



## Therapie Ziele erreichen

### Eine Information für Patienten die bereits eine HIV-Therapie einnehmen

Um den Erfolg Ihrer HIV-Therapie sicherzustellen, ist es wichtig, dass Sie die Behandlungsmöglichkeiten kennen. Glücklicherweise gibt es heute viele Medikamente, die Ihnen helfen Ihre HIV-Infektion unter Kontrolle zu halten.

Durch das Gespräch mit Ihrem Arzt über für Sie in Frage kommende Medikamente können Sie diesen dabei unterstützen, die Behandlung Ihrer HIV-Infektion zu verbessern.

### Das Ziel der HIV-Therapie verstehen

Was ist HAART?

(Hoch-Aktive-Anti-Retrovirale-Therapie)

- HIV gehört zu einer Gruppe von Viren, die Retroviren genannt werden. Um dieses Virus zu bekämpfen, nehmen Sie *antiretrovirale Medikamente*
- HAART ist eine Zusammenstellung von mindestens 3 verschiedenen Medikamenten, auch **Kombinations-Therapie** genannt

### Ziele einer HAART

Leider können selbst die besten HAART-Kombinationen die HIV-Infektion nicht heilen. Aber es gibt einiges, was eine HAART für Sie tun kann:

- Erhaltung Ihrer Gesundheit durch das Absenken der Viruslast unter die Nachweisgrenze (auf einen sehr niedrigen Wert). Dadurch wird der Verlauf der HIV-Infektion verlangsamt und die Anzahl der CD4-Helferzellen erhöht. Zusätzlich zeigt sich in der Regel eine Verbesserung Ihres Immunsystems.

## **Wahl einer Therapie, die Ihre Ziele trifft**

- Jede Entscheidung über Ihre HIV-Therapie wird auf einer individuellen Basis (d. h. ganz für Sie alleine!) getroffen.
- Verständnis und Wissen über einen Wechsel zu einer anderen Kombinations-Therapie, der notwendig werden kann falls Ihre bisherige Therapie nicht mehr wirkt
- Gemeinsam mit Ihrem Arzt entscheiden Sie, welche Kombination die Beste für Sie ist

## **Gründe für den Wechsel einer HIV-Therapie können sein:**

- Ihre Viruslast ist auch nach längerer Therapie nicht unter die Nachweisgrenze abgesunken
- Ihre Viruslast ist von einem Wert unter der Nachweisgrenze wieder auf einen nachweisbaren Wert angestiegen und dort für einen längeren Zeitraum verblieben
- Probleme die Sie mit Nebenwirkungen Ihrer Therapie haben
- Ihre CD4-Helferzellen sind sehr schnell auf niedrige Werte abgefallen
- Ihr allgemeiner Gesundheitszustand hat sich verschlechtert

## **Was sind Resistenzen?**

Eine der Hauptschwierigkeiten in der Behandlung von HIV ist die Fähigkeit des HI-Virus, sich sehr schnell zu verändern. Dadurch entstehen Viren, die gegen bestimmte Medikamente und/oder ganze Medikamentenklassen resistent (unempfindlich) sind.

## **Resistenz-Test**

- Ihr Arzt wird eventuell einen Resistenz-Test durchführen.
- Es gibt zwei verschiedene Arten eines solchen Tests (Genotypisch, Phänotypisch), die man benutzen kann um eine Resistenz Ihrer HI-Viren gegen bestimmte Medikamente herauszufinden
- Das Ergebnis eines solchen Tests wird Ihnen und Ihrem Arzt helfen, die für Sie bestwirksamste Therapie herauszufinden

***Resistenz-Tests sind nur ein „Werkzeug“ für Sie und Ihren Arzt, um herauszufinden, welche Medikamente bei Ihrer HIV-Infektion nicht wirken. Aber diese Tests können nicht mit Sicherheit voraussagen, welche Medikamente wirken!***

## **Sie können sich Resistenz wie eine Ampel vorstellen:**

- **Starke Resistenz** – Bedeutet, dass das entsprechende Medikament nicht mehr gegen Ihr HI-Virus wirkt
- **Mittlere Resistenz** – Bedeutet, dass das entsprechende Medikamente nicht so gut gegen Ihr HI-Virus wirkt, wie es eigentlich sollte
- **Geringe Resistenz** - Bedeutet, dass das entsprechende Medikament gut gegen Ihr HI-Virus wirkt

## **Vermeidung und Behandlung einer HIV-Resistenz**

***Falls Ihr HI-Virus Resistenzen entwickelt, kann es passieren, dass die Anzahl der noch wirksamen Medikamente um Ihre HIV-Infektion zu kontrollieren knapp wird.***

***Die beste Möglichkeit zu Vermeidung von Resistenzen ist die Verminderung der Virusvermehrung in Ihrem Körper. Je weniger Vermehrung des Virus in Ihnen stattfindet, desto geringer ist die Chance einer Resistenzbildung.***

Hier einige Hinweise, wie Sie dies erreichen können:

- Nehmen Sie Ihre Medikamente **IMMER** in der verordneten Dosis und **IMMER** zur gleichen Zeit ein. So stellen Sie sicher, dass immer eine ausreichende Menge an Medikamenten in Ihrem Körper ist um die Vermehrung von HIV zu verhindern. Lassen Sie nach Möglichkeit **NIE** eine Dosis ausfallen
- Lesen Sie den Beipackzettel, damit Sie wissen, wie Sie Ihre Medikamente **RICHTIG** einnehmen. Z. B. mit oder ohne Nahrung, zusammen mit anderen Medikamenten, oder auch einige Stunden früher oder später als andere
- *Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, wenn Sie Schwierigkeiten mit der Einnahme haben. Vielleicht gibt es eine Möglichkeit die Einnahme zu vereinfachen*

***Falls sich bei Ihnen trotzdem Resistenzen entwickeln, sprechen Sie mit Ihrem Arzt über einen Therapiewechsel. Denn nur eine wirksame HIV-Therapie ist auch eine gute HIV-Therapie!***

## **Es ist wichtig, die wirksamste Therapie gegen HIV einzunehmen!**

- Ein Resistenz-Test hilft Ihrem Arzt zu entscheiden, welche anti-retroviralen Medikamente am Besten für Sie geeignet sind
- Wenn Sie die Wahl zwischen mehreren Kombinationstherapien haben, so wählen Sie diejenige die optimal zu Ihrem Lebensstil passt (Einnahmezeiten, Aufbewahrung der Tabletten, usw.)
- Setzen Sie sich selbst das Ziel einer Viruslast unter der Nachweisgrenze

- Planen Sie Ihre Schritte gemeinsam mit Ihrem Arzt, um dieses Ziel zu erreichen

Niemand weiß besser als Sie, dass ein Leben mit HIV sich nicht nur um die Kombinationstherapie, CD4-Zellen und Viruslast dreht. Genauso wichtig sind Sie als Mensch und Ihre persönliche Sicht Ihrer Infektion.

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt über Ihre Bedürfnisse und wie Sie Ihr Leben positiv, auch mit HIV, gestalten können.

Weitere Informationen zum Thema HIV finden Sie im Internet u. a. unter:

[www.hiv-facts.net](http://www.hiv-facts.net)

Eine Kontaktbörse für HIV+ Menschen aus Deutschland, Österreich und der Schweiz finden Sie unter

[www.posithive-kontakte.net](http://www.posithive-kontakte.net)