

VIH

Test de charge virale

En vivant avec le VIH, vous constaterez sans doute que la mesure de votre charge virale devient un élément important de la stratégie visant à vous garder en bonne santé.

Vous passerez ce test régulièrement, et il sera au nombre des différents facteurs que vous et votre médecin devrez prendre en considération dans la prise en charge de votre infection.

Cette brochure vous explique ce qu'est le test de charge virale et répond à certaines questions fondamentales sur son rôle dans votre plan de traitement.

Le test de charge virale, c'est quoi au juste?

Le test de charge virale mesure la quantité de VIH présent dans votre sang. Il le fait en mesurant le nombre de copies d'une partie spécifique du virus appelée ARN ou acide ribonucléique.

À quoi sert ce test si j'ai déjà subi un test de dépistage du VIH?

Le test de dépistage des anticorps contre le VIH vous permet de déterminer si vous êtes infecté par le VIH, le virus responsable du sida. Le test de charge virale mesure la quantité de ce virus dans votre sang. Alors qu'un seul test de dépistage des anticorps contre le VIH est nécessaire, au moment du diagnostic, on mesurera régulièrement votre charge virale.

Quelle différence y a-t-il entre le test de charge virale et le compte des CD4+?

Le compte des CD4+ vous renseigne sur l'état de santé de votre système immunitaire. Le test de charge virale fournit de l'information sur l'activité du VIH dans votre organisme. Ensemble, ces deux tests permettent de surveiller la réponse de votre organisme à l'infection par le VIH et au traitement anti-VIH.

Comment rapporte-t-on les résultats du test de charge virale?

Les résultats de ce test sont exprimés en copies/millilitre (mL). Plus ce chiffre est bas,

moins il y a de virus dans votre sang. Le nombre de copies peut aller de plus de 1 000 000 copies/mL à une valeur indécelable.

Ça veut dire quoi indécelable?

Le mot indécelable signifie que votre sang ne contient pas assez de copies du virus pour que le test puisse les mesurer. Cela ne signifie pas que vous êtes guéri du VIH. Le virus est toujours présent dans votre organisme, mais à un taux immesurable.

Si ma charge virale est indécelable, puis-je encore transmettre le VIH à d'autres personnes?

Oui. Bien que le VIH soit indécelable dans votre sang, il peut en rester encore assez pour infecter quelqu'un. De même, il est possible que le taux de VIH soit plus élevé dans le sperme et les sécrétions vaginales. Ainsi, même si votre charge virale est indécelable, vous risquez toujours d'infecter quelqu'un en partageant des aiguilles ou en ayant des rapports sexuels non protégés.

Pourquoi est-il important que je connaisse ma charge virale?

Votre charge virale vous donne une idée de l'activité du VIH dans votre corps. Puisque la quantité de VIH dans votre sang change, il est nécessaire de mesurer régulièrement votre charge virale. Les résultats du test de charge virale permettent de prendre des décisions importantes au sujet de votre traitement anti-VIH, comme le moment d'entreprendre un traitement ou de changer vos médicaments.

Qu'est-ce que cela signifie si ma charge virale varie d'un test à l'autre?

Votre charge virale peut varier d'un test à l'autre, parfois même beaucoup. Ces variations sont normales. Votre médecin vous dira sans doute de vous y attendre et d'essayer de ne pas trop vous inquiéter quand ça arrive. Le plus important sont les tendances constantes, qu'elles soient à la hausse ou à la baisse, qui s'observent dans votre charge virale d'un test à l'autre.

Si je subis un test de charge virale, cela signifie-t-il que je dois commencer un traitement anti-VIH?

Ce n'est pas parce que vous subissez un test de charge virale que vous devez immédiatement prendre des médicaments ou suivre d'autres traitements. Un test de charge virale vous aide à prendre des décisions éclairées sur vos traitements actuels et futurs. En fait, les tests de charge virale sont plus utiles lorsqu'on en fait plusieurs sur une certaine période de temps.

Si vous envisagez de suivre un traitement, vous devez savoir que les médicaments anti-VIH ont des effets secondaires, qui varient d'une personne à l'autre. Aussi, vous devrez accepter d'apporter certains changements dans votre vie, au besoin. Vous trouverez plus d'information dans le guide de CATIE intitulé *Un guide pratique de la multithérapie antirétrovirale*.

Comment ma charge virale m'aidera-t-elle à choisir un traitement?

Si vous suivez déjà un traitement, le fait de connaître votre charge virale vous permettra, à vous et à votre médecin, de surveiller l'effet du traitement sur le virus. On mesurera régulièrement votre charge virale pour évaluer l'efficacité de votre traitement. Généralement, les médicaments anti-VIH ralentissent la réplication du virus et réduisent la charge virale.

Une charge virale indécelable est l'objectif du traitement, et plus particulièrement lorsque vous commencez votre première combinaison de médicaments anti-VIH. Si d'autres combinaisons sont utilisées plus tard, l'objectif visé demeurera une charge virale indécelable, même si cet objectif risque de ne pas être aussi facile à atteindre.

Qu'est-ce que ça veut dire lorsque ma charge virale augmente?

De nombreux facteurs peuvent avoir une influence sur votre charge virale, tels que la progression de l'infection au VIH, votre état de santé général, l'efficacité du traitement et même la façon dont le test a été effectué cette journée-là. Vous et votre médecin tenterez de découvrir la cause d'une telle augmentation en



examinant vos tests de charge virale précédents et en recherchant d'autres indices.

Si votre charge virale a augmenté, il se peut que votre médecin vous demande de subir un autre test immédiatement. Ce deuxième test permettra de vérifier si l'augmentation est passagère ou si elle suit une tendance. Les variations passagères peuvent avoir différentes causes. Par exemple :

- Il arrive que votre charge virale soit décelable dans le cadre d'un test particulier, puis revienne à un niveau indétectable lors du test suivant. On parle alors d'anomalie passagère et ça n'a rien d'anormal;
- Votre charge virale peut augmenter temporairement en raison d'un rhume ou d'une autre maladie de courte durée;
- Votre charge virale peut également augmenter temporairement après un vaccin, comme le vaccin contre la grippe. Faites-vous vacciner si vous en avez besoin, mais attendez peut-être un mois après la vaccination (ou une maladie) avant de subir un autre test de charge virale;
- La façon dont on mesure votre charge virale varie d'un laboratoire à l'autre, ce qui peut influencer sur les résultats du test. N'oubliez pas cette possibilité lorsque vous passez des tests dans deux laboratoires différents, et plus particulièrement si ces derniers se trouvent dans des provinces ou pays différents.

Si l'augmentation de la charge virale ne peut être expliquée d'une autre façon, il faudra peut-être envisager de remettre en question votre traitement actuel.

Qu'est-ce qu'une augmentation constante de ma charge virale a à voir avec mon traitement?

Une augmentation constante de votre charge virale pourrait indiquer que votre combinaison de médicaments anti-VIH a perdu de son efficacité. Vous pourrez discuter avec votre médecin des raisons possibles de cette augmentation et des mesures à envisager.

Votre charge virale peut augmenter si vous ne prenez pas toutes les doses de médicaments

comme ils sont prescrits. La plupart des gens qui suivent un traitement prennent des pilules une ou deux fois par jour seulement et ne semblent pas avoir trop de peine à intégrer un traitement anti-VIH à leur routine. Toutefois, il peut arriver qu'on manque une dose, surtout lorsqu'on est déprimé, anxieux, frustré ou lorsqu'on consomme de l'alcool ou des drogues. Si vous avez de la peine à prendre vos médicaments comme on vous les a prescrits, il vous faudra peut-être songer à obtenir de l'aide parce que la prise régulière de vos pilules (observance thérapeutique) est l'un des aspects les plus importants de votre traitement. Une dose manquée peut entraîner une baisse du taux du médicament dans le sang assez importante pour que le virus se réactive.

Il arrive que les effets secondaires des médicaments anti-VIH empêchent les gens de prendre toutes leurs doses comme elles sont prescrites. La nausée est un exemple. Il est important de parler de vos effets secondaires à votre médecin, car il peut vous aider à les maîtriser. Il arrive aussi que, même si on prend toutes les doses, quelque chose empêche le médicament d'avoir l'effet voulu sur l'organisme. Il est possible que votre organisme ne soit pas capable d'absorber le médicament ou qu'un autre médicament que vous prenez bloque l'action du médicament anti-VIH. Assurez-vous de mentionner à votre médecin tous les autres médicaments sur ordonnance et en vente libre que vous prenez, y compris les produits à base de plantes médicinales, les suppléments et même les drogues récréatives.

Enfin, une augmentation considérable de la charge virale peut indiquer que le virus est en phase de réplication (multiplication) en dépit du traitement anti-VIH. Cela signifie que le VIH est devenu résistant à au moins un des médicaments de votre combinaison. La résistance à un médicament anti-VIH est problématique parce qu'elle signifie que vous ne pouvez plus utiliser ce médicament pour maintenir votre charge virale à un bas niveau. Une mauvaise observance thérapeutique peut se solder par l'apparition d'une résistance virale aux médicaments. Si cela arrive, vous et votre médecin devriez vraisemblablement envisager de changer la combinaison de médicaments que vous prenez.

Est-ce que la charge virale est différente chez les femmes?

En moyenne, les femmes ont généralement une charge virale plus faible que les hommes et ce, même si leur compte des cellules CD4+ est semblable. Toutefois, cette différence ne semble pas avoir d'impact sur leur santé ou leur réponse au traitement.

Si je passe un test de charge virale, est-ce qu'on saura que je suis séropositif?

La loi interdit à votre médecin et aux personnes qui travaillent avec lui de parler à qui que ce soit de vos tests sans votre permission. Elle interdit également aux laboratoires de révéler les résultats de vos tests sans votre permission à des personnes autres que vous et votre médecin.

Où puis-je obtenir plus d'information?

Votre médecin et les autres membres de votre équipe de soins sont d'excellentes sources d'information. Ils devraient être en mesure de répondre à vos questions sur le test de charge virale. Vous pouvez utiliser cette brochure pour lancer la discussion. Pour de plus amples renseignements, n'oubliez pas de consulter le feuillet d'information de CATIE intitulé *Le test de la charge virale*. Vous pouvez vous procurer ce feuillet d'information et bien d'autres renseignements utiles gratuitement à l'adresse www.catie.ca.

Ce que vous devez savoir

- Un test de charge virale mesure le nombre de copies du virus dans votre sang. Le résultat de ce test est exprimé en copies/mL;
- La charge virale permet de connaître le niveau d'activité du VIH dans votre organisme. Plus le nombre est bas, moins le virus est actif;
- On vérifiera régulièrement votre charge virale. Il est normal que votre charge virale varie; l'important est de détecter des variations régulières au fil du temps;
- Votre charge virale est l'un des facteurs qui vous aideront, vous et votre médecin, à décider à quel moment où il faut commencer ou changer votre traitement anti-VIH;
- Si vous suivez un traitement anti-VIH, une augmentation régulière de votre charge virale peut indiquer que le virus est en train d'acquiescer une résistance à l'un des médicaments anti-VIH que vous prenez. Vous et votre médecin discuterez ensemble des mesures à prendre par la suite.

CATIE (Réseau canadien d'info-traitements sida) fournit de l'information exhaustive sur tous les aspects du traitement anti-VIH. Tous les appels, envois postaux et autres contacts sont traités en toute confidentialité. Contactez CATIE en ligne ou par téléphone à :

www.catie.ca
1.800.263.1638
All our services are also available in English.

Déni de responsabilité

Toute décision concernant un traitement médical particulier devrait toujours se prendre en consultation avec un professionnel ou une professionnelle de la santé qualifié(e) qui a une expérience des maladies liées au VIH et des traitements en question. Le Réseau canadien d'info-traitements sida (CATIE) fournit, de bonne foi, des ressources d'information aux personnes vivant avec le VIH/sida qui, en collaboration avec leurs soignants, désirent prendre en mains leurs soins de santé. Les renseignements produits ou diffusés par CATIE ne doivent toutefois pas être considérés comme des conseils médicaux. Nous ne formulons aucune garantie quant à la précision ou au caractère complet de toute information publiée par CATIE. Les utilisateurs qui se fient à cette information le font entièrement à leurs propres risques.

Produit en collaboration avec

L'Association canadienne des spécialistes cliniques
des laboratoires du VIH (www.cahcls.ca)

La production de cette publication a été rendue possible grâce à l'apport financier de

L'Agence de santé publique du Canada

et

Le gouvernement de l'Ontario



Imprimé sur du papier recyclé post-consommation à 100 %