


**Fakty na temat HIV i AIDS**





AIDS jest poważną chorobą, która począwszy od lat osiemdziesiątych ubiegłego wieku rozprzestrzeniła się w całym świecie. AIDS wywołuje wirus zwany HIV, który przenosi się między ludźmi w określonych okolicznościach.

## Co to jest HIV?


HIV (Human Immunodeficiency Virus) jest wirusem, który przenosi się między osobami przez spermę, wydzieliny z żeńskich narządów płciowych lub krew i stopniowo niszczy układ immunologiczny\* organizmu. Osoby zakażone HIV zazwyczaj nie zapadają na AIDS w pierwszych latach po zakażeniu, powoli jednak wirus przezwycięża system obronny organizmu i niszczy układ odpornościowy.

Osoby zarażone wirusem HIV noszą go stale i mogą zarażać innych przez resztę swego życia.

## Co to jest AIDS?

AIDS (Acquired Immunodeficiency Syndrome) to skrót angielskiego określenia dla nabytego zespołu niedoboru odporności. AIDS nie jest właściwie pojedynczą chorobą, lecz zespołem objawów różnych chorób, które w charakterystyczny sposób atakują osoby zakażone HIV, gdy układ immunologiczny organizmu jest już na tyle słaby, że nie jest w stanie chronić się przed atakami drobnoustrojów chorobotwórczych\*. AIDS rozwija się stopniowo u osób zarażonych wirusem HIV, szczególnie, jeśli nie są one poddawane terapii. Mija zazwyczaj 8-10 lat od zakażenia do rozwinięcia się choroby, choć czas ten może znacznie się w poszczególnych przypadkach różnić, zaś leczenie farmakologiczne znacznie okres ten wydłuża.

\*Słowniczek znajduje się na końcu ulotki



## Jak może dojść do zakażenia HIV?

Drogi zakażenia HIV:

1. Stosunki płciowe kobiety i mężczyzny lub dwóch mężczyzn. Każdy może się zarazić wirusem HIV, jeśli odbywa kontakty płciowe z osobą zarażoną. Zakażenie odbywa się przez bezpośredni kontakt z wirusem poprzez krew, spermę lub wydzieliny z żeńskich narządów płciowych.

HIV może się przenieść od mężczyzny do kobiety, od kobiety do mężczyzny albo od mężczyzny do mężczyzny. Możliwość zakażenia zwiększa się, jeśli jedna lub obie strony zarażone są innymi chorobami przenoszonymi drogą płciową. Seks oralny również może prowadzić do zakażenia, jeśli nastąpi zetknięcie genitaliów z ustami lub językiem, szczególnie gdy w jamie ustnej lub narządach płciowych są rany lub urazy.

2. Używanie strzykawek lub igieł skażonych przez HIV.

3. Poprzez transfuzję krwi, jeśli krew jest zarażona wirusem HIV.

4. Od matki do dziecka, w czasie ciąży, porodu i karmienia piersią.



## Zakażenie HIV nie następuje poprzez

Normalne codzienne kontakty.  
Zdrową skórę.  
Powietrze i wodę.  
Ukąszenia owadów.  
Jedzenie i picie.  
Używanie wspólnych szklanek, talerzy itp.  
Pościel, ręczniki itp.  
Wspólną ubikację lub wannę.  
Pocałunki.  
Kichanie czy kaszel.  
Pot.  
Łzy czy wydzieliny z nosa.  
Uścisk ręki.



Na Islandii nie ma powodów, by obawiać się zarażenia wirusem HIV w szpitalach, przychodniach lub u lekarzy, przy oddawaniu lub pobieraniu krwi. Cała pobierana krew jest badana na obecność HIV, a strzykawki i igły są dezynfekowane i używane tylko jeden raz.

## Jak można uniknąć zakażenia?

Najlepszą obroną przed HIV jest prezerwatywa. Prezerwatywa broni także przed innymi chorobami przenoszonymi drogą płciową, takimi jak: opryszczka narządów płciowych, brodawki narządów płciowych, zakażenie bakterią *Chlamydia trachomatis* i rzeżączka, jak również chroni przed ciążą. Prezerwatywy powinno się także używać przy stosunkach oralnych. Ważne jest, aby dokładnie przestrzegać instrukcji używania prezerwatywy.



Pigułki antykoncepcyjne i spirale są jedynie środkami antykoncepcyjnymi i nie chronią w żaden sposób przed chorobami przenoszonymi drogą płciową.

Narkomani używający strzykawkę muszą uważać, żeby nie używać strzykawkę ani igieł wspólnie z innymi osobami.

Podawanie leków kobietom ciężarnym, które są nosicielkami HIV zmniejsza prawdopodobieństwo zakażenia dziecka w czasie ciąży lub porodu. Ważne jest też, by matka przechodziła na regularne kontrole.

## Leczenie

Nie istnieje szczepionka zapobiegająca zarażeniu się wirusem HIV. Nie istnieją też leki usuwające wirusa z organizmu. Dlatego też choroba nie jest w pełni uleczalna.

Istnieją jednakże leki spowalniające rozmnażanie się wirusa. Lekі chronią układ immunologiczny organizmu zmniejszając ilość wirusów we krwi. Leczenie farmakologiczne spowalnia rozwój infekcji\* HIV, zmniejsza ryzyko zarażenia innych, wydłuża życie i polepsza samopoczucie zarażonych. Osoby zarażone HIV mają osłabiony układ odpornościowy i dlatego gorzej znoszą normalne infekcje, lecz istnieją leki by je leczyć.

Ważne jest, żeby rozpoznać wirusa HIV naj-  
szybciej jak to możliwe, żeby móc niezwłocznie  
rozpocząć kurację. Używanie leków przeciw  
HIV wymaga regularnych wizyt u lekarza.  
Wszyscy, u których wykrywany jest wirus HIV  
mają zapewnioną taką kontrolę, a oprócz tego  
konsultacje i leczenie u specjalistów. Terapia  
lekarska, badania oraz leki są dla zakażonych  
HIV bezpłatne.

Mimo intensywnego leczenia ludzie wciąż cho-  
rują i umierają na AIDS. Organizm niektórych  
pacjentów nie jest w stanie wytrzymać tera-  
pii, u innych zaś leki nie działają, gdyż wirus  
wytworzył przeciw nim antydotum. Kuracja  
farmakologiczna trwa całe życie i bywa uciąż-  
liwa. Jest oprócz tego bardzo kosztowna dla  
społeczeństwa. Dlatego też działania zapobie-  
gawcze są bezwzględnie konieczne.

Oprócz leków, na rozwój choroby może mieć  
wpływ styl życia osób zarażonych HIV. Ważne  
jest nastawienie osoby nosiciela HIV do choro-  
by i swojej sytuacji oraz nawiązanie dobrego  
kontaktu z osobami prowadzącymi leczenie. W  
ten sposób zwiększa się prawdopodobieństwo,  
że osoba zarażona wirusem HIV będzie cieszyła  
się dobrym zdrowiem przez wiele lat.

\*Słowniczek znajduje się na końcu ulotki



## Test na obecność przeciwciał wirusa HIV

Po zakażeniu wirusem HIV organizm zaczyna wytwarzać tzw. przeciwciała\*. Nie mogą one wprawdzie zniszczyć wirusa, są jednakże pomocne przy rozpoznawaniu zakażenia. Przeciwciała są jednak wykrywalne we krwi dopiero po 3-6 tygodniach od zakażenia. Żeby rozpoznać przeciwciała pobierana jest próbka krwi z ramienia i w przeciągu tygodnia znane są wyniki badania. Jeśli wynik badania jest pozytywny pobierana jest druga próbka dla potwierdzenia pierwszego wyniku.

Wszyscy mają prawo poddać się testowi. Nikt nie jest kierowany na badanie bez podania powodu, wbrew własnej woli, a wszyscy podający się badaniu mają prawo wiedzieć o jego przebiegu. Kobiety w ciąży mają możliwość przeprowadzenia testów w poradniach dla matek. Przy składaniu podania o pozwolenie na pobyt nie jest z reguły wymagane poddanie się testowi, gdyż najczęściej nie ma faktów uzasadniających takie badania.

Wszyscy, którzy podejrzewają u siebie możliwość infekcji wirusem HIV powinni się podać badaniu. Jest ono bezpłatne i możliwe do przeprowadzenia u każdego lekarza. Wyniki badań są zawsze objęte pełną dyskrecją.



### Testy na obecność przeciwciał można przeprowadzić w niżej wymienionych miejscach:

- Przychodnie lekarskie.
- Oddział Dermatologiczny Szpitala Krajowego (Húð- og kynsjúkdómadeild, Landspítali-háskóla-sjúkrahús) przy ulicy Þverholt 18, 105 Reykjavík, tel. 543-6050 (należy zamówić wizytę).
- Przychodnia chorób zakaźnych Szpitala Krajowego (Göngudeild smitsjúkdóma) w Fossvogur, 108 Reykjavík, tel. 543-2040 (należy zamówić wizytę).
- Laboratorium badawcze Szpitala Krajowego (Rannsóknastofa) w Fossvogur, 108 Reykjavík, tel. 543-5600. Badania można dokonać bez zamawiania wizyty, w dni robocze, w godzinach od 8:00 do 18:00.



## Gdy nie wykryto przeciwciał HIV

Jeśli analiza nie wykazuje przeciwciał HIV w organizmie, oznacza to, iż dana osoba najprawdopodobniej nie jest zarażona. Przeciwciała mogą jednak być niewykrywalne przez pierwsze miesiące po zakażeniu, więc wynik badań nie jest jeszcze wtedy pewny. Dlatego też zalecane jest powtórzenie badań po upływie 3-4 miesięcy.

Należy również pamiętać, że osoba zarażona może zarażać innych jeszcze przed wytworzeniem się przeciwciał.

Negatywny wynik nie wyklucza możliwości zarażenia się wirusem HIV w przyszłości. Zawsze należy postępować tak, by unikać zagrożenia - używać prezerwatywy i nigdy nie wymieniać się igłami i strzykawkami.

## Gdy wykryto przeciwciała HIV

Jeśli we krwi wykryte zostaną przeciwciała jest to potwierdzeniem infekcji. Mimo wytwarzania przez organizm przeciwciał nie są one w stanie zgładzić wirusa i dlatego osoba ta może zarażać inne.

Jeśli wykryto przeciwciała osoba zarażona zostaje wysłana do lekarza specjalizującego się w chorobach zakaźnych. Udzieli on odpowiedzi na nurtujące pytania oraz poradzi, w jaki sposób najlepiej prowadzić życie z HIV. Również doradca społeczny dla nosicieli wirusa HIV służy informacjami, poradami i pomocą.

Większość osób może nadal pracować lub się uczyć, jak to robiło przed zakażeniem HIV. W niektórych sferach życia jest jednak konieczne wprowadzenie pewnych zmian. Najważniejsza z nich polega na stałym pamiętaniu i kontrolowaniu, by nie zarażać innych. Inna zmiana dotyczy stosunków ze służbą zdrowia - częstotliwość kontaktów ulegnie znacznemu nasileniu, gdyż regularny nadzór i ścisła współpraca z lekarzem są konieczne.



## Konsekwencje epidemii AIDS

### Islandia

Od początków epidemii, ponad 20 lat temu, do początku 2003 roku, wirusa HIV wykryto na Islandii u 161 osób. Łącznie 53 osoby zachorowały na AIDS, z których 36 zmarło. Od roku 1993 liczba zarażonych zwiększała się, jednakże od roku 1996 stopniowo zmniejsza się liczba osób chorujących i umierających na AIDS. Zawdzięczamy to terapii farmakologicznej, która w większości przypadków może powstrzymać rozwój choroby.

W ostatnich latach większość osób, u których wykryto wirus HIV, to heteroseksualiści. Jest to sytuacja odmienna od tej na początku epidemii, kiedy to większość zarażonych stanowili homoseksualni mężczyźni, którzy zarazili się najprawdopodobniej podczas kontaktów płciowych.

Większość osób, u których wykrywany jest wirus HIV ma 25-29 lat, natomiast większość chorujących na AIDS ma 35-39 lat.

### Świat

W skali światowej HIV i AIDS są o wiele większym problemem niż na Islandii. W ciągu ostatnich 20 lat ponad 60 milionów osób na całym świecie zostało zarażonych wirusem HIV. Określa się, że na początku 2003 roku 42 miliony mężczyzn, kobiet i dzieci żyją z HIV lub AIDS, a ponad 20 milionów zmarło na skutek tej choroby. Oznacza to, iż 1,2% mieszkańców naszego globu powyżej lat 15 zakażonych jest HIV i AIDS. Uważa się, że jedynie 10-20% zakażonych wie o infekcji.

W roku 2002 ponad 5 milionów osób zostało zarażonych, a 3 miliony zmarły na AIDS. Nigdy wcześniej tyle osób nie zmarło z powodu tej choroby w ciągu jednego roku. W niektórych częściach świata AIDS jest jedną z najczęstszych przyczyn zgonu. Stąd też w niektórych krajach średnia życia spadła nawet o około 10 lat.

Dziś ponad 70% HIV-pozytywnych, dorosłych i dzieci, żyje w Afryce. Jednak największą ilość zakażeń notuje się w krajach byłego Związku Radzieckiego i w południowo-wschodniej Azji.

AIDS nie jest jedynie dużym problemem zdrowotnym na świecie. Choroba ta wywołała również poważne problemy społeczne i regres gospodarczy. Infekcja wirusem HIV jest najbardziej rozpowszechniona wśród młodych ludzi, co niesie z sobą poważne konsekwencje dla grupy społecznej najbardziej aktywnej w życiu gospodarczym każdego narodu. Epidemia AIDS powoduje wzrost ubóstwa na świecie.

Nietolerancja utrudnia profilaktykę

## słowniczek

### Drobnoustroje chorobotwórcze

Bakterie, wirusy lub grzyby chorobotwórcze, które mogą wywołać chorobę. Dostają się do organizmu przez kontakt bezpośredni (np. kontakty płciowe), lub pośredni (wdychane powietrze, jedzenie lub picie).

### Infekcja

Zespół objawów patologicznych powstałych na skutek działania na ustrój czynników chorobotwórczych, po przezwyciężeniu przez nie naturalnych barier immunologicznych.

### Przeciwciała

Substancje (immunoglobuliny) syntetyzowane przez komórki układu immunologicznego dla zwalczania zarazków, które dostały się do organizmu. Organizm produkuje osobne przeciwciała dla każdego rodzaju zarazków, na przykład odrębne przeciwciała dla wirusa HIV.

### Układ immunologiczny

Obrona organizmu przed bakteriami, wirusami i grzybami. Układ immunologiczny chroni nas przed wszelkimi drobnoustrojami chorobotwórczymi (zarazkami), z którymi się stykami.





Urząd Lekarzy Krajowego (Landlæknisembættið)  
Epidemiolog (Sóttvarnalæknir)  
Austurströnd 5  
170 Seltjarnarnes  
Telefon: 510-1900  
Faks: 510-1920  
Witryna internetowa: **[www.landlaeknir.is](http://www.landlaeknir.is)**

Strony internetowe:  
[www.aids.is](http://www.aids.is)  
[www.folkehelse.no](http://www.folkehelse.no)  
[www.cdc.gov/hiv](http://www.cdc.gov/hiv)  
[www.unaids.org](http://www.unaids.org)  
[www.who.int](http://www.who.int)

Rok publikacji - 2003