

# La Vita est BELLA

**Alors que 34 millions de personnes vivent avec le VIH dans le monde, il y a à peu près 1,7 million de personnes qui en sont mortes en 2011.\* La bonne nouvelle est que ce chiffre ne cesse de baisser car l'efficacité du traitement de trithérapie fait ses preuves d'année en année. Il y a, à travers le monde, environ 8 millions de séropositifs qui ont accès à ce traitement. Plus proche de nous, les stats disent qu'il y a à peu près 71 000 personnes vivant avec le VIH au Canada.**

Grâce à la recherche médicale, des progrès extraordinaires et même révolutionnaires ont été accomplis. Lors de la 19<sup>ème</sup> conférence internationale sur le sida, qui a eu lieu le 27 juillet 2012 à Washington, plusieurs chercheurs et scientifiques étaient d'accord avec l'idée que l'épidémie pourrait être éradiquée d'ici 30 ou 50 ans.

Certaines recherches portant sur des couples hétéros disent que la trithérapie serait presque aussi efficace que le préservatif pour prévenir la transmission du virus. Mais attention, pour que ce soit vrai, il faut réunir 4 conditions gagnantes :

- **Avoir un seul partenaire régulier**
- **Prendre ses médicaments régulièrement**
- **Ne pas avoir d'ITSS**
- **Avoir une charge virale<sup>1</sup> indétectable depuis au moins 6 à 12 mois**

Attention, le risque zéro n'existe pas! L'usage du condom demeure LE meilleur moyen de se protéger et de protéger les autres.

De façon générale, le traitement comporte un minimum de 3 médicaments, d'où l'appellation courante de trithérapie. Le réel défi pour une personne qui suit le traitement est la prise constante des médicaments. Par exemple, les prendre tous, tous les jours sans en manquer un et ce, toujours à la même heure.

Pour arriver à être fidèle à la routine de ton traitement, il y a plusieurs trucs qui peuvent t'aider comme :

- **Bien choisir l'heure de la prise de tes médicaments.**
- **T'entourer d'une bonne équipe médicale qui répond à tes besoins.**
- **Avoir une pharmacie proche de chez toi et unE pharmacienNE qui te connaît bien.**
- **Bien connaître tes habitudes de vie, pour planifier ta prise de médicament en conséquence.**

**J'ai posé quelques questions à une amie qui vit avec le VIH et qui suit son traitement. Entre vous et moi, ça ne paraît pas et je ne l'ai jamais vue prendre une pilule depuis que je la connais. Alors, je lui ai demandé son secret!**

**Josée :** Bonjour Bella, dis-moi, ça fait combien de temps que tu as commencé ta trithérapie?

**Bella :** Ça va faire à peu près 6 ans!

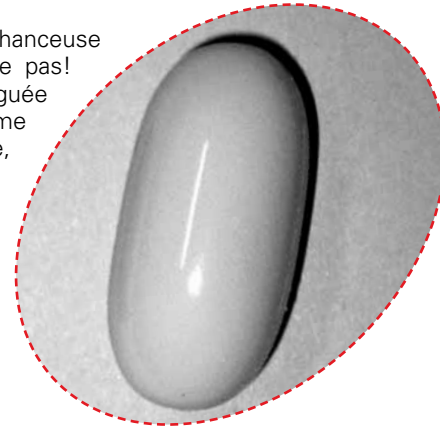
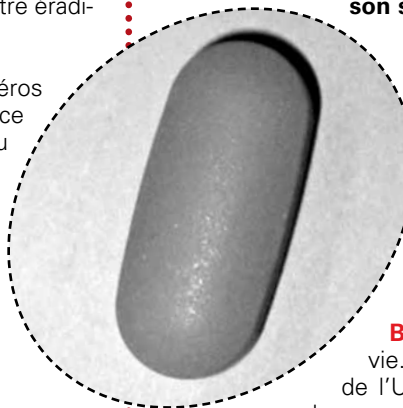
**Josée :** Peux-tu me dire qu'est ce qui t'as poussée à commencer le traitement?

**Bella :** J'avais pris des risques dans ma vie. C'est l'infirmière de l'équipe mobile de l'UHRESS<sup>2</sup> qui est venue me chercher dans ma chambre d'hôpital. J'étais sur le point de rentrer dans la phase finale de la maladie (sida). J'étais grosse comme un fil. Avec les tests sanguin, ils ont vu que ma charge virale était extrêmement élevée et que mes CD4<sup>3</sup> étaient très bas.

**Josée :** Est-ce que les effets secondaires sont difficiles à surmonter pour toi?

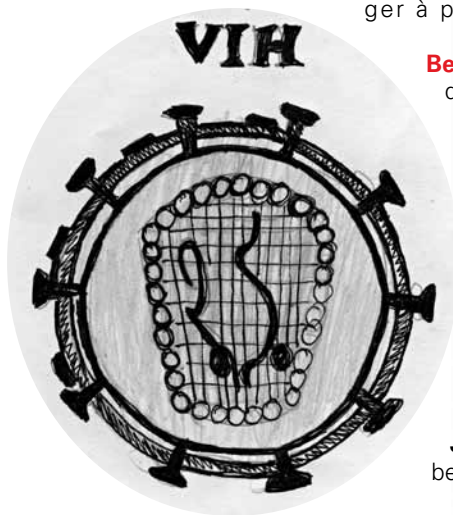
**Bella :** Je suis vraiment chanceuse car je n'en ressens presque pas! Quelquefois je suis plus fatiguée et parfois le médicament me donne un peu de diarrhée, mais ce n'est pas ce qui m'empêche de vivre ou qui me dérange.

**Josée :** Que dirais-tu à quelqu'un qui voudrait commencer une trithérapie?



**Bella :** Être bien informé sur tous les effets secondaires des médicaments qui vont t'être prescrits. Ne pas oublier de toujours prendre tes médicaments à la même heure et ce, tous les jours. C'est quand tu les oublies et que t'arrêtes le traitement que le virus prend des forces. C'est là que tu peux être obligé de prendre plus de pilules et même de changer ton traitement.

**Josée :** As-tu des trucs pour t'encourager à prendre ton traitement?



**Bella :** Quelqu'un qui vit plein d'effets secondaires peut, pour se remonter le moral, mettre 1 dollar dans un pot à chaque fois qu'il prend ses médicaments et, après un mois ou deux, il pourra se gâter un peu. Un autre petit truc est d'avoir une alarme qui t'avertit quand il est temps de prendre tes médicaments.

**Josée :** Merci Bella pour ce beau témoignage.

Pour un suivi médical, que tu sois à Montréal ou ailleurs, la ressource que tu fréquentes peut te référer à des spécialistes de la santé. N'oublie pas qu'il existe aussi des groupes de soutien qui peuvent t'aider à continuer ton traitement. ■

Salut!

**1CHARGE VIRALE :** CE TEST MESURE LA QUANTITÉ DE VIH PRÉSENTE DANS LE SANG. SI TU VEUX EN SAVOIR PLUS, VA SUR : [SECURISEXE.CA](http://SECURISEXE.CA).

**2UHQRESS :** SUIVI ADAPTÉ POUR LES PERSONNES TOXICOMANES VIVANT AVEC LE VIH. ILS VONT T'AIDER DE TOUTES LES MANIÈRES POSSIBLES POUR QUE TU PUISSES PRENDRE TOUS LES JOURS TES MÉDICAMENTS, ET CE, DANS TON MILIEU DE VIE EN CAS DE BESOIN. ILS OFFRENT AUSSI D'AUTRES SERVICES COMME UN SUIVI EN HÉPATITE C, DE LA MÉTHADONE ETC... TU PEUX LES REJOINDRE AU SITE FIXE 514 890-8000 POSTE 26084 OU L'ÉQUIPE MOBILE AU 514 890-8304.

**3CD4 :** CELLULE SANGUINES CHARGÉES DE DÉFENDRE L'ORGANISME CONTRE LES MALADIES

\*[HTTP://WWW.AMFAR.ORG/ABOUT\\_HIV\\_AND\\_AIDS/FACTS\\_AND\\_STATS/STATISTICS\\_WORLDWIDE/](http://WWW.AMFAR.ORG/ABOUT_HIV_AND_AIDS/FACTS_AND_STATS/STATISTICS_WORLDWIDE/)

Source :

- [www.bfmtv.com/sociétésida-l-épidémie](http://www.bfmtv.com/sociétésida-l-épidémie)  
- [www.catie.ca](http://www.catie.ca)  
- Santé Canada

Josée,  
INFOMANE À MONTRÉAL  
ILLUSTRATION © BBD



*Infirmière sans-rendez-vous  
à CACTUS Montréal!!*

*Pour les personnes UDII, travailleuses et  
travailleurs du sexe et personnes trans.  
Soins infirmiers, dépistage, évaluation de  
santé, vaccination.*

*Lundi : 16h-21h - Mardi : 16h-20h  
Mercredi : 10h-14h - Jeudi : 12h-20h  
Vendredi : 12h-16h*

 **514 847-0067 #102**  
1300 rue Sanguinet (coin Ste-Catherine Est)

**Cran**  
Centre de recherche  
et d'aide pour narcomanes

**Le Cran, centre spécialisé dans le  
traitement de la dépendance aux opioïdes,  
est fier de de contribuer à la parution de  
L'Injecteur, une source d'informations  
et de témoignages pertinents pour  
toutes nos clientèles.**

**Services cliniques réguliers**  
**Pour informations**  
**Tél : (514) 527-6939**

**Services Relais Méthadone**  
**Pour informations**  
**Tél : (514) 847-9300**