

Les réalités du VIH/SIDA¹

Qu'est-ce que le VIH ?

Le VIH est le virus de l'immunodéficience humaine qui cause le SIDA. Membre d'un groupe de virus appelés rétrovirus, le VIH infecte les cellules humaines et utilise l'énergie et les nutriments fournis par ces cellules pour se développer et se reproduire.

Qu'est-ce que le SIDA ?

Le SIDA est le syndrome d'immunodéficience acquise, maladie où le système immunitaire du corps humain s'effondre et devient donc incapable de combattre certaines infections, connues sous le nom d'infections opportunistes, et autres affections qui se développent du fait de l'affaiblissement du système immunitaire.

Le virus pénètre dans le corps où il vit et se multiplie principalement dans les globules blancs, cellules immunitaires qui nous protègent normalement contre les maladies. Le VIH se caractérise par la perte progressive d'un type spécifique de cellules immunitaires, appelées lymphocytes T auxiliaires ou cellules CD4. A mesure que le virus se développe, il détériore ou tue ces cellules et d'autres, affaiblissant le système immunitaire. Le SIDA n'est diagnostiqué chez une personne infectée au VIH que lorsque le système immunitaire est déjà gravement détérioré ou que d'autres infections graves ou le cancer se sont déclarés.

Après combien de temps les personnes infectées au VIH contractent-elles le SIDA ?

Chez certaines personnes, la réduction des lymphocytes T et les infections opportunistes qui sont les signes du SIDA surviennent rapidement après l'infection initiale au VIH. Mais, la majorité des personnes restent asymptomatiques pendant 10 à 12 ans et d'autres pendant beaucoup plus longtemps. Comme dans le cas de la plupart des maladies, l'administration de soins médicaux suffisamment tôt peut aider à prolonger la vie de l'individu.

Comment le VIH se transmet-il ?

- Par l'échange de fluides corporels (sang, sperme et sécrétions vaginales) pendant les contacts sexuels.
- Par l'utilisation en commun de seringues pour l'injection de drogues. Le sang infecté peut être échangé entre des personnes qui utilisent la même aiguille ou seringue.
- Par des piqûres accidentelles avec des aiguilles qui sont contaminées avec du sang infecté au VIH.
- Par la transfusion de sang infecté ou de produits sanguins infectés.
- Par la transmission d'une femme infectée à son enfant pendant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement.

Contrairement à aux croyances populaires, une personne **ne peut pas** devenir infectée au VIH en buvant de l'eau d'une fontaine, en s'asseyant sur un siège de toilette, en embrassant ou en touchant une personne infectée au VIH ou en partageant les mêmes assiettes et couverts. La salive n'est pas considérée comme une voie de transmission du VIH. Les moustiques, puces et autres insectes ne transmettent pas le VIH.

Quels sont les signes et symptômes du VIH/SIDA ?

Souvent, les personnes qui sont infectées au VIH n'éprouvent pas ou guère de symptômes. D'autres fois, les symptômes du VIH sont confondus avec d'autres affections, comme la grippe. Chez certaines

¹ Adapté de : American Foundation for AIDS Research (amfAR). *Facts about HIV/AIDS*. New York: amfAR, 2001. Accessible au site : <http://www.thebody.com/amfar/ounce.html>

personnes, les premières manifestations sont une brève période (trois à 14 jours) de fièvre, d'articulations douloureuses, d'exanthème et de ganglions lymphatiques enflés dans le mois qui suit l'infection. Ensuite, à mesure que le système immunitaire s'affaiblit, un groupe courant de signes peut se présenter, notamment des fièvres, des sueurs nocturnes, de la fatigue, une perte de poids, de la toux et de la diarrhée. Une condition qui se présente fréquemment pendant cette période est le muguet, type de candidose qui cause des taches blanches et des lésions. Le muguet peut apparaître d'abord dans la bouche, mais aussi dans le vagin, le rectum et sur la peau.

Une fois que l'infection a atteint le stade du SIDA, certaines infections opportunistes et certains cancers se déclarent couramment, notamment le sarcome de Kaposi, le lymphome non hodgkinien, la pneumonie à *Pneumocystis*, le cytomégalovirus, la toxoplasmose, le complexe *Mycobacterium avium* et la tuberculose.

Counseling sur la prévention du VIH

Les conseillers devront encourager leurs clients à :

- discuter ouvertement avec leur partenaire le recours à des pratiques sexuelles à moindre risque et le statut sérologique à l'égard du VIH.
- se soumettre au test de dépistage du VIH afin de connaître son statut sérologique et pour la protection de vos partenaires sexuels.
- se faire tester avec le partenaire est une manière de dire que l'on se soucie l'un de l'autre et que l'on veut rester en bonne santé.
- utiliser un préservatif en latex avec chaque acte vaginal, oral ou anal (préservatif sans latex pour ceux qui sont allergiques au latex).
- éviter l'utilisation commune d'aiguilles ou de seringues en cas de consommation de drogues ; consulter un professionnel qui peut aider à mettre fin à la toxicomanie.
- en cas de grossesse, recevoir des soins réguliers pendant la grossesse, pendant l'accouchement et après l'accouchement.
- si la cliente a accouché et qu'elle est infectée au VIH, conseiller l'allaitement maternel exclusivement pendant les six premiers mois ou, si c'est possible, lui conseiller de ne pas allaiter et de nourrir son enfant à une alimentation de remplacement (par exemple, formule lactée, autres substituts au lait maternel).

Options de traitement du VIH/SIDA

Une personne qui a le SIDA devra essayer de rester en bonne santé, ce qui peut nécessiter de consommer des aliments nutritifs, de faire de l'exercice et de se reposer suffisamment. Le traitement du VIH/SIDA inclut :

- **Le traitement antirétroviral (ARV).** Le traitement antirétroviral ne guérit pas, mais il peut ralentir pendant des années la maladie. Le traitement se compose de médicaments qui doivent être pris tous les jours pendant toute la vie. Un bref traitement d'ARV pendant la grossesse et/ou au moment de l'accouchement peut réduire la transmission mère-enfant du VIH.
- **Le traitement des infections opportunistes.** Ces infections peuvent survenir lorsque les ARV ne sont pas disponibles ou qu'ils ne sont plus efficaces parce que la personne a développé une résistance aux ARV.

Pour des informations supplémentaires, consulter :

HIV/AIDS Care and Treatment : A Clinical Course for People Caring for Persons Living with HIV/AIDS (Soins et traitement du VIH/SIDA : cours à l'intention de ceux qui prennent soin des personnes vivant avec le VIH/SIDA), Family Health International, 2004.
<http://www.fhi.org/en/HIVAIDS/pub/guide/careandtreatmentclinicalcourse.htm>