

HIV

1.1 CO TO JEST HIV?

HIV = Human Immunodeficiency Virus Ludzki Wirus Upośledzenia Odporności

HIV jest wirusem, który atakuje, osłabia i niszczy system odpornościowy organizmu, w rezultacie czego człowiek traci zdolność zwalczania różnych chorób i infekcji.
HIV jest wirusem groźnym, zagrażającym życiu i wywołującym AIDS.

Wirus HIV jest bardzo wrażliwy na wszelkie zmiany jego środowiska w stosunku do tych jakie panują w organizmie człowieka. Tak więc wirus HIV w "środowisku zewnętrznym" praktycznie nie występuje, ale może być obecny w zużytych strzykawkach, igłach, itp...

HIV jest bardzo wrażliwy na ogrzewanie i w temperaturze 56°C ginie w ciągu kilku minut. Ten fakt przemawia więc za skutecznością zwykłych metod sterylizacji termicznej w niszczeniu wirusa. HIV łatwo ginie również pod wpływem środków odkażających (np. alkohol).

1.2 CO TO JEST UKŁAD ODPORNOŚCIOWY?

Układ odpornościowy człowieka chroni organizm przed wtargnięciem ciał obcych (wirusy, bakterie, etc.) oraz ma zdolność ich skutecznego zwalczania gdy jednak doszło do ich wtargnięcia do organizmu.

Przed wtargnięciem wirusów czy bakterii do organizmu chroni go:

SKÓRA - warunkiem skuteczności tej bariery jest ciągłość czyli brak jakichkolwiek ran i zadrapań.

BŁONY ŚLUZOWE - jako nieuszkodzone zapewniają ochronę, wyścielając takie miejsca jak np: nos, oskrzela, odbył.

KWASY ŻOŁĄDKOWE - zabijają obce organizmy dostające się do organizmu człowieka drogą pokarmową.

Często jednak dochodzi do sytuacji, w której obcy organizm przedostaje się przez powyższe zabezpieczenia. Wtedy nasz system odpornościowy dokładnie sprawdza i rozpoznaje danego intruza i rozpoczyna z nim walkę. Intruz może być rozpoznany przez komórki zerne, które go pochłaniają ("zjadają") albo rozpoznany przez przeciwciała (rodzaj pocisków wystrzeliwanych przez limfocyty). Przeciwciała przyczepiają się do intruza, unieruchamiają go i zaznaczają tak aby mógł następnie być rozpoznany i zniszczony przez specjalne komórki - zabójców (killers). Po zniszczeniu intruza uruchamiane są komórki supresorowe (hamujące), które hamują działanie komórek - zabójców. Gdyby tego nie zrobiły, wówczas komórki - zabójcy zaczęłyby niszczyć "swoich" = własne komórki organizmu.

1.3 W JAKI SPOSÓB HIV NISZCZY UKŁAD ODPORNOŚCIOWY ?

Wirus HIV wnika do organizmu w chwili gdy dochodzi do przerwania barier ochronnych ustroju. Po przedostaniu się do krwi wirus HIV łączy się z komórkami układu odpornościowego, takimi które na swojej powierzchni mają receptory CD4 ("detektory", biorące udział w rozpoznaniu wirusa). Wirus HIV wnika do środka komórki, ale tylko ta jego część, która zawiera kod genetyczny, natomiast otoczka zostaje na zewnątrz (wirus "zostawia płaszcz w szatni"). Limfocyty które mają "detektory" CD4 stanowią więc bazę dla HIV, w której wirus powiela się i powstają miliony jego kopii. Po wykorzystaniu możliwości produkcyjnych "bazy" (limfocytów CD4+) ulega ona zniszczeniu. Coraz więcej "baz" ulega zakażeniu i zmniejsza się ich liczba w organizmie. Ponieważ limfocyty CD4+ jednocześnie zwalczają inne zakażenia, zniszczenie ich przez wirusa HIV prowadzi do UPOŚLEDZENIA ODPORNOŚCI.

1.4 JAKIE SĄ OBJAWY ZAKAŻENIA HIV ?

W początkowej fazie zakażenia, gdy wirus HIV wnika do organizmu żadne objawy nie są zauważalne ani odczuwalne. Wirus zaczyna się powielać, a osoba w takim okresie jest w stanie zakażać innych. Okres pomiędzy zakażeniem a pojawieniem się przeciwciał przeciw HIV nazywamy okresem okienka serologicznego. Okres ten może trwać do 3 miesięcy (a czasem i dłużej). Jest to bardzo niebezpieczna sytuacja, ponieważ osoba zakażona nie jest tego świadoma. Pierwsze objawy mogą się pojawić w chwili gdy organizm zakażonej osoby zaczyna walczyć z wirusem HIV i wytwarza przeciwciała przeciwko niemu. Należą do nich : bóle głowy, mięśni, lekkie nabrzmienie węzłów chłonnych (tzw. gruczołów), etc. Są to objawy podobne do objawów grypowych. Ten okres trwa od 2 do 12 tygodni i jest okresem najbardziej intensywnego powielania cząsteczek wirusa.

Następnie przychodzi długi okres bezobjawowy, w którym brak jest jakichkolwiek oznak zakażenia. Okres ten może trwać od 1 roku do 14 lat ale jest to tylko "umownie okres bezobjawowy", gdyż w tym czasie wirus podstępnie niszczy coraz więcej limfocytów CD4+. Kiedy układ odpornościowy jest już na tyle wyniszczony, że nie może odpowiadać na kolejne infekcje i występują inne groźne choroby (np.nowotwory) to mówimy, że dana osoba jest chora na AIDS.

Jeśli coś Cię zaniepokoi , jeśli znalazłeś się w sytuacji grożącej zakażeniem HIV nie czekaj na jekielkolwiek objawy zakażenia. Mogą się one pojawić późno, albo wcale - Twoje wątpliwości może rozstrzygnąć jedynie lekarz.

AIDS

2.1 CO TO JEST AIDS?

AIDS = Acquired Immune Deficiency Syndrome
Zespół Nabytego Upośledzenia Odporności

AIDS - choroba wywoływana przez wirusa HIV, który uszkadza układ odpornościowy człowieka co w rezultacie powoduje brak zdolności do skutecznego zwalczania infekcji i chorób.

2.2 CZYM RÓŻNI SIĘ HIV OD AIDS ?

HIV jest wirusem potencjalnie groźnym dla życia, zakaźnym.

AIDS jest chorobą, efektem działalności tego wirusa, stanem, w którym organizm nie może obronić się przed wszelkiego rodzaju infekcjami.

2.3 JAK ROZWIJA SIĘ EPIDEMIA AIDS NA ŚWIECIE ?

Obecnie żyje na Ziemi około 40 mln. ludzi zakażonych wirusem HIV. Liczba zakażonych najbardziej się zwiększa wśród kobiet i dzieci. Około 10 mln. dzieci zostało sierotami AIDS (ich rodzice zmarli z powodu AIDS), co powoduje ciągle pogarszanie się ich sytuacji socjalnej. WHO (Światowa Organizacja Zdrowia) prognozuje zwiększenie dynamiki zakażeń w najbliższych latach. Większość zakażonych nie jest świadoma faktu zakażenia, co sprawia, że właśnie te osoby są szczególnym zagrożeniem.

Około 90 % zakażonych HIV mieszka w krajach rozwijających się, najwięcej w Afryce sub-Saharyjskiej oraz w Azji Południowej i Azji Południowo - Wschodniej. W regionach tych jest również największa dynamika wzrostu liczby nowych zakażeń.

2.5 JAK ROZWIJA SIĘ EPIDEMIA W POLSCE ?

Pierwsze przypadki zachorowań w Polsce zostały odnotowane w 1985 roku. Według danych PZH od tego momentu do końca czerwca 2000 roku stwierdzono zakażenie HIV u 6409 Polaków, wśród których było co

najmniej 4098 zakażonych w związku z używaniem narkotyków. Ogółem odnotowano 873 zachorowania na AIDS a 489 chorych zmarło.

Liczbę zakażonych HIV w Polsce szacuje się na kilkanaście tysięcy...

2.6 DLACZEGO AIDS JEST CHOROBAŃ NIEULECZALNĄ ?

Obecnie nie znamy leku, który jest w stanie całkowicie usunąć wirusa HIV z ustroju. Wyliczono na podstawie modeli matematycznych, że obecnie znane leki należałoby stosować przez około 50 lat aby wirusa wyeliminować z ustroju. Niestety wirus jest "inteligentny" i szybko zmienia się tak, że leki przestają być skuteczne. Niemniej jednak obecnie stosowane leki są w stanie spowolnić tempo powielania się wirusa HIV w limfocytach CD4+ i zakażeni mogą normalnie funkcjonować (uczyć się i pracować) przez bardzo długi czas i nie rozwijają się objawy AIDS.

JAK ZAKAŻAMY SIĘ HIV?

3.1 GŁÓWNE DROGI PRZENOSZENIA WIRUSA HIV

Kontakty płciowe :

skóra
błony śluzowe

Droga krwiopochodna :

zakażone igły i strzykawki
transfuzje krwi

Zakażenie dziecka przez matkę :

podczas ciąży
karmienie piersią

3.2 DLACZEGO MOŻNA SIĘ ZAKAŻIĆ W WYNIKU KONTAKTU PŁCIOWEGO ?

BARDZO NIEBEZPIECZNE: Podczas stosunku płciowego dochodzi do wymiany płynów ustrojowych zawierających HIV (nasienie, płyn pochwy) Bardzo niebezpieczne są przygodne kontakty seksualne, gdyż niosą ze sobą największą porcję ryzyka zakażenia wirusem HIV. Również jeśli ktoś ma jakiegokolwiek zmiany chorobowe na narządach płciowych ryzyko zakażenia HIV jest większe.

MNIEJ NIEBEZPIECZNE: Znacznie mniej ryzykowne są zachowania, podczas których nie dochodzi do wymiany płynów ustrojowych, w których nie stwierdzono obecności wirusa HIV lub jego zawartość jest znikoma. Tak więc np. podczas pocałunku (jeśli błony śluzowe jamy ustnej są nieuszkodzone) ryzyko zarażenia się wirusem HIV jest znacznie mniejsze niż podczas stosunku płciowego. Również używanie prezerwatywy znacznie zmniejsza ryzyko zakażenia HIV i innych chorób przenoszonych drogą płciową. Jednak stosowanie prezerwatywy NIE DAJE 100 % gwarancji bezpieczeństwa.

PREZERWATYWA ZMNIJSZA RYZYKO ZAKAŻENIA WIRUSEM HIV !!!

3.3 ZAKAŻENIE PRZEZ KONTAKT Z KRWIĄ

Aby doszło do zakażenia musi dojść do bezpośredniego kontaktu krwi osoby zakażonej z krwią osoby zdrowej. Często dochodzi do takiej sytuacji w środowisku narkomanów gdzie ma miejsce używanie tej samej igły przez kilka osób - **BARDZO NIEBEZPIECZNE !!!**

Transfuzje krwi i jej pobieranie stało się niemalże całkowicie bezpieczne ze względu na używanie jednorazowego sprzętu podczas tych zabiegów oraz badanie dawców krwi pod kątem zakażenia HIV.

3.4 ZAKAŻENIE DZIECKA PRZEZ MATKĘ. CZY TO MOŻLIWE ?

W przypadku ciężarnej zakażonej wirusem HIV istnieje niewielkie ryzyko zakażenia dziecka w trakcie ciąży jak

i podczas porodu. Wczesne wykrycie przeciwciał HIV i odpowiednie leczenie kobiety znacznie zmniejszają ryzyko przeniesienia infekcji na płód. Dlatego też tak ważne jest zachęcanie ciężarnych do wykonywania w ramach badań profilaktycznych testów w kierunku HIV.

3.5 SYTUACJE, W KTÓRYCH NIE MOŻNA SIĘ ZAKAZIĆ WIRUSEM HIV

Zarówno wspólna praca, mieszkanie, spędzanie wolnego czasu z osobą żyjącą z HIV, korzystanie ze wspólnych naczyń, sztućców, urządzeń sanitarnych nie stwarza żadnego zagrożenia zakażenia wirusem HIV !!!

JAK ZMNIJSZYĆ RYZYKO ZAKAŻENIA HIV ?

4.1 NAJLEPSZE SPOSOBY OGRANICZENIA RYZYKA

Wstrzemięźliwość seksualna

Jest zdecydowanie najskuteczniejszą metodą chroniącą zarówno przed HIV jak i innymi chorobami przenoszonymi drogą płciową. Jednak dla większości ludzi taka postawa nie jest realna.

Wierność partnerowi, który też pozostaje wierny

Jest to bardzo dobre rozwiązanie pod warunkiem, że mamy wiarygodnego partnera, który będzie wierny. Obie strony powinny poddać się wcześniej badaniom pod kątem HIV.

Nie przyjmowanie narkotyków dożylnie

4.2 DLACZEGO MOŻNA SIĘ ZAKAZIĆ W WYNIKU KONTAKTU PŁCIOWEGO

Czy są bezpieczne zachowania seksualne ?

O bezpiecznych kontaktach seksualnych możemy mówić dopiero wtedy gdy nie dochodzi do kontaktu i wymiany płynów ustrojowych przenoszących wirusa HIV (nasienie, płyn pochwy). Do bezpiecznych zachowań należy : całowanie, przytulanie, głaskanie, masturbacja. Ostatnie badania wskazują jednak na to, że seks oralny nie jest w pełni bezpieczny, zwłaszcza gdy uszkodzone są błony śluzowe.

Czy prezerwatywa chroni przed zakażeniem HIV ?

Prezerwatywa NIE jest 100 % zabezpieczeniem przed zakażeniem wirusem HIV. Jest jednak najskuteczniejszym środkiem obecnie dostępnym. Warunkiem spełnienia przez prezerwatywę jej funkcji ochronnych jest prawidłowe jej przechowywanie, otwieranie jak i uważanie na to aby nie została mechanicznie uszkodzona podczas używania.

Dlaczego należy zwalczać choroby przenoszone drogą płciową ?

W przypadku istnienia innych chorób przenoszonych drogą kontaktów seksualnych występują bardzo często na narządach płciowych różne zmiany, np. w kile są to owrzodzenia. W takich owrzodzeniach występuje krew i wiele limfocytów CD4+, które są "bazą" dla wirusa HIV. Wówczas bardzo łatwo może dojść do przeniesienia wirusa do ustroju partnera.

4.3 ZAKAŻONA KREW

Porzucone strzykawki i igły

Szczególnie małe dzieci są narażone na kontakt z porzuconymi igłami i strzykawkami, które mogą być źródłem HIV lub innych mikroorganizmów. Często ludzie zupełnie przypadkowo znajdują w swojej okolicy (parki, miejsca wypoczynku) igły i strzykawki. Ukłucie taką igłą naraża ich na zakażenie.

Ważne dla sportowców i osób udzielających pierwszej pomocy

Podczas uprawiania sportu, podczas gier kontaktowych, w momencie kontuzji połączonej z krwotokiem istnieje ryzyko zakażenia HIV jak w każdym innym przypadku, w którym dochodzi do jakiegokolwiek kontaktu z krwią. Ostrożne zachowanie (zatomowanie krwotoku, usunięcie przedmiotów zabrudzonych krwią) w takiej sytuacji obowiązuje zarówno osobę zranioną jak i osobę, która udziela pierwszej pomocy zakładając opatrunek.

Pamiętaj, udzielając pierwszej pomocy stosuj ochronne rękawiczki i inny sprzęt, który powinien być zawsze "pod ręką" (w apteczce samochodowej, na zawodach sportowych).

4.4 CZY ZAKAŻONA KOBIETA MOŻE URODZIĆ ZDROWE DZIECKO

Dzięki wprowadzeniu nowych leków przeciw wirusowi HIV istnieje możliwość zmniejszenia ryzyka zakażenia dziecka w czasie ciąży. Kobieta nie powinna jednak karmić dziecka po porodzie, gdyż w mleku może znajdować się wirus HIV. W Polsce istnieją placówki medyczne obejmujące opieką kobiety w ciąży, które są zakażone wirusem HIV.

OBAWIASZ SIĘ HIV / AIDS ?

5.1 KIEDY NALEŻY SIĘ OBAWIAĆ ZAKAŻENIA HIV ?

Możesz zacząć obawiać się zakażenia wirusem HIV, jeżeli:

- a) twoje zachowanie miało tzw. ryzykowny charakter, np. przygodny stosunek płciowy
- b) dowiedziałeś się, że twój partner był zakażony wirusem HIV
- c) przyjmujesz narkotyki drogą dożylną i nie jesteś pewien czy używane przez siebie igły i strzykawki były sterylne
- d) pojawiają się u Ciebie i powtarzają nietypowe objawy chorobowe

5.2 CZY MOŻNA SAMEMU ROZPOZNAĆ ZAKAŻENIE HIV ?

Samodzielne rozpoznanie ewentualnego zakażenia wirusem HIV jest NIEMOŻLIWE. Jest to związane ze specyficznnością przebiegu infekcji HIV: okresy bezobjawowe, ewentualne objawy bardzo mylące (grypopodobne). Tak więc do stwierdzenia obecności wirusa HIV jest konieczne specjalistyczne badanie krwi. Zdecydowanie należy przestrzec przed wykonywaniem różnych testów "diagnostycznych" które pojawiły się (lub pojawią się) w sprzedaży. Testy te są niedokładne, wynik może być fałszywy (dodatni albo ujemny), nie zostały zatwierdzone w Polsce.

5.3 GDZIE SZUKAĆ POMOCY ?

MOŻESZ ZBADAĆ SIĘ ANONIMOWO

Obecnie w wielu placówkach służby zdrowia możliwe jest wykonanie testów w kierunku zakażenia HIV w sposób anonimowy, tzn. bez podawania nazwiska i innych danych. Należy zgłosić się do lekarza i przedstawić swój problem oraz obawy o zdrowie.

5.4 NIE JESTEŚ PEWNY - PAMIĘTAJ O ZDROWIU PARTNERA !!!

Pamiętaj, że tak samo ważne jak twoje życie i zdrowie jest zdrowie partnera. Jeżeli masz choć cień wątpliwości, że możesz być nosicielem wirusa HIV - nie ryzykuj niepotrzebnie. Przede wszystkim udaj się do lekarza aby wykonać badania pod kątem zakażenia wirusem HIV. Bądź również w porządku wobec partnera. Upředź go o możliwości zakażenia. Nigdy nie stosuj tych samych strzykawkę i igieł. Jeśli decydujesz się na seks musisz poinformować swojego partnera o zagrożeniu (że istnieje możliwość iż jesteś zakażony) i musisz wtedy stosować zasady bezpieczeństwa.

Jesteś odpowiedzialny (również w sensie prawnym) za życie i zdrowie Twojego partnera.

JAK MOŻNA POMÓC ŻYJĄCYM Z HIV / AIDS ?

6.1 JAKIE PROBLEMY MAJĄ LUDZIE ŻYJĄCY Z HIV / AIDS ?

Ze względu na to, że istota działania wirusa HIV, choroby AIDS jest nadal często nieprawidłowo rozumiana, ludzie zakażeni borykają się z szeregiem problemów i są narażeni na wiele nieprzyjemności i cierpień, zarówno fizycznych jak i psychicznych.

Widoczna jest publiczna ignorancja, strach prowadzący do dyskryminacji i pewnego rodzaju wyobcowania w lokalnej społeczności, miejscu pracy i zamieszkania. Ludzie z HIV często tracą nadzieję na odzyskanie zdrowia, popadają w depresję.

6.2 BĄDŹ TOLERANCYJNY - TWÓJ PRZYJACIEL MOŻE BYĆ ZAKAŻONY

W obecnych czasach, przy tak ogromnym rozpowszechnieniu zakażeń HIV istnieje zawsze możliwość, że dojdzie do zakażenia również bliskiej Tobie osoby. Nie trzeba być narkomanem ani mieć wielu partnerów seksualnych aby doszło do zakażenia. Istnieją udowodnione przypadki zakażenia się wirusem HIV u osoby, która po raz pierwszy sięgnęła po strzykawkę ze środkiem odurzającym. Niestety - była to strzykawka używana przez kogoś, kto był zakażony. Znane są także przypadki zakażenia się wirusem HIV podczas pierwszego w życiu kontaktu płciowego.

**Pamiętaj - zagrożenie HIV jest realne !!!
Zawsze bądź tolerancyjny wobec osób zakażonych.**

6.3 LECZENIE HIV/AIDS

Największe znaczenie ma profilaktyka czyli zapobieganie zakażeniu HIV.

W przypadku ryzykownego zachowania (np. kontakt płciowy z zakażoną osobą, użycie zanieczyszczonej strzykawki) należy zgłosić się do lekarza. PAMIĘTAJ, obecność innych zmian chorobowych (nadzerek, owrzodzeń) na narządach płciowych zwiększa ryzyko zakażenia HIV.

W przypadku potwierdzenia zakażenia HIV lekarz podejmuje decyzje odnośnie rozpoczęcia leczenia. Obecnie stosuje się bardzo nowoczesne leki, które hamują powielanie się HIV, ale leki te nie są w stanie całkowicie usunąć wirusa z ustroju. Niemniej jednak liczba kopii wirusa HIV może ulec takiemu zmniejszeniu, że nawet nie jest on wykrywalny we krwi. Ta najnowsza metoda leczenia nazywa się HAART (highly effective anti-retroviral therapy) i stanowi przełom w terapii HIV/AIDS, ponieważ pozwala na wieloletnie przeżycie zakażonych osób. Leczenie prowadzone jest w wielu specjalistycznych ośrodkach w Polsce.

Informacje pochodzą ze scenariusza multimedialnego programu CD-ROM
pt. „HIV i AIDS - TO TAKŻE TWÓJ PROBLEM”
autorstwa Prof.dr hab.med. Sławomira Majewskiego