

**Référence : [www.reseau-canadien-sante.ca](http://www.reseau-canadien-sante.ca)**

### **Qu'est-ce que le VIH?**

Le VIH est le virus responsable du sida. Le sida se déclare uniquement chez les personnes infectées par le VIH. Un virus est un type de microbe qui peut vous rendre malade. Par exemple, certains virus donnent le rhume, et d'autres, la varicelle, la grippe ou des feux sauvages.

**VIH** signifie «**v**irus de l'**i**mmunod**é**ficience **h**umaine».

**SIDA** signifie «**s**yndrome d'**i**mmunod**é**ficience **a**cquise».

### **Que signifie CD4?**

CD4 est le nom d'un type de cellule sanguine. Votre organisme est composé d'une grande variété de cellules, et chacune d'elles a une fonction qui lui est propre.

Les cellules CD4 contribuent à vous maintenir en bonne santé, et vous protègent contre certaines infections.

### **Mode d'action du VIH**

Le VIH s'attaque aux cellules CD4 et les tue. Lorsqu'il n'y a plus assez de cellules CD4 dans votre sang, votre organisme est plus vulnérable et vous devenez plus sensible à la maladie. Plus la quantité de VIH est grande dans votre sang, plus vous risquez de devenir malade.

### **Comment votre organisme combat-il le VIH?**

Dès que le VIH pénètre dans votre organisme, il tue les cellules CD4. Votre organisme réagit alors en produisant davantage de cellules CD4.

Même si vous vous sentez en forme, le VIH continue de s'attaquer à vos cellules CD4. Quand le nombre de cellules CD4 devient trop bas, votre organisme ne peut plus se protéger. Vous êtes alors plus vulnérable aux autres microbes.

### **Comment les médecins suivent-ils l'évolution de l'infection par le VIH?**

Les médecins et autres professionnels de la santé peuvent connaître la quantité de cellules CD4 dans votre sang au moyen d'un test de laboratoire, qui s'appelle « numération des cellules CD4 ». Pour ce test, on doit vous prélever un échantillon de sang.

Les médecins peuvent également mesurer la charge virale, c'est-à-dire la quantité de VIH dans votre sang.

Ces tests et divers autres peuvent aider votre médecin à déterminer les options thérapeutiques qui vous conviennent.

### **Le VIH n'est pas facile à combattre**

Le VIH est un virus difficile à maîtriser. Il change continuellement. C'est pourquoi il est difficile de le combattre d'une seule manière. Parfois, le virus se transforme d'une façon telle qu'il échappe au traitement médicamenteux. On parle alors d'un « virus résistant au médicament ».

### **Une réduction de la charge virale peut vous permettre de vivre plus longtemps**

De saines habitudes de vie, une bonne alimentation et des activités physiques peuvent vous aider à combattre le VIH. De plus, chez certaines personnes, de nouvelles options thérapeutiques permettent de réduire la charge virale à un point tel que le VIH n'est plus

mesurable! Avec moins de virus dans votre sang, vous pourriez vivre en meilleure santé plus longtemps.

Bien qu'il n'existe pas encore de moyen de guérir l'infection par le VIH, le choix d'un mode de vie sain et d'un traitement approprié peut vous aider à demeurer en santé le plus longtemps possible.

**L'association de plusieurs traitements: c'est mieux**

Il existe aujourd'hui beaucoup de nouveaux moyens pour traiter l'infection par le VIH et vous aider à résister à la maladie.

De nouveaux traitements peuvent être combinés de multiples façons. Certains pourraient être plus efficaces dans votre cas, tandis que d'autres pourraient mieux convenir à votre mode de vie.

La décision concernant le traitement le plus approprié vous revient à vous et à votre médecin.