

# Le test de la charge virale en VIH

## Sommaire

En tant que personne vivant avec le VIH, faire tester votre charge virale est un élément important de votre plan pour rester en santé. Vous devriez passer le test régulièrement; les résultats compteront parmi plusieurs facteurs que vous et votre médecin prendrez en considération pour décider de la manière de prendre en charge votre infection au VIH. Ce feuillet d'information vous servira d'introduction au test de la charge virale et répondra aux questions essentielles concernant son rôle dans votre plan de traitement et de soins.

## Qu'est-ce que le test de la charge virale?

Le test de la charge virale mesure la quantité de VIH dans votre sang. On envoie un échantillon de sang au laboratoire pour faire compter le nombre de copies d'un élément particulier du virus appelé ARN ou acide ribonucléique. Le résultat du test de la charge virale s'exprime en nombre de copies par millilitre (ml) de sang. Plus le nombre est faible, moins il y a de virus dans le sang. Les résultats peuvent varier énormément, allant de 1 000 000 copies/ml ou plus jusqu'à indétectable.

## Que veut dire indétectable?

Le mot indétectable veut dire que le nombre de copies dans votre sang est plus faible que celui que le test est capable de mesurer. Au Canada, le test de la charge virale donne un résultat indétectable lorsqu'il y a moins de 40 ou 50 copies/ml. Avoir une charge virale indétectable ne veut pas dire que vous êtes guéri du VIH. Le virus est encore présent dans votre corps.

## Pourquoi la charge virale est-elle importante?

La charge virale est une mesure de l'ampleur de l'activité du VIH dans votre sang. Le virus tue des globules blancs appelés cellules CD4 qui sont un élément important de votre système immunitaire. Lorsque la charge virale est élevée, le compte de CD4 diminue, le système immunitaire s'affaiblit et vous êtes alors plus susceptible de tomber malade.

FEUILLET  
D'INFORMATION

Publié en  
2017

## COMMUNIQUEZ AVEC NOUS

### par téléphone

1.800.263.1638  
416.203.7122

### par télécopieur

416.203.8284

### par courriel

info@catie.ca

### par la poste

555, rue Richmond Ouest  
Bureau 505, boîte 1104  
Toronto (Ontario) M5V 3B1



La source canadienne  
de renseignements sur  
le VIH et l'hépatite C

Lorsque vous commencez un traitement anti-VIH (couramment appelé TAR), on a recours au test de la charge virale pour vérifier l'efficacité de votre traitement. L'un des objectifs du TAR consiste à rendre la charge virale indétectable, afin que le système immunitaire puisse commencer à se réparer. Vous devriez passer un test de la charge virale tous les trois à six mois. Les résultats sont utilisés pour surveiller l'efficacité de votre traitement anti-VIH et déterminer s'il est nécessaire ou non de changer les médicaments que vous prenez.

Nous savons maintenant que même une faible quantité de VIH peut causer de l'inflammation et endommager le corps. On recommande que les gens commencent dès que possible le traitement après avoir été diagnostiqués. Cela aide à réduire les dommages que l'inflammation liée au VIH pourrait causer.

Nous savons aussi que les personnes qui reçoivent des soins, suivent un TAR et maintiennent une charge virale indétectable sont considérablement moins susceptibles de transmettre le VIH à d'autres personnes. D'ailleurs, des études montrent que les personnes ayant une charge virale indétectable ne transmettent pas le VIH à leurs partenaires sexuels.

### Qu'est-ce que cela veut dire si ma charge virale augmente?

De nombreux facteurs peuvent influencer votre charge virale, tels que la progression de l'infection au VIH, votre état de santé général, l'efficacité éventuelle de votre traitement et même la façon dont le test a été effectué ce jour-là. Pour essayer de trouver la cause de l'augmentation de votre charge virale, vous et votre médecin pourrez examiner les résultats de vos tests de la charge virale antérieurs et chercher d'autres indices.

Si vous constatez une augmentation de votre charge virale, votre médecin vous demandera peut-être de passer tout de suite un autre test. Ce deuxième test permet de vérifier si l'augmentation de la charge virale est temporaire ou encore le signe d'une tendance continue. Les changements temporaires dans la charge virale peuvent avoir de nombreuses causes, dont les suivantes :

- Il pourrait arriver que votre charge virale soit détectable lors d'un test particulier puis qu'elle redevienne indétectable lors du test suivant. Il s'agit d'une augmentation passagère et c'est normal (on utilise souvent le mot anglais *blip* pour décrire une telle situation).
- Votre charge virale pourrait augmenter temporairement si vous avez le rhume ou une autre maladie de courte durée, ou encore après une vaccination. Il serait peut-être utile d'attendre un mois après une vaccination (ou une maladie) avant de passer un autre test de la charge virale.

La façon dont on effectue le test de la charge virale varie d'un laboratoire à l'autre, ce qui peut influencer les résultats des tests. Gardez cette possibilité en tête lorsque vous comparez les résultats de tests effectués dans des laboratoires différents, surtout s'ils se trouvent dans des provinces ou pays différents. Si vous ne trouvez aucune autre explication de l'augmentation de votre charge virale, vous et votre médecin aurez peut-être besoin de revoir votre plan de traitement.

### Quel impact une augmentation continue de ma charge virale aurait-elle sur mon plan de traitement?

Si votre charge virale augmente de façon continue pendant que vous suivez un traitement, il est possible que votre combinaison de médicaments anti-VIH soit en train d'échouer. Vous et votre médecin discuterez ensemble des raisons possibles pour ce changement, ainsi que de l'approche à adopter ensuite.

Votre charge virale peut augmenter si vous ne prenez pas toutes les doses de vos médicaments tous les jours en suivant les prescriptions à la lettre. La plupart des personnes sous traitement prennent des comprimés une ou deux fois par jour seulement et réussissent à intégrer la prise de médicaments anti-VIH dans leur vie. Il n'empêche que les oublis sont encore possibles, surtout si vous êtes déprimé, anxieux, frustré ou encore si vous consommez de l'alcool ou des drogues. Si vous avez de la difficulté à prendre vos médicaments en respectant toutes les consignes, vous souhaitez peut-être demander de l'aide parce que le respect de votre horaire de prise

de pilules (il s'agit de l'« observance thérapeutique) est l'un des éléments les plus importants de votre traitement. Même l'oubli d'une seule dose peut causer une chute tellement importante du taux de médicament en question que le virus commence à se répliquer de nouveau.

Parfois, les effets secondaires d'un médicament anti-VIH font en sorte qu'il est difficile d'en prendre toutes les doses en respectant les prescriptions. La nausée en est un exemple. Il est important de parler des effets secondaires à votre médecin car il est souvent possible de les soulager.

Même si vous prenez toutes vos doses, il peut arriver parfois que quelque chose empêche un médicament de faire son travail dans votre corps. Il est possible que votre corps soit incapable d'absorber le médicament ou qu'un autre médicament que vous prenez empêche le médicament anti-VIH d'agir. N'oubliez pas d'aviser votre médecin de tous les médicaments sur ordonnance et en vente libre que vous prenez, ainsi que de tous les suppléments, les plantes médicinales et les drogues que vous utilisez.

Enfin, une augmentation importante de votre charge virale peut indiquer que le virus est en train de se répliquer malgré la présence des médicaments anti-VIH. Cela veut dire que vous avez acquis une résistance à au moins l'un des médicaments figurant dans votre combinaison. La résistance à un médicament anti-VIH est un problème parce que vous ne pourrez plus utiliser le médicament en question pour supprimer votre charge virale. Une mauvaise observance thérapeutique peut donner lieu à des résistances médicamenteuses. Si votre virus devient résistant, il est probable que vous et votre médecin parlerez de changer votre combinaison de médicaments.

## Où puis-je obtenir plus d'information?

Votre médecin et les autres membres de votre équipe de soins sont de bonnes sources d'information. Ils devraient être en mesure de répondre à vos questions sur le test de la charge virale. Vous souhaitez peut-être utiliser ce feuillet d'information comme point de départ pour votre discussion.

## Ce qu'il vous faut savoir

- Le test de la charge virale mesure le nombre de copies de virus dans votre sang. Le résultat s'exprime en copies/ml.
- La charge virale est un signe de l'ampleur de l'activité du VIH dans votre corps. Un nombre faible veut dire que le virus est moins actif.
- Vous aurez à passer régulièrement des tests de la charge virale.
- Même une faible quantité de VIH dans le corps peut causer de l'inflammation et des dommages. Voilà l'une des raisons pour lesquelles on recommande le traitement précoce de nos jours.
- Si vous suivez un TAR et avez une charge virale indétectable, votre risque de transmettre le VIH à d'autres personnes diminue considérablement.
- Si vous suivez un traitement anti-VIH, une augmentation continue de votre charge virale pourrait indiquer que le virus est en train de devenir résistant à l'un de vos médicaments. Si cela arrive, vous discuterez de vos prochaines options avec votre médecin.

**Auteur(s) : McLay D, Knowles Z**

**Traduction : Boutilier A**

## 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 à l'hépatite C et des traitements en question.

CATIE fournit des ressources d'information aux personnes vivant avec le VIH et/ou l'hépatite C qui, en collaboration avec leurs prestataires de soins, désirent prendre en mains leurs soins de santé. Les renseignements publiés ou fournis par CATIE ou auxquels CATIE permet l'accès ne doivent toutefois pas être considérés comme des conseils médicaux. Nous ne recommandons ni n'appuyons aucun traitement en particulier et nous encourageons nos utilisateurs à consulter autant de ressources que possible. Nous encourageons vivement nos utilisateurs à consulter un professionnel ou une professionnelle de la santé qualifié(e) avant de prendre toute décision d'ordre médical ou d'utiliser un traitement, quel qu'il soit.

CATIE s'efforce d'offrir l'information la plus à jour et la plus précise au moment de mettre sous presse. Cependant, l'information change et nous encourageons nos utilisateurs à consulter autant de ressources que possible. Toute personne mettant en application seulement ces renseignements le fait à ses propres risques. Ni CATIE ni aucun de ses partenaires ou bailleurs de fonds, ni leurs personnels, directeurs, agents ou bénévoles n'assument aucune responsabilité des dommages susceptibles de résulter de l'usage de ces renseignements. Les opinions exprimées dans le présent document ou dans tout document publié ou diffusé par CATIE, ou auquel CATIE permet l'accès, ne reflètent pas nécessairement les politiques ou les opinions de CATIE ni de ses partenaires ou bailleurs de fonds.

## La reproduction de ce document

Ce document est protégé par le droit d'auteur. Il peut être réimprimé et distribué à des fins non commerciales sans permission, mais toute modification de son contenu doit être autorisée. Le message suivant doit apparaître sur toute réimpression de ce document : *Ces renseignements ont été fournis par le Réseau canadien d'info-traitements sida (CATIE). Pour plus d'information, appelez CATIE au 1.800.263.1638.*

Le présent document a été produit grâce à la contribution financière de l'Agence de la santé publique du Canada. Les opinions exprimées ne représentent pas nécessairement celles de l'Agence de la santé publique du Canada.

N° du Centre de distribution : ATI-50190  
(also available in English, ATI-50189)

Les feuillets d'information de CATIE sont disponibles gratuitement à l'adresse [www.catie.ca](http://www.catie.ca)

## COMMUNIQUEZ AVEC NOUS

### par téléphone

1.800.263.1638  
416.203.7122

### par télécopieur

416.203.8284

### par courriel

[info@catie.ca](mailto:info@catie.ca)

### par la poste

555, rue Richmond Ouest  
Bureau 505, boîte 1104  
Toronto (Ontario) M5V 3B1