

爱滋病的治疗

1. 爱滋病可以治疗吗？

事实上爱滋病的治疗已不是那么困难，甚至比其他的疾病要来得容易控制。如果及早知道被感染，及早接受治疗，你的生活将会与正常人完全一样。

目前对治爱滋病最为有效的疗法是高效性抗逆转录病毒疗法(Highly Active Antiretroviral Therapy, HAART)，又称鸡尾酒疗法(Cocktail Therapy)。虽然这一疗法并不能完全清除人体内的爱滋病毒，但已能把病毒量抑制到最低(<50 copies/ml)，提升免疫能力，让三分二以上的感染者挥别死亡的阴影，疾病的阴霾，恢复正常作息，求学工作和计划人生。

2. 我该如何寻求治疗？

在被诊断为爱滋感染者后，您应当寻找一位有治疗爱滋病经验且真心关心病人的医生寻求治疗。你可以考虑自己的居住所在来选择就医的医院或是询问其他感染者的就医经验，你也可以询问附近的爱滋病支援团体。

3. 什么时候是开始治疗的最佳时机？

不是每一个被诊断为爱滋感染者的病人都必须马上开始接受药物治疗。

如果您还没出现任何症状，但是您的CD4细胞指数少于350/μl或病毒量大于55000/ml，医生将会根据您的病况和您讨论并且建议您开始治疗。

如果您已呈现和爱滋病相关的机会性感染病，医生会先治疗您的机会性感染病，然后和您讨论开始鸡尾酒疗法的适当时机。

4. 接受HAART鸡尾酒疗法该有哪些准备？

我们建议您做以下准备：

- 收集和了解有关HAART药物治疗的正确资讯。
- 和治疗您的医生详细讨论治疗的相关事项。
- 做好心理准备面对服用药物后所可能带来的困难、副作用，对您的工作、生活可能造成的干扰。
- 做好需要长期按时服药的心理准备。
- 评估您的经济能力和可能得到的援助。您必须明白，一旦开始服药，您就必须长期服药，不得间断。您必须做好金钱上的准备。

5. HAART有哪些配方？

HAART是混合三种或以上抗爱滋药物为配方原则。目前常用的药物有：

- 逆转录酶抑制剂
 - a. Nucleoside reverse transcriptase inhibitors, NRTI (包括Zidovudine (AZT), lamivudine (3TC), stavudine (d4T), didanosine (ddI) 等)
 - b. Non-nucleoside reverse transcriptase inhibitors, NNRTI (包括Nevirapine, Efavirenz等)

- 蛋白质分解酶抑制剂(Protease inhibitor, PI)

包括Indinavir, ritonavir, Kaletra 等

HAART通常以两种NRTI为主方，加一种NNRTI或一到两种PI。在病情许可下，一般上医生会建议您先采用以两种NRTI加一种NNRTI组成的配方，先保留PI。没有PI的处方可以减少许多PI引致的副作用，同时保留将来更多的配方选择空间。

6. 什么是治疗成功的关键？

HAART的特色就是能在最短的时间内把体内的HIV病毒消灭到检测不到的程度(<50copies/ml),使病毒的活动能力降到最低，让您的免疫系统有复原的机会。但是如果您不按时服药、或因药物副作用过大难以承受、或擅自停药或减药的话，不但无法使药物发挥最大的疗效，反而让病毒有机会反抗药物而产生有抗药性的新病毒。有抗药性的新病毒的出现将会在您的体内肆虐，破坏您的免疫系统，引起机会性疾病(opportunistic diseases)，威胁您的健康和生命。

能否长期按时服药，已成为治疗能否成功的最重要因素。这就是所谓的服药的顺服性(Treatment adherence)。您必须在认真服药或完全不服药之间作一选择。间断性服药只会造成抗药性病毒的产生。因此，开始治疗之前，您必须和医生有充分的沟通。唯有完全的理解和同意，才能开始治疗，也才有成功之预期。

7. 我已经开始接受治疗了，接下来该怎么做？

- 首先，您必须根据医生的配方指示，按时服药。
- 您应当注意和观察治疗所可能引起的副作用或不适。
- 您也必须遵从复诊预约，定时复诊，让医生有机会评估治疗所可能引起的问题，协助您对治、处理，并且能够同时评估治疗的效果。
- 医生接下来会向您建议重做CD4细胞指数和病毒量的检测(一般为每三到六个月之间)，这是客观评估您对HAART的疗效的其中一种重要方法。

8. 服用HAART时有哪些禁忌？

抗爱滋病毒药物与其他药物或食物有配伍上的禁忌，也就是说，有的药物会增强某种药物的药效，有的药物会抵销某种药物的药效，或者产生其他的效果。

- 例如，如果您感冒了，到诊所看病，而诊所医生并不了解您正在治疗，其中的抗流鼻水的药物就有可能与您所服用的药物相冲突。
- 又如，如果您正在服用Indinavir (Crixivan)，就不能与葡萄柚汁一并服用，因为葡萄柚汁会降低此种药物在体内的效果与缩短体内作用的时间。
- 另外，如果您需要服用抗肺病药，您也必须和治疗您的医生讨论，因为Rifampicin作为其中一种抗肺病药会和Indinavir及Nevirapine起冲突，应该避免同时配给。

如果您有必要服用其他药物，请记得和您的医生讨论过后才服用。

9. 服用HAART的同时是否能喝酒？

过量的酒精会破坏肝脏的功能，好些抗爱滋药物也对肝脏的功能有影响，因此您应当避免饮酒过量。

10. 如何知道HAART是否有效？

服用HAART之后，您可根据以下几点来确定HAARTY已对您起著良好作用：

- 身体、精神感觉良好，体重恢复/增加
- CD4细胞指数增加
- 病毒量降低至< 50copies/ml
- 不再出现任何机会性感染病

11. 如何知道HAART已失去效用？

您可以根据以下一些情况来判断是否HAART已失去效用：

- CD4细胞指数下跌
- 病毒量攀升
- 重新出现机会性感染病
- 您的健康状况恶化

12. 网路上有关爱滋病的治疗的资料可以信赖吗？

网路上有成千上万有关爱滋病的治疗的讯息可供您参考，多收集这方面的资料对于爱滋感染者来说是有益的，但千万要注意资讯的来源与日期，因为爱滋病相关领域每日都有新的发展，新的治疗方法。所以不要被过时或不可靠的讯息误导而影响到您目前的治疗。最好的方法是把收集到的资料与您的治疗医生一起讨论分享。

13. 爱滋病的治疗未来发展有哪些？

新的药物一直在研发中。新的逆转录酶抑制剂(NRTI & NNRTI)及蛋白质分解酶(PI) 也陆续引进我国，扩充HAART鸡尾酒疗法的可换性。新的攻击点药物也在开发之中，例如：表面结合抑制剂(Entry inhibitor, fusion inhibitor)已经在海外上市。

目前其他比较热门的话题包括：

- 疫苗(Vaccine)的研发：若干预防性疫苗正在研发中，尚待进一步突破。
- 辅助基因抑制剂：一种辅助性基因疗法，目前尚在发展中。
- 计划性中断疗法(Structured Interrupted Therapy)：学者认为可能对初期感染者有帮助，慢性感染者则不适合。