# My Choice & My Life

ポルトガル語版



ViiV Healthcare K.K.

## Índice

Dúvidas comuns no período inicial - A infecção por HIV e seu tratamento ·················· 1
Explique-me sobre a infecção por HIV? 3
Que tratamento se realiza?9
Para que não perca o efeito do tratamento 19
Outras dúvidas ······ 20

## Prefácio

Este livreto foi elaborado pela primeira vez para que os pacientes possam planejar o tratamento a partir dos primeiros sintomas de infecção por HIV. Desejamos que este material sirva para uma melhor compreensão a respeito do relacionamento existente entre a doença e o tratamento, a influência que essa relação poderá causar à vida diária, a preparação inicial e a modificação na forma do uso dos medicamentos.



# Perigo!! Por falta de conhecimento!!

Há um aumento casos de desvantagem e de insucesso causados pela "falta de conhecimento".

Não se deve esquecer os exemplos de insucessos, tais como os descritos a seguir:

# 1 Deixou de ir ao hospital

É necessário fazer o exame médico de forma periódica, mesmo que não esteja fazendo tratamento medicamentoso. Recomenda-se fazer, sem falta, tratamento em algum hospital especializado. Pode-se fazer, com toda liberdade, mudanças tanto de médico como de hospital. **Quando houver algum tipo de preocupação econômica**, contate a consultoria de tratamento médico ou a enfermagem.

# 2 Tomou o remédio de vez em quando

O uso descontínuo do remédio indicado e de outros medicamentos indicados futuramente, poderá causar a perda do efeito. Em situações de impossibilidade na manutenção do tratamento com o remédio é necessário informar ao médico, ao farmacêutico e à enfermagem, o quanto possível.

# 3 Sofreu transmissão de diferente variedade de HIV, através de outro portador

Ao pensar que "entre os contagiados por HIV não havia necessidade de se fazer uso de preservativos", sofreu infecção duplicada por falta de proteção. Há casos de insucesso no tratamento devido à imunidade viral com relação a determinados medicamentos. Não remova a camisinha (inclusive quando se realiza sexo oral).

# Dúvidas comuns no período inicial -



## Pri declarado "portador de HIV". Será que estou com AIDS?

Isto significa que você está contaminado por um vírus denominado HIV (Vírus da Imunodeficiência Humana). Porém, existe diferenca entre contrair a infecção pelo HIV e contrair a doença de infecção pela "AIDS": o estado difere mesmo que a doença esteja avançada.



# P2 Fui declarado com sintomas da AIDS. Consigo me curar através do tratamento?

Muitas pessoas conseguem recuperar a saúde através do tratamento adequado de doenças contagiosas ou da infecção por HIV em si.



## **23** Estou com plena saúde. Será que preciso ir ao hospital?

Mesmo a pessoa que desfruta de plena saúde ou que não necessita fazer o tratamento com urgência, para não perder a oportunidade de iniciar o tratamento, será muito importante submeter-se ao exame periódico e revisar o estado de imunidade

\* Onde posso encontrar médico especialista em tratamento do HIV/AIDS?

Dentro do país existem aproximadamente 370 "Hospitais bases no tratamento da AIDS". Recomenda-se visitar os médicos destes hospitais.

Research Team on Improvement of Medical System for

- HIV Infection, Research on HIV/AIDS Project supported
  - by Health and Labor Sciences Research Grant
    - Hospitais bases no tratamento da AIDS http://hiv-hospital.jp/

# A infecção por HIV e seu tratamento



## Qual departamento devo ir?

Recomenda-se fazer o tratamento com o \*médico especialista em tratamento do HIV/AIDS.

Antes de ir ao hospital é melhor telefonar para confirmar o departamento que se encarrega de fazer o tratamento do HIV/AIDS, o dia que se pode receber a consulta médica, etc., porque, dependendo do hospital, há diferença entre departamentos.



# Poderei continuar trabalhando ao iniciar o tratamento?

A maioria dos pacientes que fazem o tratamento continua trabalhando como antes. È muito importante seguir trabalhando para conservar uma vida saudável. Caso houver preocupações quanto à saúde ou sentir estresse no local de trabalho, consulte o seu médico, enfermeiro, assistente social, psiquiatra, etc.



## **P6** Explique-me o que devo confirmar antes de iniciar o tratamento?

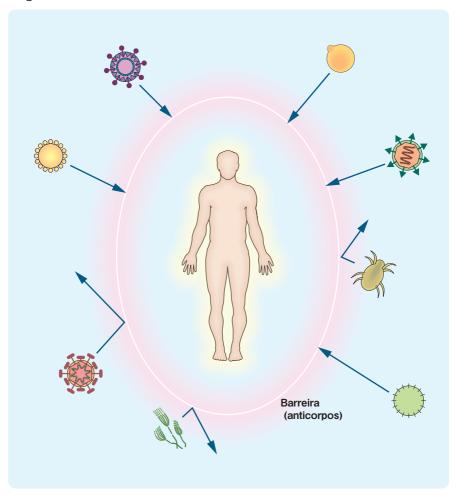
- Qual é a despesa mensal?
- Qual é o sistema de previdência social que se pode usar?
- O Como e quando proceder os trâmites?
- É possível ingerir junto com algum remédio de uso atual?
- 5 É possível ter filhos durante o período que se toma o remédio?



# Explique-me sobre a infecção por

# P1 O que é imunidade?

Ao nosso redor convivem numerosas variedades de bactérias, vírus, mofo, etc.. Não obstante, quase que não sofremos infecções causadas por estes elementos patogênicos, devido à presença da barreira ou anticorpos (força de resistência) denominada imunização. Mesmo que a pessoa sofra infecção existe a possibilidade de curar-se de maneira natural, sem surgimento de sintomas.

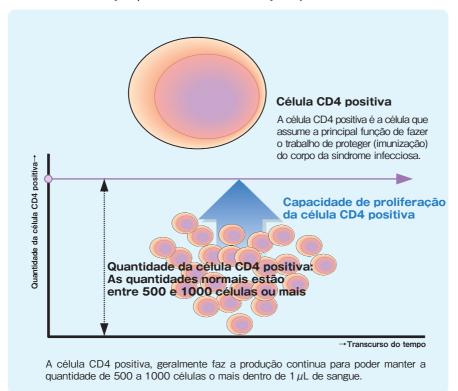


# HIV?



### 2 O que é célula CD4 positiva?

A célula CD4 positiva (Também chamado de linfócito T CD4 positivo) é a célula que assume a principal função de fazer o trabalho de proteger (imunização) do corpo da síndrome infecciosa. Ao fazer o exame sanguíneo pode-se saber a quantidade total dessa célula. Em caso de ocorrer destruição da célula CD4 positiva, debilita-se a função de imunização, facilitando a infecção por \*síndrome de infecção oportunista.

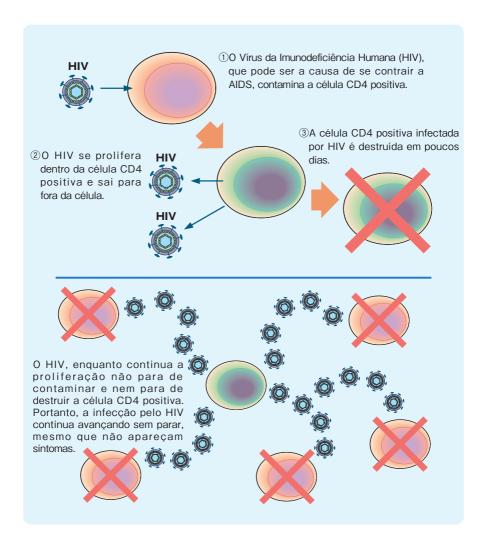


#### \*Síndrome de infecção oportunista

Refere-se à ocorrência de contrair o sintoma de infecção quando se debilitam as capacidades de resistência ou de imunização do corpo, causada por bactéria patogênica que este geralmente não causa infecção e nem padecimento de enfermidade.

# P3 Qual é o meio de contágio do HIV?

O Vírus da Imunodeficiência Humana (HIV), que pode ser a causa de se contrair a AIDS, contamina a célula CD4 positiva e prolifera. A célula infectada por HIV é destruída dentro de poucos dias.

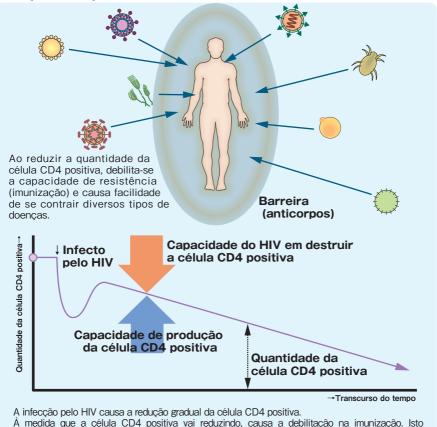


significa o avanco da doenca.

for realizada a análise.

## O que acontece no caso de reduzir a quantidade da célula CD4 positiva?

Á medida que a quantidade de HIV vai aumentando, a quantidade da célula CD4 positiva vai diminuindo. Ao reduzir a quantidade da célula CD4 positiva, debilita-se a capacidade de resistência (imunização) e causa facilidade de se contrair diversos tipos de doencas. A redução da célula CD4 positiva causa debilitação na capacidade de resistência (imunização) e isto significa o "avanco da doenca".



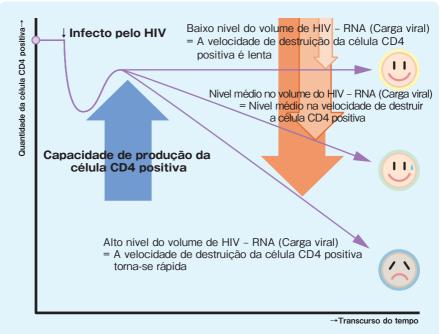
A quantidade da célula CD4 positiva é um índice da capacidade de imunização no momento que

# P<sub>5</sub> O que carga viral?

Carga viral é o volume do HIV (HIV - RNA) num determinado volume de sangue.

A doença da pessoa com alta carga viral avança mais rápido que a pessoa com baixa carga viral.

No entanto, a carga viral e a progressão da doença variam de pessoa para pessoa. Portanto, peça a seu médico uma explicação detalhada.



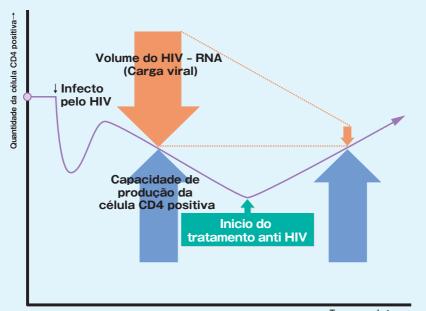
Normalmente, a velocidade de redução da célula CD4 positiva é lenta se o nível do volume de HIV – RNA é pouco e quando o nível do volume do HIV – RNA é alto, a velocidade de redução da célula CD4 positiva torna-se rápida. O nível do volume do HIV – RNA é o índice da velocidade de redução da célula CD4 positiva (Velocidade do avanço da doença).



## O que é "Tratamento anti HIV"?

O tratamento anti HIV, refere-se ao método de tratamento de impedir o aumento da carga viral do paciente através de uso do agente anti HIV para inibir a proliferação do Vírus da Imunodeficiência Humana (HIV) (também denominado TARV). O resultado do efeito do tratamento pode ser observado pelo volume das células CD4 positivas e da carga viral encontrada através do exame sanguíneo.

Recomenda-se que a própria pessoa faça o registro dos resultados de cada exame.



→Transcurso do tempo

Ao aplicar o método de tratamento anti HIV para inibir a proliferação do HIV, e ao poder reduzir o volume do HIV - RNA, normalmente aumenta o volume da célula CD4 positiva. A alteração da velocidade e do padrão difere por indivíduo.

# Que tratamento se realiza?

# P1 Qual é o ponto que preciso pensar sobre o tratamento?

#### Quando se deve iniciar o tratamento?

A todas as pessoas quando é feito o diagnóstico de infecção pelo HIV, recomenda-se estudar sobre o inicio do tratamento. No caso de poder inibir no baixo nível de carga viral, através do tratamento, com certeza conserva-se a própria saúde e ainda é possível reduzir o risco de repassar o HIV à pessoa com quem se mantêm relações sexuais.

Não obstante, quando padece junto outra enfermidade, ocorre a possibilidade de ter que fazer em primeiro lugar, o tratamento da doença que for detectada.

Por outro lado, antes de iniciar o tratamento é necessário preparar o ambiente na certeza da continuidade do tratamento medicamentoso para que não haja a possibilidade de surgimento de um "Vírus resistente" e não haja insucesso devido ao esquecimento de se tomar o remédio.

Juntamente, antes de iniciar o tratamento, há a necessidade de se realizar diversos tipos de exames, avaliações e trâmites por ter que usar o sistema de subsídio para os gastos com o tratamento.

Ademais, depois de iniciar o tratamento medicamentoso, há possibilidade de ocorrer reação adversa por um período de 2 a 4 semanas. Portanto, é necessário fazer um estudo prévio de ajustar a época de início do tratamento para poder evitar o período com tarefa de trabalho apertado.

Como precisa fazer diversos preparativos antes de se iniciar o tratamento é muito importante, cada indivíduo, decidir o seu período ideal para iniciar o tratamento, consultando sobre estes temas com o médico.

#### O que devo fazer durante a gestação e o parto?

Caso a infecção pelo HIV tenha sido detectada como resultado da descoberta da gravidez, a fim de garantir a saúde materna e prevenir a transmissão vertical (de mãe para filho), normalmente, inicia-se o tratamento anti-HIV o mais rápido possível, inclusive durante o primeiro

trimestre da gestação. Como o medicamento selecionado se difere um pouco daquele comumente recomendado, é essencial consultar o médico encarregado do tratamento anti-HIV.



#### Como são combinados os remédios para iniciar o tratamento?

Seleciona-se o que cause maior efeito e seja mais seguro no tratamento A combinação dos remédios recomendada nas publicações anuais da "Diretriz de tratamento anti-HIV: http://www.haart-support.jp/guideline.htm" e o "[Guia sobre o tratamento] da infecção pelo HIV: http://www.hivjp.org/" altera-se gradualmente. Porém, o critério fundamental de se fazer o uso "Combinando vários remédios selecionados dentro das 20 variedades de remédios" não mudou. Atualmente, para parte dos remédios, é possível escolher um tratamento com a combinação de dois remédios.

Atualmente, combina-se a maioria dos remédios em um único comprimido e o tratamento consiste na ingestão de 1 a 2 comprimidos uma vez ao dia.

Com relação à seleção de remédios, são escolhidos de acordo com as condições de cada pessoa considerando as seguintes condições.

- Redução da dose diária do remédio que se toma.
   Estão todos combinados para ser tomados via oral entre 1 e 2 vezes por dia.
- Ajustar ao seu ideal ritmo de trabalho, refeições e do horário de dormir.

De modo geral, há remédios que devem ser tomados por via oral, sem falta, após as refeições, o que se deve tomar no momento do estômago vazio e o que se toma por via oral a qualquer momento, sem pensar nas refeições.

- Escolher o que causa menos reação adversa.
- Considerar sobre a combinação do remédio que está tomando agora.

Se selecciona la medicación más fácil de mantener, dependiendo de Considerando as condições acima indicadas é necessário escolher a combinação ideal que facilite tomar de forma contínua, de acordo com a situação de cada pessoa.

# Tem possibilidade de trocar o remédio de tratamento e quando se faz a troca?

- Quando perder o efeito do tratamento.
- Quando ocorrer modificações no ritmo e programa de diário que causa influência na vida diária e na forma de tomar o remédio.
- Quando causar forte reação adversa que causa influência na vida diária.
- Quando aparecer um novo remédio, que tenha facilidade de tomar ou que cause um efeito melhor.
- Quando se planeja engravidar, durante o parto ou após o parto.

#### A qual remédio se faz a troca?

- Deve-se evitar o problema de não poder tomar o remédio pela mesma causa ocorrida no tratamento anterior.
- Pensa-se fazer a troca para a combinação no que se pode conseguir melhor efeito verificando o resultado do exame de resistência ao medicamento (Exame de confirmação para ver se consegue manter o efeito do medicamento anti HIV [Consultar página 15]).

Nota: É muito importante estudar sobre o remédio que tomou no passado, o período e o efeito.

Informar o fato, sem falta, ao médico.

#### Motivo de não ter tomado (não conseguiu tomar) - E.U.A.

Esqueceu	36%	Esqueceu	66%
Estava ocupado	27%	Esqueceu em casa	57%
Não acordou na hora de tomar o remédio	23%	Estava ocupado	53%
Esqueceu em casa	18%	Mudança no ritmo da vida diária	51%
Devido à reação adversa	13%	Não acordou na hora de tomar o remédio	40%
(Spire B. et al.: Social Science & Medicine 54, 1481-149	96, 2002)	Problema no horário de tomar o remédio	40%
		Sentiu-se mal	28%
		Devido à reação adversa	24%
		Estava deprimido	18%
		Muita quantidade de remédio para tomar	14%
		Não queria que terceiros percebessem	14%
		Por imagem da nocividade ou prejudicial	12%
		(Chesney MA. et al.: AIDS CARE 12(3), 255-266	, 2000)

Se tiver dúvidas ou perguntas, consulte o seu médico, farmacêutico ou enfermeiro.



## **P2** Gostaria de iniciar o tratamento, mas, a minha preocupação é sobre a reação adversa ou de esquecer tomar o remédio.

A reação adversa que surge e o nível difere por pessoa. Quando e quais sintomas se apresentam ou o que fazer nestes casos: consulte o médico ou o farmacêutico sobre o método de como tomar as medidas.

Dependendo do remédio, existe a possibilidade de se aliviar estes sintomas à medida que passam os dias ou pode-se estudar a forma de reduzir a influência que causa na vida diária mudando a hora de tomar o remédio.

Antes de iniciar o tratamento, para prevenir o esquecimento de tomar o remédio é necessário fazer a verificação prévia do padrão de vida diária com o pessoal do hospital (instituição médica) e estudar com o médico. farmacêutico e enfermagem o horário que seja mais fácil tomar, em que momento é esquecido e quais são as medidas de prevenção. As informações dos outros pacientes podem servir de exemplos.

Essas preocupações e dúvidas, na realidade, a maioria dos pacientes já tem experiência. No caso de iniciar o tratamento sem estar convencido ou com falta de preparação não se consegue fazer o tratamento por muito tempo. É preciso ter previsão da "possibilidade de fazer este tratamento", através de mútua confirmação entre voçê e o médico.

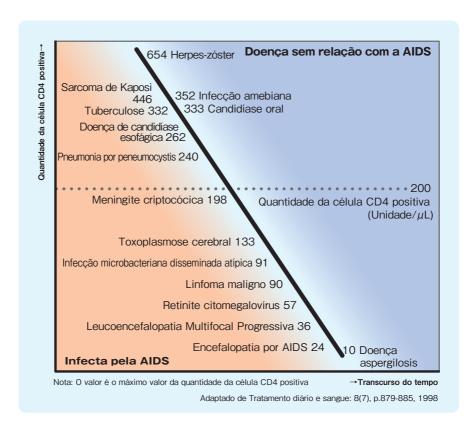
Não é necessário preocupar-se e ficar afobado em fazer o tratamento somente pelo resultado do primeiro exame. Quando quiser pensar um pouco, pergunte se "Tem alguma outra opção?", "Qual é o motivo que o doutor recomenda este tratamento?" ou "Poderei pensar um pouco para decidir?".

- Mesmo que não se inicie o tratamento imediato é necessário submeter-se ao exame sanguíneo periódico para poder captar o estado de saúde. Não se esqueca de ir ao médico.
- Sobre o tratamento, aparecem novas informações dia após dia. Ocorre a possibilidade de causar diferença no que foi informado na primeira consulta médica e quando planeja realizar o tratamento real. Recomenda-se receber novas informações dos médicos e dos farmacêuticos. Ao deixar pedido "Poderá fazer o favor de informar-me quando surgir novas notícias?", assim poderá receber com toda certeza. Também, deixar informado ao pessoal do hospital, um resumo do seu trabalho e sobre a mudança da sua vida diária, pode ser útil.
- Mesmo que o estado de imunidade indique alto valor de quantidade da célula CD4 positiva, haverá a possibilidade de ocorrer o caso de contrair doença relacionada à sintoma de infecção pelo HIV (Consulte página 13). Quando sentir algo estranho, recomenda-se consultar imediatamente um médico.



## Até que nível a quantidade da célula CD4 positiva pode baixar, causando a possibilidade de se apresentar a síndrome de infecção oportunista?

Geralmente é dito que, quando a quantidade da célula CD4 positiva indicar o valor de 200 ou menos, causa facilidade de surgirem diversas enfermidades ou ocorrer problemas de saúde. De vez em quando são usados medicamentos para prevenir estes problemas. Igualmente, há possibilidade de contrair diversas enfermidades, mesmo tendo o valor de 200 ou mais. Portanto, mesmo que não tenha começado a fazer o tratamento anti HIV, devido ao bom estado de saúde, recomenda-se, sem falta, submeter-se ao exame médico para verificar o estado de saúde.





## Para Se a pessoa começa fazer o tratamento terá que continuar a vida inteira?

Esteja consciente de que, pelo que se sabe até hoje, o tratamento de AIDS deve ser continuado pela vida toda.

Isto não significa que continua tomando o mesmo tipo de medicamento. Como foi dito anteriormente, quando aparecer reação adversa, quando estes deixam de causar efeitos ou quando aparecer medicamento que tenha facilidade de tomar, pode ter a possibilidade de fazer a mudanca. Atualmente, ocorrem mudanças com frequência pela possibilidade de se fazer a combinação entre vários medicamentos. Como os medicamentos de tratamentos fazem a evolução anual, talvez no futuro tenha a possibilidade de aparecer remédios que causem poucas reacões adversas e de poder tomar com facilidade.

- Forte reação adversa devido ao tratamento.
- Quando se faz a mudanca de tratamento devido a perde de efeito do remédio (resistência do remédio) anti HIV.
- Quando se faz a mudanca para o tratamento usando remédios. fáceis de tomar e de continuar.

Quando é duro aguentar a reação adversa, sente-se forcado no trabalho e na vida diária, pensa em desistir do tratamento, consulte o médico, farmacêutico ou enfermagem. Não se deve parar de fazer o tratamento ou mudar a dose do remédio por sua própria decisão.

Quanto às seguintes decisões, não tome sozinho e. por favor, consulte o seu médico ou farmacêutico.

- Quando deixar de tomar o remédio, por sentir que há melhorado.
- Quando deixar de ir ao hospital. por sentir que há melhorado.
- Quando aumentar a dose do remédio, porque não se sente bem.
- Quando tomar junto a porção anterior, por ter se esquecido de tomar o remédio.





## 5 Quais são os exames que precisam ser feitos?

Antes de iniciar e também, depois de ter iniciado o tratamento anti HIV é realizado periodicamente o exame sanguíneo.

No exame sanguíneo, adicionando ao exame regular incluem os exames para calcular as quantidades dos vírus e da célula CD4 positiva. Referir a tabela abaixo.

#### Tabela e os exames necessários

labela e os exames necessarios					
Denominação do exame	O que se pesquisa	Anotações			
Quantidade da célula CD4 positiva  Verifica-se o valor do CD4 e CD8. Consegue-se saber o estado de imunização.		Serve de índice para saber o presente estado de imunização. Serve como critério para iniciar e mudar o tratamento. Serve como critério para prevenir e fazer tratamento da síndrome de infecção oportunista. Serve como critério para homologar os deficientes físicos¹.			
Volume do HIV - RNA <sup>-2</sup> (Carga viral)	Consegue-se saber o volume de vírus dentro do sangue.	Serve de índice para saber a alteração do estado de imunização (avanço da doença). Serve como critério para iniciar e mudar o tratamento. Serve como critério para homologar os deficientes físicos.			
Exame sanguíneo Exemplo: glóbulos vermelhos, leucócitos, plaquetas etc.  Consegue-se saber se nã sofre de anemia, tem contági e doença do sangue que nã coagula rapidamente.		<ul> <li>Altera dependendo do estado físico e do remédio.</li> <li>Altera dependendo do estado físico e da alimentação.</li> <li>Serve como índice para saber a reacão</li> </ul>			
Bioquímica Exemplos: glicose no sangue, colesterol, triglicerideos, AST (TGO), ALT (TGP), GGT, creatinina, etc.	Consegue-se saber o estado comum dos fígados, rins e pâncreas.	e-se saber o estado adversa causada por remédio.			
Exames de outras doenças infecciosas Exemplo: Hepatites A, B e C; DST (doenças sexualmente transmissiveis) como sifilis; toxoplasmose; etc.	Você pode descobrir se tem uma doença transmitida pela mesma forma que o HIV.	Pode sofrer influência dependendo do tratamento do HIV. Realiza-se no primeiro tratamento e no momento necessário do futuro.			
Exames de resistência (Existem os Testes genótipo e fenótipo)	O remédio que nos cria ter a expectativa de obter resultados dos efeitos servem como remédio chave.	É informação muito importante quando se faz o câmbio de tratamento.  Recomenda-se informar o médico, a intenção de submeter-se ao exame.			
Exames de resistência (Existem os Testes gerótipo e ferótipo)  Medição da densidade de drogas misturadas no sangue	Verifica-se se tem ou não suficiente ou excesso de densidade necessário para obter efeito no tratamento	Se realiza quando o médico decidir a necessidade.			

Referência: European AIDS Clinical Society, GUIDELINES 8.0, PART1, p.1-2

Nota 1: As quantidades da célula CD4 positiva e do vírus altera dependendo do estado físico ou quando apanhar gripe, etc. É necessário fazer a contagem várias vezes em forma contínua.

Nota 2: O registro do valor de critério (valor dentro do limite normal) difere dependendo de cada hospital. Recomenda-se confirmar.

Além dos mencionados, será adicionada a análise urinária e radiografia, conforme o sintoma.

#### \*1 - Homologação de deficiência física

Desde abril de 1998, a infecção por HIV devido à homologação de deficiente físico como "Deficiente na função de imunização", está permitido utilizar o sistema de subsídio de tratamento médico e outros.

Sobre o critério de homologação de deficiência e o procedimento concreto dos trâmites para a solicitação, difere de cada região onde reside.

Recomenda-se consultar o médico, enfermagem e consultores de assistência médica (MSW/Assistência social).

#### \*2 - Volume do HIV - RNA

O volume do HIV - RNA no sangue é também, denominado volume do vírus ou carga viral.

# P6 Qual será a despesa para fazer o tratamento?

O atual tratamento anti-HIV utiliza uma combinação de vários antirretrovirais e custa de 100.000 a 200.000 ienes por mês. Ainda, se essa pessoa estiver em tratamento de outra doença terá mais despesas. Ao utilizar o seguro de saúde ao qual está afiliado, será cobrado somente 30% do total no balcão de pagamento.

Para aliviar o gasto que corresponde ao assegurado para fazer o pagamento, poderá utilizar o sistema de subsídio para cobrir o tratamento de alto valor que excede o valor específico padrão ou o sistema público que tem como condição a obtenção da caderneta de deficiente físico. Para maiores detalhes consulte o consultor de assistência médica (MSW/Assistência social) e a enfermagem.

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

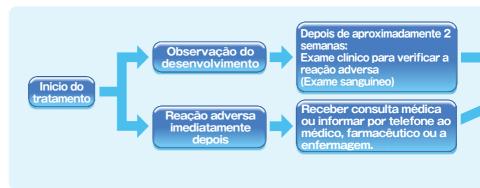
Guia dos Sistemas —

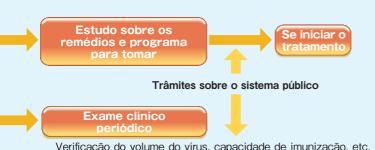
http://kkse-net.jp/tebiki.html

## **♦**Até iniciar o tratamento anti HIV (Exemplos)

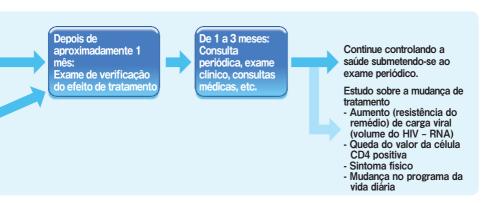


## **♦**Depois de iniciar o tratamento anti HIV (Exemplo)





Verificação do volume do vírus, capacidade de imunização, etc. e estudo sobre o período que se inicia o tratamento. (Dependendo dos sintomas, poderá ser necessário iniciar o tratamento imediatamente)



# Para que não perca o efeito do tratamento

#### Deve-se evitar a falta de medicação

Quando houver impossibilidade de receber consulta médica no dia reservado é necessário comunicar o hospital e fazer a mudança do dia para receber a consulta médica antes de causar falta de remédio. Quando tiver planos de viagem ou viagem de trabalho é preciso preparar previamente a quantidade de remédios necessários para esses dias. Quando "esquecer o remédio" ou "perder" no destino poderá receber a consulta médica no hospital especializado mais próximo. Recomenda-se também, receber informações do médico e de enfermagem do sistema de atendimento noturno da farmácia do hospital onde frequenta.

#### Observação dos pontos importantes de aviso

É necessário observar os itens de compromissos sobre o horário e refeições. Por exemplo, remédio que causa efeito ao ingerir junto com a comida, ao tomar com estômago vazio ou remédio que não tem nada a ver com refeição.

#### Recomenda-se usar alarme ou temporizador

Algumas pessoas ajustam o alarme ou o vibrador do celular; outras utilizam o recurso lembrete (reminder) disponível em sites ou instalam aplicativos celulares. É um dos truques para não se esquecer de tomar o remédio no horário marcado.

Outra forma é estabelecer o horário de tomar o remédio ajustando aos programas do local de trabalho e das escolas.

#### Conservar o remédio no local que se estima estar na hora de tomar o remédio

Muitas pessoas estudam os meios de não esquecer tomar os remédios de manhã e de noite deixando-os sobre a mesa, no lavatório, na cozinha, ao lado do despertado ou da jarra. A pessoa que, por negócios, está mais fora do que dentro da empresa, faz o deslocamento irregular ou tem o padrão de vida diária irregular, recomenda-se estudar a forma deixar várias doses no local de trabalho ou portar junto com o objeto pessoal.

#### Estar preparado para quando ocorrer desastres

Quando transcorrer mais de 6 meses desde que começou tomar o remédio e ao estabilizar o estado de saúde, se recomenda garantir a quantidade do remédio de reserva superior a 1 mês. Também, é necessário memorizar corretamente, o nome do seu remédio e a forma indicada de tomar, devido à probabilidade de receber a prescrição do remédio pela instituição provisória no caso ocorrer grande desastre. Por outro lado, ao portar o nome do remédio anotado junto com o documento de identidade e o cartão de consulta médica, há expectativa de receber o tratamento adequado no caso da impossibilidade de comunicar-se.

# Outras dúvidas



Quando recebi o resultado do exame sanguíneo, me explicaram que o volume é inferior ao limite de poder detectar a carga viral.

O que significa isto?

Isto significa que, devido ao volume de vírus no sangue (HIV - RNA) ser pouco demais não se consegue fazer a contagem viral com o sistema de exame atual. O objetivo do tratamento é manter a carga viral (quantidade de HIV-RNA) inferior ao limite de detecção. Assim, continue tomando a medicação e visite o hospital regularmente.



De acordo com o resultado da consulta com o médico, decidimos não iniciar o tratamento neste momento. Existe em adiante, a necessidade de submeter-me ao exame de contagem da carga viral e da quantidade da célula CD4 positiva?

Sim. Mesmo que não tenha iniciado o tratamento medicinal é necessário saber periodicamente o estado de saúde. É preciso decidir a frequência da consulta e do exame médico conversando com o médico. É necessário continuar fazer o estudo com o médico o período e a ideal tempestiva para iniciar o tratamento.



#### 3 Poderei tomar junto o remédio anti HIV com os alimentos saudáveis e suplementos?

Não somente no caso dos remédios, temos conhecimento que existem, dentre os alimentos saudáveis, alguns que causam combinação negativa com o remédio anti HIV. Os remédios receitados por outros hospitais, remédios normais comprados nas farmácias, sobre os alimentos saudáveis e suplementos, com certeza, se recomenda consultar o médico e farmacêutico.



P4 Fiz pesquisa na internet e encontrei informações a respeito de novos remédios. Não será bom mudar para estes novos remédios?

Recentemente, há muitas melhorias quanto ao tamanho, frequência de dose, restricões de uso, efeitos colaterais, etc. dos medicamentos contra o HIV. É bom consultar o seu médico e considerar o seu uso como uma alternativa para o futuro.

# P5 Existe em adiante, algum ponto que se deve tomar cuidado no momento de manter relação sexual?

Para não contrair outras variedades de infecções é necessário usar barreira com a camisinha para preservar que o seu **órgão sexual**, **ânus** e a sua **boca** não faça contato direto com a mucosa e o fluído corporal durante a relação sexual com o/a parceiro (a). Mesmo quando o/a parceiro (a) estiver contagiado (a) por HIV é necessário proteger-se contra infecção.

#### Influência que causa o/a parceiro (a) Risco de ser contagiado por HIV

Recentes relatos apontam que pessoas em tratamento cuja carga viral se mantiver inferior ao limite de detecção por mais de 6 meses não infectarão seus parceiros sexuais\*. Para o bem do(a) parceiro(a), é importante continuar com o tratamento adequado. Além disso, a fim de prevenir outras doenças sexualmente transmissíveis, pratique sexo seguro com uso de camisinha.

\* Alison J Rodger et al. JAMA 2016; 316:171-181 Alison J Rodger et al. Lancet 2019; 393:2428-2438

#### Influências à sua própria saúde

- 1) Ao contrair outra variedade de infecção
  - →Influência negativa à função de imunização, aumento de carga viral.
- ②Ao sofrer infecção duplicada com outra variedade de HIV
  - →Risco de insucesso no tratamento
- Nota 1: Quando ocorrer o risco de contaminação ao (à) parceiro (a) por ocorrer rasgo ou escape de camisinha, consulte o médico ou enfermagem sobre as possíveis medidas.
- Nota 2: É muito importante evitar engravidar durante o período que não deseja. Pergunte ao médico ou pessoal do hospital sobre os métodos anticoncepcionais que permite proporcionar uma maior segurança, assim como o período apropriado de concepção e de parto.



## P6 Será difícil ter filhos no futuro?

É possível planejar uma gravidez durante o tratamento anti-HIV. No entanto, é muito importante compreender sobre o tratamento, métodos de prevenção de transmissão vertical (de mãe para o filho), transmissão ao (à) parceiro(a) etc. e se preparar realizando um "Planejamento de Gravidez".

No caso de mulheres infectadas pelo HIV, é necessário tomar cuidado com relação aos efeitos colaterais e medicamentos cuja ingestão deverá ser evitada durante a gestação.

No caso de homens infectados pelo HIV, a concepção natural é possível caso as condições listadas nas diretrizes forem atendidas; se a carga viral sanguínea se mantém inferior ao limite de detecção por um determinado período etc. 1)

No entanto, o tratamento para infertilidade passa a ser uma opção em casos em que não se consegue engravidar mesmo após repetidas tentativas naturais de concepção. <sup>2)</sup>

Se mais adiante ou num futuro próximo, você planeja engravidar ou dar à luz, consulte seu médico e a equipe o mais rápido possível.

- Em caso de homem infectado pelo HIV: há método para remoção do HIV que se encontra no sêmen quando se realiza inseminação artificial ou fertilização in vitro.
- Em caso de mulher infectada pelo HIV: é necessário prevenir a transmissão entre ambos e a transmissão vertical (de mãe para filho).

Consulte seu médico e a equipe, inclusive quando ambos os cônjuges são HIV positivos, sobre os métodos específicos, seus respectivos riscos e instituições médicas que realizam a inseminação artificial e a fertilização *in vitro*. Para realizar um "Planejamento de Gravidez" bastante seguro, é necessário que, habitualmente, o casal faça uso de métodos anticoncepcionais.

\*\*Refere-se a engravidar por vias naturais (relação sexual) sem receber qualquer tratamento médico.

#### Referências:

- Diretrizes da NICE; https://www.nice.org.uk/guidance/cg156/ifp/chapter/HIV-hepatitis-B-and-hepatitis-C (Acessado em outubro de 2020)
- 2) Naoaki Kuji et al., Pesquisa sobre saúde reprodutiva em pessoas HIV-positivas; 2017, 2015-2017 Projeto de Pesquisa subsidiado pelo Ministério da Saúde, Trabalho e Bem-Estar (AIDS Countermeasure Research Project=Programa de investigação de contramedidas contra AIDS)

Ref. Onde consultar (quando o homem é positivo e a mulher é negativo)

Department of Hematology, Ogikubo Hospital

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

## Eu sou gestante com a infecção pelo HIV. O que devo fazer para receber tratamento? Como poderei evitar a transmissão do HIV ao meu filho que vai nascer?

Existem alguns meios de não transmitir o HIV ao bebê. Em primeiro lugar, é necessário fazer o estudo com o médico tomando em consideração sobre a carga viral e a quantidade da célula CD4 positiva, se você iá faz tratamento anti HIV, qual é o seu período de gestação, etc., para fazer ① O máximo esforço no controle de reduzir a carga viral, 2 O controle de medicamento no momento dar à luz e optar por parto Cesário e 3 O tratamento de medicação preventiva do bebê. Deve-se evitar a amamentação, devido ao perigo de contagiar a infecção ao bebê. Para isto, recomenda-se alimentar com leite em pó, em vez de leite materno.



#### Research Group for Therapy of HIV Infection

 "[Guia sobre o tratamento] da infecção pelo HIV" Explica-se sobre o tratamento da gestante e prevenção de contágio de mãe e filho.

http://www.hivjp.org/

#### API-Net AIDS Prevention Information Network

— Manual de Medidas de Prevenção da Mãe e Filho ser contagiado pelo HIV —

http://api-net.jfap.or.jp/library/quideLine/boshi/index.html

Publicado por : ViiV Healthcare K.K.

Edição feita com cooperação de: Satoshi Higasa (Dept. de Hematologia, Hospital da Universidade de Medicina de Hyogo)

Solicitação deste documento:

Akasaka Intercity AIR. 1-8-1 Akasaka, Minato-ku, Tokyo, 107-0052 Japan

ViiV Healthcare Customer Center

FAX: 03-4231-5983

