

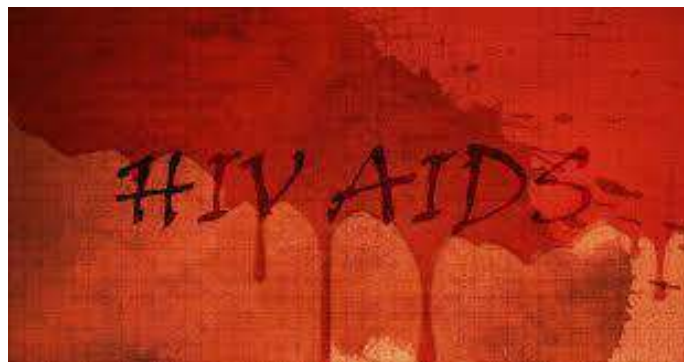
## CO WARTO WIEDZIEĆ O HIV I AIDS?

### To warto wiedzieć o HIV

Zakażenie HIV oznacza, że w organizmie człowieka znajduje się wirus nabytego niedoboru (upośledzenia) odporności. Wirus mnoży się i niszczy układ odpornościowy zakażonej osoby, który po pewnym czasie przestaje chronić organizm przed chorobami. Zakażenie HIV nie daje charakterystycznych objawów. Jeśli nie zrobi się testu diagnostycznego można nawet przez 10-12 lat nie wiedzieć o tym, że uległo się zakażeniu. Osoba, która nie wie, że żyje z HIV, może zachorować na AIDS. Może też zakażać innych.

### To warto wiedzieć o AIDS

Nieleczone zakażenie HIV prowadzi do rozwoju AIDS, czyli zespołu nabytego niedoboru (upośledzenia) odporności. AIDS to końcowy etap NIELECZONEGO zakażenia HIV. To zespół chorób atakujących osoby zakażone HIV. Zaliczamy do niego różne infekcje i typy nowotworów. AIDS występuje po wielu latach trwania infekcji HIV u osób, które o swoim zakażeniu nie wiedzą. Osoby, które wiedzą o swoim zakażeniu objęte są nowoczesną terapią antyretrowirusową, która zapobiega wystąpieniu AIDS. **Warto się testować!**



Każdy zna te skróty... Ty również, ale **ile o nich** tak naprawdę **wiesz?**

Na świecie **ponad 36 mln ludzi jest zarażonych wirusem HIV**. Trudno to sobie wyobrazić... to tak jakby prawie wszyscy, których spotykasz codziennie na ulicy, w szkole, pracy, w całej Polsce byli nosicielami tego wirusa! **Przerażające!?**

Nie tak jak kiedyś, w **latach 80-tych ubiegłego wieku, gdy świat dowiedział się o epidemii AIDS**. Ludzie byli przerażeni, ponieważ w porównaniu z dniem dzisiejszym nie wiadomo było o tej chorobie prawie nic.

Jeszcze gorzej zaczęło być w **latach 90-tych, gdy na tę chorobę zaczęli umierać sławni ludzie** - wokalista zespołu **Queen Freddie Mercury** czy koszykarz **Magic Johnson**.

Okazało się, że ludzie zaczęli umierać, ponieważ ich układ odpornościowy przestał działać. Dzięki niemu jesteśmy odporni na różne choroby. Nie umieramy z powodu kataru, grzybicy czy zwykłego przeziębienia, ponieważ nie jesteśmy zarażeni wirusem HIV i nasz układ odpornościowy działa prawidłowo. Nasz organizm sam potrafi zwalczyć wiele bakterii i wirusów chorobotwórczych.

**AIDS to choroba** określana jako zespół nabytego niedoboru odporności i jest ostatnim etapem zarażenia wirusem. **HIV to wirus**, który ją powoduje. Nosiciel, który bierze regularnie leki może nigdy na AIDS nie zachorować.

Większość osób w Polsce (bo aż 97%) słyszało o AIDS i HIV, ale ile z tej wiedzy zapamiętało? Raczej niewiele, skoro **co roku wzrasta w Polsce ilość osób zarażonych wirusem HIV**. Jest to rzecz o tyle dziwna, że również co roku we wszystkich mediach zwiększa się ilość publikacji na ten temat. Może jest tak dlatego, **ponieważ myślimy, że problem jest, ale nie będzie on z pewnością nas dotyczył?**

Myśląc o HIV i AIDS, większość z nas kojarzy zakażenie z grupami ryzyka, czyli homoseksualistami, narkomanami i osobami uprawiającymi prostytutkę. Niestety **większość zakażeń dotyczy ludzi, którzy nieświadomie zarażają innych, bo nie wiedzą, że są nosicielami**. W pierwszych dniach po zakażeniu można mieć objawy podobne do przeziębieniowych, a później **przez nawet 10 lat nie mieć żadnych**. **Ile w tym czasie można zarazić osób? Pomyśl, a odpowiesz sobie na pytanie dlaczego problem ten dotyczy również Ciebie.**

Warto przypomnieć **w jaki sposób można zarazić się wirusem HIV:**

- **drogą płciową** - przez stosunek z osobą będącą nosicielem wirusa. Osoby zarażone nie zawsze o tym wiedzą, dlatego ważne jest używanie prezerwatyw (chroni w 90%!) i nie podejmowanie ryzykownych zachowań seksualnych, bo każdy rodzaj stosunku, a szczególnie z osobami przypadkowymi to potencjalne ryzyko zarażenia. Warto mieć to na uwadze, bo na to możemy mieć wpływ.
- **drogą pozajelitową** - na to niestety wpływu nie mamy, ponieważ do zakażenia dochodzi podczas transfuzji krwi, zapłodnienia in vitro i transplantacji. Tego typu infekcje to tylko ok. 1% ogólnej jej liczby. Większą część stanowią narkomani, którzy wstrzykują sobie narkotyk do żyły przy pomocy nie wyjałowionej igły. To samo tyczy się wykonywania tatuażu i usług kosmetycznych - również mogą prowadzić do zarażenia.
- przekazaniem wirusa przez matkę dziecku **podczas ciąży, porodu i karmienia piersią**.

**Testy na obecność wirusa HIV** można wykonać anonimowo przez pobranie próbki krwi (czasem śliny) i nie jest potrzebne do tego skierowanie od lekarza.



## **FAKTY I MITY**

### **CZY TO PRAWDA, ŻE PROBLEM AIDS NALEŻY JUŻ DO PRZESZŁOŚCI?**

**NIE, to nieprawda.** Na świecie każdego dnia HIV zakaża się około 6 tys. osób, a około 4,5 tys. umiera z przyczyn związanych z HIV/AIDS. W Polsce każdego roku wykrywanych jest kilkaset zakażeń HIV. To znaczy, że codziennie 2-3 osoby dowiadują się o zakażeniu.

### **CZY NAPRAWDĘ KAŻDY MOŻE ZAKAZIĆ SIĘ HIV LUB MIEĆ AIDS?**

**TAK.** Każdy, bez względu na pochodzenie rasowe, religię lub orientację seksualną, jeśli prowadzi życie seksualne lub ma kontakt z zakażoną HIV krwią, może nabyć zakażenie. Ani płeć, ani wiek, ani wykonywany zawód czy spełniane powołanie nie chronią przed zakażeniem. Przed zakażeniem chroni znajomość dróg transmisji i stosowanie metod zmniejszających ryzyko zakażenia.

### **CZY PRZYCZYNĄ AIDS NAPRAWDĘ JEST HIV?**

**TAK.** HIV powoduje stopniowe niszczenie układu immunologicznego (odpornościowego) osoby zakażonej aż do rozwinięcia się zespołu różnych infekcji i rodzajów nowotworów, który nazywamy AIDS.

### **CZY MOŻLIWE JEST WYLECZENIE HIV?**

**NIE.** Leki antyretrowirusowe nie są w stanie usunąć wirusa z organizmu osoby zakażonej, jednak hamują namnażanie się wirusa i spowalniają przebieg zakażenia.

### **CZY ISTNIEJE SZCZEPIONKA CHRONIĄCA PRZED ZAKAŻENIEM HIV?**

**NIE.** Wprawdzie badania nad szczepionką profilaktyczną trwają, jednak dotychczasowe próby nie powiodły się. Obecnie jedynym sposobem ochrony przed HIV pozostaje stosowanie w praktyce wiedzy o drogach zakażenia i sposobach zmniejszania ryzyka.

## **CZY HIV MOŻE PRZETRWAĆ POZA ORGANIZMEM CZŁOWIEKA?**

HIV jest wirusem, który do życia potrzebuje organizmu człowieka. Poza nim szybko ginie. Niszczą go wszelkie środki dezynfekcyjne, także woda z mydłem. Ginie w wyższych temperaturach (powyżej 56°C po kilku minutach, w 100°C - natychmiast).

## **CZY TRANSFUZJA KRWI JEST BEZPIECZNA?**

W krajach rozwiniętych, także w Polsce, każda porcja krwi oddanej w stacjach krwiodawstwa badana jest w kierunku zakażenia HIV. Zmniejsza to znacznie ryzyko przeniesienia zakażenia. W Polsce od 1995 r. nie stwierdzono przypadków zakażeń przez transfuzję krwi.

## **CZY WIZYTA U DENTYSTY NIESIE RYZYKO ZAKAŻENIA?**

Leczenie dentystyczne nie powinno nieść za sobą żadnego ryzyka pod warunkiem, że wszystkie narzędzia są sterylizowane po każdym użyciu oraz stosowane jest postępowanie chroniące przed przenoszeniem infekcji.

## **CZY OSOBY ZAKAŻONE HIV MOGĄ MIEĆ DZIECI?**

**TAK.** Jeśli kobieta zakażona HIV wie o swojej infekcji, podczas ciąży pozostaje pod opieką nie tylko ginekologa-położnika, ale także specjalisty chorób zakaźnych zajmującego się terapią osób zakażonych HIV, wówczas szanse na urodzenie zdrowego dziecka wynoszą ponad 99 proc. W przypadku pary, w której mężczyzna jest zakażony HIV również możliwe jest bezpieczne posiadanie dzieci. Plemniki nie przenoszą wirusa, który znajduje się w innych komórkach płynu nasiennego. Dokładne „wypłukanie” plemników i podanie ich kobiecie chroni ją przed zakażeniem. A jeśli kobieta nie będzie zakażona HIV, dziecku nic nie grozi.

**W dobie pandemii pamiętajcie o zagrożeniu życia i zdrowia również innymi groźnymi chorobami.**

**Życzę zdrowia**

Katarzyna Jankowska