

Quels sont les effets secondaires?

Les médicaments sont conçus pour combattre des maladies spécifiques, mais ils peuvent aussi causer dans notre organisme des effets non désirables (appelés « effets secondaires » ou aussi lorsqu'ils sont négatifs, « effets adverses »). Les médicaments qui traitent le VIH ne sont pas une exception.

Certains de ces effets sont de simples gênes, mais d'autres peuvent être extrêmement graves, voire même mortels. Certains effets sont passagers, alors que d'autres peuvent durer pendant tout le traitement ou même se prolonger de façon indéfinie. Certains se produisent lorsque l'on commence la thérapie ou une nouvelle combinaison, mais d'autres peuvent apparaître au bout de quelques mois ou années. Pour terminer, certains effets adverses sont relativement fréquents alors que d'autres sont ressentis seulement par un petit nombre de personnes prenant ces médicaments.

Avant d'être commercialisés, tous les médicaments sont soumis à des essais cliniques pour garantir leur efficacité et leur sécurité. Ces recherches permettent de détecter quels sont les effets adverses qu'ils peuvent occasionner. De plus une fois approuvés, les autorités médicales continuent à regrouper des informations pour, s'il le faut, mettre à jour la liste des possibles effets secondaires.

Bien que de nombreuses personnes prenant des antirétroviraux ressentent à certains moments du traitement certains des effets secondaires relevés dans la notice du médicament, le risque de ressentir un effet adverse grave est en général faible ou très faible. Dans certains cas, prendre plus longtemps un médicament peut augmenter le risque de ressentir certains des effets adverses associés à celui-ci.

Il est bon de connaître les possibles effets secondaires du médicament que vous prenez, mais souvenez-vous que cela ne signifie pas nécessairement que vous allez tous les ressentir (ce qui est presque impossible), et peut être même que vous n'en ressentirez aucun. Sachez que chaque personne réagit de façon différente face au même médicament en fonction de nombreux facteurs différents.

Effets secondaires au début du traitement

Il est normal de se sentir préoccupé des effets secondaires avant de commencer la thérapie antirétrovirale. Toutefois, même s'ils sont relativement habituels, la majeure partie des effets secondaires associés au début du traitement contre le VIH sont légers et disparaissent peu de semaines après avoir commencé. Parmi eux, les plus fré-

quents sont les vertiges, nausées, diarrhée, maux de tête, manque d'appétit et fatigue.

Cela peut sans doute vous aider de savoir ce que vous pouvez attendre de ces différents médicaments avant de choisir une combinaison antirétrovirale. Par exemple, en cas de facteurs de risques antérieurs de maladie hépatique, rénale ou cardiaque, ou bien si vous avez souffert de troubles psychiatriques ou neurologiques, vous éviterez alors l'utilisation de ces médicaments qui pourraient aggraver ces conditions, et vous en choisirez d'autres mieux adaptés à votre état de santé général.

Que faire si les symptômes persistent ?

Parfois les médecins tendent à penser que les personnes exagèrent les effets secondaires, alors qu'en fait, la majeure partie des patients enlèvent de l'importance aux effets adverses qu'ils ressentent et ils n'en parlent pas toujours ouvertement à leur médecin.

À cause des effets adverses (ou de la peur de futurs effets secondaires), certaines personnes ne maintiennent pas une adhésion adéquate au traitement, ce qui peut entraîner des résistances aux médicaments. Pour ce motif il est important de ne pas vous arrêter de prendre vos médicaments de votre plein gré et que vous parliez avec votre médecin de toute préoccupation que vous pourriez avoir à ce sujet.

Si les médicaments vous provoquent des effets adverses, il y a certaines choses que vous pouvez faire votre médecin et vous, après avoir identifié lequel des médicaments est le principal suspect :

- Mesurer la quantité de médicament(s) dans le sang (analyse pharmacocinétique). Si vous avez un niveau plus élevé que nécessaire, il y a possibilité que l'on vous adapte la dose.
- Changer de combinaison antirétrovirale.
- Prendre des médicaments spécifiques pour compenser ces effets secondaires.
- Adopter des astuces ou des routines qui peuvent minimiser leur impact.