



HIV i AIDS – warto wiedzieć

Mnie ten problem nie dotyczy” – tak myśli większość z nas. Ale czy słusznie? Co roku odnotowujemy w Polsce ok. 1000 zakażeń HIV. Codziennie o zakażeniu dowiadują się średnio trzy osoby. Jedna trzecia z nich to ludzie młodzi poniżej 30 r.ż., ale wzrasta też liczba osób 50+. Szacuje się, że w Polsce 30% zakażonych HIV nie wie o swoim zakażeniu nieświadomie przekazując wirusa swoim najbliższym.

HIV to Ludzki Wirus Niedoboru Odporności. **AIDS** jest śmiertelną chorobą wywołaną przez ten wirus, noszącą nazwę - Zespołu Nabytego Niedoboru Odporności. Po wnikięciu do organizmu człowieka wirus HIV bardzo intensywnie się namnaża i pobudza układ odpornościowy prowadząc z czasem do jego wyniszczenia. Początkowo mogą pojawić się objawy grypopodobne, ale już po trzech miesiącach zakażenie przebiega całkowicie bezobjawowo - do momentu, gdy układ immunologiczny przestanie działać. Wówczas rozwija się pełnoobjawowe AIDS.

Istnieją tylko 3 drogi zakażenia wirusem HIV:

1. Przez kontakty seksualne
2. Przez krew
3. Z matki na dziecko

W chwili obecnej w Polsce ok. 80% zakażeń następuje drogą kontaktów seksualnych. Wbrew obiegowej opinii do większości z nich dochodzi w kontaktach heteroseksualnych. Kobiety stanowią coraz większą grupę zakażonych. Ze względu na budowę anatomiczną panie są 8 razy bardziej narażone na zakażenie niż panowie.

Zakażenia przez krew są obecnie w Polsce marginalne. Nie dochodzi do nich w Służbie Zdrowia: przy operacjach, transfuzjach czy pobieraniu krwi, ponieważ są wprowadzone procedury uniemożliwiające przenikanie wirusa. Natomiast coraz większy problem stanowi zażywanie dożylnie środków psychotropowych i sterydów.

Matka może przekazać wirusa swojemu dziecku podczas ciąży, porodu lub karmienia piersią. Jeżeli kobieta jest świadoma swojego zakażenia, ryzyko spada poniżej 1%.

Do niedawna AIDS kojarzone było tylko ze środowiskiem narkomanów, homoseksualistów czy osób uprawiających seks zarobkowo. Obecnie mówimy, że grupę ryzyka zakażeniem HIV stanowią wszystkie osoby wykazujące ryzykowne zachowanie. Czyli w praktyce my wszyscy! Bo każdy w swoim życiu wykazał (lub wykaże) jakieś zachowanie wiążące się z możliwością zakażenia. Chociażby udzielenie pierwszej pomocy bez rękawiczek, czy seks bez zabezpieczeń.

Mimo olbrzymiego postępu medycyny wciąż nie ma skutecznych leków ani szczepionki przeciwko AIDS. Najlepszym sposobem uniknięcia zakażenia drogą kontaktów seksualnych jest wzajemna wierność partnerska, ale pod warunkiem, że znamy status serologiczny partnera przed rozpoczęciem współżycia. Prezerwatywa chroni przed zakażeniem praktycznie prawie w 100%, ale gdy jest prawidłowo użyta, nie przeterminowana i dobrej jakości. Zaleca się kobietom planującym dzieci i w ciąży wykonanie testu w kierunku HIV. Udzielając pierwszej pomocy zawsze trzeba zakładać rękawiczki ochronne. Zakłady kosmetyczne i fryzjerskie bezwzględnie muszą przestrzegać zasad higieny.

Jedynym sposobem sprawdzenia czy jesteśmy zakażeni wirusem HIV jest wykonanie testu. Najpopularniejsze testy przesiewowe oznaczają poziom p/ciała anty-HIV, które pojawiają się w organizmie po ok. 12 tygodniach od zakażenia. Wcześniej zakażona osoba jest niezwykle zakaźna, lecz testy będą wychodzić ujemne. Każdy dodatni test przesiewowy musi być potwierdzony testem Western Blot. Najlepiej testy wykonać w Punktach Konsultacyjno-Diagnostycznych znajdujących się w miastach wojewódzkich na terenie całego kraju, gdzie testy są bezpłatne, anonimowe i dają gwarancję dobrej jakości. Więcej informacji na www.aids.gov.pl

Czym wcześniej HIV zostanie wykryty tym lepsze są prognozy na leczenie. Wyleczyć się nie da, ale znacząco można wydłużyć życie i poprawić jego jakość. Przy rozpoznaniu w pełnoobjawowym AIDS jest już za późno na wprowadzenie leków przeciw wirusowych, a leczenie polega jedynie na łagodzeniu objawów choroby.

Wirus HIV poza ustrojem człowieka szybko ginie. Jest mało odporny na wysychanie i

temperaturę pokojową. Ogólnodostępne środki dezynfekcyjne i temperatura 56°C działająca przez 30 minut skutecznie go niszczy. Dlatego nie bada się nigdy sprzętu np. igły którą zostaliśmy zakłuci czy nożyczek w gabinecie kosmetycznym - lecz człowieka, zawsze 3 miesiące po ryzykownym zdarzeniu. Dziś wykonany test antygenowy świadczy jedynie o tym, że 3 miesiące temu nie byliśmy zakażeni wirusem HIV.

Nie można zakazić się HIV: przez podanie ręki, korzystając ze wspólnej kuchni i toalety, pływając w basenie, przez kasłanie i kichanie czy przez ukąszenie kleszcz i komara.

Należy wspomnieć, że istnieje „**Terapia poekspozycyjna**” zapobiegająca wniknięciu wirusa do tkanek. Niezwykle istotną rolę odgrywa tu czas. Leki przeciwwirusowe muszą być podane najpóźniej 72 godziny po ekspozycji (np. przygodny seks bez zabezpieczeń, gwałt, zakłucie). Należy jak najszybciej skontaktować się ze szpitalem zakaźnym, gdzie lekarz oszacuje ryzyko i zaleci kurację.

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Grójcu