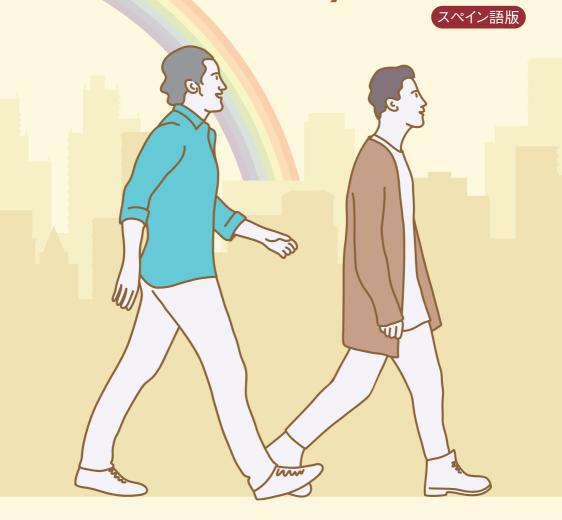
My Choice & My Life



ViiV Healthcare K.K.

Índice

Preguntas más frecuentes en la fase inicial – La infección del VIH y su tratamiento	1
¿Podría explicarme qué es la infección del VIH	? 3
¿Qué clase de tratamientos se llevan a cabo? ··	9
Para evitar la pérdida de los efectos terapéutico	os ····· 19
Otros asuntos que conviene saber	20

Introducción

Este folleto ha sido preparado para los pacientes que están considerando dar inicio al tratamiento de la infección del VIH por primera vez. Esperamos que les sea útil para comprender la relación entre la enfermedad y la terapia, el impacto del tratamiento en la vida de los pacientes y la preparación para el inicio o el cambio de terapia.



El desconocimiento... ¡¡Es peligroso!!

Están aumentando los casos en que los pacientes cometen errores o pierden las ventajas debido al "desconocimiento". Le rogamos no olvidar que la gente ha cometido los siguientes errores:

1 Haber dejado de acudir al hospital

Los chequeos médicos rutinarios siempre son necesarios, aunque usted no esté tomando medicamentos. Debe continuar acudiendo a algún hospital especializado. Es posible cambiar de médico y de hospital. Si tiene usted alguna preocupación financiera, sírvase solicitar asesoramiento a la oficina de consulta de salud y a los enfermeros.

2 Tomar los medicamentos unas veces sí y otras no

Existe el riesgo de que deje de surtir efecto no solo la medicina actual sino también los fármacos que aún no haya probado. En caso de que haya una razón para no poder tomar los medicamentos, debe comunicárselo lo más pronto posible al médico, al farmacéutico y al enfermero.

Haberse contagiado también con el VIH de otro seropositivo

La sobreinfección ocurre debido a la falta de prevención y a la creencia errónea de: "pensaba que no era necesario el uso del condón entre personas infectadas con el VIH". Hay casos donde el tratamiento fracasa debido a que las medicinas no fueron eficaces contra el virus... No se quite el condón (incluso durante el sexo oral).

Preguntas más frecuentes en la fase inicial



P1 Me dijeron que era "seropositivo". ¿Tengo SIDA?

Eso significa que usted ha contraído un virus llamado VIH (virus de inmunodeficiencia humana). Infectarse con el VIH no es lo mismo que contraer el "SIDA", que es el resultado del recrudecimiento de la enfermedad



P2 Me dijeron que había contraído el SIDA. ¿Meioraré con el tratamiento?

Muchas personas pueden recuperar la salud si se someten al tratamiento adecuado contra las infecciones y la propia enfermedad contagiosa del VIH.



P3 Me siento completamente sano, ¿es necesario que acuda al hospital?

Incluso para la gente que goza de excelentes condiciones físicas y no necesita acudir a tratamiento de inmediato, es importante que se someta de manera rutinaria a exámenes físicos y análisis para confirmar la condición de inmunidad y no perder la oportunidad de empezar el tratamiento. Es indispensable que visite habitualmente el hospital.

- ¿Dónde puedo encontrar médicos especialistas en el tratamiento contra el VIH/SIDA? En todo Japón hay aproximadamente 370 "hospitales especializados en el tratamiento contra el SIDA". Debe consultar a los médicos de cualquiera de esos hospitales.
 - Research Team on Improvement of Medical System for
 - HIV Infection, Research on HIV/AIDS Project supported by Health and Labor Sciences Research Grant
 - Hospitales base para el tratamiento del SIDA http://hiv-hospital.jp/

- La infección del VIH y su tratamiento



¿A qué departamento debo acudir?

Le recomendamos consultar médicos* especialistas en el tratamiento del VIH/SIDA. Debido a que los departamentos que examinan la infección del VIH son diferentes dependiendo de cada hospital, antes de acudir a una institución médica, llame por teléfono para confirmar a qué departamento debe ir a consulta y qué día debe hacerlo.



P5 ¿Puedo continuar trabajando aunque haya empezado el tratamiento?

La mayoría de los pacientes siguen trabajando como de costumbre mientras acuden a tratamiento. Continuar trabajando también es importante para mantener una vida sana. En caso de que tenga alguna duda con respecto a su salud, o se sienta estresado en el trabajo, sírvase consultarlo con los médicos, enfermeros, personal de asesoramiento médico (trabajadores sociales) o los psicólogos (asesores).



P6 Dígame por favor qué es necesario confirmar antes de empezar el tratamiento.

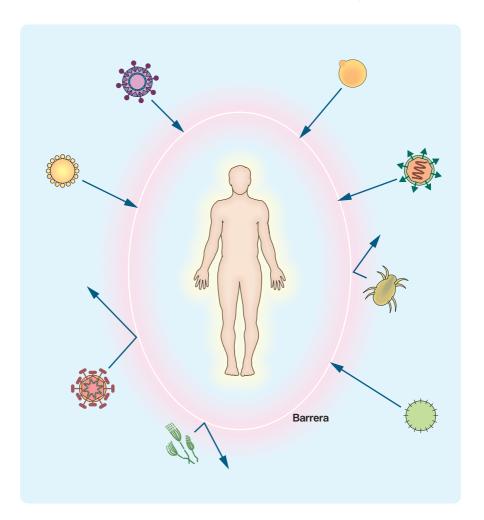
- ¿Cuánto cuesta el tratamiento al mes?
- ¿Hay algún sistema de bienestar social que pueda usar?
- ¿Cuándo debo hacer los trámites y dónde los hago?
- 1 ¿No hay problema si combino las medicinas del tratamiento con las que estoy tomando actualmente?
- 6 ¿Puedo embarazarme aunque esté tomando las medicinas?



¿Podría explicarme qué es la infección

P1 ¿Qué es la inmunidad?

Alrededor de nosotros hay un enorme número de bacterias, virus y hongos. Sin embargo, la mayoría de esos agentes patógenos no nos puede infectar gracias a que tenemos una barrera (resistencia) llamada inmunidad. Del mismo modo, incluso si nos contagiamos, hay ocasiones en que la infección se cura de manera natural sin manifestar ningún síntoma.

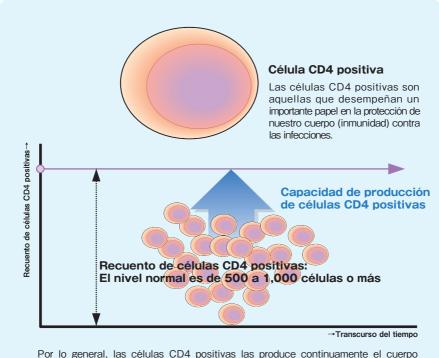


del VIH?



¿Qué es una célula CD4 positiva?

Las células CD4 positivas (También Ilamado linfocito CD4 positivo) son aquellas que desempeñan un importante papel en la protección de nuestro cuerpo (inmunidad) contra las infecciones. El recuento de células se puede determinar en exámenes de sangre. Si las células CD4 positivas se destruyen, la actividad inmune se reduce, provocando una situación en la que se vuelve fácil contraer una infección oportunista*.



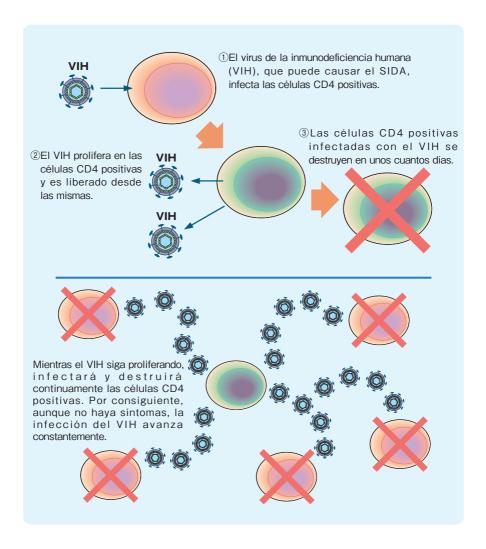
para mantener un recuento de entre 500 y 1,000 por cada 1 μ L de sangre.

Infecciones oportunistas

Ocurren en caso de que la resistencia corporal o el sistema inmunológico se haya debilitado y los agentes patógenos, que normalmente no se contagian ni causan enfermedades, induzcan a una infección.

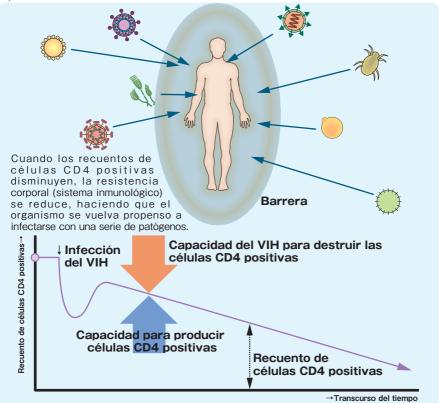
P3 ¿Cómo se contagia el VIH?

El virus de inmunodeficiencia humana (VIH), que puede causar el SIDA, infecta las células CD4 positivas y prolifera. Las células CD4 positivas infectadas con el VIH se destruyen en unos cuantos días.



¿Qué ocurre cuando disminuye el recuento de células CD4 positivas?

Si los niveles del VIH continúan aumentando, los recuentos de células CD4 positivas disminuirán gradualmente. En caso de que ocurra esta reducción, la resistencia del cuerpo (sistema inmunológico) se debilita, surgiendo el riesgo de que ocurran enfermedades. Los recuentos de células CD4 positivas reducidas significa una resistencia corporal (sistema inmunológico) debilitada, es decir, representa el "recrudecimiento de la enfermedad".



La infección con el VIH causa una disminución gradual en los recuentos de células CD4 positivas. La disminución del recuento de células CD4 positivas ocasiona la reducción del sistema inmunológico. Esto representa el recrudecimiento de la enfermedad.

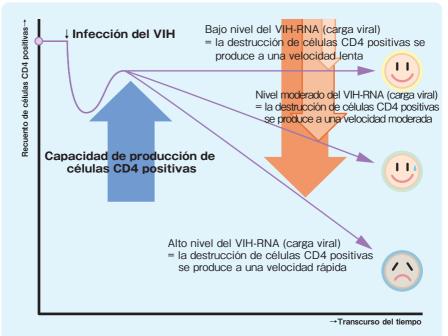
Los recuentos de células CD4 positivas son un índice de la capacidad inmunológica en el momento de realizar unos análisis.

P5 ¿Qué es la carga viral?

La carga viral es la cantidad de VIH (nivel del VIH-RNA) en la sangre.

La enfermedad avanza con mayor rapidez en pacientes con una alta carga viral a comparación de quienes tienen una baja carga viral.

Sin embargo, la carga viral y la tasa de recrudecimiento de la enfermedad varían de persona a persona, por lo que se debe asegurar de obtener una buena explicación de su médico de cabecera.

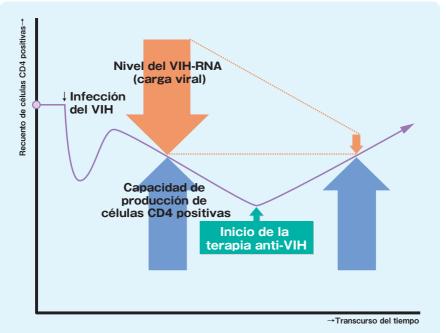


Por lo general, si los niveles del VIH-RNA son bajos, la tasa de disminución en el recuento de células CD4 positivas es lento y cuando los niveles del VIH-RNA son altos, la tasa de disminución en el recuento de células CD4 positivas es rápido. Los niveles del VIH-RNA son un indicador para la tasa de disminución en el recuento de las células CD4 positivas (tasa de recrudecimiento de la enfermedad).

P₆

26 ¿Qué es la terapia "anti-VIH"?

La terapia anti-VIH es un tratamiento para reducir en los pacientes las cargas virales mediante el empleo de medicinas anti-VIH que inhiben la proliferación del virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) (ART por su sigla en inglés, también llamada terapia antirretroviral). La efectividad del tratamiento se puede conocer a partir de los resultados de análisis de sangre tales como el recuento de células CD4 positivas y las cargas virales. Le recomendamos llevar también apuntes sobre los resultados de cada uno de los chequeos.



Si la terapia anti-VIH consigue inhibir la proliferación del VIH y disminuir los niveles de VIH-RNA, los recuentos de células CD4 positivas aumenta por lo general. La velocidad y el patrón de los cambios varían dependiendo de cada persona.

¿Qué clase de tratamientos se llevan



¿Qué factores debo tener en cuenta con respecto al tratamiento?

¿Cuándo se debe empezar el tratamiento?

A todas las personas que son conscientes de haberse infectado con el VIH se les recomienda que sometan a consideración dar inicio al tratamiento. Es sabido que si el tratamiento mantiene el virus en un nivel bajo, no solo podrá usted mantenerse en buen estado de salud, sino también reducir el riesgo de infectar el VIH a su pareia sexual.

Sin embargo, si usted sufre otra clase de enfermedad, primero debe tratar de curar esa condición.

Asimismo, en caso de que usted olvide tomar sus medicamentos, existe el riesgo de que aparezcan "virus resistentes" que no reaccionen ante los fármacos. Por eso es necesario establecer, antes del tratamiento, unas condiciones que garanticen la continuidad segura de la medicación.

Del mismo modo, si va usted a recibir subsidios para costos médicos, es necesario que se someta a diversos análisis, evaluaciones y trámites antes del inicio del tratamiento. Además, es probable que necesite coordinar el período del tratamiento, por ejemplo. evitando iniciarlo mientras está ocupado en el trabajo, debido a la probabilidad de que ocurren efectos adversos durante un período de dos a cuatro semanas después de haber iniciado la medicación.

Por consiguiente, se deben realizar diversos preparativos antes de empezar el tratamiento. De manera que es importante que consulte a su médico para determinar cuidadosamente cuál es el mejor momento para iniciar el tratamiento.

¿Qué debo hacer si estoy embarazada o voy a dar a luz?

Si se detecta una infección por el VIH al realizar exámenes por el embarazo, la terapia anti-VIH generalmente se debe comenzar cuanto antes desde la detección de la infección por el VIH, incluida la primera etapa del embarazo, para proteger la salud materna y para la prevención de la transmisión de madre a hijo.

Como los medicamentos que se seleccionan son ligeramente diferentes a los medicamentos generalmente recomendados, es esencial consultar con un médico especialista en VIH.



¿Con qué combinación de medicamentos debería empezar el tratamiento?

 Seleccione medicamentos que muestren efectos terapéuticos potentes y definitivos.

Aunque cada año, a través de publicaciones como "Pautas de tratamiento contra el VIH: http://www.haart-support.jp/guideline.htm", "'Guía de tratamiento' para la enfermedad infecciosa del VIH: http://www.hivjp.org/", etc., la combinación de medicamentos recomendados cambia poco a poco, la idea básica de "Combinar varios medicamentos de entre unos 20 tipos de medicamentos" no ha cambiado. Ahora es posible elegir tratamientos con una combinación de 2 drogas para algunos medicamentos.

Actualmente, la mayoría de los medicamentos es una combinación de varios medicamentos en un solo medicamento y el enfoque principal es tomar de 1 a 2 tabletas, una vez al día.

Al seleccionar un medicamento, considere las siguientes condiciones según la situación que enfrenta cada persona.

- Seleccione medicamentos que no requieran una frecuente dosificación diaria
 - Todas las dosis de las combinaciones son de una a dos veces por día.
- Seleccione medicamentos que se adapten mejor a su ritmo de trabajo, alimentación y sueño
 - Hay medicamentos que se deben tomar después de comer, medica-mentos que es preferible ingerir con el estómago vacío o aquellos que se pueden tomar sin importar si se ha comido o no.
- Seleccione medicamentos con pocos efectos adversos
- Tenga en cuenta la combinación con las medicinas que actualmente está tomando

Se selecciona la medicación más fácil de mantener, dependiendo de cada una de las situaciones en particular y tomando en cuenta las condiciones arriba mencionadas.

¿Hay ocasiones en que cambian las medicinas del tratamiento? De ser así, ¿cuándo ocurre esto?

- Cuando el tratamiento deja de ser eficaz.
- Cuando cambia el ritmo o el programa diario y eso afecta a su vida o su medicación.
- Cuando los efectos adversos son severos y están afectando su vida diaria.
- Cuando salen al mercado nuevas medicinas para el tratamiento que se pueden tomar con más facilidad y son más eficaces.
- Cuando planea embarazarse o dar a luz, o después del parto.

¿Qué medicamentos sustituirán a los anteriores?

- Se debe tener en cuenta evitar una situación en la que sea imposible tomar los medicamentos por la misma razón que la del tratamiento previo.
- Los medicamentos cambiarán a una combinación que podría ser más efectiva en base a los resultados de las pruebas de resistencia a los fármacos (una prueba para confirmar si la medicina mantiene su eficacia contra el VIH [consulte la página 15]).
- * También es importante que tenga en cuenta los medicamentos que ha tomado hasta ahora, así como su duración y su eficacia.

Asegúrese de comunicar este hecho a su médico.

Razones para no medicarse (no poder tomar las medicinas) en Estados Unidos

Olvido	36%	Olvido	66%
Estar ocupado	27%	Dejar las medicinas en casa	57%
Quedarse dormido	23%	Estar ocupado	53%
Dejar las medicinas en casa	18%	Cambios en el ritmo diario	51%
Efectos adversos	13%	Quedarse dormido	40%
(Spire B. et al.: Social Science & Medicine 54, 1481-1496, 2002) Problema con el mor		Problema con el momento oportuno de	la
		medicación	40%
		Condición física deficiente	28%
		Efectos adversos	24%
		Deprimido	18%
		Demasiados medicamentos	14%
		No quería que otras personas supiera	n
		que estoy tomando medicinas	14%
		Toxicidad a los fármacos o efectos advers	sos 12%
		(Chesney MA. et al.: AIDS CARE 12(3), 255-2	266, 2000)
Si algo le preocupa, consulte con el médico, el farmacéutico o la enfermera.			



Poy a empezar el tratamiento, pero me preocupa la aparición de efectos adversos y olvidarme de tomar las medicinas.

La posible aparición de efectos adversos y su severidad varían dependiendo de cada persona. Es recomendable que pregunte por anticipado al médico o al farmacéutico si hay un método para hacer frente a los efectos adversos, y cuándo y qué síntomas podrían aparecer, así como lo que se debe hacer en caso de que esto suceda.

Con respecto a la medicación, los síntomas podrían aligerarse con el paso de los días, o su influencia en la vida diaria se reduciría si se toman medidas tales como cambiar la hora de la medicación.

A fin de que no haya olvidos con respecto a la ingestión de las medicinas, le recomendamos que compruebe su rutina diaria con el personal de los hospitales (o instituciones médicas) y antes de dar inicio al tratamiento trate de decidir junto con el médico, el farmacéutico o los enfermeros el momento en que puede tomar fácilmente los medicamentos, en qué situaciones es fácil que se olvide de ingerirlos y si hay algún método para prevenir esa situación. También podría ser útil preguntar qué medidas están tomando otros pacientes.

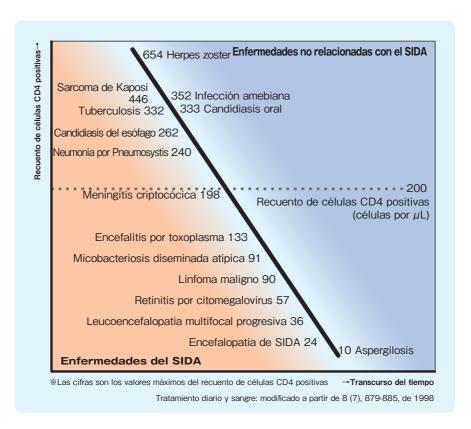
Es un hecho que muchos pacientes están experimentando esta clase de preocupaciones y dudas. Por otra parte, el tratamiento no será duradero si usted lo empieza sin estar convencido o si no está listo para iniciarlo. La terapia debe empezar después de que usted y el médico lleguen a un acuerdo mutuo con respecto a "poder controlar la situación mediante determinado tratamiento".

No tiene que preocuparse de iniciar precipitadamente el tratamiento en base a los resultados de un solo análisis. Si necesita pensar un poco más acerca del inicio de la terapia, debe preguntar al médico "¿qué alternativas hay?", "¿por qué razón le está recomendando determinado tratamiento?" o si "¿es posible tomar una decisión después de reflexionar un poco al respecto?"

- Aún en caso de que no empiece de inmediato el tratamiento, es necesario que sea consciente de su condición de salud a través de análisis de sangre habituales. No se olvide de acudir a la consulta.
- La información sobre el tratamiento se actualiza rápidamente. Es posible que haya cambios entre los datos que usted obtuvo en la primera consulta y los que están disponibles en el momento en que esté considerando someterse a la terapia. Debe pedir habitualmente al médico o al farmacéutico que le proporcione información sobre el tratamiento. Si les dice: "Por favor, manténgame informado sobre los nuevos acontecimientos cuando se den a conocer", se asegurará de tener la información. También es recomendable que dé a conocer frecuentemente al personal acerca de su situación individual, como por ejemplo, cambios en el trabajo o el estilo de vida.
- Aunque sea alto el recuento de células CD4 positivas, que representan la condición de inmunidad, es probable que usted padezca una enfermedad relacionada con la infección del VIH (consulte la página 13). Si siente usted que "algo no anda bien", consúltelo con su médico a la brevedad posible.

Si llegase a descender el recuento de células CD4 positivas, ¿en qué momento ocurren las enfermedades oportunistas?

Por lo general, se dice que cuando los recuentos de células CD4 positivas alcanzan un nivel inferior a 200, hav riesgo de que ocurran múltiples enfermedades y problemas de salud. Para prevenir esta situación, también se podrían emplear los medicamentos. Por otra parte, incluso si los recuentos son mayores a 200, es probable que usted llegue a sufrir diversas enfermedades. Por consiguiente, incluso si su estado de salud es bueno y todavía no ha empezado la terapia anti-VIH, le instamos a someterse sin falta a análisis de manera cotidiana para comprobar su condición física.





Una vez que inicie el tratamiento, ¿debo continuarlo toda la vida?

Debe hacerse a la idea de que, en el momento actual, es necesario continuar con el tratamiento durante toda la vida.

Sin embargo, eso no significa que usted deba tomar la misma medicina todo el tiempo. Como hemos mencionado anteriormente, hay ocasiones en que se deben cambiar las medicinas, como en los casos en que ocurren efectos adversos, cuando éstas deian de tener eficacia o cuando aparecen en el mercado otros medicamentos más fáciles de ingerir. Actualmente hav muchos métodos de combinación de fármacos, así que sustituirlos durante el tratamiento es algo que ocurre con frecuencia. El progreso de las medicinas terapéuticas sucede año con año. lo cual hace suponer que tendrán menos efectos adversos v serán más fáciles de ingerir.

- Cuando los efectos adversos relacionados con el tratamiento son severos.
- Cuando los fármacos anti-VIH se vuelven ineficaces contra los virus (resistencia a los fármacos) y se cambia a un nuevo tipo de tratamiento.
- Cuando el tratamiento es sustituido por medicinas más fáciles de tomar o de continuar.

Cuando los efectos adversos sean severos o le parezca que es imposible continuar con el tratamiento debido al trabajo o a la vida cotidiana, o bien, si desea interrumpir el tratamiento, primero consúltelo con el médico, el farmacéutico o los enfermeros. No suspenda el tratamiento repentinamente, ni cambie la dosis de los medicamentos basándose solamente en su propio criterio.

No tome las siguientes decisiones por su cuenta. Consulte con el médico o el farmacéutico:

- Deiar de tomar las medicinas porque su condición física ha meiorado.
- Deiar de acudir al hospital porque su condición física ha mejorado.
- Tomar mavores dosis de medicinas porque su condición física no es buena.
- Tomar una doble dosis de medicinas porque olvidó tomar la porción anterior.





P5 ¿Qué tipo de análisis son necesarios?

Antes de empezar la terapia anti-VIH y después de su inicio, se llevan a cabo análisis de sangre de manera cotidiana. No solo se llevan a cabo análisis de sangre generales, sino que también se miden las cargas virales y los recuentos de células CD4 positivas en el análisis de sangre. Sírvase consultar la siguiente lista.

Lista: Análisis necesarios

Nombre del análisis	¿Qué se investiga?	Notas	
Recuento de células CD4 positivas	Se examinan los recuentos de CD4 y CD8. Se puede conocer la condición inmunológica.	Sirve como indicador para averiguar su condición inmunológica actual. Como criterio para empezar o cambiar el tratamiento. Como criterio para la prevención o el tratamiento de enfermedades oportunistas. Como criterio para la certificación de personas con discapacidad fisica 1.	
Cantidad del VIH-RNA*2 (Cantidad de virus)	La prueba muestra la cantidad de virus en su sangre	Sirve como indicador de los cambios (recrudecimiento de la enfermedad) en su condición inmunológica futura. Como criterio para empezar o cambiar el tratamiento. Como criterio para la certificación de personas con discapacidad fisica.	
Hemograma Ejemplo: glóbulos rojos, leucocitos, plaquetas, etc.	Mediante este análisis se puede saber si usted tiene anemia y / o infección, que impide a la sangre coagular con facilidad, etc.	Los resultados difieren dependiendo de su condición física o de las medicinas que está tomando. Los resultados difieren dependiendo de su condición física o de su alimentación. Los resultados se utilizan como indicadores para conocer los efectos adversos de los medicamentos.	
Bioquímica Ejemplos: azúcar en sangre, colesterol, triglicéridos, AST (GOT), ALT (GPT), γ-GTP, creatinina, etc.	Mediante este análisis se pueden conocer las condiciones en general del hígado, los riñones, el páncreas y otros órganos.		
Otros análisis de infecciones Ejemplos: hepatitis A, B, C, ETS (enfermedades de transmisión sexual) como sífilis, toxoplasmosis, etc	Puede averiguar si tiene o no, una enfermedad que se transmite por la misma vía que el VIH.	El tratamiento contra el VIH podría afectar los resultados. Los análisis se realizan en el examen inicial y posteriormente cuando sea necesario.	
Análisis de resistencia (análisis de genotipos) y fenotipos)	Son la clave para conocer los medicamentos de los que se esperan efectos.	Los datos de los análisis son importantes para cambiar de tratamiento. Debe informar al médico cuando desee someterse a estas pruebas.	
Análisis de resistencia (arálisis de genotipos) Análisis de resistencia (arálisis de genotipos) Medición de la concentración de fármaco en la sangre	Este análisis sirve para confirmar si se está manteniendo en la sangre una concentración de fármaco suficiente para ejercer un efecto terapéutico o si es demasiado alta.	El análisis se lleva a cabo en caso de que el médico lo considere necesario.	

Documento de consulta: European AIDS Clinical Society GUIDELINES 8.0 PART1 p1-2

Además de estos análisis, se toman radiografías o se hacen exámenes de orina, etc., dependiendo de los síntomas.

^{*} Tanto el recuento de células CD4 positivas como la carga viral varían dependiendo de los cambios en su condición física, como haber contraído un resfriado, etc. Es importante medirlas de manera consecutiva varias veces.

^{*} Los valores de referencia (los niveles dentro de los límites normales) varían dependiendo de los hospitales. Le recomendamos que los confirme.

1 Certificación de personas con discapacidad física

A partir de abril de 1998, la certificación de personas con discapacidad física se ha estado concediendo bajo el nombre "disfunción inmunitaria" a quienes se encuentran infectados con el VIH. El propósito de esta certificación es permitir al paciente utilizar un sistema de subsidios, etc. para costos médicos.

Los criterios para la certificación de las personas con discapacidad física y los procedimientos de solicitud específicos varían de acuerdo a la región donde usted

Sírvase preguntar a su médico, enfermero o consejero de salud (Graduado en trabajo social o trabajador social)

*2 Recuento del VIH-RNA

El nivel del VIH-RNA en la sangre también se conoce como carga viral.

26 ¿Cuánto cuesta aproximadamente el tratamiento?

El tratamiento actual para la infección por VIH es una combinación de múltiples medicamentos contra el VIH, que cuesta entre unos 100.000 a unos 200.000 venes al mes. Para aquellos que además tratan otras enfermedades, el costo se eleva aún más. Como puede utilizar el seguro médico al que esté afiliado, el pago en la caja será el 30% del costo.

A fin de reducir esta carga de desembolso personal, se puede utilizar un sistema para costos médicos altos que excedan cierto gasto estándar, o bien, el apoyo para la independencia de aquellos que padecen discapacidades físicas, siempre y cuando en condición de obtener un certificado como personas con discapacidad física. Si desea más detalles al respecto, pregunte a los consejeros de salud (graduado en trabajo social o trabajador social) o a los enfermeros.

HIV/AIDS information net for Kanto-Koshinetsu region

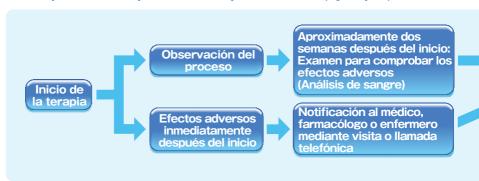
Manual acerca de los sistemas —

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

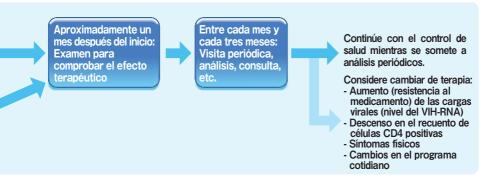
◆Hasta el inicio de la terapia anti-VIH (ejemplo)



◆Después de empezar la terapia anti-VIH (ejemplo)







Para evitar la pérdida de los efectos terapéuticos

No deje que se le agote la medicina del tratamiento

Si no puede acudir al hospital en la fecha de la cita, avise para que le cambien el programa de visita antes de que se le agote la reserva de medicamentos. Si planea realizar un viaje de negocios o de placer, asegúrese de tener por anticipado una reserva de medicinas. Del mismo modo, en caso de que "se le olviden los medicamentos" o "los pierda" durante el viaje, también puede acudir al hospital especializado más cercano. Asimismo, le recomendamos preguntar al médico o al enfermero acerca del sistema nocturno de la farmacia de su hospital.

Precauciones que se deben respetar

Se deben respetar los asuntos previamente acordados, como los horarios y los alimentos. Por ejemplo, hay medicinas que se deben tomar junto con la comida o con el estómago vacío, u otras que no guardan ninguna relación con los alimentos.

Use una alarma o un temporizador

Algunas personas configuran alarmas y vibradores de teléfonos móviles o aprovechan las funciones de recordatorio de sitios de Internet o las aplicaciones de asistencia. El truco consiste en recordar tomar su medicamento a la hora que decide uno mismo. Otro método es especificar el momento de la medicación de acuerdo a su programa escolar o de trabajo.

Mantenga los medicamentos en un lugar donde usted piense que va a estar en el momento de tomarlos

Algunas personas ponen en la mesa del comedor las medicinas que van a tomar por la mañana o por la noche, o bien, las ponen cerca del lavabo, en la cocina, cerca del reloj despertador o al lado de las ollas. A las personas que salen con frecuencia de viaje de negocios, mantienen un programa de movimientos o un esquema diario irregular, les sugerimos que busquen la forma de mantener pequeñas porciones de medicamentos en el trabajo o colocarlos junto con las cosas que siempre llevan consigo cuando salen.

Prepárese para casos de desastre

Cuando haya tomado los medicamentos más de seis meses y su situación se haya vuelto estable, le recomendamos asegurarse de tener una porción extra para más de un mes. Cuando ocurren grandes desastres es probable que los medicamentos se los prescriba una institución médica temporal. Por consiguiente, es mejor que recuerde de manera precisa qué tomar y cómo hacerlo. Asimismo, si se asegura de llevar un bloc de notas de sus medicamentos con su tarjeta de identificación o su tarjeta de registro de paciente, puede usted esperar un trato apropiado incluso si no es capaz de expresar su voluntad.

Otros asuntos que conviene saber



P1 Me dijeron que en los resultados de mis análisis de sangre, la carga viral era menor que el límite de detección. ¿Qué tipo de condición es ésta?

Significa que la cantidad de virus (el nivel VIH-RNA) en la sangre es extremadamente baio y eso impide medirlo con el método de análisis actual. Como el propósito del tratamiento es mantener la carga viral (el nivel VIH-RNA) por debaio del límite de detección, debe continuar tomando la medicación v visitando el hospital con regularidad.



Después de haber sostenido consultas con mi médico, he decidido no empezar el tratamiento por lo pronto. ¿Es necesario que también me someta a análisis de cargas virales v de recuentos de células CD4 positivas en el futuro?

Sí. Aunque usted no haya dado inicio a la terapia con medicamentos, es importante que conozca de manera periódica cuál es su estado de salud. Debe decidir con qué frecuencia visitar el hospital v someterse a pruebas después de haberlo consultado con su médico. Le sugerimos que continúe investigando junto con él cuál es el momento apropiado y en qué época podría dar inicio a la terapia.



23 ¿No hay problema si tomo los medicamentos anti-VIH iunto con alimentos para la salud o suplementos?

Se ha sabido que no solo las medicinas, sino también algunos alimentos para la salud, no se deben combinar con los fármacos anti-VIH. Le sugerimos consultar con su médico de cabecera o su farmacéutico no solo acerca de las medicinas prescritas por otros hospitales y las que se compran sin receta en las farmacias, sino también los alimentos para la salud y los suplementos que está ingiriendo.



Me enteré a través de Internet acerca de una nueva medicina que ha aparecido en el mercado. ¿Sería meior cambiar los medicamentos actuales por los nuevos?

Últimamente, los medicamentos son mejores en cuanto a tamaño, frecuencia de dosis, restricciones en la medicación, efectos adversos, así como en otros aspectos. Le sugerimos que consulte con su médico acerca de los nuevos medicamentos a fin de tenerlos en cuenta como alternativas en el futuro.

P5 ¿Debo tener alguna precaución cuando vaya a mantener relaciones sexuales en el futuro?

A fin de evitar contraer otra enfermedad sexualmente transmisible, le sugerimos poner en práctica medidas de prevención utilizando barreras tales como condones, etc. con el fin de que sus **órganos sexuales, ano** y **boca** nunca entren en contacto directo con las membranas o los fluidos corporales de su pareja. Es necesario prevenir la infección, incluso en caso de que su pareja esté infectada con el VIH.

Efectos sobre su pareja Riesgo de infección con el VIH

Ha habido informes recientes de que las parejas sexuales no se infectaran con el VIH si el tratamiento mantiene la carga viral por debajo del límite de detección durante 6 meses o más*. Es importante continuar con el tratamiento adecuado para cuidar también a su pareja. Además, para prevenir otras infecciones sexuales, practique relaciones sexuales seguras con el uso de condones y demás.

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

Efectos sobre su propio estado de salud

- Al contraer otra infección.
 - →Impacto negativo sobre las funciones inmunológicas y aumento de las cargas virales
- ②Al infectarse con otro agente patógeno del VIH
 - →Riesgo de que el tratamiento fracase
- Nota 1: Sírvase consultar con su médico o enfermero acerca de las medidas en caso de que haya riesgo de transmitir la enfermedad a su pareja debido a que el condón se rompió o se salió.
- Nota 2: Es importante evitar el embarazo durante un período no deseado. Sírvase preguntar al médico o al personal acerca de los métodos anticonceptivos que permitan proporcionar una mayor seguridad, así como el momento apropiado, etc. para el embarazo y el parto.



26 ¿Será difícil que pueda tener un bebé en el futuro?

Es posible planificar un embarazo mientras continúa con el tratamiento del VIH. Sin embargo, es importante preparar una "planificación del embarazo", comprendiendo plenamente el estado del tratamiento, la prevención de la infección a la pareja, la prevención de la transmisión de madre a hijo, etc.

En el caso de las mujeres infectadas por el VIH, hay que prestar atención también en los medicamentos y los efectos secundarios que la embarazada debe evitar.

En el caso de los hombres infectados por el VIH, se dice que el embarazo natural es posible si se cumplen las condiciones enumeradas en la guía, como la de mantener la carga viral en sangre por debajo del límite de detección durante un cierto período de tiempo y más. 1)

Por otro lado, si no se llega al embarazo luego de intentar repetidas veces con las relaciones sexuales naturales, existe la opción de realizar tratamientos de fertilidad. ²⁾ Si desea quedar embarazada o dar a luz en un futuro próximo o en un dentro de poco tiempo, consulte a su médico o al personal con anticipación.

- En el caso de los hombres seropositivos: cuando se realiza una fertilización artificial o una fertilización in vitro, existen métodos para eliminar el VIH del semen. 1)2)
- · En el caso de las mujeres seropositivas: es necesario prevenir la infección mutua y la prevención de la transmisión de madre a hijo.

Con respecto a los procedimientos específicos, sus riesgos respectivos y las instituciones médicas que realizan la inseminación artificial o la fertilización in vitro, etc., sírvase consultar a su médico o al personal. Para garantizar la planificación del embarazo, es importante asegurar que la anticoncepción se practique normalmente.

*Se refiere a quedar embarazada por relaciones sexuales normales sin recibir tratamiento médico.

Referencias:

- 1) Guías de NICE: https://www.nice.org.uk/guidance/cg156/ifp/chapter/HIV-hepatitis-B-and-hepatitis-C (Visto en octubre de 2020)
- 2) Naoaki Kuji et al., Investigación sobre medicina reproductiva para personas seropositivas; 2017, 2015-2017 Subsidio de los costos del programa de encuestas fomentadas por la administración de salud, trabajo y bienestar social (Programa de investigación de contramedidas contra el SIDA)

[Referencia] Consulte en los casos en que el varón dio positivo y la mujer dio negativo.

 Department of Hematology, Ogikubo Hospital http://www.ogikubo-hospital.or.jp/department/blood.html

Soy una mujer embarazada que se ha infectado con el VIH. ¿A qué tratamiento me debo someter? ¿Cómo puedo evitar que el bebé que va a nacer contraiga el VIH?

Hay varios métodos para evitar la transmisión del VIH a los bebés. Primero, se deben someter a consideración los siguientes puntos iunto con el médico con respecto a las cargas virales, los recuentos de células CD4 positivas, si se ha dado inicio ya a la terapia anti-VIH y en qué etapa del embarazo está usted para: ①Reducir sus cargas virales en la medida de lo posible, ②Seleccionar los medicamentos para el tratamiento durante el embarazo y la cesárea, y 3 La administración de un profiláctico al bebé. Se debe evitar amamantar al bebé debido al riesgo de contagio de la infección, de manera que es necesario darle leche en polvo.



Research Group for Therapy of HIV Infection

 Manual para el tratamiento de la infección del VIH — Contiene secciones relacionadas con el tratamiento de las embarazadas y la prevención del contagio de madre a hijo.

http://www.hivjp.org/

API-Net AIDS Prevention Information Network

Manual sobre medidas para prevenir el contagio del VIH de madre a hijo —

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

Publicación: ViiV Healthcare K.K.

Colaborador en la edición: Satoshi Higasa

(Department of Hematology, Hyogo College of Medicine College Hospital)

Las solicitudes de este documento se deben hacer a: Akasaka Intercity AIR. 1-8-1 Akasaka, Minato-ku, Tokyo, 107-0052 Japan ViiV Healthcare Customer Center

FAX: 03-4231-5983

