder er gemeinsam mit Ihnen die passenden Anti-HIV-Medikamente auswählen kann.

Mit Nebenwirkungen umgehen

Nebenwirkungen können unangenehm, lästig, peinlich und manchmal sogar bedrohlich sein. Da ist es gut zu wissen, dass sie keineswegs in jedem Fall auftreten. Wichtig zu wissen ist, dass Sie selbst aktiv werden können, um das Risiko von Nebenwirkungen zu senken. Und falls doch Nebenwirkungen bei Ihnen auftreten, kann man fast immer etwas dagegen tun.

Eine Haltung zu Nebenwirkungen finden

Eine realistische Haltung zu Nebenwirkungen ist ein guter Ausgangspunkt. So sollten Sie wissen, dass die HIV-Therapie mit Nebenwirkungen verbunden sein kann, aber Sie sollten sich ebenso darüber im Klaren sein, dass

- die antiretrovirale Behandlung Ihrer Gesundheit und Ihrem Wohlbefinden dient – niemand sollte also Nebenwirkungen stumm ertragen; wenn Sie mit unerwünschten Wirkungen nicht zurechtkommen, kann man fast immer etwas dagegen unternehmen;
- die HIV-Therapie Ihnen die Chance auf eine annähernd normale Lebenserwartung bietet – wenn Sie den Therapiebeginn aus Angst vor Nebenwirkungen hinauszögern, erhöht sich Ihr Risiko, schwer krank zu werden, und wenn Sie erst bei schon stark geschwächtem Immunsystem mit einer antiretroviralen Therapie beginnen, kann auch Ihr Nebenwirkungsrisiko erhöht sein;
- die meisten Nebenwirkungen nur schwach sind und von allein wieder schwächer werden oder ganz verschwinden oder aber behandelt werden können;
- die heute gebräuchlichen Anti-HIV-Medikamente nicht mehr die schweren Nebenwirkungen haben, welche von den früher eingesetzten Medikamenten verursacht wurden;
- bestimmte Nebenwirkungen sich gut behandeln lassen.

Die HIV-Behandlung bietet heute zahlreiche Möglichkeiten. Falls Nebenwirkungen bei Ihnen auftreten, bestehen daher gute Chancen, zu einer Kombination zu wechseln, bei der es nicht zu diesen unerwünschten Wirkungen kommt.

Sich über Nebenwirkungen informieren

Vor dem Beginn einer antiretroviralen Therapie kann es hilfreich sein, sich über mögliche Nebenwirkungen der Anti-HIV-Medikamente zu informieren, um die für Sie bestmögliche Medikamentenkombination zu finden.

Diese Broschüre bietet Informationen zu einigen der gebräuchlichsten Medikamentenkombinationen, den möglichen Nebenwirkungen dieser Medikamente und den Maßnahmen gegen diese unerwünschten Wirkungen.

Über Nebenwirkungen sprechen

Es ist wichtig, dass Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt oder einem anderen Mitglied aus Ihrem Gesundheitsteam über potenzielle Nebenwirkungen und ihre möglichen Auswirkungen sprechen. In einem solchen Gespräch sollten Sie Ihr HIV-Behandlungsteam auch über Details Ihrer medizinischen Vorgeschichte, der medizinischen Geschichte Ihrer Familie und Ihren Lebensstil informieren, sofern diese Ihr Nebenwirkungsrisiko beeinflussen könnten. Umgekehrt sollten Sie Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt über Ihre Anti-HIV-Medikamente informieren, damit sie oder er keine Mittel verschreibt, die zu schädlichen Wechselwirkungen führen könnten.

Ihr Behandlungsteam muss unter anderem Bescheid wissen über

- bekannte Allergien gegen bestimmte Medikamente,
- Gesundheitsprobleme wie z. B. Herz-, Leber- oder Nierenerkrankungen oder psychische Probleme wie Depressionen,
- andere von Ihnen eingenommene Medikamente (verschreibungspflichtige, frei verkäufliche oder Mittel aus der komplementären Medizin) oder Partydrogen.

Falls Sie sich vor einer bestimmten Nebenwirkung fürchten, sollten Sie mit einem Mitglied Ihres Behandlungsteams darüber sprechen, um sich ausführlich informieren zu lassen und Ihre Befürchtungen besprechen zu können. Ihr Team wird Ihnen gegebenenfalls auch eine andere Medikamentenkombination vorschlagen oder Ihnen zeigen, wie Sie das Nebenwirkungsrisiko senken oder die Auswirkungen dieser Nebenwirkung begrenzen können.

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt (oder Ihre Apothekerin/Ihr Apotheker) sollte Sie auf jeden Fall über mögliche gefährliche Nebenwirkungen Ihrer Medikamente und die möglichen Symptome informieren – wenn Sie etwas nicht verstehen, fragen Sie nach. Lassen Sie sich auch eine

Nummer geben oder eine Adresse nennen, die Sie anrufen oder an die Sie sich wenden können, falls Sie eine potenziell gefährliche Nebenwirkung bei sich beobachten oder zu beobachten glauben.

Eine HIV-Behandlung fängt man in aller Regel nicht in einer Notsituation an, und es ist höchst unwahrscheinlich, dass man von einem Augenblick auf den anderen eine Therapieentscheidung treffen muss. Wenn irgend möglich, sollte man den Therapiebeginn in eine Phase ohne allzu viel äußeren Stress legen und sich vielleicht ein, zwei Wochen freinehmen, um mit möglichen Nebenwirkungen umgehen zu können.

Mit Nebenwirkungen leben

Durch Ihre Lebensführung können Sie dazu beitragen, Ihr Nebenwirkungsrisiko zu senken oder das Ausmaß von Nebenwirkungen zu begrenzen.

Der Beginn einer HIV-Therapie (oder ein Therapiewechsel) stellt in aller Regel einen Einschnitt in Ihrem Leben dar – wichtig ist daher, dass Sie Ihre Fähigkeit, mit potenziellen Nebenwirkungen umzugehen, realistisch einschätzen. Sinnvoll ist in jedem Fall, keine anderen wichtigen Entscheidungen oder Ereignisse für die Phase des Therapiebeginns einzuplanen.

Im Folgenden einige hilfreiche Tipps für Ihre Gesundheit:

- Essen Sie ausreichend und bewusst – eine ausgewogene Ernährung ist entscheidend für Ihre Gesundheit. Ihre Ärztin oder Ihr Arzt kann Sie bei Bedarf an einen Ernährungsspezialisten/eine Ernährungsspezialistin überweisen, der oder die Sie in Ernährungsfragen berät.
- Ausreichender Schlaf ist für die körperliche und geistige Gesundheit unabdingbar. Gegen Schlafstörungen kann man etwas tun – Ihre HIV-Ärztin/Ihr HIV-Arzt (oder Ihre Hausärztin/Ihr Hausarzt) wird Ihnen weiterhelfen.
- Das Gefühl, mit den Wechselfällen des Lebens fertig werden zu können, ist genauso wichtig wie die körperliche Gesundheit.
- Wichtig ist auch regelmäßige Bewegung – Sie fühlen sich besser und senken Ihr Risiko für bestimmte schwere Erkrankungen.
- Rauchen verursacht viele gesundheitliche Probleme, darunter Lungenkrebs, Herzkrankheiten und Schlaganfälle. Fangen Sie erst gar nicht mit dem Rauchen an oder versuchen Sie, damit aufzuhören, falls Sie Raucher/-in sind.

- Achten Sie darauf, wie viel Alkohol Sie trinken. Wenn Sie regelmäßig mehr Alkohol als die empfohlenen Mengen konsumieren, kann dies zu Gesundheitsproblemen wie Lebererkrankungen, Herzkrankheiten und Schlaganfällen führen.
- Vorsicht ist auch bei Partydrogen geboten. Wenn Ihnen Ihr Alkohol- oder Drogenkonsum Sorgen macht, können Sie darüber mit einem Mitglied Ihres Gesundheitsteams oder Ihrem Hausarzt/Ihrer Hausärztin sprechen, um Hilfe zu bekommen.

Nebenwirkungen kommen und gehen ...

Viele Patient(inn)en, die antiretrovirale Medikamente einnehmen, bekommen es irgendwann mit irgendeiner Art von Nebenwirkung zu tun. Die meisten dieser Nebenwirkungen sind aber leicht, gehen vorüber oder lassen sich behandeln.

Und selbst wenn Sie es mit schweren Nebenwirkungen zu tun haben oder sich durch Nebenwirkungen stark beeinträchtigt fühlen, ist es unwahrscheinlich, dass dies so bleibt.

Machen Sie sich aber immer wieder bewusst, dass Sie Nebenwirkungen nicht einfach stumm ertragen oder allein mit ihnen fertig werden müssen. Ziel der HIV-Therapie ist, dass es Ihnen besser geht. Wenn Sie mit einer Nebenwirkung nicht umgehen können, sollten Sie dies mit Ihrem HIV-Arzt/Ihrer HIV-Ärztin, einer Schwester/einem Pfleger oder Ihrem Apotheker/Ihrer Apothekerin besprechen, damit man Ihnen helfen kann.

Häufige Nebenwirkungen

In diesem Abschnitt geht es um die häufigsten Nebenwirkungen der derzeit gebräuchlichen Anti-HIV-Medikamente.

Ziel ist, dass Sie Nebenwirkungen erkennen können und darüber informiert sind, was Sie gegen solche unerwünschten Wirkungen tun können.

Vorausgeschickt seien drei wichtige „Merksätze“ zum Thema Nebenwirkungen:

- Viele Symptome wie zum Beispiel Kopfschmerzen, Durchfall, Übelkeit, Erbrechen oder Hautausschlag können auch andere Ursachen haben als Anti-HIV-Medikamente – sollte ein solches Symptom bei Ihnen auftreten, muss daran nicht die HIV-Behandlung schuld sein.

- Wenn Sie glauben, dass bei Ihnen eine Nebenwirkung aufgetreten ist, sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt darüber – es ist wichtig, die Ursache für die von Ihnen beobachteten Symptome festzustellen.
- Sie müssen Nebenwirkungen nicht „still ertragen“ – man kann fast immer etwas gegen sie tun.

Durchfall

Durchfall ist eine mögliche Nebenwirkung der meisten Anti-HIV-Medikamente.

Bei einigen Medikamenten verschwindet der Durchfall nach den ersten Wochen oder Monaten der Behandlung, für manche Patient(inn)en allerdings stellt er eine bleibende Begleiterscheinung eines bestimmten Medikaments dar.

Eine Ernährungsumstellung wirkt sich kaum auf Durchfall aus, der durch Protease-Inhibitoren oder andere Medikamente verursacht wird. Aber es gibt eine Reihe von Medikamenten, mit denen man Durchfall unter Kontrolle bringen kann, allen voran das Mittel Loperamid (Handelsname Imodium). Ihre Ärztin oder Ihr Arzt sollte Ihnen dieses Mittel verschreiben, falls Sie eine Therapie mit einem Anti-HIV-Medikament beginnen, das Durchfall verursachen kann.

Wichtig ist, dass Sie auch bei medikamenten-bedingtem Durchfall weiterhin essen und trinken. Wenn Durchfall ein Problem für Sie darstellt, sollten Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt besprechen, welche Möglichkeiten Sie haben.

Denken Sie daran, dass Durchfall auch andere Ursachen haben kann. Wenn Sie lang anhaltenden Durchfall haben, informieren Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt darüber, damit man die Ursache feststellen kann.

Übelkeit

Übelkeit oder Erbrechen sind mögliche Nebenwirkungen der meisten Anti-HIV-Medikamente. Ihre Ärztin oder Ihr Arzt sollte Ihnen ein Mittel gegen Übelkeit geben, falls Sie mit der Einnahme eines Anti-HIV-Medikamentes beginnen, das Übelkeit oder Erbrechen als mögliche Nebenwirkung hat.

Wie bei vielen anderen möglichen Nebenwirkungen sind Übelkeit und Erbrechen in der Regel in den ersten Therapiewochen am schlimmsten und lassen dann nach oder verschwinden vollständig.

Übelkeit und Erbrechen können auch andere Ursachen als die HIV-Therapie haben. Es ist daher sinnvoll, Ihre Ärztin oder Ihren Arzt zu informieren, wenn Übelkeit oder Erbrechen bei Ihnen auftreten, insbesondere dann, wenn weitere Symptome hinzukommen, vor allem Fieber.

Doch was auch immer die Ursache ist – Sie müssen sich nicht verpflichtet fühlen, sich mit den Symptomen abzufinden. Übelkeit und Erbrechen können Sie daran hindern, ausreichend Nahrung und Nährstoffe zu sich zu nehmen und Ihre HIV-Therapie nach Vorschrift einzunehmen. Neben ärztlich verordneten Mitteln gegen Übelkeit könnten die folgenden Tipps hilfreich sein, über die Sie mit ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin, Ihrem Apotheker oder Ihrer Apothekerin oder einem Ernährungsberater /einer Ernährungsberaterin sprechen können:

- Nehmen Sie lieber mehrere kleine Mahlzeiten über den Tag verteilt ein als zwei oder drei große Mahlzeiten.
- Essen Sie nicht zur selben Zeit flüssige und feste Speisen, sondern lassen Sie dazwischen mindestens eine Stunde Abstand.
- Vermeiden Sie fettige, frittierte oder sehr scharfe Speisen, ziehen Sie stattdessen leichte, milde Kost vor.
- Probieren Sie trockene Nahrung wie Toast, Cracker oder Müsli sowie milde Früchte und Gemüse aus.
- Salziges wie Cracker, Brezeln oder Popcorn kann Übelkeit reduzieren – nehmen Sie immer ein Päckchen mit, wenn Sie das Haus verlassen.
- Legen Sie sich für mindestens eine Stunde nach dem Essen nicht hin.
- Essen Sie kalte Speisen oder Speisen mit Zimmertemperatur – heißes Essen kann Übelkeit verschlimmern.
- Kräutertee (z. B. Pfefferminz- oder Kamillentee) und Ingwer können bei Magenbeschwerden gute Dienste leisten.

Kopfschmerzen

Kopfschmerzen sind eine mögliche Nebenwirkung vieler Anti-HIV-Medikamente. In den meisten Fällen sind sie leicht und lassen nach ein paar Behandlungswochen nach oder verschwinden ganz. Helfen können auch Schmerzmedikamente wie Paracetamol.

Wenn Sie – insbesondere schwere oder über mehrere Tage anhaltende – Kopfschmerzen haben, sollten Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt darüber informieren.

Stimmungs- und Schlafstörungen

Efavirenz (Sustiva oder Stocrin), FTC (Emtricitabin, Emtriva) und Tenofovir (Viread), die Substanzen in dem einmal täglich einzunehmenden Kombinationspräparat Atripla, können eine Reihe von Stimmungs- und Schlafstörungen verursachen.

Wenn solche Nebenwirkungen auftreten, sind sie aber in der Regel leicht und lassen sich nach einigen Wochen Therapie nach oder verschwinden ganz. Bei einigen Patient(inn)en sind diese Störungen aber so stark, dass sie deswegen die Therapie umstellen müssen. Informieren Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt, wenn bei Ihnen solche Nebenwirkungen auftreten.

Einigen Patient(inn)en hilft es, wenn sie ihre Medikamente vor dem Schlafengehen einnehmen. Auch der kurzzeitige Einsatz von Schlaftabletten kann Ihnen helfen, wieder zu Ihrem gewohnten Schlafverhalten zurückzufinden.

Hautausschlag

Hautausschlag kann eine Nebenwirkung mehrerer Anti-HIV-Medikamente sein.

Solche Ausschläge lassen sich oft nach einigen Behandlungswochen nach oder verschwinden wieder. Wenn bei Ihnen Hautausschlag auftritt, sollten Sie aber Ihre Ärztin oder Ihren Arzt informieren, denn er kann auch Anzeichen für Infektionen oder ernste Nebenwirkungen sein (insbesondere, wenn Sie Abacavir, Etravirin oder Nevirapin einnehmen).

Sexuelle Probleme

Sexuelle Probleme (manchmal auch sexuelle Dysfunktion genannt) sind bei Menschen mit HIV nicht selten. Sie gelten oft als Nebenwirkung der HIV-Behandlung, doch können sie verschiedene Ursachen haben. Ob die HIV-Behandlung der Grund ist, lässt sich oft nur schwer sagen.

Zu den sexuellen Problemen können sexuelles Desinteresse oder sexuelle Funktionsstörungen gehören (zum Beispiel Orgasmusschwierigkeiten oder Erektionsstörungen).

Neben Nebenwirkungen (nicht nur der HIV-Therapie, sondern auch von anderen, häufig eingesetzten Medikamenten wie z. B. Antidepressiva) können auch Sorgen und Stress,

psychische Probleme wie Depressionen, Drogen- und Alkoholkonsum, Krankheit und Alter einer sexuellen Störung zugrunde liegen.

Über sexuelle Probleme HIV-positiver Männer weiß man mehr als über die HIV-positiver Frauen. Protease-Inhibitoren sind die Medikamentenklasse, die am häufigsten mit Sexualstörungen bei Männern in Verbindung gebracht wird – in der Regel Probleme, eine Erektion zu bekommen oder zu halten.

Das Ausmaß, in dem Protease-Inhibitoren Erektionsstörungen verursachen können, ist allerdings nicht bekannt – es ist keineswegs gesagt, dass es nach dem Beginn einer Behandlung mit einem Protease-Inhibitor zu solchen Störungen kommt.

Sollte es bei Ihnen zu sexuellen Problemen kommen, können Sie eine Menge dagegen tun – sprechen Sie mit einem Mitglied Ihres Gesundheitsteams darüber.

Wichtig ist, zu überlegen, ob psychologische Faktoren zu Ihren sexuellen Problemen beitragen könnten.

Auch medizinische Ursachen sind möglich – Ihre Ärztin oder Ihr Arzt kann z. B. Ihren Testosteronspiegel bestimmen oder den Zustand Ihres Herz-Kreislauf-Systems sowie der Arterien untersuchen.

Zur Behandlung von Erektionsstörungen stehen verschiedene Medikamente zur Verfügung (Handelsnamen: Cialis, Levitra und Viagra); sie wirken, indem die Blutzufuhr in den Penis verstärkt wird.

Alle drei dieser Medikamente können zu Wechselwirkungen mit Anti-HIV-Medikamenten (insbesondere Protease-Inhibitoren und NNRTIs) führen. Wenn Sie Anti-HIV-Medikamente nehmen, wird die Ihnen verschriebene Dosis des Potenzmittels auf die Hälfte der Standarddosierung gesenkt.

Informieren Sie Ihren HIV-Arzt/Ihre HIV-Ärztin oder Ihren Apotheker/Ihre Apothekerin über alle Medikamente, die Sie sonst noch einnehmen, da sie zu Wechselwirkungen mit Mitteln gegen erektile Dysfunktion führen können.

Außerdem gut zu wissen: Sie sollten niemals Poppers und Potenzmittel zusammen einnehmen, da dies zu einem potenziell gefährlichen Blutdruckabfall führen kann.

Müdigkeit

Müdigkeit ist eine mögliche Nebenwirkung der meisten Anti-HIV-Medikamente.

Wie die meisten anderen Nebenwirkungen tritt auch Müdigkeit am ehesten in den ersten Wochen nach Beginn der Medikamenteneinnahme auf; danach lässt diese Nebenwirkung meist nach oder verschwindet vollständig.

Wenn Sie Probleme mit Müdigkeit haben, sollten Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt darüber informieren. Falls die HIV-Behandlung die Ursache ist, bestehen gute Chancen, etwas gegen die Abgeschlagenheit zu unternehmen. Müdigkeit kann aber auch andere Ursachen haben – sprechen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt darauf an, damit die Ursache festgestellt werden kann.

Hilfreich gegen Müdigkeit sind ausreichend Schlaf, eine ausgewogene Ernährung und regelmäßige körperliche Betätigung.

Langzeitneben- wirkungen

Nierenprobleme

Tenofovir (Viread, auch enthalten in den Kombinationspräparaten Truvada und Atripla) wird über die Nieren ausgeschieden, und es gibt Hinweise darauf, dass Menschen mit anderen Risikofaktoren für Nierenerkrankungen (z. B. hoher Blutdruck oder Diabetes) bei Einnahme dieses Präparats ein höheres Risiko für die Entwicklung von Nierenproblemen haben.

Der heute nur noch selten eingesetzte Protease-Inhibitor Indinavir (Crixivan) kann Nierensteine verursachen, die eine ambulante Behandlung oder einen kurzen Krankenhausaufenthalt erforderlich machen können.

Ihre HIV-Behandlung sollte regelmäßige Untersuchungen Ihrer Nieren umfassen.

Sollten bei Ihnen Nierenprobleme auftreten, kann es erforderlich sein, die HIV-Therapie zu wechseln oder spezielle Medikamente für Ihre Nieren einzunehmen.

Lipodystrophie

Lipodystrophie bezeichnet Fettverteilungs- störungen, die sich als körperliche Veränderungen zeigen. Während man zunächst Protease-Inhibitoren für die Ursache hielt, sieht es heute danach aus, dass einige NRTIs die Hauptverursacher sind. Der Einsatz jener

Medikamente, die am stärksten mit Lipodystrophie in Verbindung gebracht werden – AZT und d4T –, wird daher soweit möglich vermieden.

Veränderungen des Körperfetts unter einer Anti-HIV-Therapie können sich als Fettschwund, Fettansammlung oder als Mischung aus beidem zeigen. Mögliche Auswirkungen sind ein vergrößerter Bauchumfang (ohne Bildung von „Speckrollen“), vergrößerte Brüste, Fettverlust am Nacken/oberen Rücken, Fettzunahme am Nacken und an den Kiefern, Fettverlust im Gesicht (insbesondere an den Wangen) und am Gesäß sowie (aufgrund des Fettschwunds) hervorstehende Arm- und Beinvenen. Bei einigen Patient(inn)en kommt es zu kleinen Fettgeschwülsten, sogenannten Lipomen, oft in den Extremitäten oder am Stamm.

Bei Bauchfettzunahme im Rahmen einer Lipodystrophie handelt es sich um hartes Fett, das sich um innere Organe herum anlagert; der Bauch fühlt sich dann angespannt und aufgebläht an. Dies unterscheidet sich von dem weichen, beweglichen Fett bei Gewichtszunahme durch zu viel Essen oder zu wenig Bewegung.

Wie bereits erwähnt, versucht man die Substanzen, die am stärksten mit Lipodystrophie in Verbindung stehen, heute möglichst zu vermeiden. Bei Patient(inn)en, die entweder AZT oder d4T eingenommen hatten und zu Tenofovir (Viread) gewechselt haben, ist das Fett sehr langsam in die Extremitäten zurückgekehrt.

Fettverlust im Gesicht kann man auf mehreren Wegen ausgleichen. Die gebräuchlichste Technik besteht im Einspritzen eines Produkts namens New Fill in die betroffenen Gebiete. Fragen Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt oder ein anderes Mitglied Ihres Gesundheitsteams, ob diese Behandlung für Sie in Frage kommt.

Fettansammlungen am Nacken sowie Lipome kann man operativ entfernen.

Weitere Optionen bestehen in der Behandlung mit menschlichem Wachstumshormon oder anabolen Steroiden – sprechen Sie mit Ihrem Behandlungsteam.

Einen gewissen positiven Effekt gegen Fettzunahme haben auch regelmäßiges Herz-Kreislauf-Training sowie Krafttraining.

Veränderungen des Körperfetts werden manchmal als stigmatisierend empfunden, als äußerlich sichtbares Zeichen, dass man eine HIV-Therapie macht. Solche körperlichen Veränderungen können zudem das Selbstbild verändern. Wenn das bei Ihnen der Fall sein sollte, kann es hilfreich sein, solche Ängste und Gefühle anzuerkennen und mit jemandem

darüber zu reden. Sprechen Sie Ihr Behandlungsteam darauf an, ob eine Gesprächstherapie oder eine Behandlung gegen Depressionen möglich ist, falls Sie sich davon Hilfe versprechen.

Veränderungen des Stoffwechsels

Anti-HIV-Medikamente können auch den Stoffwechsel verändern, also die Art und Weise, wie der Körper Stoffe aufnimmt, transportiert, umwandelt und ausscheidet.

Zu nennen sind hier insbesondere Veränderungen der Blutfettwerte (Cholesterin und Triglyceride) sowie der Blutzuckerwerte.

Cholesterin

Es gibt zwei Arten von Cholesterin, das HDL-Cholesterin, häufig auch „gutes“ Cholesterin genannt, und LDL- oder „schlechtes“ Cholesterin.

Bei Menschen mit HIV und anderen chronischen Erkrankungen sind die HDL-Cholesterinwerte oft abgesenkt. Hohe LDL-Cholesterinwerte, zu denen es häufig im Rahmen einer Behandlung mit Anti-HIV-Medikamenten kommt, sind ein Zeichen für ein erhöhtes Risiko für Herzkrankheiten.

Das erhöhte Risiko für Herzkrankheiten bei hohen LDL-Cholesterinwerten wird durch folgende Faktoren noch weiter verstärkt:

- Rauchen
- hoher Blutdruck
- Herzkrankheiten in der Familiengeschichte
- untrainierter Zustand
- Alter über 45 (Männer) oder 55 (Frauen)
- Insulinresistenz oder Diabetes
- hohe Blutzuckerwerte
- Übergewicht, insbesondere mit Fettansammlung um die Körpermitte
- Gebrauch stimulierender Drogen wie Kokain oder Amphetamine.

Besonders wichtig ist die Kontrolle Ihrer LDL-Cholesterinwerte bei Einnahme von Protease-Inhibitoren.

Triglyceride

Triglyceride sind Glycerinmoleküle mit drei Fettsäuren, die aus Fett, Zucker und Stärke in unserer Nahrung gebildet werden. Diese Triglyceride werden mit dem Blut durch den Körper transportiert und im Gewebe oder in der Leber gespeichert. Einige Anti-HIV-Medikamente können die Triglyceridwerte erhöhen.

Glukose/Blutzucker

Bei Glukose handelt es sich um einen sogenannten Einfachzucker, der sich auch im Blut findet. Bei hohen Glukosespiegeln kann das Risiko von Herzerkrankungen erhöht sein. Einige Anti-HIV-Medikamente können den Blutzuckerspiegel erhöhen.

Insulin

Insulin wird vom Körper produziert, um den Blutzuckerspiegel im Gleichgewicht zu halten. Einige Patient(inn)en, die Anti-HIV-Medikamente nehmen, müssen mehr Insulin produzieren, um den Glukosespiegel zu kontrollieren; man nennt dies Insulinresistenz. Im Rahmen der HIV-Therapie kann es erforderlich sein, die Insulinspiegel zu kontrollieren.

Symptome von Stoffwechselveränderungen

Abnormale Blutfett- und Blutzuckerwerte äußern sich manchmal in Symptomen wie

- Müdigkeit
- Schwindelgefühl (aufgrund hohen Blutdrucks)
- Konzentrationsstörungen
- häufigem Harndrang
- Durst.

Manchmal aber bemerken die Patient(inn)en überhaupt nichts, selbst wenn sie schon seit längerer Zeit abnormale Blutfett- und Blutzuckerwerte haben und dadurch ihr Risiko für Herzerkrankungen erhöht ist.

Herzerkrankungen und Anti-HIV-Medikamente

Nach Beginn einer HIV-Behandlung können Ihre Blutfettwerte ansteigen, vor allem bei bestimmten Protease-Inhibitoren. Manchmal ist dieser Anstieg so stark, dass eine Ernährungsumstellung, zusätzliche Bewegung oder eine medikamentöse Behandlung erforderlich werden, um die Werte unter Kontrolle zu halten.

Große Studien mit Patient(inn)en, die Protease-Inhibitoren einnehmen, belegen einen leichten, aber signifikanten Anstieg des Risikos für Herzerkrankungen. Einige (aber nicht alle) Studien legen darüber hinaus nahe, dass auch Abacavir (Ziagen, auch in den Kombinationspräparaten Kivexa und Trizivir enthalten) das Risiko für Herzerkrankungen erhöhen könnte, insbesondere, falls weitere Risikofaktoren für Herzkrankheiten vorliegen.

Wenn bei Ihnen Risikofaktoren für eine Herzerkrankung vorliegen, kann man aber die HIV-Therapie so zusammenstellen, dass sie dieses Risiko nicht weiter erhöht. Und ein Risiko für eine Herzerkrankung bedeutet nicht automatisch, dass sich eine solche Krankheit auch entwickelt – um das zu verhindern, kann man eine Menge tun.

Am wichtigsten ist, die Cholesterin-, Triglycerid- und Blutzuckerwerte regelmäßig bestimmen zu lassen, damit Ihre Ärztin oder Ihr Arzt Warnzeichen rechtzeitig entdecken kann.

Dem Herzen Gutes tun

Sie können eine Menge tun, um Ihre Blutfettwerte im grünen Bereich zu halten. Dazu gehört zum Beispiel eine ausgewogene Ernährung mit viel frischem Obst und Gemüse und nicht zu viel Fett, regelmäßige körperliche Betätigung und gegebenenfalls der Verzicht aufs Rauchen.

Blutfettsenker

Unter bestimmten Umständen wird Ihnen Ihre Ärztin oder Ihr Arzt sogenannte Blutfettsenker verschreiben. Diese Medikamente werden eingesetzt, um Herzerkrankungen oder Arterienverhärtungen zu behandeln; dazu gehören Statine (um die Cholesterinwerte zu senken) und Fibrate (um die Triglycerid- und auch die Cholesterinwerte zu senken). Einige Statine können zu Wechselwirkungen mit Protease-Inhibitoren führen, und sowohl Statine als auch Fibrate können selbst Nebenwirkungen verursachen – Ihre Ärztin oder Ihr Arzt wird diese gegebenenfalls überwachen.

Erforscht wird zudem, wie effektiv bestimmte Substanzen zur Kontrolle des Blutzucker- und Insulinspiegels bei HIV-positiven Patient(inn)en sind.

Leberprobleme

Die meisten HIV-Medikamente werden über die Leber verstoffwechselt, und bei einigen Patient(inn)en kommt es im Rahmen der HIV-Therapie zu Leberproblemen. In vielen Fällen

liegen bei diesen Patient(inn)en weitere Risikofaktoren vor, zum Beispiel eine Infektion mit Hepatitis-B- oder Hepatitis-C-Virus, eine Behandlung mit anderen, potenziell leberschädigenden Medikamenten oder Drogen- und Alkoholkonsum.

Im Rahmen ihrer HIV-Therapie werden regelmäßig Blutuntersuchungen durchgeführt, um den Gesundheitszustand Ihrer Leber zu überprüfen. Sollten bei Ihnen Leberprobleme auftreten, bestehen die Optionen unter anderem darin, die Therapie zu wechseln oder die Leberprobleme medizinisch zu behandeln.

Auch eine Ernährungsumstellung kann helfen – essen Sie viel frisches Obst und Gemüse und vermeiden Sie fettreiche Nahrung. Auch übermäßiger Alkoholgenuß und einige Partydrogen können die Leber schädigen oder bestehende Leberprobleme verschlimmern. Wenn Sie sich über Ihren Alkohol- oder Drogenkonsum Sorgen machen, kann Ihr Behandlungsteam Ihnen mit Rat und Unterstützung weiterhelfen.

Periphere Neuropathie

Eine Schädigung der Nerven (Neuropathie) kann eine sehr schmerzhaftes Nebenwirkung mancher Anti-HIV-Medikamente sein und auch durch HIV selbst verursacht werden.

Eine durch Anti-HIV-Medikamente verursachte Neuropathie tritt vor allem in den Armen und Beinen auf (bei Männern sehr selten auch in den Genitalien), also an der „Peripherie“; man nennt diese Nebenwirkung daher auch periphere Neuropathie.

Eine periphere Neuropathie betrifft normalerweise die Nerven in den unteren Beinen und Füßen, seltener auch in den Händen. Die Symptome können von leichtem Kribbeln über Taubheitsgefühle bis zu unerträglichen Schmerzen reichen, bei denen man nicht einmal Socken an den Füßen aushält. Normalerweise sind die rechte und linke Körperhälfte gleichermaßen betroffen.

Zu den weiteren möglichen Symptomen einer Neuropathie gehören Schwindelgefühl, Durchfall und bei Männern sexuelle Funktionsstörungen (Schwierigkeiten, eine Erektion zu bekommen oder zu halten).

Verursacht werden periphere Neuropathien vor allem durch die beiden Medikamente d4T und ddI. Diese Substanzen werden heute aber nur noch dann eingesetzt, wenn keine anderen Therapieoptionen mehr zur Verfügung stehen. Auch 3TC könnte mit dem Risiko für eine periphere Neuropathie in Verbindung stehen.

Ursache können aber auch andere Medikamente sein, die bei Patient(inn)en mit HIV eingesetzt werden, zum Beispiel einige Antibiotika, Mittel zur Tbc-Behandlung oder Substanzen zur Behandlung von Kaposi-Sarkomen (häufig mit KS abgekürzt).

Falls bei Ihnen eine durch Medikamente verursachte Neuropathie auftritt, ist es wichtig, unverzüglich Ihre Therapie umzustellen (natürlich in Abstimmung mit dem behandelnden Arzt oder der behandelnden Ärztin). Nach dem Absetzen des Medikaments kann sich die Neuropathie zwar über einige Wochen noch verschlimmern, danach aber verschwindet sie in aller Regel mit der Zeit.

In der Zwischenzeit kann Ihnen Ihre Ärztin oder Ihr Arzt Medikamente verschreiben, um die Schmerzen zu vermindern. Studien haben gezeigt, dass die Substanz L-Acetyl-Carnitin (auch: Acetyl-L-Carnitin) die Symptome einer Neuropathie verringern kann.

Es gibt verschiedene Ursachen für Nervenschädigungen bei Menschen mit HIV, zum Beispiel HIV selbst, weitere Infektionen oder Probleme mit der Ernährung. Falls Sie bei sich Kribbeln, Taubheitsgefühle oder Schmerzen in Ihren Beinen und Füßen feststellen, ist es daher sehr wichtig, Ihre Ärztin oder Ihren Arzt darüber zu informieren, damit er oder sie die Ursache ermitteln kann.

Seltene Nebenwirkungen

Knochenprobleme

Einige wenige Patient(inn)en haben unter einer Therapie mit dem Anti-HIV-Medikament Tenofovir (Viread, auch in den Kombinationspräparaten Truvada und Atripla enthalten) und möglicherweise auch aufgrund der Einnahme von Protease-Inhibitoren Knochenprobleme bekommen.

Fast immer allerdings lagen bei ihnen auch andere Risikofaktoren für solche Störungen vor. Ihr Arzt oder ihre Ärztin wird Bluttests durchführen, um den Zustand Ihrer Knochen zu kontrollieren – diese Tests sind besonders wichtig, wenn bei Ihnen weitere Risikofaktoren für Knochenprobleme vorliegen, z. B. Knochenstörungen in der Familiengeschichte, Ernährung, Alter, Rauchen und zu wenig Bewegung.

Laktatazidose

Eine Laktatazidose ist eine schwerwiegende, unter Umständen lebensbedrohliche Nebenwirkung mancher Medikamente aus der Klasse der NRTIs. Insbesondere d4T und ddl

werden damit in Verbindung gebracht; auf den Einsatz dieser Substanzen wird daher, soweit möglich, verzichtet. Eine Laktatazidose kann aber auch eine sehr seltene Nebenwirkung von 3TC, Abacavir und FTC sein.

Der Begriff Laktatazidose steht für eine hohe Konzentration einer Substanz namens Laktat im Blut. Laktat ist ein Nebenprodukt des Glukoseabbaus im Körper.

Zu den ersten Anzeichen und Symptomen einer Laktatazidose gehören allgemeine Krankheitszeichen des Verdauungstrakts wie Übelkeit, Erbrechen, Aufgeblähtsein, Bauchschmerzen und Appetitlosigkeit, allgemeines Unwohlsein und Atembeschwerden. Diese Symptome können natürlich auch viele andere Ursachen haben, aber es ist auf jeden Fall sinnvoll, Ihre Ärztin oder Ihren Arzt so bald wie möglich zu informieren, wenn solche Krankheitszeichen bei Ihnen auftreten. Bei einer Laktatazidose kann die Leber anschwellen, während die Leberwerte, die man mit einem Leberfunktionstest ermittelt, abnormal hoch sind. Weitere Hinweise auf eine Laktatazidose, die man mithilfe von Labortests gewinnt, sind niedrige Bikarbonatwerte, erhöhte Laktatwerte und eine Verschlechterung der Nierenfunktion.

Im Rahmen Ihrer HIV-Behandlung werden auch Bluttests durchgeführt, um zu erkennen, ob ein Risiko besteht, dass diese sehr seltene Nebenwirkung bei Ihnen auftritt.

Falls es zu einer Laktatazidose kommt, ist es häufig am besten, die HIV-Therapie umzustellen.

Pankreatitis

Pankreatitis ist der Fachausdruck für eine Bauchspeicheldrüsenentzündung, zu der es sehr selten auch beim Einsatz von Medikamenten aus der Klasse der NRTIs kommt. Am stärksten mit dieser Nebenwirkung in Verbindung gebracht wird der NRTI ddl, der aber heutzutage möglichst nicht mehr eingesetzt wird.

Patient(inn)en mit weiteren Risikofaktoren für eine Pankreatitis – insbesondere starker Alkoholkonsum und eine sehr niedrige CD4-Zellzahl – haben ein erhöhtes Pankreatitisrisiko, wenn sie ddl einnehmen. Auch bei gleichzeitiger Einnahme von ddl und von Medikamenten zur Behandlung einer Hepatitis C scheint ein höheres Risiko für diese Nebenwirkung zu bestehen.

Zu den Symptomen gehören Übelkeit, Erbrechen und Schmerzen, die besonders am Brustbein sehr stark sein können. Der Magen kann sehr schmerzempfindlich sein. Wenn die

Bauchspeicheldrüse nicht mehr richtig arbeitet, kann die Nahrung nicht mehr richtig verdaut werden, was zu Gewichtsverlust und Durchfall führen kann, wobei der Stuhl aufgrund unverdauten Fetts hell ist und unangenehm riecht.

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt wird regelmäßig Bluttests durchführen, um zu kontrollieren, ob bei Ihnen ein Risiko für eine Pankreatitis besteht.

Zusammenfassung

- Die HIV-Therapie ist sehr wirksam und bietet Ihnen die Chance auf ein langes, gesundes Leben mit HIV. Nichtsdestotrotz können Anti-HIV-Medikamente auch Nebenwirkungen haben.
- Ziel der HIV-Therapie ist Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden. Das heißt, dass Sie sich nicht mit Nebenwirkungen abfinden müssen.
- Nebenwirkungen treten längst nicht bei jedem Patienten oder jeder Patientin auf, und wenn es zu Nebenwirkungen kommt, kann man meistens etwas dagegen unternehmen.
- Einige Anti-HIV-Medikamente können zu einer schweren allergischen Reaktion führen. Falls Sie solche Medikamente nehmen, wird man Sie über die Symptome informieren, auf die Sie achten müssen, und Ihnen sagen, was Sie im Falle solcher Krankheitszeichen tun müssen.
- Die meisten Nebenwirkungen treten in den ersten Wochen nach Beginn der Einnahme eines neuen Medikaments auf und lassen dann nach oder verschwinden mit der Zeit.
- Falls bei Ihnen eine Nebenwirkung auftritt, sollten Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt darüber informieren.
- Die heutzutage am häufigsten eingesetzten Anti-HIV-Medikamente verursachen im Allgemeinen nur leichte Nebenwirkungen.
- Die häufigsten Nebenwirkungen sind Durchfall, Übelkeit oder Erbrechen, Kopfschmerzen, Hautausschlag und Müdigkeit. In der Regel kann man diese Nebenwirkungen mit Medikamenten in den Griff bekommen.
- Einige Nebenwirkungen treten erst auf, nachdem Sie ein Medikament schon mehrere Monate oder sogar Jahre eingenommen haben. Im Rahmen Ihrer Behandlung wird man Sie aber regelmäßig darauf untersuchen, und falls bei Ihnen irgendwelche ungewöhnlichen Symptome auftreten, sollten Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt darüber informieren.

Glossar

Allergische Reaktion: Reaktion des Immunsystems auf eine Substanz (z. B. ein Medikament), die bei den meisten Menschen keine Symptome verursachen würde

CD4: ein Molekül an der Oberfläche mancher Zellen, an das HIV „andocken“ kann. Die CD4-Zellzahl ist ein Hinweis auf den Zustand des Immunsystems.

Entry-Inhibitoren: Klasse antiretroviraler Medikamente, zu der Maraviroc gehört

Fusions-Inhibitoren: Klasse antiretroviraler Medikamente, zu der T-20 gehört

Hypersensitivität: ein anderes Wort für Allergie

Integrase-Inhibitoren: Klasse antiretroviraler Medikamente, zu der Raltegravir gehört

klinische Studie: eine wissenschaftliche Untersuchung an Menschen, in der Regel, um die Wirksamkeit und Sicherheit eines neuen Medikaments oder einer neuen Behandlung zu überprüfen

Nebenwirkung: unerwünschte Wirkung einer Behandlung

NNRTIs: Nicht-nukleosidale Reverse-Transkriptase-Inhibitoren; Klasse antiretroviraler Medikamente, zu der Efavirenz, Etravirin und Nevirapin gehören

NRTI: Nukleosidale Reverse-Transkriptase-Inhibitoren; Klasse antiretroviraler Medikamente, zu der 3TC, Abacavir, AZT, d4T, ddI und FTC gehören

Protease-Inhibitoren: Klasse antiretroviraler Medikamente, zu der Atazanavir, Darunavir, Fosamprenavir, Indinavir, Lopinavir/Ritonavir, Nelfinavir, Ritonavir, Saquinavir und Tipranavir gehören

Resistenz: Ein medikamentenresistenter HIV-Stamm ist aufgrund von Veränderungen seiner Struktur weniger empfindlich gegen eines oder mehrere Anti-HIV-Medikamente.

Erste deutsche Auflage – 2010. Übersetzung der ersten englischen Auflage, 2009.

Text: Michael Carter.

Übersetzung: Holger Sweers, Deutsche AIDS-Hilfe e. V.

Inhalt and Gestaltung wurden vom NHS Pan-London HIV Prevention Programme und dem Department of Health (Großbritannien) finanziell unterstützt, das Projekt der Übersetzungen in verschiedene Sprachen von Merck, Sharp und Dohme.

Die in dieser Broschüre enthaltenen Informationen entsprechen den aktuellen europäischen Leitlinien für die HIV- und TBC-Behandlung.