

## SITUATION – PROBLEME

### AMIS

- Votre état se dégrade. vous n'êtes pas encore sous traitement. Vous souhaitez annoncer votre séropositivité à votre meilleur ami, comment faites-vous ?

Etre sur de la confiance de votre ami.

Tester les réactions de votre ami peut être envisagé (parler d'une autre personne qui a ce problème de santé pour susciter la discussion et évaluer leur réaction).

Se préparer à une bonne comme à une mauvaise réaction de votre amie à l'annonce de la pathologie.

Lui demander de respecter le secret.

Demander conseil ou aide par un professionnel (médecin référent, association...).

- L'enfant séropositif de l'une de vos amis doit rentrer à la crèche. Elle s'interroge sur la nécessité d'annoncer la séropositivité de son enfant à la directrice. Que lui conseillez-vous ?

La décision d'en informer la directrice revient aux parents.

Aucune obligation légale de le faire mais il est souhaitable de le faire surtout si l'enfant doit prendre des traitements.

La directrice doit respecter le secret professionnel

La crèche n'a pas le droit de stigmatiser ou de refuser son entrée en crèche. Circulaire du 29 juin 1992 adressé à l'ensemble de la communauté éducative " on ne peut pas refuser l'inscription d'un enfant sur la base de sa séropositivité".

Même mesure d'hygiène que pour tous autres enfants saufs en cas d'épidémie afin de protéger l'enfant séropositif.

Si l'équipe est au courant, elle doit être informée et formée sur la pathologie VIH afin de prendre certaines précautions en cas de saignement par exemple.

- Arthur a été invité à une fête entre amis. Il a un rapport anal protégé. A la fin de celui-ci, ils s'aperçoivent que le préservatif a craqué. Que feriez-vous à la place d'Arthur ?

Aller ( Arthur et son ami en question) sur l'hôpital afin de consulter un infectiologue dans le cadre d'un AEV dans les plus brefs délais (inf. à 48h) pour que l'ami puisse bénéficier du TPE après avoir réalisé un bilan sang à l'ami voir à Arthur pour vérifier la charge virale.

Motiver Arthur à informer son ami de sa séropositivité.

## FAMILLE

- Vos enfants trouvent par inadvertance des boites d'ARV

Si les enfants sont trop jeunes pour comprendre la pathologie, leur expliquer qu'elle a une maladie sans la citer et leur dire qu'elle doit prendre des médicaments pour ne pas être malade.

Si les enfants sont en âge de comprendre, possibilité de leur expliquer la pathologie en question tout en leur disant qu'il existe des traitements pour être en bonne santé.

Possibilité de se faire aider par un professionnel pour expliquer aux enfants le VIH.

Mettre ses traitements hors de portée des enfants dans un endroit en hauteur.

- Monique d'Afrique subsaharienne, dépistée et traitée depuis 6 mois partage un logement précaire avec sa sœur qui ignore sa contamination. Elles partagent sacs à main, salle de bain et pharmacie. Elle se demande comment elle va faire pour cacher les ARV à sa sœur. Quels conseils lui donneriez-vous ?

Motivation à l'annoncer à la sœur.

Préférez préparer un pilulier pour conserver l'anonymat des traitements, possibilité de retirer les étiquettes sur les boites de traitements.

Voir si une personne de confiance pourrait conserver le stock de traitement.

Information par rapport à l'utilisation de la brosse à dents et du rasoir qui reste des accessoires personnels car risque de transmission par le sang.

- Vous êtes sous ARV, marié et vous voulez avoir des enfants. Vous ne savez pas comment faire car votre conjoint n'est pas au courant de la maladie.

Favoriser l'annonce de la séropositivité et expliquer la pathologie

Possibilité de se faire aider par un professionnel pour expliquer le VIH.

Si annonce de la maladie, faire un dépistage au conjoint.

- Si conjoint séronégatif : rappel sur l'intérêt de bien prendre le ttt afin d'être indétectable depuis plus de 6 mois et ainsi de réduire les risques de transmission au conjoint et de transmission materno-fœtale, possibilité de mettre en place un ttt par truvada pour le conjoint.

- Si conjoint séropositif : recours à l'assistance médicale à la procréation avec les deux conjoints traités pour être indétectable.

Si pas d'annonce au conjoint et si RSNP, expliquer les risques de transmission du conjoint ainsi que les risques de transmission au futur enfant. Expliquer à la patiente l'intérêt d'être indétectable pour diminuer les risques de transmission. Lui rappeler la conduite à tenir en cas d'AEV.

Dans tous les cas, il sera préférable de communiquer votre désir de grossesse à votre médecin référent.

- **Vous êtes séropositif et la personne que vous aimez depuis peu vous demande en mariage. Comment faire pour lui annoncer ?**

Si difficile d'annoncer sa séropositivité, possibilité de faire un dépistage tous les 2.  
Sinon lui annoncer votre maladie en lui expliquant votre infection, lui expliquer que si vous êtes indétectable depuis plus de 6 mois et que vous prenez bien votre traitement vous réduisez les risques de transmission.

- **Vous êtes sous ARV votre conjoint ne le sait pas. Alors que vous gardez toujours vos médicaments dans un sac fermé, votre conjoint les découvre par hasard. (une alternative le conjoint reconnaît ou pas les médicaments du SIDA)**

C'est peut être le moment d'annoncer votre séropositivité et de lui expliquer la pathologie ainsi que le but et l'action des traitements sur la maladie.

De lui dire qu'il y a peu de risque de transmission si le ttt est bien pris et que vous êtes indétectables depuis plus de 6 mois ; qu'il existe des ttt en cas de rupture de préservatif qui réduise aussi le risque de transmission.

S'il ne reconnaît pas les médicaments et que vous n'avez pas le courage de l'annoncer, possibilité de mentir sur la pathologie et les traitements.

- **Vous êtes séropositif, votre conjoint ne le sait pas. Alors que vous attendez dans la salle d'attente des consultations votre conjoint apparaît.**

Le service des maladies infectieuses ne traite pas que le VIH.

C'est peut être le moment d'ouvrir le dialogue sur la séropositivité avec la possibilité d'être aidé par le médecin référent de chacun. Attendre d'être dans un endroit calme pour lui parler.

## VACANCES

- Vous avez prévu de passer quelques jours chez des amis en France. Ils ne sont pas au courant de votre séropositivité. Comment allez-vous gérer votre traitement ?

Utiliser des piluliers hebdomadaires afin de conserver l'anonymat de votre traitement  
Possibilité de se cacher pour prendre votre traitement.  
Utilisation d'un autre choix de pathologie pour justifier la prise de votre traitement.  
Prévoir un stock suffisant de traitement + 1 semaine pour la durée du séjour pour éviter la rupture.  
Avoir toujours son ordonnance sur soi.

- Vous allez partir pour un séjour à l'étranger. Comment préparez vous votre stock d'ARV ?

Faire faire par votre médecin référent une ordonnance particulière avec la notation " a délivrer en 1 fois pour cause de voyage" puis vous rendre à la CPAM pour y apposer un tampon de validation d'accord afin de vous rendre à votre pharmacie habituelle  
Possibilité d'ôter les étiquettes sur vos boites de médicaments  
Préférer mettre vos traitements plutôt en soute avec vos bagages et conserver 1 semaine de traitement dans un pilulier dans vos bagages à main que vous conserverez avec vous pendant le trajet.  
Avoir toujours votre ordonnance sur vous

- Un de vos amis séropositif doit prendre l'avion pour les Etats-Unis pour son travail. Il s'inquiète de savoir s'il risque d'être contrôlé à l'arrivée. Que lui conseillez-vous ?

Pas de restriction depuis 2010.  
Possibilité d'ôter les étiquettes sur vos boites de médicaments  
Préférer mettre vos traitements plutôt en soute avec vos bagages et conserver 1 semaine de traitement dans un pilulier dans vos bagages à main que vous conserverez avec vous pendant le trajet.  
Avoir toujours votre ordonnance sur vous et de préférence une ordonnance rédigée en anglais précisant que les ttt sont destinés à un usage personnel  
Vous pouvez répondre "non" au questionnaire "ESTA" car le VIH n'est plus considéré comme une maladie transmissible.

- Paul séropositif, part dans le midi de la France pour une semaine avec son traitement pour une semaine dans son pilulier pour raison familiale. Il doit rester 3 semaines. Quel conseil lui donneriez-vous ?

Avoir toujours votre ordonnance sur vous et aller en pharmacie de ville ou hospitalière.

- **Vous êtes parti en province pour un mariage en emportant un traitement pour 3 jours. Le séjour devait durer 2 jours mais les événements vous obligent à rester toute la semaine.**

Toujours prévoir un pilulier hebdomadaire supplémentaire de secours

Avoir toujours votre ordonnance sur vous

Avoir les coordonnées du centre de référence afin que le service puisse faxer l'ordonnance à la pharmacie de préférence hospitalière.

- **Vous êtes en déplacement dans une ville voisine et vous avez oublié votre traitement dans le taxi.**

Retrouver le taxi en question

Sinon, essayer d'utiliser votre ordonnance ou à défaut joindre le centre de référence pour essayer de se faire dépanner.

Rassurer sur le fait d'avoir un oubli sur une journée

- **Vous êtes en déplacement et on vous a volé votre sac contenant le traitement.**

Joindre le centre de référence pour refaire votre ordonnance ou se faire dépanner du traitement.

Possibilité de scanner son ordonnance afin d'en garder un exemplaire chez vous.

## TRAVAIL

- Votre patron s'aperçoit que vous êtes à 100 % sur votre carte de sécurité sociale.

Pas de d'obligation à révéler sa séropositivité à son employeur (aucune obligation légale). Dans ce cas, vous pouvez lui dire que vous êtes suivi pour une autre pathologie (ex: diabète "médicamenteux").

- Les hospitalisations se répètent et vos collègues de travail se posent des questions.

Pas d'obligation de parler de sa séropositivité, possibilité de mentir sur sa pathologie en prétextant une autre maladie. Utilisation du "mensonge pieux". Tester les réactions des collègues peut être envisagé (parler d'une autre personne qui a ce problème de santé pour susciter la discussion et évaluer leur réaction).

Le personnel hospitalier est tenu au secret professionnel.

- L'un de vos amis séropositifs s'inquiète car l'arrêt de travail que lui a fait le médecin émane d'un service d'immunologie clinique bien connu pour traiter les patients avec le VIH

Savoir que le service des maladies infectieuses traite d'autres pathologies que le VIH comme les endocardites...

Un arrêt de travail sur le volet employeur ne mentionne pas la pathologie pour laquelle vous êtes concernée.

## LOISIRS

- Patrick, séropositif traité par ARV, a une relation occasionnelle avec Sophie. Le lendemain matin, ils prennent le petit déjeuner ensemble. Que conseillez-vous à Patrick ?

Connaître la conduite à tenir en cas d'AEV (rupture de préservatif).

Evaluer les réactions de sa partenaire afin de savoir s'il peut lui révéler sa séropositivité.

Se faire aider par son médecin référent pour lui expliquer sa pathologie s'il décide de lui en parler

D'être observant sur son traitement pour être indétectable afin de diminuer les risques de transmission.

- Vous êtes retenu 48 heures dans un endroit isolé. Vous n'avez pas vos médicaments sur vous.

Trouver un médecin généraliste proche si possible afin de refaire une ordonnance afin de vous rendre dans une pharmacie de préférence hospitalière.

Prévoir en permanence sur vous, un pilulier de secours de 48h afin de d'éviter la rupture de traitement.

Conserver sur soi l'ordonnance de votre traitement.

## VIE QUOTIDIENNE

- Vous ne vous souvenez pas si vous avez pris votre traitement ce matin.

Ne pas reprendre une nouvelle prise dans le doute

Utiliser et préparer ses traitements à l'aide d'un pilulier hebdomadaire qui permettra de visualiser les prises ou oublis

Sinon, compter le nombre de comprimés restant dans les boîtes par rapport à la date de délivrance du traitement.

Possibilité d'utiliser l'aide téléphonique pour rappeler la prise du traitement (AT-COACH)

- Natacha vient de débiter un traitement ARV dès le deuxième jour, elle souffre de violentes nausées, ainsi que de diarrhées importantes et invalidantes. Quelques jours après, ces symptômes persistent, Natacha reçoit la visite de sa meilleure amie qui lui propose d'arrêter son traitement. Quels conseils donneriez-vous à Natacha ?

Ne jamais arrêter le traitement sans l'avis de votre médecin référent

Pour les nausées : QUANTIFIER

- Manger en position assise
- Favoriser les aliments mous
- Privilégier les aliments secs ou salés
- Eviter les aliments gras, huileux et très sucrés, les aliments épicés, matières grasses, alcool, café et cigarettes
- Boire quelques gorgées de boissons gazeuses, eau citronnée, fraîche le matin au lever et avant le repas
- Repas légers et rapprochés, plutôt froid que chaud
- Voir avec votre médecin si possibilité de prescription d'antiémétiques (primpéran, motilium...) vente aussi en pharmacie sans ordonnance. ATTENTION aux interactions médicamenteuses parler de son ttt ARV au pharmacien qui vous délivre.

Pour les diarrhées : QUANTIFIER

- Avoir une alimentation équilibrée, boire abondamment soupes soda dégazifié
- Eviter les aliments épicés, le café et le thé, le lait et l'alcool, les graisses et produits trop sucrés, les aliments épicés, haricots secs, brocolis, choux fleurs, choux Bruxelles, oignons et poivrons verts
- Favoriser le pain grillé, bananes, carottes cuites, riz et eau de riz, pâtes, pomme de terre
- Favoriser les repas tièdes
- Voir avec votre médecin la possibilité d'avoir une ordonnance pour un traitement anti diarrhéique

Les effets secondaires sont souvent temporaires et disparaissent après quelques jours ou semaines.



- **Vous pensiez avoir un traitement pour un mois et demi. Au trentième jour, en prenant votre traitement, vous vous rendez compte que vous n'en avez plus.**

Le traitement est toujours délivré pour 1 mois

Utiliser les piluliers hebdomadaires pour anticiper au renouvellement des traitements par la pharmacie

Privilégier la pharmacie hospitalière à la pharmacie de ville en cas d'urgence pour avoir ses traitements car celle-ci possède toujours un stock de vos traitements contrairement à celle de ville qui bien souvent passe commande pour vous les délivrer.

Aller dès le jour même rechercher vos médicaments pour éviter la rupture du traitement.

Utiliser un agenda ou un calendrier afin d'y apposer le jour où il vous faudra penser à renouveler votre ordonnance ou utiliser une alarme sur le téléphone portable.

- **Une maman séropositive, seule, mère de 3 enfants en bas âge, se coupe le doigt en faisant la cuisine. Elle saigne abondamment, il y a du sang sur les ustensiles de cuisine et par terre. Les enfants sont affolés. Que doit-elle faire ?**

Garder son sang froid, calmer les enfants en leur parlant doucement

Eloigner les enfants du lieu de l'incident

Nettoyer vous même la plaie et mettre un pansement sur votre coupure

Nettoyer le sang par terre ainsi que sur les ustensiles de cuisine.

Prévoir une trousse de premiers soins avec pansement et antiseptiques.

- **Vous êtes en déplacement dans la famille et vous avez oublié de prendre votre traitement de 8 heures (du matin).**

Avoir toujours votre ordonnance sur vous ainsi qu'un pilulier journalier d'urgence qui devra toujours être en votre possession.

Si vous vous apercevez rapidement de l'oubli, prendre immédiatement le traitement et prendre la prise suivante à l'heure habituelle

Si vous vous apercevez de l'oubli au moins 12h avant la prise suivante, attendre l'heure habituelle pour le prendre

Ne jamais doubler la dose lors d'un oubli.