

Prévenir les infections

Chez la plupart des séropositifs, la durée prolongée de l'infection à VIH peut avoir des effets désastreux sur le système immunitaire. Le patient commence alors à souffrir de maladies contre lesquelles son organisme aurait pu lutter facilement avant l'infection à VIH. Ces maladies sont connues sous le nom d'infections opportunistes.

Les médecins peuvent évaluer le risque de voir apparaître une infection opportuniste au moyen du taux sanguin de cellules immunitaires, désignées sous le nom de CD4 (également nommées lymphocytes T adjuvants ou cellules T). Chez les adultes, le risque de développer une infection grave est moindre si le taux de CD4 est $>$ à 200/mm³. L'accumulation et l'apparition fréquente de nouvelles infections opportunistes chez un patient risquent toutefois de faire chuter son taux de CD4.

Votre médecin peut vous conseiller de prendre un traitement antirétroviral afin de prévenir l'apparition d'infections opportunistes, en particulier lorsque votre taux de CD4 est en dessous du seuil de sûreté. Ce type de traitement est désigné sous le nom de traitement de prophylaxie primaire, et son objectif est de prévenir l'infection avant son apparition. Une fois cette infection traitée, vous devrez peut-être prendre un traitement permettant d'empêcher sa réapparition. Il s'agit alors d'un traitement de prophylaxie secondaire ou traitement d'entretien.

L'espérance de vie des séropositifs a augmenté grâce à l'utilisation d'un nombre supérieur de médicaments plus efficaces contre les infections opportunistes. Par ex., les infections telles que la pneumonie par *Pneumocystis carinii* (PCP), qui semblait être la cause principale de décès chez les sidéens, peuvent à présent être traitées par des médicaments efficaces et capables de prévenir leur réapparition pendant longtemps. Toutes les infections ne peuvent pourtant pas être prévenues et le choix du traitement le plus adapté peut varier d'un médecin à l'autre.

Les traitements antirétroviraux actuels sont capables de faire diminuer les niveaux de charge virale de façon considérable. Ils permettent également une augmentation du taux de CD4 et un facilitent la restauration immunitaire. Que vous soyez ou pas sous antirétroviraux, il est essentiel de poursuivre la prise du traitement de prophylaxie qui vous protégera contre l'apparition de certaines infections jusqu'à ce que votre système immunitaire soit complètement restauré et puisse faire face à ce type d'infections.

Avant d'opter pour un traitement de prophylaxie, vous devez prendre en compte d'un côté l'avantage d'éviter l'apparition d'infections opportunistes, de l'autre l'inconvénient de prendre un traitement et le risque de souffrir de ses effets secondaires. Dans le cas de certaines infections telles que la PCP, on penchera nettement en faveur du traitement de prophylaxie, alors que pour d'autres infections (CMV et MAI, par ex.), on pourra avoir le choix du doute. Tous les facteurs doivent être pris en compte avant de prendre une décision.

Il est conseillé avant tout d'évaluer le risque réel de développer une infection particulière à l'aide du décompte des CD4. En cas d'apparition d'une infection opportuniste, votre médecin vous conseillera sans doute d'effectuer une prise de sang afin de déterminer quel type d'organisme est à l'origine de l'infection (la toxoplasmose ou le CMV, par ex.). En l'absence de toute infection opportuniste, il vaut mieux éviter à tout prix de s'y exposer que de devoir prendre plus tard un traitement.

S'il existe un risque réel de développer une infection opportuniste, assurez-vous que le traitement choisi sera efficace et évaluez quels sont les effets secondaires pouvant apparaître. N'oubliez pas toutefois que chaque personne est différente et qu'il n'existe par conséquent aucun moyen de prévoir l'apparition d'un effet secondaire en particulier. La plupart des effets secondaires provoqués par les médicaments préventifs disparaissent peu de temps après l'interruption du traitement.

La prise de certains médicaments ne s'accompagnent d'aucune restriction alimentaire. D'autres en revanche ne peuvent être pris qu'avec certains aliments et à des horaires fixes. Attendez-vous à d'éventuels changements dans votre routine qui risquent d'affecter votre qualité de vie. Il existe toutefois de nombreuses options de traitement parmi lesquelles vous pourrez choisir celle qui s'adapte le mieux à votre vie quotidienne.

Si certains patients ne semblent pouvoir s'adapter à aucun traitement de prophylaxie, d'autres préfèrent ne pas prendre de traitement tant qu'ils se sentent bien. Dans ce cas, il faudra s'efforcer de détecter à temps le risque de développer une infection, étant donné que les traitements agissent de façon efficace contre la plupart d'entre elles.

Ne négligez pas les conséquences des infections opportunistes qui restent encore la principale cause de décès chez les sidéens. Si vous souffrez d'une infection opportuniste vous risquez de perdre du poids. Il sera parfois difficile de récupérer votre poids, ce qui augmentera le risque de vous exposer à d'autres infections.

Quand doit-on envisager la prise d'un traitement de prophylaxie primaire?

TAUX DE CD4	INFECTION	MEDICAMENTS EFFICACES
< 200	PCP	Seprin®, pentamidine et dapson
< 200	Toxoplasmose	Seprin®
< 100	MAI	Rifabutine et claritromicine
< 100	CMV	Ganciclovir oral