

АРВ-терапия



СЕРИЯ ДЛЯ ПОЗИТИВНЫХ ЛЮДЕЙ

Четвертое дополненное издание подготовлено и переиздается ВБО «Час Життя Плюс» в рамках проекта «Кадровый потенциал и качественные услуги как звенья предоставления помощи ЛЖВ в Украине».

Издание подготовлено к печати МБФ «Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине» и специалистами ВБО «Час Життя Плюс» в рамках реализации программы «Поддержка с целью профилактики ВИЧ/СПИД, лечения и ухода наиболее уязвимых групп населения в Украине».

Продукция издана при финансовой поддержке ВБО «Всеукраинская сеть людей, живущих с ВИЧ» в рамках реализации программы «Поддержка с целью профилактики ВИЧ/СПИД, лечения и ухода наиболее уязвимых групп населения в Украине».

АРВ-терапия

Этот буклет поможет вам больше узнать о стандартах и правилах лечения ВИЧ-инфекции. Данная информация основана на национальных протоколах, утвержденных МЗ Украины 04.10.06 г., протоколах Британской ассоциации по вопросам ВИЧ (BHIVA) и протоколах Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ, 2006, 2007), созданных для того, чтобы сделать лечение ВИЧ-инфекции широко доступным в разных странах мира.

Буклет поможет вам более осознанно подойти к лечению ВИЧ-инфекции. Очень важно понимать все связанные с этим вопросы, а также быть готовым принимать лекарства в течение длительного времени.

Лечение ВИЧ-инфекции должно начинаться и проводиться под наблюдением врача. Этот буклет не заменит консультаций с врачом по вопросам лечения.

Содержание

Контактная информация	6
Бесплатное лечение	7
Словарь	9
Общие сведения	13
Антиретровирусная терапия.....	14
Что такое антиретровирусная терапия?.....	14
Излечивает ли АРТ от ВИЧ-инфекции?	15
Как действует АРТ?	16
Почему несколько препаратов?.....	17
Эффективны ли АРВ-препараты?	18
Когда начинать лечение?.....	19
С чего начать?	20

Смена схемы АРТ	21
Проблемы, которые могут возникнуть при проведении АРТ.....	22
Преимущества приема АРТ	24
Приверженность лечению	24
Почему так важна приверженность лечению?	25
Подготовка к началу АРТ	26
Что делать, если вы забыли принять препарат вовремя?	27
Чтобы не забыть принять лекарства	28
Что делать при появлении побочных эффектов?	29
Взаимодействие препаратов	30
Приложение 1	31
Приложение 2	33
Приложение 3	35

Контактная информация

Учреждением национального уровня, которое имеет опыт лечения взрослых пациентов, живущих с ВИЧ, является Институт эпидемиологии и инфекционных болезней им. Л. В. Громашевского Академии медицинских наук Украины, отделение СПИД (**г. Киев, ул. Ивана Мазепы, 23**). **Тел.: (044) 280 64 29.**
Заведует отделением Светлана Николаевна Антоняк.

Учреждением национального уровня, которое оказывает медицинскую помощь детям, живущим с ВИЧ, является Украинский центр «Клиника для лечения ВИЧ-инфицированных и больных СПИД детей» Украинской детской специализированной больницы «Охматдет» (**г. Киев, ул. Стретинская, 7/9, кабинеты 103-108**). **Тел.: (044) 279 35 94.** **Заведует клиникой Светлана Викторовна Комар.**

- ВБО «Всеукраинская Сеть людей, живущих с ВИЧ»
Тел.: (044) 467-75-67, 467-75-69.
- ВБО «Час життя плюс»: **Тел.: (044) 254 58 40, 254 41 44.**
- Бесплатный круглосуточный телефон доверия по вопросам ВИЧ/СПИД:
8 800 500 45 10.

Бесплатное лечение стало доступным для людей, живущих с ВИЧ в Украине

В 2008 году Международным Альянсом по ВИЧ/СПИД в Украине реализована пятилетняя программа, поддержанная Глобальным фондом для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией (1 Раунд), «Преодоление эпидемии ВИЧ/СПИД в Украине». Выполнена одна из основных задач программы — расширение доступа к антиретровирусной терапии (АРТ) для 6 000 больных ВИЧ-инфекцией/СПИД.

Общегосударственная целевая программа обеспечения профилактики ВИЧ-инфекции, лечения, ухода и поддержки ВИЧ-инфицированных и больных СПИДом на 2009-2013 годы предусматривает дальнейшее расширение доступа к АРТ и обеспечение бесплатного для пациентов непрерывного антиретровирусного лечения.

В настоящее время ВБО «Всеукраинская Сеть людей, живущих с ВИЧ» реализует программу «Поддержка с целью предупреждения ВИЧ/СПИД, лечения и ухода для наиболее уязвимых групп населения в Украине», поддержанную Глобальным Фондом для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией

(6 Раунд), которая обеспечивает доступ к АРТ для больных ВИЧ-инфекцией/СПИД с «двойной» и «тройной» проблемой: ВИЧ-инфекция/туберкулез, ВИЧ-инфекция/туберкулез/потребление инъекционных наркотиков, а также для лиц, отбывающих наказание в учреждениях пенитенциарной системы.

Сейчас лечение может быть доступным для жителя любого региона Украины за средства государственного бюджета или Глобального Фонда для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией (ГФ).

Обращайтесь в региональные центры профилактики и борьбы со СПИДом или непосредственно в Украинский центр профилактики и борьбы со СПИДом МЗ Украины, клинику Института эпидемиологии и инфекционных болезней им. Л. В. Громашевского АМН Украины и Украинский центр «Клиника для лечения ВИЧ-инфицированных и больных СПИДом детей» Украинской детской специализированной больницы «Охматдет».

Словарь

Антиретровирусная терапия (АРТ) – лечение, нарушающее воспроизведение (размножение) вируса иммунодефицита человека (ВИЧ). Позволяет надолго продлить срок жизни при ВИЧ-инфекции, а также предотвратить или приостановить развитие СПИДа.

Антиретровирусные препараты – лекарственные средства, нарушающие репродукцию (размножение) ВИЧ и предотвращающие повреждение иммунной системы, таким образом, замедляющие развитие ВИЧ-инфекции.

Вирусная нагрузка (ВН) – показатель количества вируса в крови ВИЧ-инфицированного человека. Указывает, на сколько быстро вирус размножается в организме. При высокой ВН (более 100 тыс. копий РНК ВИЧ в 1 мл плазмы) необходимо раньше начать АРТ. При проведении АРТ показатель ВН – лучший критерий оценки эффективности АРТ или неудачи лечения. При эффективной АРТ ВН через 16 недель лечения должна значительно снизиться – ниже порога чувствительности тест-системы. Порог чувствительности современных тест-систем, применяемых в Украине, составляет 50 копий РНК ВИЧ в 1 мл плазмы. Термин «нулевая ВН» не означает отсутствия ВИЧ в организме ВИЧ-

инфицированного человека, а означает, что вируса в организме очень мало (ниже порога чувствительности тест-системы). При этом прекращается дальнейшее повреждение иммунной системы, создаются условия для восстановления иммунитета, но сохраняется необходимость соблюдения мер защиты по предотвращению инфицирования других людей (необходимо продолжать использовать презерватив, одноразовые шприцы, иглы и проч.).

ВИЧ – вирус иммунодефицита человека, относится к РНК-содержащим вирусам.

ВИЧ-ассоциированные заболевания – заболевания, возникающие вследствие угнетения иммунной системы ВИЧ.

ИП – ингибиторы протеазы. Группа антиретровирусных лекарственных средств (препаратов), подавляющих размножение ВИЧ путем блокирования фермента вируса – протеазы. Входят в состав комбинированной терапии.

Клетки CD4 – клетки иммунной системы человека, которые поражает ВИЧ. Показатель количества этих клеток дает представление о состоянии иммунной системы: если количество клеток снижается, значит иммунная система повреждена.

Комбинированная терапия – комбинация из, как правило, трех АРВ-препаратов, в результате приема которой значительно снижается количество ВИЧ в организме – ниже порога чувствительности тест-системы на длительный срок (годы), при условии высокой приверженности лечению.

НИОТ – нуклеозидные ингибиторы обратной транскриптазы. Группа антиретровирусных лекарственных средств (препаратов), подавляющих размножение ВИЧ вследствие нарушения действия фермента вируса – обратной транскриптазы, путем конкуренции измененных нуклеозидов лекарственного средства с обычными нуклеозидами. Входят в состав комбинированной терапии.

ННИОТ – ненуклеозидные ингибиторы обратной транскриптазы. Группа антиретровирусных лекарственных средств (препаратов), подавляющих размножение ВИЧ путем блокирования фермента вируса – обратной транскриптазы. Входят в состав комбинированной терапии.

Побочные эффекты лечения – нежелательные действия лекарственных средств (препаратов).

Приверженность лечению – осознанный прием препаратов точно в соответствии с режимом лечения, назначенным врачом.

Режим лечения – комбинация препаратов, дозировка и график их приема.

Резистентность (устойчивость) – выработанное к действию лекарственного препарата свойство вируса, при котором утрачивается чувствительность к препарату. В основе развития резистентности лежат мутации устойчивости, возникающие в условиях недостаточной концентрации лекарственного средства в организме пациента. Мутации резистентности обуславливают снижение чувствительности возбудителя к препарату, делая дальнейшее применение данного препарата или группы препаратов неэффективным. Развитию устойчивости способствует несоблюдение режима приема препаратов, пропуски и опоздания в приеме.

Ретровирусы – семейство вирусов, к которому принадлежит вирус иммунодефицита человека (ВИЧ), т.к. эти вирусы имеют фермент обратную транскриптазу, который позволяет «считывать» генетическую информацию с РНК вируса на вирусную и провирусную ДНК. ВИЧ – РНК-содержащий ретровирус.

РНК – рибонуклеиновые кислоты, тип нуклеиновых кислот; высокомолекулярных органических соединений, образованных нуклеотидами, в которые входят: аденин, гуанин, цитозин, урацил и сахар рибоза. В клетках всех живых организмов РНК участвуют в реализации генетической информации.

СПИД – синдром приобретенного иммунодефицита, поздняя стадия заболевания, вызванного ВИЧ.

Общие сведения

- Людям, живущим с ВИЧ, необходимы индивидуальное социально-психологическое и медицинское сопровождение, уход и поддержка.
- Антиретровирусные препараты не уничтожают полностью вирус. Они помогают предотвратить дальнейшее повреждение иммунной системы путем значительного снижения количества ВИЧ в организме. Любому человеку, инфицированному ВИЧ, у которого проявляются симптомы заболевания, определяется сниженное количество клеток CD4 или высокий показатель вирусной нагрузки, рекомендуется начать АРТ.
- Оптимально начать АРТ еще до появления симптомов заболевания, если количество CD4 клеток снижено до 350 клеток/мкл. При этом с помощью АРТ возможно предотвратить развитие СПИДа и достичь полного восстановления иммунной системы. В случае отсутствия симптомов заболевания, при решении вопроса о начале АРТ, при снижении количества клеток CD4 до 350 клеток/мкл, исследование необходимо повторить дважды, чтобы убедиться в достоверности данных.

- Пациент должен получать комбинацию как, правило, из трех АРВ-препаратов для того, чтобы значительно снизить количество вируса в организме до минимального уровня и чтобы улучшить/сохранить состояние здоровья.
- Комбинация препаратов, которая не ведет к значительному снижению количества ВИЧ в крови, при условии соблюдения режима АРТ, высокой приверженности лечению, должна быть заменена.
- Лекарства должны приниматься строго в соответствии с назначением врача.

Антиретровирусная терапия

Что такое антиретровирусная терапия?

- Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) принадлежит к семейству ретровирусов, т.к. содержит фермент обратную транскриптазу, позволяющий передать генетическую информацию с вирусной РНК на провирусную ДНК, которая внедряется в геном инфицированного ВИЧ человека.
- Лекарственные средства, которые применяют для лечения ВИЧ-инфекции, называются антиретровирусными препаратами (АРВ-препараты). Их

разработали для того, чтобы воздействовать на вирус и сохранить Вашу иммунную систему.

- ВААРТ (от английского HAART) – еще один используемый термин: высоко-активная антиретровирусная терапия, предполагающая одновременное применение комбинации, как правило, из трех антиретровирусных препаратов и являющаяся стандартным методом лечения ВИЧ-инфекции. В настоящее время применяются все чаще комбинированные лекарственные препараты, содержащие в одной таблетке/капсуле два, а иногда и три лекарственных средства.
- Все стандартные схемы АРВ-препаратов, применяемые в соответствии с национальными клиническими протоколами, высокоактивны.

Излечивает ли АРТ от ВИЧ-инфекции?

- Нет. Сегодня еще не существует препаратов, которые излечивают от ВИЧ-инфекции. Невозможно полностью уничтожить вирус в организме.

- Во время АРТ необходимо принимать меры для того, чтобы не инфицировать других людей (например, практиковать безопасный секс и использовать одноразовые шприцы).
- Тем не менее, АРТ может дать Вам возможность прожить долгую и здоровую жизнь, несмотря на ВИЧ-инфекцию. Она может предотвратить развитие многих болезней, связанных со СПИДом, и улучшить качество Вашей жизни.

Как действует АРТ?

- В основном ВИЧ поражает клетки иммунной системы, которые называются CD4. В течение долгого времени, пока человек не принимает лекарства для лечения ВИЧ-инфекции, количество клеток CD4, как правило, постепенно снижается, иммунная система ослабевает и в конечном итоге разрушается. Это приводит к возникновению и прогрессированию вирусных, бактериальных, грибковых, паразитарных, а также некоторых онкологических заболеваний, которые определяют развитие синдрома приобретенного иммунодефицита (СПИД).
- АРВ-препараты нарушают размножение вируса и значительно уменьшают его количество в организме ВИЧ-инфицированного человека. Это

позволяет сохранить большее количество клеток CD4 и избежать дальнейшего повреждения иммунной системы.

- С самого начала лечения нужно принимать одновременно не менее трех препаратов, чтобы лечение было эффективным, и не появились формы вируса, устойчивые к антиретровирусным препаратам.
- Одновременно три препарата принимают для снижения количества вируса в крови до минимального уровня и увеличения количества клеток CD4.

Почему несколько препаратов?

- Вместе они производят более сильное и разностороннее воздействие на ВИЧ.
- Снижается вероятность того, что у вируса выработается резистентность (устойчивость). Если принимать только один препарат, вирус может очень быстро его распознать и выработать против него защиту. Если принимать два лекарства, резистентность вырабатывается несколько позднее. Единственная возможность избежать устойчивости вируса к лечению – принимать три препарата одновременно.

- Устойчивость к АРВ-препаратам может сформироваться вследствие такого свойства вируса, как изменчивость. Если пациент принимает лекарства не систематически, с нарушением предписанных схем лечения, то они перестают оказывать воздействие на быстроразмножающийся вирус, который приобретает новые агрессивные свойства.
- Единственный случай, когда можно применять один препарат (азидотимидин), – профилактика передачи ВИЧ от матери к ребенку, при условии, что у ВИЧ-положительной беременной женщины хорошие показатели иммунитета (количество CD4 больше 350 клеток/мкл).

Эффективны ли АРВ-препараты?

- Да, они эффективны для большинства людей. Они значительно уменьшают количество вируса в организме и предотвращают дальнейшее повреждение иммунной системы. Благодаря им Вы можете чувствовать себя лучше и жить дольше.
- АРТ одинаково эффективна как для детей, так и для взрослых. В странах, где применяется АРТ, сократилось количество смертей, вызванных СПИД.

- АРВ-препараты могут принимать все ВИЧ-позитивные люди, независимо от способа инфицирования ВИЧ: АРТ в любом случае будет эффективной.
- Для того чтобы АРТ была эффективной, АРВ-препараты необходимо принимать, соблюдая назначения врача, очень внимательно и регулярно.

Когда начинать лечение?

Правила относительно того, когда лучше всего начинать АРТ, определяются Клиническими протоколами и периодически пересматриваются с учетом новых данных, оценки возможного риска и преимуществ, связанных с началом применения терапии. Разные страны используют различные стандарты. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) старается внедрить наиболее подходящие стандарты лечения с применением регионального подхода. Кроме того, врач и пациент должны индивидуально оценить преимущества и возможный риск, связанные с началом АРТ. Согласно национальным рекомендациям и международным стандартам, АРТ необходимо начинать:

- Любому пациенту с симптомами СПИД (так называемые критерии, определяющие СПИД), см. приложение 1, стр. 31.
- Любому пациенту, у которого показатель количества клеток CD4 ниже 350 клеток в одном кубическом миллиметре крови (350 клеток/мкл).
- Любому пациенту, у которого высокий уровень ВН — выше 100 000 копий РНК ВИЧ в 1 мл плазмы крови и при этом количество клеток CD4 ниже 500 клеток/мкл.

Назначить лечение может только врач, но Вы сами должны принять решение о начале терапии.

С чего начать?

- В настоящее время в мире существует около двух десятков зарегистрированных АРВ-препаратов для лечения ВИЧ-инфекции.
- Многие новые препараты находятся в процессе разработки и, возможно, некоторые из них начнут применять в ближайшие несколько лет. Сейчас проводятся интенсивные исследования этих новых лекарственных средств.

- Решение об оптимальной комбинации препаратов для начала терапии принимается Вами и Вашим врачом после обсуждения и основывается на индивидуальных особенностях Вашего организма, образе жизни, стандартах лечения, доступности препаратов в стране и возможности их регулярного получения.
- Более подробно о существующих сегодня лекарствах и их комбинациях Вы можете прочитать в приложении 3, стр. 35.

Смена схемы АРТ

Цель антиретровирусного лечения ВИЧ-инфекции – снижение количества вируса в крови до очень низкого уровня (50-1000 копий ВИЧ в 1 мл плазмы), что позволяет сохранить клетки CD4 и Вашу иммунную систему. Если при регулярном лечении количество вируса не снижается до минимального уровня – лечение неэффективно. А это значит, что может произойти дальнейшее уменьшение количества клеток CD4, возникнуть риск развития ВИЧ-ассоциированных и СПИД-индикаторных заболеваний и увеличиться риск развития устойчивости вируса к лекарствам.

- Неэффективность лечения может оцениваться **клинически** (путем проверки симптомов ухудшения здоровья), **иммунологически** (с использованием показателя количества клеток CD4) и **вирусологически** (определением вирусной нагрузки).
- Самый быстрый и надежный способ оценить эффективность лечения – определение вирусной нагрузки каждые 6 месяцев проведения АРТ (ВН должна снизиться за 6 месяцев АРТ до минимального уровня, т.е. ниже порога чувствительности тест-системы (ниже 50 копий РНК ВИЧ в 1 мл плазмы крови) и длительно (годы) сохраняться на этом минимальном уровне).
- В случае неэффективности лечения необходимо заменить получаемую Вами комбинацию препаратов другой схемой АРТ.
- **Любое изменение в режиме лечения можно осуществлять только под наблюдением врача.**

Проблемы, которые могут возникнуть при применении АРТ

- Вам придется взять на себя ответственность за состояние Вашего здоровья и правильный прием лекарств.

- Вначале Вам может быть трудно ежедневно помнить о приеме лекарств, но большинство людей достаточно быстро к этому привыкает.
- Принимать лекарства бывает психологически неприятно, так как это будет напоминать о том, что с Вашим здоровьем что-то не в порядке.
- У Вас могут возникнуть побочные эффекты, то есть нежелательные результаты действия лекарств. Все сильные лекарственные препараты имеют свои побочные действия. Например, у людей, которые принимают антибиотики, может появиться побочный эффект в виде расстройства желудка. Однако, побочные эффекты возникают не у всех пациентов, получающих АРТ. Кроме того, большинство из побочных эффектов, которые возникают вследствие АРТ, нетяжелые и краткосрочные, и Ваш врач сможет предложить методы борьбы со многими из них.
- В некоторых случаях схему лечения придется изменить из-за появления побочных эффектов. Если побочные эффекты были вызваны только одним препаратом из комбинации, достаточно будет заменить только это лекарство, а не всю комбинацию препаратов.
- **Любое изменение в режиме лечения можно осуществлять только под наблюдением врача.**

Преимущества АРТ

- Лечение АРВ-препаратами продлит Вашу жизнь.
- Лечение АРВ-препаратами улучшит состояние Вашего здоровья.
- Если у Вас нет симптомов ухудшения здоровья, АРТ предотвратит их появление.
- Если у Вас есть симптомы ухудшения здоровья, АРТ поможет от них избавиться либо облегчить их.

Приверженность лечению

Для того чтобы АРТ имела положительный результат, пациент должен строго соблюдать режим лечения. **Приверженность лечению** – это термин, который используется, чтобы подчеркнуть важность приема лекарств точно в соответствии с назначением врача. Прием препаратов нельзя пропускать или откладывать. В некоторых случаях пациент также должен придерживаться диеты. **Если пациент пропускает хотя бы несколько приемов лекарств, лечение может стать неэффективным, лекарства перестанут оказывать воздействие на быстро размножающийся вирус, может развиваться резистентность (устойчивость) ВИЧ к отдельным АРВ-препаратам и их группам.**

Скорее всего, Вы будете точно соблюдать режим лечения, если осознаете его смысл и пользу. Очень важно, чтобы Вы были решительно настроены на постоянный прием антиретровирусных препаратов.

Почему так важна приверженность лечению?

- Если Вы не привержены лечению, вирус начнет снова активно размножаться, что приведет к дальнейшему развитию заболевания.
- Если Вы не будете соблюдать режим лечения, у вируса выработается устойчивость к лекарствам, и он сможет беспрепятственно размножаться, несмотря на лечение.
- Существует ограниченное число АРВ-препаратов. Вы должны постараться сохранить их эффективность. Если возникнет устойчивость вируса ко многим из всех существующих видов антиретровирусных препаратов для лечения ВИЧ-инфекции, может случиться так, что не найдется других лекарств, которые помогут Вам оставаться здоровым.

Подготовка к началу АРТ

- Узнайте больше о лекарствах, которые будете принимать, у Вашего лечащего врача. Выясните, когда Вам нужно их принимать; нужно ли принимать их во время или после еды либо натощак.
- Отведите специальное время для приема лекарств. Вместе с врачом разработайте график приема АРВ-препаратов, максимально подходящий для Вашего образа и режима жизни.
- Выберите место, где можно безопасно хранить лекарства, чтобы их не могли достать дети и чтобы они не испортились от жары или влаги. Если Вы большую часть дня находитесь вне дома, продумайте, как и в чем Вы будете носить лекарства.
- Убедитесь, что Вы сможете пополнить запасы лекарств, если они закончатся.
- Выберите правильное время для начала терапии. Если в данный период у Вас в жизни возникли какие-либо трудности, возможно, лучше повременить с началом терапии до тех пор, пока все не наладится. Если Вы начнете терапию, ее нельзя будет прерывать.

- Поддерживают ли Ваше намерение начать терапию Ваша семья и друзья? Знают ли они о том, что Вы начинаете принимать эти лекарства? Хотите ли Вы, чтобы они Вас поддерживали?
- Если Ваши родственники или коллеги по работе не знают о том, что Вы ВИЧ-инфицированы, подумайте, как объяснить им то, что Вы регулярно принимаете лекарства.
- Если Вам сложно глотать таблетки, то Вы можете принимать некоторые препараты в жидкой форме. Некоторые лекарства сделаны таким образом, что одна таблетка содержит в себе два или более АРВ-препаратов и таблетки не следует дробить. Перед началом терапии узнайте оптимальную форму лекарственных препаратов для Вашей схемы лечения.
- Перед началом терапии Вы можете потренироваться в приеме препаратов по Вашей схеме, заменив их, например, витаминами или леденцами.

Что делать, если Вы забыли принять препарат вовремя?

- Если Вы пропустили один прием лекарства и вскоре вспомнили об этом, примите его, как только вспомните, и продолжайте лечение в нормальном режиме.

- Если же Вы вспомнили о том, что пропустили прием лекарств, только тогда, когда пришло время принимать следующую дозу, ни в коем случае не принимайте двойную дозу.
- Если в течение часа после принятия дозы лекарства Вас вырвет, примите лекарство повторно. За этот час Ваш организм еще не успел усвоить лекарство. Но если прошло более часа, не принимайте повторную дозу.
- Если Вы пропустили один или более одного приема АРВ-препаратов, обязательно сообщите об этом своему лечащему врачу.

Чтобы не забыть принять лекарства:

- Храните лекарства в месте, где они скорее всего попадутся Вам на глаза, например, там же, где зубную пасту (при условии, что они не будут доступны детям).
- Постарайтесь «привязать» прием таблеток к какой-либо ежедневной процедуре, например, чистке зубов, завтраку, ужину, выходу на работу, отходу ко сну и проч.
- Заведите дневник с планом принятия таблеток и отмечайте в нем те дозы, которые Вы уже приняли.

- Повесьте на видное место (внутреннюю сторону входной двери, дверцу холодильника) надпись или картинку, которая напоминала бы Вам о необходимости принять лекарства перед выходом из дома.
- Используйте будильник, сигнал мобильного телефона для напоминания о том, что необходимо принять лекарства.
- Попросите кого-нибудь из членов своей семьи или друзей напоминать Вам о времени приема лекарств, если это для Вас удобно.
- Присоединитесь к группе самопомощи, это может помочь Вам во многих вопросах.

Что делать при появлении побочных эффектов?

- Обратитесь безотлагательно к врачу, который назначил Вам лечение, и обсудите ситуацию с ним. Врач может назначить или посоветовать Вам средство для устранения побочных эффектов. Только Ваш лечащий врач может менять Ваш режим лечения.

- Если Вам стало плохо, как можно быстрее обратитесь к врачу, но не прекращайте прием АРВ-препаратов без консультации с Вашим лечащим врачом.

Взаимодействие препаратов

АРВ-препараты могут взаимодействовать с некоторыми другими лекарствами.

Когда Вы впервые соглашаетесь принимать АРТ, Вы должны сказать своему врачу, какие другие лекарства принимаете.

Если после начала АРТ Вам необходимо принимать какие-либо другие препараты, убедитесь, что врач, который их Вам назначает, знает о том, что Вы принимаете АРТ, а также согласуйте прием других препаратов со своим лечащим врачом, который Вам назначил АРТ.

Лекарства на травах, гомеопатические препараты и традиционные лекарства также могут влиять на действие АРТ. Поэтому, если Вы принимаете что-либо из вышеперечисленного, пожалуйста, сообщите об этом своему врачу. Не начинайте принимать какие-либо из указанных выше препаратов, когда Вы уже принимаете АРТ, без совета с Вашим врачом.

Приложение 1

Критерии, определяющие СПИД (стадия IV, согласно Временному предложению ВОЗ о системе определения стадий ВИЧ-инфекции и болезни у взрослых и подростков, 2006 г.)

Клиническая стадия IV:

- Синдром истощения при ВИЧ – потеря веса составляет более 10 % от массы тела, плюс либо необъяснимый хронический понос (более одного месяца), либо хроническая слабость и необъяснимая длительная лихорадка (более одного месяца).
- Пневмоцистная пневмония.
- Токсоплазмоз головного мозга.
- Криптоспоридиоз с диареей (более одного месяца).
- Криптококкоз внелегочный.
- Цитомегаловирусная (ЦМВ) болезнь.
- Герпетическая инфекция (вирус простого герпеса), продолжительность высыпаний на коже и слизистых более одного месяца или поражение внутренних органов.

- Прогрессирующая многоочаговая лейкоэнцефалопатия (ПМЛ).
- Любой диссеминированный эндемический микоз (например, гистоплазмоз, кокцидиоидомикоз).
- Кандидоз пищевода, бронхов или легких.
- Атипичный диссеминированный микобактериоз.
- Сальмонеллезная септицемия (нетифоидная).
- Внелегочной туберкулез.
- Лимфома.
- Саркома Капоши (СК).
- ВИЧ-ассоциированная энцефалопатия* и/или 4-я степень функциональных нарушений: пациент находится в постели более 50 % нормального дневного времени на протяжении последнего месяца).

* ВИЧ-ассоциированная энцефалопатия: симптомы расстройства функции нервной системы, которые мешают выполнять обычную каждодневную деятельность, прогрессирующие в течение недель до месяца, при условии отсутствия другой причины, кроме ВИЧ-инфекции.

Приложение 2

Препараты для лечения ВИЧ

Класс препаратов для лечения ВИЧ	Общее название (международное генерическое название)	Торговое название оригинального препарата
Нуклеозидные ингибиторы обратной транскриптазы (НИОТ)	TDF, тенофовир	Виреад
	AZT, зидовудин	Ретровир
	3ТС, ламивудин	Эпивир
	FTC, эмтрицитабин	Эмтрива
	ddl, диданозин	Видекс
	ABC, абакавир	Зиаген
	d4T, ставудин	Зерит
Ненуклеозидные ингибиторы обратной транскриптазы (ННИОТ)	EVF, эфавиренз	Стокрин, Суства
	NVP, невирапин	Вирамун

Ингибиторы протеазы (ИП)	LPV/r, лопинавир/ритонавир	Калетра, Алувия
	NFV, нелфинавир	Вирасепт
	SQV, саквинавир (жесткая капсула)	Инвираза
	SQV, саквинавир (мягкая капсула)	Фортоваза
	RTV, ритонавир	Норвир
	ATV, атазанавир	Реатаз
	FPV, фосампренавир	Телзир
	DRV, дарунавир	Презиста
TRV, типранавир	Аптивус	

AZT + 3TC в форме комбинированной таблетки — **Комбивир**.

TDF + FTC в форме комбинированной таблетки — **Трувада**.

AZT + 3TC + ABC в форме комбинированной таблетки — **Тризивир**.

TDF + FTC + EFV в форме комбинированной таблетки — **Атрипла**.

Приложение 3

Согласно национальным и международным рекомендациям самым лучшим вариантом для начала АРТ является следующая комбинация АРВ-препаратов:

2 НИОТ + 1 ННИОТ

Основные предпочтительные режимы

зидовудин + ламивудин + эфавиренз
тенофовир + эмтрицитабин + эфавиренз
тенофовир + ламивудин + эфавиренз

Альтернативные режимы (в случае невозможности

основного предпочтительного режима)
зидовудин + ламивудин + невирапин
тенофовир + эмтрицитабин + невирапин
тенофовир + ламивудин + невирапин
ставудин + ламивудин + невирапин

Эта комбинация, как правило, рекомендуется людям, которые начинают принимать АРТ впервые.

2 НИОТ + 1 ИП

Основные предпочтительные режимы

зидовудин + ламивудин + лопинавир/ритонавир
тенофовир + эмтрицитабин + лопинавир/ритонавир
тенофовир + ламивудин + лопинавир/ритонавир

Альтернативные режимы (в случае невозможности основного предпочтительного режима)

зидовудин + ламивудин + саквинавир/ритонавир
тенофовир + эмтрицитабин + саквинавир/ритонавир
тенофовир + ламивудин + саквинавир/ритонавир
тенофовир + эмтрицитабин + дарунавир/ритонавир
тенофовир + ламивудин + дарунавир/ритонавир
тенофовир + эмтрицитабин + фосампренавир/ритонавир
тенофовир + ламивудин + фосампренавир/ритонавир

Режимы, которые включают ИП обычно рекомендуются для начала АРТ в случае противопоказаний к назначению режимов, включающих ННИОТ. Врач должен обсудить с Вами эти ситуации. ИП обычно применяются с небольшим количеством ритонавира для снижения дозировки и количества таблеток, которые необходимо принять за день. Они называются «усиленными» комбинациями ИП.

При назначении режимов, которые включают ИП, необходимо учитывать возможные сложные лекарственные взаимодействия с другими лекарственными средствами (например, с рифампицином и др.).

3 НИОТ

зидовудин + ламивудин + абакавир
зидовудин + ламивудин + тенофовир
тенофовир + эмтрицитабин + зидовудин

Рекомендуются пациентам, которые в силу различных причин не могут использовать другие, указанные выше режимы, в особых клинических ситуациях.

Вышеуказанные препараты необходимо принимать в одно и то же время каждый день. Пропуск хотя бы нескольких доз может привести не только к снижению эффективности лечения, но и к возникновению устойчивых к лечению форм ВИЧ.

Вероятно, что Вы не слышали о многих препаратах, перечисленных в разделе «Взаимодействие с другими лекарственными средствами», желательно обсудить с Вашим врачом любые сомнения, возникающие у Вас в связи с их приемом.

Другие буклеты из серии для позитивных людей:

«АРВ-препараты», «Приверженность
антиретровирусной терапии».

**Вы можете заказать бесплатные экземпляры этих
буклетов по тел.: (044) 254 41 44, 254 58 40
(ВБО «Час життя плюс»)**



Четвертое дополненное издание, 2009

© МБФ «Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине»

Сегодня бесплатное лечение ВИЧ стало доступным для людей, живущих в любом регионе Украины

Обращайтесь в региональные центры профилактики и борьбы со СПИДом или непосредственно в Украинский центр профилактики и борьбы со СПИДом, лечебной базой которого является клиника Института эпидемиологии и инфекционных болезней им. Л. В. Громашевского АМН Украины. Тел.: (044) 280- 64-29.

**Телефон доверия по проблемам ВИЧ/СПИД
8 800 500 45 10 (бесплатно, круглосуточно)**