



Warto wiedzieć... o HIV i AIDS



województwa
śląskiego



Dlaczego warto wiedzieć o HIV i AIDS?

Nie ma znaczenia ile masz lat,
czy jesteś chłopakiem czy dziewczyną,
czy mieszkasz w mieście czy na wsi,
jakiego jesteś wyznania,
jaki jest Twój światopogląd
albo co sądzisz o HIV i AIDS –
bez względu na to wszystko,
ryzyko zakażenia dotyczy także Ciebie.

Ile...?

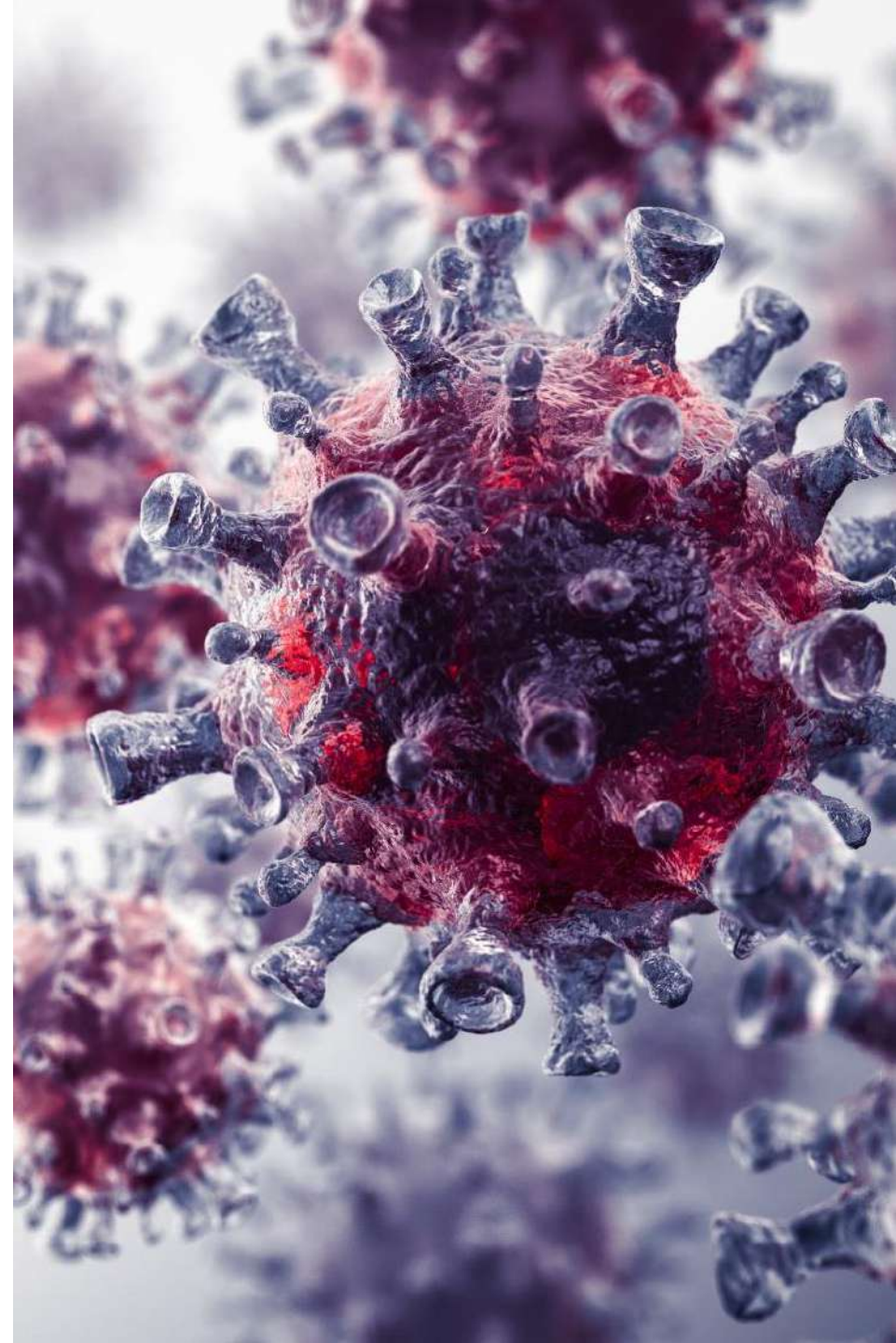
W Polsce od początku epidemii do grudnia 2022 r. rozpoznano ponad 30 tys. zakażeń HIV (4 tys. zachorowało na AIDS, ponad 1 tys. zmarło).

Szacuje się, że w Polsce z wirusem żyje ok. 35 tys. osób, więc co druga osoba żyjąca z HIV nie wie, że jest zakażona i może nieświadomie zakażać innych.

OSOBY NIEŚWIADOME SWEGO ZAKAŻENIA STANOWIĄ ŹRÓDŁO 75% NOWYCH ZAKAŻEŃ.

Co to jest HIV?

- **HIV** to skrót oznaczający **ludzki wirus upośledzenia odporności** (z ang. Human Immunodeficiency Virus)
- HIV atakuje system odpornościowy człowieka, który chroni organizm przed infekcjami i chorobami. Kiedy ta ochrona zostanie osłabiona lub zniszczona, osoba zakażona HIV zaczyna zapadać na różne choroby, które zagrażają jej życiu.



Co to jest AIDS?

- **AIDS** to **zespół nabytego upośledzenia odporności** (ang. Acquired Immunodeficiency Syndrome) – to końcowy etap zakażenia HIV.
- AIDS nie jest pojedynczą chorobą, lecz zespołem różnych chorób, które dla kogoś z niedoborem odporności mogą być śmiertelne.
- AIDS pojawia się zwykle po wielu latach od zakażenia HIV, które nie dawało żadnych dolegliwości, objawów.



ARV

- W dobie nowoczesnej medycyny mniej osób choruje na AIDS. W Polsce nie ma problemu z dostępem do leczenia – każdy, kto wymaga terapii antyretrowirusowej, otrzymuje leki zmniejszające ilość wirusa w organizmie – są one finansowane z budżetu Ministra Zdrowia.
- *Wczesne wykrycie zakażenia HIV i codzienne przyjmowanie leków zapobiega wystąpieniu AIDS.*



W JAKI SPOSÓB HIV PRZENOSI SIĘ Z JEDNEJ OSOBY NA DRUGĄ?

Istnieją 3 drogi zakażenia HIV:

kontakty seksualne bez zabezpieczenia (prezerwatywa)
z osobą zakażoną

poprzez kontakt z krwią osoby zakażonej

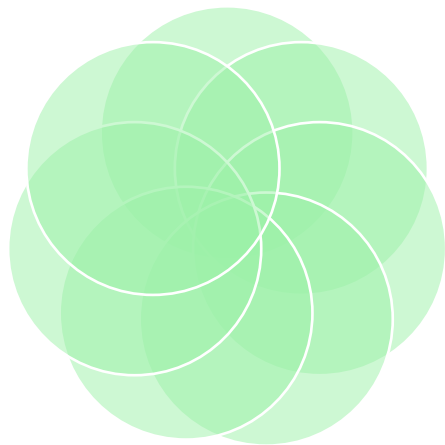
w czasie ciąży, porodu lub karmienia piersią wirus może
przenieść się z zakażonej matki na dziecko



KIEDY NIE MA RYZYKA ZAKAŻENIA SIĘ HIV?

**NIE SĄ
ZAKAŻNE:**

Chyba, że
zawierają
domieszkę krwi,
ale wówczas to
krew jest
zakaźna



Łzy

Pot

Kał

Mocz

Ślina

NIE ZAKAZISZ SIĘ HIV:

- przez dotykanie, podawanie ręki, całowanie
- korzystając ze wspólnych talerzy, szklanek, sztućców
- korzystanie ze wspólnej toalety
- uprawiając sport np. na basenie
- przez kichanie, kaszel
- zwierzęta, owady (komary) nie przenoszą HIV

**MOŻNA BEZ OBAW MIESZKAĆ I PRACOWAĆ
Z OSOBĄ SEROPOZYTYWNĄ**

CZY W CODZIENNYM ŻYCIU SĄ RYZYKOWNE SYTUACJE?



Ryzykowne są te sytuacje, podczas których została uszkodzona ciągłość skóry i doszło do kontaktu z płynami ustrojowymi przenoszącymi wirusa np. krwią innej osoby. Dlatego pamiętaj:



Zachowaj ostrożność,
gdy ktoś się skaleczy



Wykonuj zabiegi kosmetyczne i tatuaż tylko u wykwalifikowanych osób, w sprawdzonych miejscach. Pytaj, czy używane narzędzia są sterylne.



Nie pożyczaj maszynki do golenia, szczoteczki do zębów i innych przyborów kosmetycznych

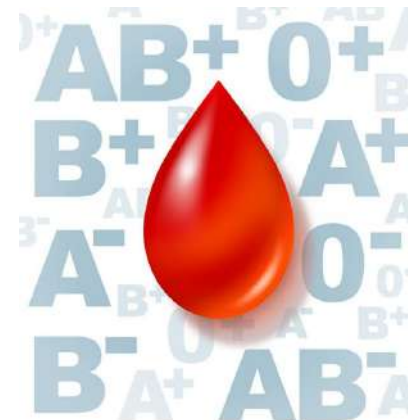
Czy...

Czy transfuzja krwi jest bezpieczna?

- * Od wielu lat w większości krajów, także w Polsce, krew używana do transfuzji i przygotowywania preparatów krwiopochodnych jest badana na obecność HIV. W każdej porcji oddawanej w stacjach krwiodawstwa poszukuje się przeciwciał anti-HIV.

Czy bycie dawcą krwi jest bezpieczne?

- * **TAK** – nie można zakazić się HIV oddając krew. W Polsce używa się wyłącznie jednorazowego sprzętu.



CZY ISTNIEJE SZCZEPIONKA CHRONIĄCA PRZED ZAKAŻENIEM HIV?

- **NIE.** Ze względu na to, że HIV jest skomplikowanym oraz często mutującym się wirusem i wykrywane są wciąż nowe jego podtypy, trudno jest otrzymać efektywną szczepionkę.
- Opracowanie i przetestowanie szczepionek w aspekcie ich bezpieczeństwa jest procesem długotrwałym i wymagającym wielu badań klinicznych. Mimo, że naukowcy potwierdzili możliwość otrzymania skutecznej szczepionki, wydaje się, że proces ten potrwa jeszcze wiele lat.



CZY HIV MOŻE PRZETRWAĆ POZA ORGANIZMEM CZŁOWIEKA?

NIE. Wirus ginie poza organizmem człowieka.

Niszczy go wysoka temperatura (powyżej 56 stopni C), wysychanie, mydło i woda, detergenty, środki odkażające.



JAK MOŻNA SPRAWDZIĆ CZY NIE JEST SIĘ ZAKAŻONYM HIV?

- Jedynym sposobem, aby dowiedzieć się, czy jest się zakażonym HIV jest wykonanie testu wykrywającego obecność antygeny lub przeciwciał HIV.



- Bezpłatnie i anonimowo test można wykonać w **PKD** (test + poradnictwo).
- **W CZASACH, GDY ISTNIEJE SKUTECZNA TERAPIA ANTYRETROWIRUSOWA, WIEDZA O ZAKAŻENIU HIV RATUJE ŻYCIE.**

PUNKT KONSULTACYJNO-DIAGNOSTYCZNY (PKD)

- W Polsce – 26 PKD
- W woj. śląskim – 2 PKD
 - *PKD przy Górnośląskim Stowarzyszeniu „Wspólnota” Chorzów ul. Zjednoczenia 10*
 - *PKD przy Poradni Profilaktyki Uzależnień MONAR Częstochowa, ul. Wolności 44*

Wykonanie testu:

do 16 r.ż. – zgoda rodziców

16-18 r.ż. – zgoda zainteresowanego i rodziców

po 18 r.ż. – bez zgody rodziców

TEST W KIERUNKU HIV

- W testach poszukuje się przeciwciał anti-HIV, a także antygenu p24 -fragment wirusa.
- Przeciwciała powstają w odpowiedzi na kontakt z wirusem. Ich zadaniem jest walka z wirusem, ale nie są one w stanie całkowicie usunąć HIV z organizmu osoby zakażonej.
- Do wyprodukowania przez organizm takiej ilości przeciwciał, które mogłyby zostać wykryte przez test, potrzeba czasu – ten czas od momentu zakażenia do momentu, w którym możliwe jest wykrycie przeciwciał anti-HIV to **okienko serologiczne** (12 tygodni).



NA CZYM POLEGA TEST?

- Test polega na badaniu próbki krwi pobranej z żyły, którą przesyła się do laboratorium w celu przeprowadzenia poszukiwań antygenu p24 i przeciwciał anty-HIV.
- Wyniki testu znane są następnego dnia, niekiedy 2-3 dni później.
- W PKD doradca wyjaśnia wszelkie wątpliwości i odpowiada na pytania związane z testem.



Wynik testu

Negatywny (ujemny)

Nie wykryto antygenu p24 wirusa ani przeciwciał anty-HIV (stan zdrowia sprzed 3 miesięcy)

Pozytywny (dodatni)

ZAWSZE należy potwierdzić testem potwierdzenia np. **Western blot** – jeśli ten jest dodatni – zakażenie HIV.

Leczenie

- Skojarzona terapia antyretrowirusowa musi być kontynuowana do końca życia, gdyż dostępne obecnie leki nie są w stanie usunąć wirusa z organizmu, a tylko zwalniają jego namnażanie się (człowiek zakażony HIV jest mniej zakaźny).
- Wprowadzenie terapii ARV sprawiło, że zakażenie HIV przestało być wyrokiem śmierci, a stało się zakażeniem przewlekłym. Poprawiła się też jakość życia zakażonych – nie chorują na infekcje i nowotwory towarzyszące zakażeniu HIV, nie muszą leżeć w szpitalach.
- Mogą prowadzić normalne życie.



Pomoc

Jeśli masz pytania, wątpliwości czy obawy związane z zakażeniem HIV i z AIDS, masz do dyspozycji:

- **TELEFON ZAUFANIA HIV/AIDS**

801 888 448 (połączenie bezpłatne)

czynny w dni robocze w godz. 9.00-21.00

- **PORADNIĘ INTERNETOWĄ HIV/AIDS**

https://aids.gov.pl/poradnia_internetowa/

Czerwona Kokardka

- Czerwona kokardka jest symbolem solidarności z osobami żyjącymi z HIV, chorymi na AIDS oraz ich rodzinami i przyjaciółmi.
- Znak ten zaprojektowano w latach 80. XX wieku podczas szczytu epidemii w USA. Czerwony kolor symbolizuje krew i miłość, a kształt kokardki – odwrócone „V” (ang. victory), przypomina, że jeszcze nie pokonaliśmy wirusa.
- Osoby wyrażające wsparcie dla żyjących z HIV/AIDS przypinają czerwoną kokardkę co roku 1 grudnia – w **Światowy Dzień AIDS**.

