

## Votre demi-siècle est fait?

Se faire piquer et palper peut être fatigant, mais les tests de dépistage suivants en valent la peine.

Les personnes ayant le VIH vivent maintenant plus longtemps et en meilleure santé que jamais. Elles demeurent toutefois sujettes à une gamme de problèmes de santé — amincissement des os, maladies cardiaques,



arthrite, diabète et même cancer. Heureusement, il existe des tests de dépistage qui permettent de déceler tôt les problèmes et même de sauver potentiellement des vies.

Si vous vivez avec le VIH, il est probable que vous consultez déjà un médecin généraliste ou un spécialiste du VIH pour faire vérifier votre charge virale et votre compte de CD4. Si vous avez plus de 50 ans, votre médecin pourrait aussi vous recommander certains des tests suivants afin de vous aider à conserver une longueur d'avance :

### ✓ **Mesure de la densité osseuse**

Le vieillissement et le VIH sont tous deux susceptibles de finir par causer une réduction de la densité des os. Certains médicaments anti-VIH (notamment le ténofovir [Viread, et dans le Truvada, l'Atripla, le Stribild et le Complera]) peuvent aussi provoquer une baisse de la densité osseuse. Si vous êtes une femme post-ménopausée ou un homme de plus de 50 ans, demandez à votre médecin de faire mesurer votre densité osseuse afin d'établir votre niveau de base. Votre médecin vous conseillera ensuite quant à la fréquence nécessaire des tests subséquents.

### ✓ **Suivi de la tension artérielle**

Un tensiomètre mesure la force exercée par le sang sur la paroi interne des artères et le risque de développer une maladie cardiovasculaire.

### ✓ **Test de mesure de la glycémie**

Ce test sanguin mesure la quantité de sucre dans votre sang et permet d'évaluer votre risque de diabète. On recommande d'en passer un tous les trois à six mois.

### ✓ **Tests de la fonction rénale**

Puisque la fonction rénale diminue avec l'âge et que certains médicaments anti-VIH (tels que le ténofovir, l'atazanavir [Reyataz] et l'indinavir [Crixivan]) sont métabolisés par les reins, les médecins recommandent souvent des analyses d'urine et de sang périodiques pour vérifier la fonction rénale.

### ✓ **Tests de mesure des lipides**

Les personnes ayant des taux de lipides anormaux (on parle parfois de « cholestérol élevé ») courent un risque accru de maladies cardiaques. On peut effectuer des tests sanguins pour mesurer vos taux de lipides, soit le LDL (« mauvais » cholestérol), le HDL (« bon » cholestérol) et les triglycérides. Votre médecin vous recommandera de passer ces tests une fois par année ou plus fréquemment, selon les résultats des tests précédents et vos autres

facteurs de risque de maladies cardiaques.

## ✓ **Dépistage du cancer colorectal**

Quelques tests sont en mesure de détecter les cancers du côlon et du rectum, dont l'analyse des selles, le toucher rectal (un médecin insère un doigt ganté dans le rectum pour déceler des anomalies) et un endoscope (un dispositif muni d'une caméra est inséré dans le rectum). Votre médecin vous conseillera quant à la fréquence de ces examens.

## ✓ **Test Pap anal**

De nombreuses personnes séropositives sont porteuses du VPH (virus du papillome humain) qui peut causer le cancer anal. Pour prévenir le cancer, demandez à votre médecin quelles cliniques de votre région offrent un dépistage du cancer anal.

Pour les femmes (cis ou trans) et les hommes trans...

## ✓ **Examen des seins**

Pour détecter les signes précoces éventuels du cancer du sein, votre médecin vous palpera les seins ou les aisselles à la recherche de bosses ou d'autres anomalies. On vous recommande de vous faire examiner les seins une fois par an.

## ✓ **Mammographie**

La mammographie consiste à effectuer des radiographies de faible dose pour détecter différentes sortes de tumeurs et de kystes dans les seins. Demandez à votre médecin à quelle fréquence vous devez passer ce test.

## ✓ **Test Pap**

Le médecin prélève des cellules sur le col utérin qui sont ensuite examinées au microscope. On a recours à ce test pour détecter des changements cellulaires qui indiquent la présence de cancer ou de changements susceptibles d'évoluer en cancer. Vous devriez passer un test Pap tous les ans si vous êtes séropositive et sexuellement active.

## ✓ **Examen pelvien**

L'examen pelvien est un examen physique des organes internes et externes du bassin. Il accompagne habituellement le test Pap et est effectué une fois par année.

Pour les hommes et les femmes trans...

## ✓ **Examen de la prostate**

On vous recommande de subir un toucher rectal annuel après 40 ans. Votre médecin pourrait aussi demander un dosage de l'APS, soit un test sanguin servant à dépister le cancer de la prostate. (Il est offert gratuitement dans la plupart des régions du Canada, mais pas toutes. Consultez votre médecin pour savoir si vous y avez le droit.)

Si cette liste vous semble intimidante, sachez que la majorité de ces tests sont simples et causent peu d'inconfort, voire aucun. Pour en savoir plus sur ces tests et ce à quoi vous attendre, parlez à votre professionnel de la santé ou communiquez avec CATIE au 1.800.263.1638 ou à [questions@catie.ca](mailto:questions@catie.ca).

## Produit par:



555 Richmond Street West, Suite 505  
Toronto, Ontario M5V 3B1 Canada  
téléphone : 416.203.7122  
sans frais : 1.800.263.1638  
télécopieur : 416.203.8284  
site Web : [www.catie.ca](http://www.catie.ca)  
numéro d'organisme de bienfaisance : 13225 8740 RR

## Déni de responsabilité

Toute décision concernant un traitement médical particulier devrait toujours se prendre en consultation avec un professionnel ou une professionnelle de la santé qualifié(e) qui a une expérience des maladies liées au VIH et à l'hépatite C et des traitements en question.

CATIE (Le Réseau canadien d'info-traitements sida) fournit, de bonne foi, des ressources d'information aux personnes vivant avec le VIH et/ou l'hépatite C qui, en collaboration avec leurs prestataires de soins, désirent prendre en mains leurs soins de santé. Les renseignements produits ou diffusés par CATIE ne doivent toutefois pas être considérés comme des conseils médicaux. Nous ne recommandons ni n'appuyons aucun traitement en particulier et nous encourageons nos clients à consulter autant de ressources que possible. Nous encourageons vivement nos clients à consulter un professionnel ou une professionnelle de la santé qualifié(e) avant de prendre toute décision d'ordre médical ou d'utiliser un traitement, quel qu'il soit.

Nous ne pouvons garantir l'exactitude ou l'intégralité des renseignements publiés ou diffusés par CATIE, ni de ceux auxquels CATIE permet l'accès. Toute personne mettant en application ces renseignements le fait à ses propres risques. Ni CATIE, ni l'Agence de la santé publique du Canada, ni le ministère de la Santé et des Soins de longue durée de l'Ontario, ni leurs personnels, directeurs, agents ou bénévoles n'assument aucune responsabilité des dommages susceptibles de résulter de l'usage de ces renseignements. Les opinions exprimées dans le présent document ou dans tout document publié ou diffusé par CATIE, ou auquel CATIE permet l'accès, sont celles des auteurs et ne reflètent pas les politiques ou les opinions de CATIE ou les points de vue de l'Agence de la santé publique du Canada ou du ministère de la Santé et des Soins de longue durée ontarien.

## La permission de reproduire

Ce document est protégé par le droit d'auteur. Il peut être réimprimé et distribué dans son intégralité à des fins non commerciales sans permission, mais toute modification de son contenu doit être autorisée. Le message suivant doit apparaître sur toute réimpression de ce document : *Ces renseignements ont été fournis par CATIE (le Réseau canadien d'info-traitements sida). Pour plus d'information, veuillez communiquer avec CATIE par téléphone au 1.800.263.1638 ou par courriel à [info@catie.ca](mailto:info@catie.ca).*

© CATIE

La production de cette revue a été rendue possible grâce à une contribution financière de l'Agence de la santé publique du Canada.

Disponible en ligne à  
<http://www.catie.ca/fr/visionpositive/hiver-2014/votre-demi-siecle-fait>