



Dzień 1 grudnia co roku obchodzony jest, jako Światowy Dzień Walki z AIDS. W tym dniu szczególnie staramy się przełamywać bariery – strach i wynikającą z niego stygmatyzację osób zakażonych HIV i chorych na AIDS. Święto obchodzone jest z inicjatywy Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) od 1989r. Tego dnia na całym świecie odbywają się m.in. konferencje, happeningi oraz akcje edukacyjne dotyczące profilaktyki HIV / AIDS.

Program Profilaktyki HIV/AIDS w Polsce.

Państwowa Inspekcja Sanitarna od początku epidemii HIV/AIDS w Polsce bierze udział w systematycznych działaniach edukacyjnych w zakresie zapobiegania zakażeniom wirusem HIV. Prowadzona jest edukacja i uświadamianie społeczeństwa, ze szczególnym nasileniem działalności wśród młodzieży.

Nieodłącznym elementem obchodów Światowego Dnia AIDS jest czerwona kokardka – symbol solidarności z osobami żyjącymi z HIV, chorymi na AIDS oraz ich bliskimi. Obecność kokardki w sferze publicznej przypomina, że osoby żyjące z HIV są pełnoprawnymi członkami społeczeństwa i powinny mieć możliwość życia i pracy w swoim środowisku, pamiętając równocześnie o obowiązku ochrony innych przed zakażeniem. Ograniczanie rozprzestrzeniania się HIV/AIDS jest w Polsce, jak i na całym świecie, jednym z priorytetowych zagadnień zdrowia publicznego. Wprowadzenie leczenia antyretrowirusowego (ARV) spowodowało spadek liczby zachorowań na AIDS oraz spadek śmiertelności z powodu AIDS w krajach rozwiniętych. Obecnie zakażenie wirusem HIV nie powoduje natychmiastowego zagrożenia utraty życia. Dzięki leczeniu antyretrowirusowemu i szybkiemu wykryciu wirusa w organizmie można przeżyć długie lata, aż do naturalnej śmierci. Spowodowało to zmianę oblicza choroby, która ze śmiertelnej stała się przewlekłą. Zmienił się również profil osób, które chorują. Już nie mówi się o szczególnych grupach, które zakażają się HIV lecz o zachowaniach ryzykownych, narażających na to zakażenie.

Na świecie ok. 38 milionów osób jest zakażonych wirusem HIV i ta liczba stale wzrasta. W 2018 roku odnotowano łącznie ok. 1,7 miliona nowych zakażeń. Według szacunków Krajowego Centrum ds. AIDS, w Polsce żyje ok. 20 tys. osób z HIV i każdego dnia o zakażeniu dowiadują się 3-4 nowe osoby. Z meldunków epidemiologicznych NIZP-PZH wynika, że w 2018 r. odnotowano w Polsce 1304 nowe zakażenia HIV i 121 przypadków AIDS, a w 2019 r. (dane od 1 stycznia do 15 listopada) - 1521 nowych zakażeń HIV i 117 zachorowań na AIDS.

AIDS/HIV – INFORMACJE OGÓLNE

AIDS - choroba wywoływana przez wirus HIV (ludzki wirus upośledzenia odporności). Wyróżniamy 2 typy wirusa HIV: HIV1 i HIV2. Jest bardzo wrażliwy na czynniki fizyczne i chemiczne. Źródłem zakażenia oraz rezerwuarem jest człowiek w każdym stadium choroby. Wrotami zakażenia jest uszkodzona skóra lub błony śluzowe. Wirus obecny jest w krwi, wydzielinach narządów płciowych, mleku matki oraz każdym płynie ustrojowym zawierającym zakażoną krew. Wirus powoduje ciągły spadek odporności organizmu

zakażonego doprowadzając do całkowitej bezbronności chorego wobec zakażeń. Upośledzeniu ulega głównie odporność typu komórkowego, czego skutkiem jest rozwój tzw. zakażeń oportunistycznych (czyli zakażeń takimi drobnoustrojami, które w normalnych warunkach są skutecznie zwalczane przez układ odpornościowy i nie wywołują choroby). Okres wylegania choroby średnio od momentu przeniesienia HIV do rozpoznania AIDS wynosi 10 lat.

DROGI ZAKAŻENIA WIRUSEM HIV

Najczęstszymi powodami zakażenia są brak wiedzy na temat możliwych dróg zakażenia oraz ignorowanie ryzyka.

Trzy główne drogi zakażenia

- kontakty seksualne, kontakt z materiałem potencjalnie zakaźnym
- gdy krew zakażonej osoby trafi do naszego krwioobiegu, np. przez używanie tych samych igieł i strzykawek;
- zakażenia wertykalne – matka zakażona HIV może zakazić swoje dziecko w czasie ciąży, porodu lub podczas karmienia piersią.

PRZEBIEG CHOROBY I OBJAWY

Przebieg choroby zależy od rodzaju choroby oportunistycznej. Można go podzielić na kilka etapów:

- wniknięcie wirusa do organizmu człowieka,
- ostry zespół retrowirusowy,
- serokonwersja,
- okres klinicznego zacięcia z lub bez przetrwałym uogólnionym powiększeniem węzłów chłonnych,
- wczesne objawowe zakażenie HIV,

Objawami w pierwszej fazie u ok. 40% pacjentów jest: po 2-4 tyg. po ekspozycji - gorączka, nudności, wymioty, zapalenie gardła, ogólne zmęczenie, owrzodzenia jamy ustnej, pleśniawek, bóle mięśni i stawów, zmiany skórne, biegunka - jest to czas kiedy wirus namnaża się. Następnie dochodzi do pozornego wyzdrowienia, kiedy ilość wirusa utrzymuje się na stałym poziomie. Między 3-12 miesiącem od zakażenia występuje serokonwersja tzn. można wykryć przeciwciała anti-HIV. Przed wystąpieniem objawów chorzy mogą być w dobrym stanie klinicznym i nie wiedzieć o infekcji. Ma to duże znaczenie epidemiologiczne, mogą być bowiem źródłem zakażenia dla innych. Okres klinicznego zacięcia z ewentualnym powiększeniem węzłów chłonnych to okres kiedy wirus replikuje się w narządach limfatycznych, co jest równoważone przez odpowiednią odpowiedź immunologiczną. We wczesnym objawowym okresie zakażenia HIV występują choroby, które nie są wskazujące na AIDS. Zespół nabytego upośledzenia odporności jest końcowym stadium wieloletniego zakażenia HIV. Występują wtedy choroby wskaźnikowe czyli wskazujące na AIDS, m.in. bakteryjne powtarzające się zapalenie płuc, gruźlica płucna, posocznica salmonelozowa, niektóre nowotwory, tzw. zakażenia oportunistyczne i inne. Spada liczba limfocytów CD4. Objawy ogólne AIDS są powiązane z zespołem wyczerpania (wyniszczenia): są to gorączka 38 C, ubytek masy ciała, powiększenie węzłów chłonnych, przewlekłe biegunki, potliwość, wyczerpanie fizyczne i psychiczne utrzymujące się powyżej trzech miesięcy.

JAK UNIKNAĆ ZAKAŻENIA HIV?

Zakażeniu HIV można zapobiec. Jeśli zdarzyła ci się sytuacja, podczas której wystąpiło ryzyko zakażenia, natychmiast zgłoś się do najbliższego szpitala zakaźnego.

Warto pamiętać, że test w kierunku HIV można wykonać bezpłatnie, anonimowo i bez skierowania w 30 punktach w całej Polsce przez cały rok, a nie tylko w czasie Tygodnia Testowania. Pracują w nich wysoko wykwalifikowani doradcy niosący profesjonalną pomoc. Każdy z odwiedzających Punkt ma możliwość poufnej rozmowy zarówno przed, jak i po

wykonaniu testu. Adresy i godziny otwarcia punktów konsultacyjno-diagnostycznych są dostępne na stronie: <https://aids.gov.pl/pkd>

PAMIĘTAJ

- Zachowaj ostrożność, gdy ktoś się skaleczy.
- Zabiegi kosmetyczne i tatuaże wykonuj tylko u wykwalifikowanych osób, w sprawdzonych miejscach.
- Nie pożyczaj maszynki do golenia, szczoteczki do zębów i innych przyborów kosmetycznych.
- Jeśli używasz strzykawek i igieł – upewnij się, czy są sterylne.
- Unikaj przygodnych kontaktów seksualnych.
- Pamiętaj! W czasach, gdy istnieje skuteczna terapia antyretrowirusowa, wiedza o drogach zakażenia HIV ratuje życie!
-

Fakty dotyczące zakażenia HIV

Nie zakazisz się HIV:

- mieszkając z osobą zakażoną;
- korzystając ze wspólnych talerzy, szklanek, sztućców;
- korzystając z tej samej łazienki (należy używać własnej szczoteczki do zębów i maszynki do golenia);
- korzystając ze wspólnej toalety;
- uprawiając sport, np. na basenie;
- przez kichnięcie czy kasłanie;
- przez ukąszenie komara (wirus w ciele komara ulega zniszczeniu);
- poprzez dotyk, czy pocałunki;
- poprzez pot, ślinę, łzy, mocz czy kał (jeśli nie ma domieszki krwi);
- oddając krew (w Polsce używa się wyłącznie jednorazowego sprzętu);
- podczas kontaktów towarzyskich i zawodowych.

Test na HIV

Zakażenie HIV może nie powodować charakterystycznych objawów ani dolegliwości przez wiele lat. W tym czasie nawet w badaniach okresowych (wykonywanych np. do pracy) lub w badaniach podstawowych może nie być żadnych odchyłeń od normy. Jedynym sposobem, aby to sprawdzić, jest wykonanie testu na HIV.

Gdzie zrobisz test na HIV

W każdym województwie działają punkty konsultacyjno-diagnostyczne (PKD), w których zrobisz test bez skierowania, bezpłatnie i anonimowo. W PKD możesz także skonsultować się z doradcą, który rozwieje twoje wątpliwości i poinformuje cię, np. jak się zachowywać, aby nie narazić na zakażenie HIV siebie i innych.