

## VIH/SIDA: traitement

### Les médicaments et un style de vie sain

Nous savons tous qu'il est très important d'avoir un style de vie sain. Pour les personnes vivant avec le VIH/SIDA, il est encore plus important. Le VIH/SIDA est une maladie contrôlable, mais vivre longtemps en bonne santé avec le VIH signifie avoir des choix de vie sains chaque jour. Si vous prenez vos médicaments anti-VIH suivant la prescription de votre médecin, si vous consultez régulièrement votre prestataire de soins de santé et prenez soin de votre corps, vous pouvez aider à protéger votre système immunitaire contre le VIH.



### Médicaments et thérapies



Le principal traitement anti-VIH est appelé *thérapie anti-rétrovirale (ART)*. Il existe des médicaments ART permettant d'arrêter l'autoreproduction du virus dans votre

corps. Certains des médicaments ART les plus connus sont appelés NRTI et inhibiteurs de protéase. Si les médicaments réagissent, la quantité de VIH dans votre corps va diminuer à un niveau très faible et votre système immunitaire va rester sain.

### Vivre sain

Le traitement anti-VIH/SIDA va bien au-delà de la simple prise quotidienne de pilules. Bien que les médicaments soient une nécessité dans le traitement du VIH, ils ne sont qu'une partie de votre hygiène de vie. Avoir une nutrition équilibrée, pratiquer du sport chaque jour, prendre des moments de repos suffisants et présenter à tous vos rendez-vous médicaux sont tous une partie d'une vie saine.



Le respect de cette hygiène de vie contribue à renforcer votre système immunitaire et à prévenir d'autres maladies telles que les maladies cardiaques, le diabète ou l'hypertension artérielle.



Si vous avez une quelconque question au sujet du VIH/SIDA, n'hésitez pas à consulter votre prestataire de soins de santé.

Text adapted from materials on the AIDS.gov website.  
Handout by Healthy Roads Media ([www.healthyroadsmedia.org](http://www.healthyroadsmedia.org)),  
Funding from Division of Specialized Information Services of the  
National Library of Medicine. It can be freely distributed under the  
Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs License  
(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/us>)