

My Choice & My Life

韓国語版



ViiV Healthcare K.K.

■ 목차

초기에 흔히 있는 의문-HIV 감염증과 치료	1
HIV 감염에 대해 알고 싶습니다	3
어떤 치료를 합니까?	9
치료 효과를 잃지 않기 위해	19
그 밖에 모르는 것들	20

■ 머리말

이 책자는 처음 HIV 감염증의 치료를 알아보는 환자분을 위해 만들어졌습니다. 이 책자가 질환과 치료의 관계, 생활에 주는 영향에 대해서, 또 약물 치료의 절차와 변경에 있어서 도움이 되기를 바랍니다.



모 르 면 위 험 합 니 다 ! !

‘몰랐다’라는 이유로 실패하거나 노력이 허사가 되는 경우가 많습니다. 아래와 같이 실패한 예도 있음을 잊지 마시기를 바랍니다.

① 병원에 다니기를 그만두었다

약을 복용하지 않아도 정기적인 건강 진단이 필요합니다. 반드시 전문병원으로 통원을 하시기 바랍니다. 의사나 병원의 변경은 할 수 있습니다. 경제적으로 어려운 분은 의료상담실이나 간호사에게 문의해 주십시오.

② 약 복용을 불규칙적으로 하였다

약을 먹다가 안 먹다가 하면 약이 듣지 않을 수 있습니다. 복용할 수 없는 사정이 있을 경우에는 빠른 시일내에 의사, 약사, 간호사에게 알려 주십시오.

③ 다른 사람의 HIV에도 감염되었다

“HIV 감염자 간에는 콘돔이 필요없을 줄 알았다” 고 해서 예방을 하지 않았기 때문에 중복 감염된 경우도 있습니다. 약이 잘 듣지 않는 바이러스에 감염되면 치료하는데도 실패하는 경우가 있습니다. 콘돔을 빼지 말아 주십시오. (오럴 섹스 포함).

초기에 흔히 있는 의문—HIV 감염증과

Q1 'HIV 양성'이라고 들었습니다. 저는 에이즈에 걸린 건가요?

'HIV 양성'은 HIV (인간면역부전바이러스) 라는 바이러스에 감염되었다는 것을 의미합니다. 감염된 것과 병으로 진행되어 '에이즈'라는 상태로 되는 것은 다릅니다.

Q2 에이즈가 발병했다고 들었습니다. 치료를 통해 나을 수 있나요?

감염증의 치료나 HIV 감염증 자체에 대한 적절한 치료를 받으면 많은 사람이 다시 건강을 되찾을 수 있습니다.

Q3 아주 건강한데, 병원에 가지 않으면 안되나요?

아주 건강한 분이나 곧바로 치료를 받지 않아도 되는 분이라도 정기적으로 진찰을 받고 면역 상태를 검사하는 것은 치료 개시의 타이밍을 놓치지 않기 위해서도 중요합니다. 정기적인 통원을 빠지지 않도록 합시다.

* HIV/에이즈 치료를 전문으로 하는 의사는 어디에 있습니까?

전국에 약 370여개의 '에이즈 치료 거점 병원'이 있습니다. 그곳에 있는 의사에게 문의하십시오.

—에이즈 치료 거점 병원—
<http://hiv-hospital.jp/>

치료.

Q4 병원의 무슨 과에 가야 되나요?

HIV/에이즈 치료를 전문으로 하는 의사*에게 치료 받으시기를 권합니다.

HIV/에이즈 치료를 담당하는과는 병원에 따라 다르기 때문에, 진찰을 받기 전에 병원에 전화를 걸어, 어느 과에서 치료를 받으면 되는지, 어느 요일에 가면 되는지를 확인합니다.

Q5 치료를 시작해도 일을 계속할 수 있나요?

대다수의 환자가 이전과 같이 일을 계속하면서 치료를 받고 있습니다. 건강한 생활을 유지하기 위해서도 일을 계속하는 것은 중요합니다.

건강상의 우려나 직장에서 스트레스를 느꼈을 경우에는 의사나 간호사, 의료상담원(소셜 워커), 심리상담사(카운셀러) 등에게 상담해 주십시오.

Q6 치료를 시작하기 전에 확인해 두어야 할 것을 알려 주십시오.

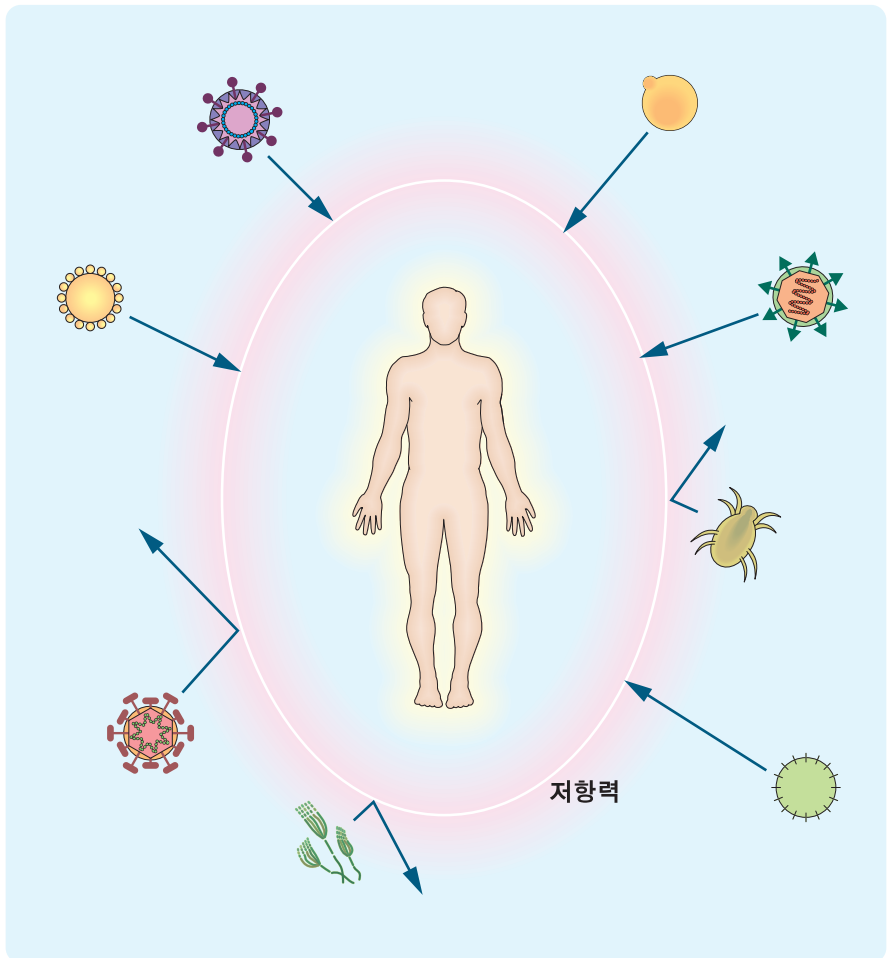
- ① 치료비는 한 달에 얼마나 드는가
- ② 이용할 수 있는 복지제도가 있는가
- ③ 어떻게, 언제 수속을 하면 좋은가
- ④ 지금 복용하고 있는 약과 에이즈 치료약을 같이 복용해도 문제는 없는가
- ⑤ 약을 복용하면서도 아이를 가질 수 있는가



HIV 감염에 대해 알고 싶습니다.

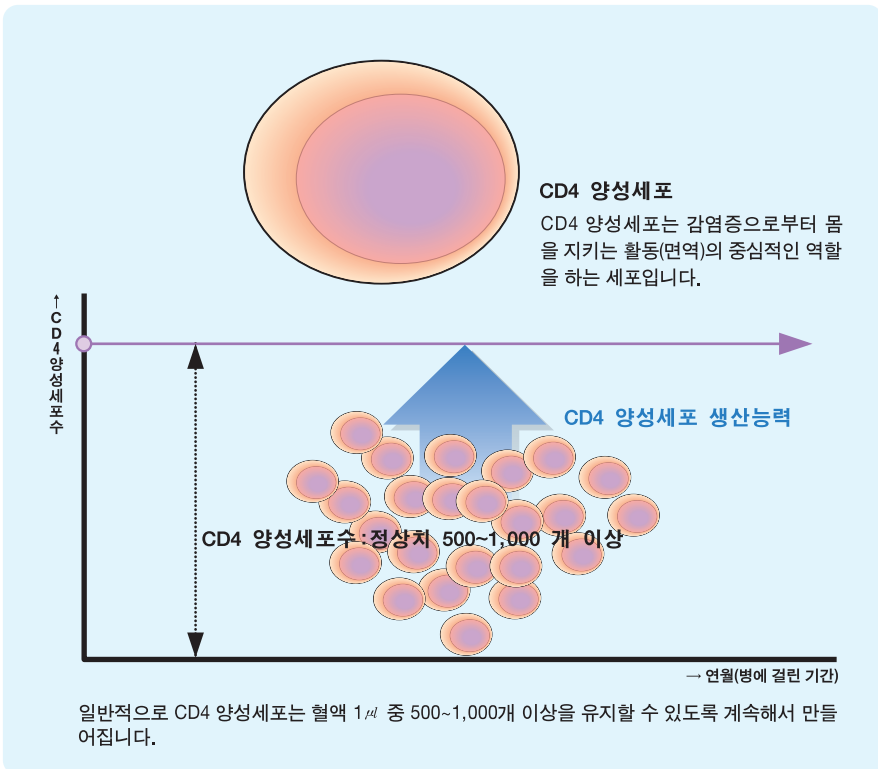
Q1 면역이란?

우리들의 주변에는 수많은 세균이나 바이러스, 곰팡이 등이 존재하고 있습니다. 그러나 우리는 면역이라고 불리는 바리어(저항력)를 가지고 있기 때문에, 이것들의 병원체의 대부분은 우리를 감염시키지 못합니다. 또 감염되더라도 증상이 나타나지 않은 채 저절로 낫기도 합니다.



Q2 CD4양성세포란 무엇인가요?

CD4 양성세포는(CD4 양성 림프구라고도 함) 감염증으로부터 몸을 지키는 활동(면역)의 중심적인 역할을 하는 세포입니다. 혈액검사에 의해 그 세포 수치를 알 수 있습니다. 이 CD4 양성 세포가 파괴되면 면역 활동이 약해져, 기회감염증*에 걸릴 확률이 높아집니다.

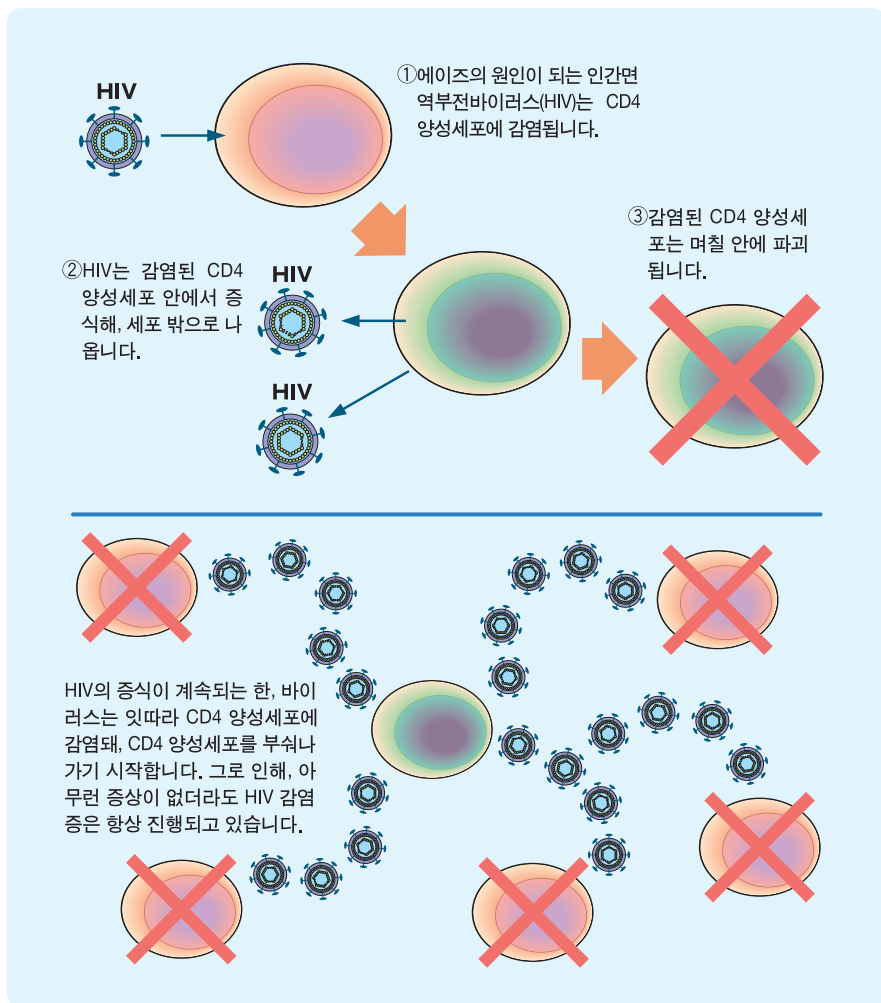


* 기회감염증(opportunistic infection)

몸의 저항력이 저하되거나 면역력이 저하된 경우는 평소에는 감염이나 발병하지 않는 병원균에 의해서도 감염증이 일어나는 것을 말합니다.

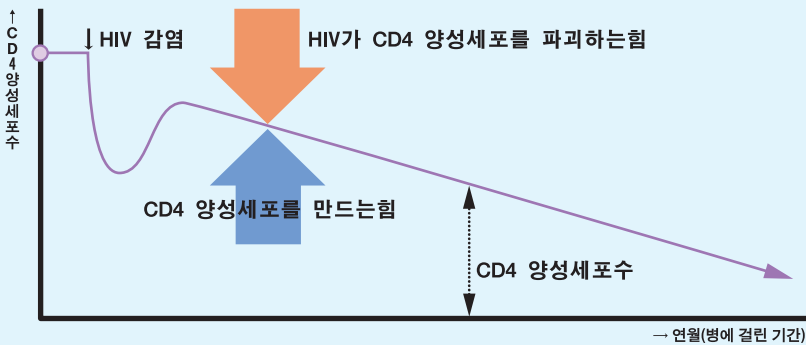
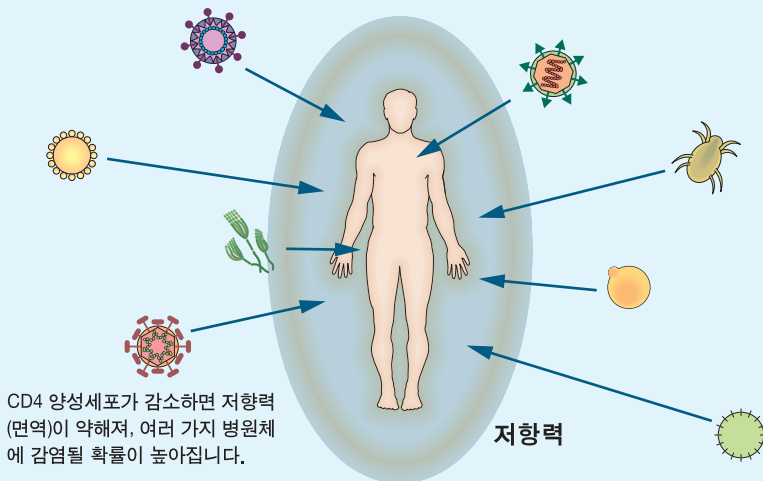
Q3 HIV는 어떻게 감염되나요?

에이즈의 원인이 되는 인간면역부전바이러스(HIV)는 CD4 양성세포에 감염되어, 늘어나기 시작합니다. HIV에 감염된 CD4 양성세포는 며칠 안에 파괴됩니다.



Q 4 CD4 양성세포 수가 줄어들면 어떻게 되나요?

HIV가 계속 늘어나면, CD4 양성세포의 수는 점점 줄어듭니다. CD4 양성세포가 줄어들면 저항력(면역)이 약해져, 여러 가지 질병에 걸릴 확률이 높아집니다. CD4 양성세포의 감소는 저항력(면역)의 저하, 즉 '병의 진행'을 의미합니다.



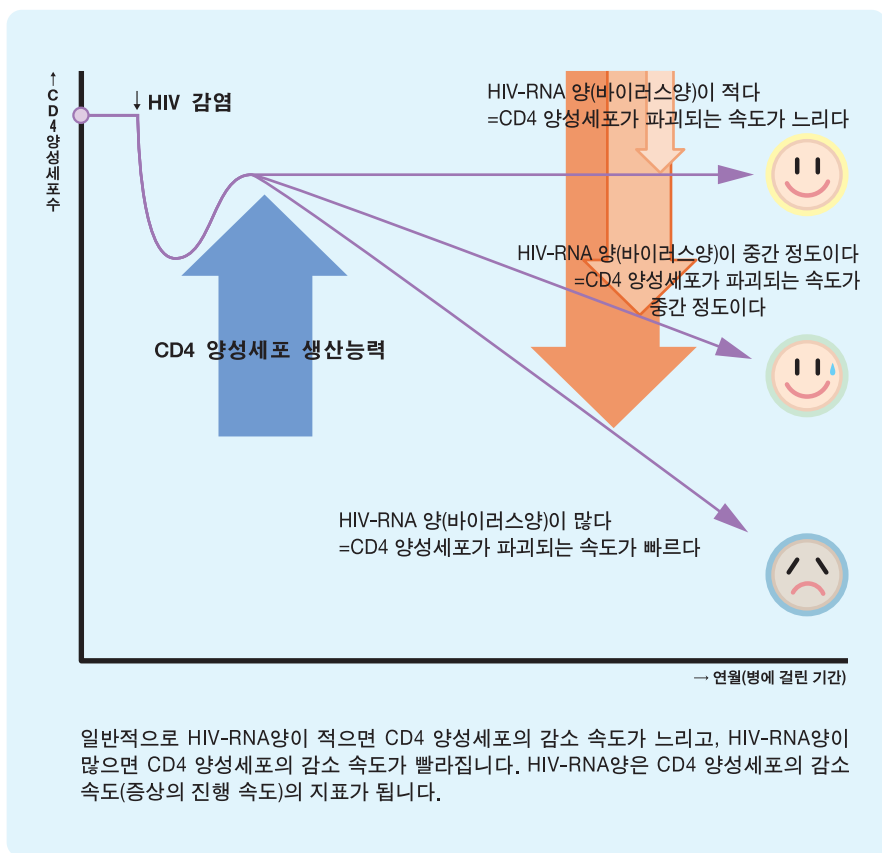
HIV 감염에 의해 CD4 양성세포수는 점점 감소합니다.
CD4 양성세포가 줄어들므로 면역이 저하됩니다. 이것은 병의 진행을 의미합니다.
CD4 양성세포수는 검사받은 시점의 면역력의 지표입니다.

Q5 바이러스양이란 뭔가요?

바이러스양이란, 혈액 중의 HIV 양(HIV-RNA양)을 뜻합니다.

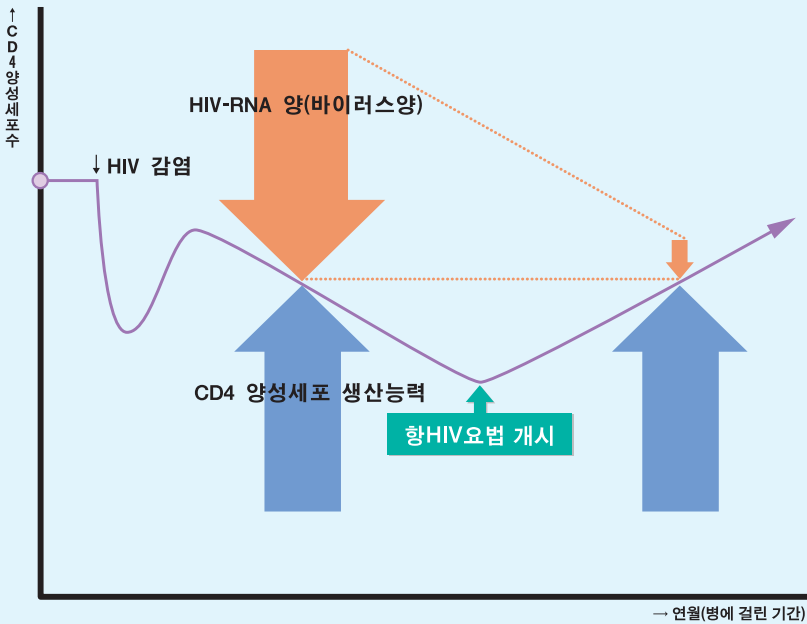
바이러스양이 많은 사람은 바이러스양이 적은 사람보다 빨리 병이 진행됩니다.

하지만 사람에 따라 바이러스양이나 증상이 진행되는 속도에 차이가 있기 때문에 주치의의 설명을 잘 들어주십시오.



Q6 '항HIV요법'이란 무엇인가요?

항HIV요법이란, 인간 면역 부전 바이러스(HIV)의 증식을 막는 항HIV약을 사용하여 환자의, 바이러스양을 감소시키는 치료법입니다(ART=아트라고도 함). 치료에 의한 효과는, CD4 양성세포 포수나 바이러스양 등의 혈액 검사결과를 통해 알 수 있습니다. 검사를 받을 때마다 결과를 스스로 기록해 봅시다.



항HIV요법에 의해 HIV 증식이 억제되어, HIV-RNA양이 감소하면, CD4 양성세포는 보통 증가합니다. 변화의 속도와 패턴은 사람에 따라 다릅니다.

어떤 치료를 합니까?

Q1 치료에 대해 어떠한 것을 생각해 두면 좋을까요?

언제 치료를 시작하는가

HIV에 감염된 사실을 알게 된 모든 사람에게 치료의 시작을 검토하도록 권장합니다. 자신의 건강 유지는 물론, 치료를 통하여 바이러스양을 낮게 억제하면 섹스 파트너에게 HIV를 감염시키는 리스크가 낮아진다는 사실도 밝혀졌습니다.

그러나 다른 질환을 동반하고 있을 때에는 그 치료를 우선하는 경우가 있습니다. 또한 복용을 잊어서 약이 듣지 않는 ‘내성 바이러스’가 발생하는 경우가 있으므로 치료를 시작하기 전에 복용을 확실하게 지속할 수 있는 환경을 갖추어야 합니다. 더욱이 의료비 조성 제도를 이용하기 위해서는 치료를 시작하기 전에 각종 검사와 평가, 수속 등이 필요합니다.

또한 약을 복용하기 시작한 후 2~4주일간은 부작용이 발생하기 쉬우므로 일이 바쁜 시기를 피해서 치료를 시작하는 등의 스케줄 조정도 검토해야 합니다. 이와 같이 치료를 시작하기 전에 여러가지 준비가 필요하므로, 의료 관계자와 충분히 상의하여 각 개인에게 최적의 치료 시작 시기를 결정하는 것이 중요합니다.

◆ 임신, 출산은 어떡하나...

임신을 계기로 HIV 감염이 판명된 경우에는 산모의 건강과 모자감염 예방을 위해 임신 12주 이내를 포함하여 HIV 감염이 판명되면 가능한 한 조기에 항HIV 요법을 시행하는 것이 일반적입니다. 선택 약물은 일반적인 추천약과 조금 다를 수 있으므로 HIV 전문의와의 상담이 필수입니다.



어떤 치료약의 조합으로 치료를 시작하나

◆ 치료효과가 강하고 확실한 것을 선택한다

매년, ‘항 HIV 요법 가이드라인: <http://www.haart-support.jp/guideline.htm>’, ‘HIV 감염증 “치료 설명서”: <http://www.hivjp.org/>’ 등이 발행되며, 추천 약의 조합이 조금씩 다를 수 있지만, ‘20여 종류의 약제 중에서 복수의 약제를 조합하여 사용한다’는 기본적인 방식은 변함이 없습니다. 현재는 일부 약의 경우에는 두 약제를 조합한 치료도 선택할 수 있게 되어 있습니다.

현재는 복수의 약제를 하나의 약제로 만든 것이 대부분이며, 1일 1회 1~2정을 복용하는 것이 일반적입니다.

약제를 선택할 때는 각자의 상황에 맞춰, 아래와 같은 조건들을 고려하여 선택합니다.

- 하루의 복용 횟수가 적은 것으로 한다

모두가 하루 1~2회의 조합입니다

- 본인의 일, 식사, 수면의 리듬에 가장 잘 맞는 것으로 한다

반드시 식후에 복용해야 하는 약이나 공복일 때 복용하면 좋은 약, 식사와 관계없이 복용할 수 있는 약이 있습니다

- 부작용이 적은 것을 고른다

- 현재 복용하는 약과 잘 맞는 것을 고려한다

위의 조건을 고려하여 개개인의 상황에 따라 가장 지속적으로 약 복용이 가능한 조합을 선택합니다.

치료약을 바꾸나, 바꾼다면 언제 바꾸나

- ◆ 치료의 효과가 없어졌을 때
- ◆ 생활이나 복용에 영향을 주는 생활 리듬, 스케줄이 바뀌었을 때
- ◆ 부작용이 심해 일상 생활에 영향을 줄 때
- ◆ 보다 복용하기 쉽고, 보다 효과적인 새로운 치료 약이 나왔을 때
- ◆ 임신, 출산을 계획했을 때, 혹은 출산 후에

무엇으로 바꾸나

- ◆ 새로 복용하는 약은 이전에 치료했을 때와 같은 원인으로 복용 못하게 되지 않도록 배려한다.
- ◆ 약제 내성검사(HIV에 대한 약물의 효과가 유지되고 있는지를 확인하는 검사 (15 쪽 참조))의 결과를 보고 가장 효과가 있을 것 같은 조합으로 바꾼다.

※지금까지 복용한 적이 있는 약, 시간, 효과에 대해 검토하는 것도 중요하므로 반드시 의사에게 알리십시오.

복용하지 않은(못한) 이유 - 미국

잊어버려서	36%	잊어버려서	66%
바빠서	27%	집에 두고 와서	57%
잠을 오래 자서	23%	바빠서	53%
집에 두고 와서	18%	생활 리듬의 변화	51%
부작용 때문에	13%	잠을 오래 자서	40%
(Spire B. et al.: Social Science & Medicine 54, 1481-1496, 2002)		복용시간에 문제가 있어서	40%
		몸 상태가 안 좋아서	28%
		부작용 때문에	24%
		기분이 좋지 않아서	18%
		복용하는 약이 너무 많아서	14%
		다른 사람에게 복용하는 것을 알리고 싶지 않아서	14%
		약의 특성, 유해작용 때문에	12%
		(Chesney MA. et al.: AIDS CARE 12 (3), 255-266, 2000)	

걱정되는 일이 있을 때는 의사나 약사, 간호사와 상담합니다.

Q2 치료를 시작하려고 하는데, 부작용이 나타나거나 복용을 잘 안 하게 될 것 같아 불안합니다.

부작용이 나타나는지, 또 어느 정도인지는 사람에 따라 다릅니다. 언제부터 어떠한 증상이 나타나는지 또는 그럴 때는 어떻게 하면 좋은지 대처 방법을 미리 의사, 약사와 상의해 둡시다. 약에 따라 시간이 갈수록 그 증상이 덜해 지고, 또 약을 복용하는 시간을 조정함에 따라 생활에 끼치는 영향을 줄이는 것도 가능합니다.

복용을 잊는 것을 방지하기 위해서는 치료를 시작하기 전에 미리 일상 생활 패턴이나 복용하기 좋은 시간, 어떠한 때에 잊기 쉬운지, 그것을 방지하기 위해서는 어떠한 수단이 있는지를 의사, 약사, 간호사들과 검토합니다. 다른 환자들은 어떻게 하는지 묻는 것도 참고가 될 것입니다.

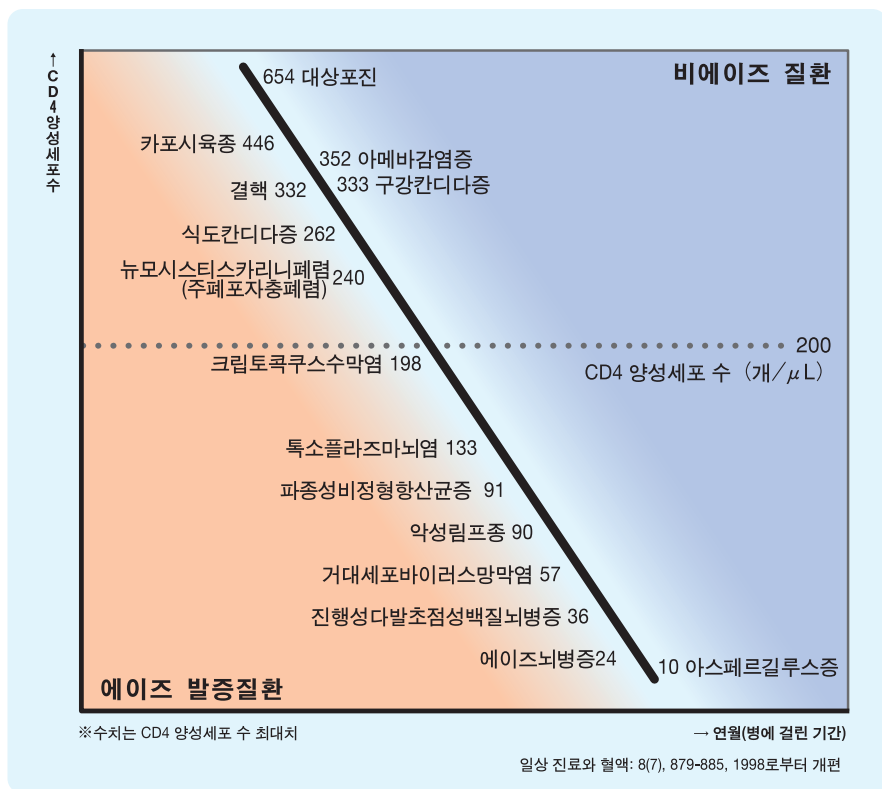
위와 같은 불안이나 질문은 실제로 많은 환자들이 경험하고 있습니다. 또 납득하지 않은 채, 준비가 부족한 채로 치료를 시작해도 오래 가지 못합니다. “이 치료를 계속 받을 수 있을 것 같다” 라는 전망을 환자와 의사가 서로 확인하고 치료를 시작해야 합니다.

한 번의 검사 결과만으로 당황하여 치료를 시작하지 않아도 괜찮습니다. 좀 더 생각하고 싶을 때는 “그 외에 다른 방법이 있습니까? (ほかにはどのような選択がありますか)” , “선생님께서 이 치료를 추천하시는 이유는 무엇입니까? (先生がこの治療をすすめる理由は何ですか)” “좀 더 생각해 보고 결정해도 되겠습니까? (もう少し考えてから決めてもよいですか)” 라고 전해 주십시오.

- 치료를 금방 시작하지 않는 경우에도 정기적으로 혈액 검사로 건강 상태를 파악하는 것이 필요합니다. 진찰 받는 것을 잊지 않도록 합니다.
- 치료 정보는 점점 새롭게 바뀝니다. 처음 진찰 받았을 때에 들은 이야기와 실제로 치료를 검토할 때의 정보는 다를 수 있습니다. 치료에 대한 정보를 정기적으로 의사나 약사로부터 얻으십시오. “새로운 정보가 있으면 알려 주세요 (新しい情報があつたらぜひ教えてください)” 라고 물어보는 것이 확실합니다. 또 일이나 생활에 변화 등 자신의 사정도 의사, 약사, 간호사들에게 에게 그대로 알리는 것이 좋습니다.
- 면역 상태를 나타내는 CD4 양성세포수의 수치가 높더라도 HIV 감염에 관련된 병에 걸릴 수 있습니다(13쪽 참조). 이상하다고 생각될 때는 빠른 시일 내에 의사와 상담하십시오.

Q3 CD4 양성세포수가 얼마나 내려가면 어떤 기회감염증이 발병할 가능성이 있나요?

일반적으로 CD4 양성세포의 수치가 200 이하로 내려가게 되면 여러 가지 병이나 건강 문제가 일어나기 쉽습니다. 그 상태를 예방하기 위해서 약물을 사용하기도 합니다. 또 수치가 200 이상이라도 여러 가지 병에 걸릴 가능성이 있기 때문에 몸 상태가 좋더라도 항HIV 요법을 시작하지 않은 경우에도 반드시 정기적으로 진찰을 받고 건강 상태를 검사하십시오.



Q4 한번 치료를 시작하면 평생 계속하지 않으면 안되나요?

현시점에서는, 치료는 평생 계속된다고 보시면 됩니다.

단 같은 약을 계속해서 복용하지는 않습니다. 이전에도 설명했다시피 부작용이 생기거나 약 효과가 나빠졌을 때, 또 복용하기 좋은 약이 새로 등장했을 때에는 약을 변경하는 경우가 있습니다. 현재는 다양한 종류의 약의 조합법이 있어서 도중에서 변경하는 것은 흔히 있는 일입니다. 치료약은 매년 바뀌고 있기 때문에 부작용은 더 적어지고, 복용하기 좋아질 것입니다.

- 치료에 의해 부작용이 심할 때
- 항HIV 약이 바이러스에 효과가 없어(약제 내성), 다른 치료로 변경할 때
- 더 복용하기 좋고, 지속하기 좋은 치료로 변경할 때

부작용이 심할 때, 일이나 생활에서 무리를 느낄 때, 치료를 그만두고 싶어졌을 때는 우선 의사나 약사, 간호사와 상담하십시오. 자기 판단만으로 갑자기 치료를 그만두거나 약의 양을 변경하지 마십시오.

아래 사항들은 스스로 판단하지 말고 의사나 약사에게 상담해 주십시오.

- 몸 상태가 좋아져서 약을 복용하는 것을 그만두었다.
- 몸 상태가 좋아져서 병원에 가는 것을 그만두었다.
- 몸 상태가 좋지 않아 약을 평소보다 많이 복용했다.
- 복용하는 것을 잊어버려서 2회분을 한꺼번에 복용했다.



Q5 어떤 검사가 필요한가요?

항HIV요법을 시작하기 전 또는 시작한 후에도 정기적으로 혈액 검사를 합니다. 혈액 검사는 일반적인 검사에 추가해서 바이러스양 검사나 CD4 양성세포수의 검사가 포함됩니다.

표 / 필요한 검사

검사명	무엇을 조사하는가	메모
CD4양성세포수	CD4, CD8의 수치를 조사합니다. 면역 상태를 알 수 있습니다.	●현재의 면역 상태를 아는 지표가 됩니다. ●치료 개시, 변경의 기준이 됩니다. ●‘기회감염증’의 예방이나 치료의 기준이 됩니다. ●‘신체장애인’ 인정의 기준이 됩니다.
HIV-RNA양 ² (바이러스양)	혈액 중의 바이러스양을 알 수 있습니다.	●앞으로의 면역 상태의 변화(증상의 진행)의 지표가 됩니다. ●치료 개시, 변경의 기준이 됩니다. ●‘신체장애인’ 인정의 기준이 됩니다.
혈산 예: 적혈구, 백혈구, 혈소판 등	빈혈이나 감염이 없는지 피가 잘 멈추지 않는지 등을 알 수 있습니다	●몸 상태나 복용약, 음식에 따라서도 달라집니다. ●약의 부작용을 아는 지표가 됩니다. ●약의 부작용을 알 수 있는 지표가 됩니다.
생화학 예: 혈당, 콜레스테롤, 중성지방, AST(GOT), ALT(GPT), γ -GTP, 크레아티닌 등	간장, 신장, 체장 등의 일반적인 상태를 알 수 있습니다.	
그 밖의 감염증 검사 예: A형·B형·C형 간염, 매독 등의 STD(성감염증), 톡소플라스마증 등	HIV와 같은 경로로 감염되는 질병의 유무를 알 수 있습니다.	●HIV의 치료에 따라서 영향을 받을 수 있습니다. 처음 진찰을 받을 때와 그 후 필요할 때 마다 검사합니다.
내약물 혈중농도 측정	내성 검사 (유전자형 검사와 표현형 검사가 있습니다)	●치료를 바꿀 때 중요한 정보입니다. 검사 희망을 의사에게 전하십시오.
	약물 혈중 농도 측정	●의사가 필요하다고 판단했을 경우에 검사합니다.

참고자료: European AIDS Clinical Society GUIDELINES 8.0 PART1 P1-2

※CD4 양성세포 수나 바이러스양은 감기가 걸리거나 다른 원인에 의한 몸 상태의 변화에 의해서도 바뀝니다. 몇 번이고 계속해서 측정하는 것이 중요합니다.

※기준치(정상범위의 수치)는 병원에 따라 표기가 다릅니다. 확인해 두시기 바랍니다.

이 밖에 증상에서 따서는 X레이 검사나 소변검사 등이 추가됩니다.

*** 1 신체장애자 인정**

1998년 4월부터 HIV 감염증은 '면역기능장애'로서 신체 장애인 인정을 받을 수 있게 되어, 의료비 조성 등의 제도를 활용할 수 있게 되었습니다.

장애 인정의 기준이나 신청의 구체적인 방법에 대해서는 거주하는 지역에 따라 다릅니다.

의사, 간호사, 의료상담원(MSW/소셜 워커)에게 문의하시기 바랍니다.

*** 2 HIV-RNA 량**

혈액중 HIV-RNA량은 바이러스양 혹은 Viral Load(VL)라고도 불립니다.

Q6 치료에는 비용이 얼마나 듭니까?

현재 행해지고 있는 HIV 감염증의 치료는 복수의 항 HIV약을 조합하여 이루어지는 것으로, 한 달에 10여만엔에서 20여만엔 정도의 비용이 듭니다. 이 밖에 별도의 질병 치료를 받는 사람은 추가 비용이 듭니다. 귀하가 가입한 건강 보험을 이용할 수 있기 때문에 청구에서 지불하실 금액은 30%가 됩니다.

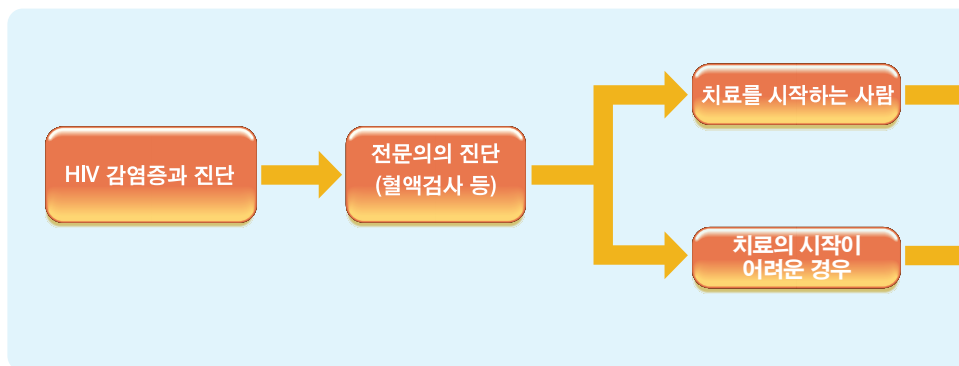
자기 부담을 줄이기 위해서 일정 기준액을 넘을 경우 고액요양비제도, 신체 장애인 수첩의 취득을 조건으로 한 공적인 제도 등을 활용할 수 있습니다. 자세한 사항은 의료 상담원(MSW/소셜 워커)이나 간호사에게 문의하시기 바랍니다.

● HIV/AIDS information net for Kanto-Koshinetsu region ●

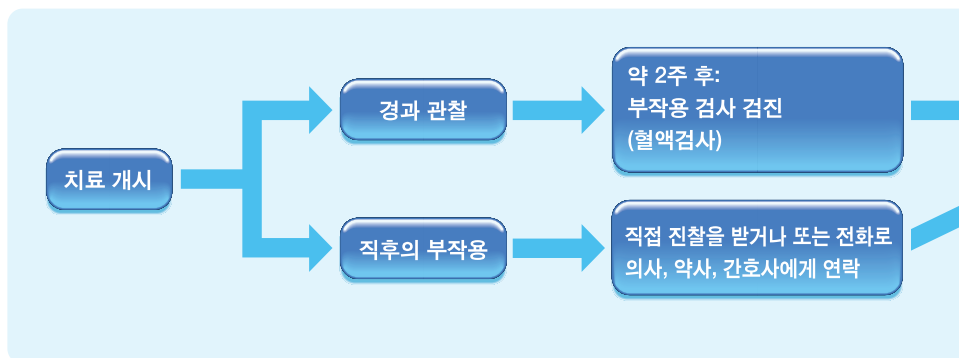
— 제도의 안내 —

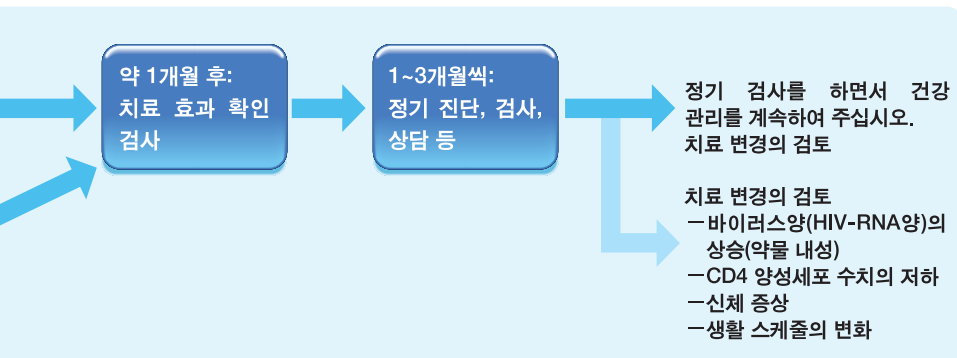
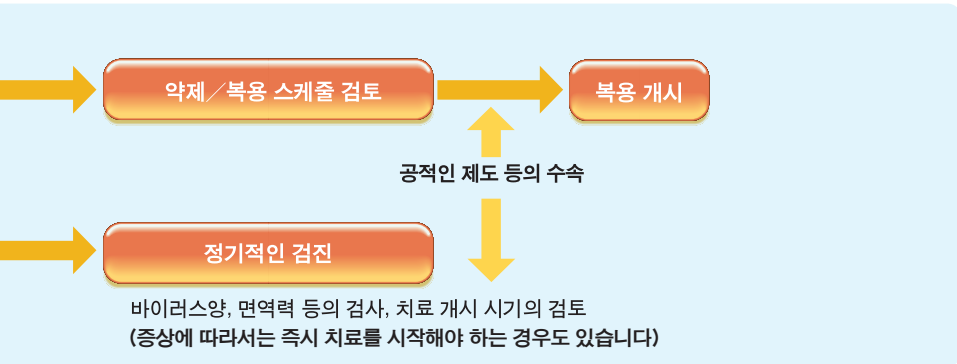
<http://kkse-net.jp/tebiki.html>

◆ 항HIV요법이 시작되기까지 (예)



◆ 항HIV요법이 시작되고나서 (예)





치료 효과를 잃지 않기 위해

치료약이 떨어지지 않도록 한다

예약한 날에 진찰을 받지 못 할 경우에는 병원에 연락하여 예약을 변경하고, 약이 다 떨어지기 전에 진찰을 받으십시오. 출장이나 여행 등 예정이 있을 경우, 미리 예비분을 확보해 놓으십시오. 또 밖에서 약을 소지하지 않고 있거나 떨어진 경우에는 가까운 전문병원에서 진찰을 받는 것도 가능합니다. 자신이 다니는 병원에 있는 약국의 야간 대응 시스템에 대해서도 의사나 간호사로부터 알아 놓으시기를 바랍니다.

주의 사항을 지킨다

시간이나 식사에 대해 약속사항을 지키십시오.

예를 들어 식후에 복용하면 좋은 약, 공복일 때 복용하면 좋은 약, 식사와는 전혀 관계없는 약들이 있습니다.

알람, 타이머를 이용한다

휴대전화 알람이나 진동을 설정하거나 인터넷 웹사이트의 리마인더 기능이나 서포트 앱을 활용하는 사람도 있습니다. 자신이 정한 시간에 복용하는 것을 잊지 않는 방법입니다.

복용 시간을 직장이나 학교 스케줄에 맞춰 설정하는 것도 하나의 방법입니다.

약을 복용하는 시간에 자신이 있을 곳에 약을 보관한다

아침이나 밤에 복용하는 약을 식탁, 세면대, 부엌, 알람 시계나 포트 근처에다 두는 것 등을 고려하는 분도 있습니다. 영업 등으로 외출이 잦고, 불규칙적인 이동이나 생활 패턴을 가지신 분은 직장에 몇 회분 약을 놓아두거나 꼭 휴대하는 것과 같이 가지고 다니는 것을 생각해 보십시오.

재해를 대비한다

복용한 지 반년 이상이 지나 경과가 안정되었을 때 1개월분 이상 예비약을 확보해 두는 것을 권합니다.

큰 재해 시에는 임시 기관에서 처방을 받을 수 있기 때문에 자신이 복용하는 약이나 복용법을 정확히 기억해 두는 것이 좋습니다. 또 신분증이나 진찰권에 복용약을 기록해서 휴대하면 의사 표시가 불가능한 경우에도 적절한 처치가 이루어질 수 있습니다.

그 밖에 모르는 것들

Q1 혈액검사 결과, 바이러스양이 검출 한계 이하라고 들었습니다. 어떤 상태를 말하는 겁니까?

혈액중 바이러스(HIV-RNA 양)이 아주 적어 현재 검사방식으로는 측정이 안 되는 경우입니다. 바이러스양(HIV-RNA 양)을 검출한계 이하로 계속 억제하는 것이 치료 목적이므로 지속적인 복용과 정기적인 통원 치료를 받으시기 바랍니다.

Q2 의사와 의논한 결과, 지금은 치료를 시작하지 않기로 했습니다. 앞으로도 바이러스양이나 CD4 양성세포수를 검사할 필요가 있습니까?

예, 약물 치료를 시작하지 않더라도 정기적으로 건강 상태를 아는 것은 중요합니다. 어느 정도 시간 간격을 두고 진찰을 받고, 검사를 하는가에 대해서는 의사와 상담하여 정하십시오. 치료를 시작할 타이밍이나 시기에 대해서는 계속해서 의사와 검토하십시오.

Q3 항HIV약과 건강 식품이나 보조 식품 등을 같이 복용해도 괜찮습니까?

약뿐만 아니라 건강 식품 중에서도 항HIV약과 상성이 맞지 않는 것이 있다고 알려져 있습니다. 그 밖에 병원에서 처방된 약, 약국에서 구입한 일반약은 물론 건강 식품이나 보조 식품에 대해서도 주치의나 약사와 상담하는 것이 좋습니다.

Q4 인터넷에서 알아보니 새로운 약이 나와 있는 것 같습니다. 새로운 약으로 바꾸는 게 좋지 않습니까?

최근, 약의 크기, 복용 횟수, 복용 제한이나 부작용 등 다양한 점에서 약이 개선되어 있습니다. 의사와 상담해서 이후의 선택지로 검토해 보는 것은 좋습니다.

Q5 앞으로 섹스를 할 때 주의하지 않으면 안 되는 것이 있습니까?

다른 성감염증에 걸리지 않도록 자신의 성기, 항문, 입이 상대의 점막이나 체액에 직접적으로 접촉되지 않도록 콘돔 등의 피임 도구를 사용하여 예방을 하십시오. 상대가 HIV에 감염돼 있는 경우라도 감염 예방이 필요합니다.

상대에 끼치는 영향 HIV 감염 리스크

치료를 통해 바이러스양이 검출한계 이하의 상태가 6개월 이상 지속되면 파트너에게 HIV 감염이 일어나지 않는다는 보고가 최근에 있었습니다*. 파트너를 위해서 최적화된 치료를 계속 받는 것이 중요합니다. 또한, 다른 성감염 예방을 위해서라도 콘돔 등을 사용하여 안전한 섹스를 실천해 주십시오.

★ Alison J Rodger et al. JAMA 2016; 316:171-181
Alison J Rodger et al. Lancet 2019; 393:2428-38

자신의 건강에 끼치는 영향

- ① 다른 감염증에 걸리면 면역기능에 악영향을 미치고 바이러스양도 증가됩니다.
- ② 다른 HIV에 중복되어 감염되면 치료 실패의 리스크가 큼니다.

- 주1 콘돔이 파손되거나 벗겨져서 파트너에게 감염 리스크가 생길 경우 대처법을 의사, 간호사와 상담하시기 바랍니다.
- 주2 바라지 않은 시기의 임신을 피하는 것은 중요합니다. 더 확실한 피임법이나 임신, 출산이 적합한 시기 등에 대해서는 의사나 약사, 간호사들에게 문의하시기 바랍니다.

Q6 앞으로 아이를 가지는 일은 어렵습니까?

HIV 치료를 계속하면서 임신을 계획할 수 있습니다. 단, 치료 상황, 상대방의 감염 예방, 모자간의 감염 예방 등에 대해서 충분히 이해하고 준비를 하는 '계획 임신'이 중요합니다.

HIV에 감염된 여성의 경우, 임신했을 때 복용을 피하는 것이 좋은 약이나 부작용에 대해서도 주의가 필요합니다.

HIV에 감염된 남성의 경우, 혈중 바이러스양이 검출한계 이하인 상태가 일정 기간 이상 지속되는 등, 가이드라인에 제시되어 있는 조건을 만족하면 자연 임신이 가능합니다.¹⁾

한편 계속 부부관계를 해도 임신이 되지 않을 경우에는 불임 치료를 병행하는 방법도 있습니다.²⁾

가까운 미래 또는 곧 임신, 출산을 희망하는 경우에는 조기에 의사나 약사, 간호사들에게 상담하시기 바랍니다.

· 남성이 HIV 양성일 경우: 인공수정, 체외수정을 하는 경우 정액 안에 있는 HIV를 제거하는 방법이 있습니다.^{1) 2)}

· 여성이 HIV 양성일 경우: 서로 간의 감염 예방과 모자감염 예방이 필요합니다.

부부가 모두 HIV 양성일 경우도 포함하여 구체적인 방법이나 각각의 리스크, 인공 수정, 체외수정 등의 대응 의료기관에 대해서는 의사나 약사, 간호사 등과 상담하시기 바랍니다. 더욱 더 안전한 계획 임신을 위해서는 평소에 확실히 피임하는 것이 중요합니다.

※ 의학적 치료를 받지 않고 일반적인 성교로 임신하는 것을 가리킨다

인용:

1) NICE 가이드 라인:

<https://www.nice.org.uk/guidance/cg156/ifp/chapter/HIV-hepatitis-B-and-hepatitis-C>
(2020년 10월 열람)

2) 구지 나오키 외 HIV 양성자의 생식의료에 관한 연구: 2017, 2015-2017년도 후생노동행정추진조사사업비보조금(에이즈대책연구사업)

[참고] 남성: 양성, 여성: 음성인 경우의 상담

● Department of Hematology, Ogikubo Hospital ●

<http://www.ogikubo-hospital.or.jp/department/blood.html>

Q7

저는 HIV에 감염된 임산부입니다. 치료는 어떻게 하면 좋습니까? 또 태어날 아기가 HIV에 감염되지 않도록 하기 위해서는 어떻게 해야 합니까?

아기가 HIV에 감염되지 않기 위한 대책이 몇 가지 있습니다. 첫째로 바이러스양과 CD4 양성세포수, 이미 항HIV요법을 시작하고 있는가, 임신을 언제 했는가에 따라 치료법은 달라집니다. 바이러스 양을 최대한 줄이고 출산 시의 약물 투여, 제왕절개의 선택, 아기에게 예방약을 투여할 지 등을 의사와 검토합니다. 수유는 감염의 위험이 있으므로 모유가 아닌 분유를 주어야 합니다.



• Research Group for Therapy of HIV Infection •

— HIV감염증 『치료 가이드북』 —

임산부의 치료와 모자감염 예방에 관한 항목이 있습니다.

<http://www.hivjp.org/>

• API-Net AIDS Prevention Information Network •

— HIV모자 감염예방 대책 매뉴얼 —

<http://api-net.jfap.or.jp/library/guideLine/boshi/index.html>

발행 : ViiV Healthcare K.K.

편집 협력 : 히가사 사토시(효고 의과대학병원 혈액 내과)

자료청구처

Akasaka Intercity AIR.

1-8-1 Akasaka, Minato-ku, Tokyo, 107-0052 Japan

ViiV Healthcare Customer Center

FAX : 03-4231-5983

An illustration of three people walking from left to right. On the left, a woman with long dark hair wearing a purple long-sleeved shirt and light grey pants is looking down at a smartphone. In the center, a man with short dark hair and glasses wearing a blue long-sleeved shirt is looking forward. On the right, a man with short light-colored hair wearing a brown shirt is walking. A large, multi-colored rainbow arches over them against a light yellow background. In the background, there are stylized yellow buildings of various heights. A white rounded rectangular box is positioned in the lower center, containing Korean text.

동영상으로 알아보는 HIV 확진자의 목소리
“Patient Voice”에 접속하기 위해서는
HIV 확진자, 일반인용 웹사이트 “LiVLife”를
확인해 주십시오.