

Čo je HIV? (Human Immunodeficiency Virus)

HIV je vírus ľudskej imunitnej nedostatočnosti. Tento vírus napáda imunitný (obraný) systém človeka, hlavne T lymfocyty, a tak znižuje obranyschopnosť voči ochoreniam.

T-lymfocyty ochraňujú telo pred vírusmi, parazitmi, baktériami a plesňami. Čím viac T lymfocytov vírus HIV napadne, tým viac sa znižuje schopnosť tela bojovať s nákazou. Tento proces môže trvať niekoľko rokov a môže vyústiť do choroby AIDS. Tým, že imunitný systém je slabší, človek ľahšie podľahne aj iným infekciám či ochoreniam.

Čo je infekcia HIV?

Človek infikovaný vírusom HIV sa odborné označuje ako HIV pozitívny.

Prvé príznaky HIV infekcie sa môžu ale aj nemusia objaviť 2 až 3 týždne od infikovania a pripomínajú chrípku alebo infekčnú mononukleózu: celková únava, nauzea (pocit napínania na zvracanie), bolesť kĺbov a svalov, zvýšená teplota až horúčka, vyrážky, bolesť hrdla, hnačka, zväčšenie lymfatických uzlín, malátnosť. Sú to dosť nešpecifické príznaky, ktoré sa po pár týždňoch stratia. U veľa ľudí prejde toto štádium bez toho, aby sa príznaky objavili. Medzi infikovaním vírusom HIV a vypuknutím choroby AIDS u neliečených pacientov môže uplynúť niekoľko /6-10/ rokov.

Čo je AIDS?

AIDS je získaný syndróm imunitnej nedostatočnosti (Acquired immunodeficiency syndrome). Je to posledné štádium HIV infekcie.

Znamená to, že človeku úplne zlyhá imunitný systém, a teda telo už nie je schopné brániť sa žiadnemu ochoreniu. Pacient, ktorý sa nelieči, môže dostať AIDS, t.j. ochoriť na neurologické, autoimunitné, onkologické ochorenie alebo aj oportúnne infekcie a zomrieť. Oportúnne infekcie sú tie, ktoré zdravý človek prekoná ľahko (napríklad chrípka), ale pre človeka, chorého na AIDS, môžu byť tieto infekcie smrteľné.

Aké sú možné symptómy choroby AIDS?

Infekcia HIV dlhé roky prebieha asymptomaticky. Po cca 2 týždňoch po nakazení sa môže u pacienta prejaviť primárna infekcia príznakmi podobnými chrípke, ako sú zväčšené lymfatické uzliny, malátnosť, vysoká teplota. Asi polovica pacientov však spomínané symptómy nemá. Tieto nešpecifickými príznaky čoskoro ustúpia a nasleduje niekoľkoročné bezpríznakové obdobie, ktoré môže u neliečeného pacienta za 8-10 rokov po nakazení prepuknúť do choroby AIDS, ktorej klinické prejavy sú veľmi rôznorodé. Patria sem rôzne neurologické, autoimunitné, onkologické

ochorenie či oportúnne infekcie. V prípade podozrenia na infekciu HIV je vhodné čo najskôr požiadať o vyšetrenie.

viac na: <http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/rr5710a2.htm>

Aké sú možnosti prenosu HIV?

Vírus HIV sa prenáša iba 3 spôsobmi:

1. nechráneným pohlavným stykom

/bez ohľadu na pohlavie a vek partnerov a formy sexuálneho styku/

2. krvnou cestou

/používaním nesterilných ihl a injekčných striekačiek, piercingom, tetovaním nesterilnými nástrojmi/

3. z matky na dieťa

/počas tehotenstva, počas pôrodu alebo materským mliekom/

Aké sú možnosti ochrany pred infekciou HIV?

Pri pohlavnom styku:

- používať ochranu /kondóm/
- prísť na testovanie /najlepšie spolu s partnerom/
- vyhýbať sa nechránenému sexuálnemu styku s partnerom, ktorého zdravotný stav nepoznám
- nestriedať sexuálnych partnerov a byť verný vo vzťah
- 48 hod. po rizikovej udalosti je možné požiadať na infekčnej klinike o postexpozičnú profylaxiu v Bratislave, Banskej Bystrici, Martine, Nitre alebo v Košiciach, ktorá môže značne znížiť pravdepodobnosť nákazy, poisťovne ju však nepreplácajú.

Pri možnom prenose krvnou cestou:

- používať vždy iba sterilné ihly a striekačky v prípade, že berieš drogy
- na piercing a tetovanie použiť sterilné nástroje
- 48 hod. po rizikovej udalosti je možné požiadať na infekčnej klinike o postexpozičnú profylaxiu v Bratislave, Banskej Bystrici, Martine, Nitre alebo v Košiciach, ktorá môže značne znížiť pravdepodobnosť nákazy, poisťovne ju však nepreplácajú

Pri možnom prenose z matky na novorodenca:

- tehotné ženy môžu požiadať o testovanie u svojho lekára
- v prípade HIV pozitívneho výsledku môžu žena požiadať do 3. mesiacov po otehotnení o prerušenie tehotenstva
- počas tehotenstva môže byť HIV infikovaná žena liečená – značne sa tým zníži možnosť prenosu infekcie HIV na dieťa
- dieťa po pôrode by nemalo byť dojčené.

Ako sa určite nedá nakaziť vírusom HIV?

- bežným kontaktom s infikovaným človekom, podávaním rúk
- bývaním v spoločnej domácnosti, či pobytom v práci
- spoločenským bozkávaním
- plávaním v bazéne
- používaním sauny
- uštipnutím bodavým hmyzom /komáre, kliešte a pod/.
- vzduchom ani vodou.

Čo je rizikové správanie?

- nechránený pohlavný styk s človekom, ktorého zdravotný stav nepoznáš
- striedanie sexuálnych partnerov
- sexuálne praktiky, ktoré narušujú sliznicu a spôsobujú krvácanie
- používanie nesterilných ihlých a striekačiek pri vnútrožilovom užívaní drog

Prečo je dobré dať sa otestovať?

Je dobré poznať zdravotný stav seba a svojho partnera ešte pred sexuálnym stykom. Testovanie umožňuje zistiť protilátky proti HIV ako aj časť vírusu v krvi človeka. Tie sa dajú zistiť asi 3 mesiace po dobe nakazenia. Čím skôr človek zistí, že je HIV pozitívny, tým skôr môže vyhľadať odborníka a začať liečbu, ktorá môže značne zlepšiť zdravotný stav pacienta.

Kde sa môžeš dať otestovať?

Otestovať sa môžete prísť do NRC pre prevenciu HIV/AIDS na Slovenskej zdravotníckej univerzite v Bratislave, vo väčších mestách do Ústavov verejného zdravotníctva a do Oddelení klinickej mikrobiológie nemocníc. O odber krvi na testovanie môžete požiadať tiež svojho obvodného lekára. V prípade potreby môžete zatelefonovať na Linku dôvery 02/59370144, kde dostaneš ďalšie informácie.

Kedy má zmysel ísť na testy?

Ak sa ocitnete v rizikovej situácii (nechránený sex, použite nesterilnej ihly alebo striekačky) je potrebné, aby ste sa dali otestovať cca 3 mesiace po tejto udalosti. Pred vstupom do nového sexuálneho vzťahu je tiež potrebné ísť na testy.

Ako prebieha testovanie?

Na odber krvi je vhodné prísť ráno na lačno. V ambulancii Vám odoberú asi 5 ml krvi a v rámci vyšetrenia budete poučení o tom, ako sa máte v budúcnosti chrániť pred infekciou HIV. Výsledok dostanete väčšinou za 1

týždeň. Vyšetrenie z preventívnych dôvodov je prístupné každému bezplatne a v prípade potreby aj anonymne.

Čo sa stane, ak sa zistí, že ste HIV-pozitívni?

V prípade, že by sa testovaním zistilo, že ste sa nakazili, môžete brať lieky, ktoré zabránia tomu, aby ste ochoreli na AIDS. Máte možnosť navštevovať ambulanciu pre HIV-pozitívnych pacientov na Infekčnej klinike v Bratislave, Banskej Bystrici, Martine, Nitre alebo v Košiciach. Tam budú lekári na základe pravidelných prehliadok priebežne zisťovať v akom stave je Váš imunitný systém, ako rýchlo sa vírus vo Vašom organizme množí a či je potrebné aby ste užívali lieky na zabránenie prepuknutia ochorenia AIDS. To, že je človek HIV pozitívny je chránené lekárom tajomstvom, a preto o tom nebude informovaný nikto z Vašich príbuzných, či vo Vašej práci. Je však tiež potrebné, aby ste aj Vy vedome nešírili infekciu ďalej. Inak by ste sa vedome dopustili trestného činu šírenia infekčného ochorenia.

Ako funguje terapia?

Je potrebné, aby ste sa zapísali do dispenzára na infekčnú kliniku v Bratislave, Banskej Bystrici, Martine, Nitre alebo v Košiciach. Váš ošetrojúci lekár Vás bude priebežne pozývať na kontroly za účelom sledovania Vášho klinického stavu ako aj niektorých laboratórnych ukazovateľov, ako je množstvo vírusu v krvi /vírusovú záťaž/, stav imunitného systému, rezistencia vírusu na lieky a pod. V prípade potreby Vám nasadí liečbu, ktorá by už mala byť doživotná. Liečba zvyčajne pozostáva z kombinácie liekov, ktoré brzdia množenie vírusu na rôznych stupňoch jeho rozmnožovania v bunke a tým prispieva k posilneniu už oslabeného imunitného systému. Liečba je plne hrazená zdravotnou poisťovňou. Je dôležité dodržiavať liečebný režim, čiže liečbu svojvoľne neprerušovať, lebo vírus by sa mohol stať rezistentný na lieky a liečba by mohla prestať fungovať. V prípade, že by ste pociťovali počas liečby trávacie či iné problémy treba, aby ste o tom informovali lekára, ktorý Vám môže liečbu zmeniť. V súčasnosti už existuje 6 tried liekov, v rámci ktorých je niekoľko druhov liekov, takže možnosti úspešnej liečby sa stále rozširujú. Dodržiavaním liečebného režimu pomáhate aj tomu, aby ste sa stali menej infekční pre partnera pri sexuálnom styku. V každom prípade sa však naďalej odporúča partnerom /aj keď sú obaja infikovaní/ používať kondóm, keďže by sa mohli pri nechránenom styku ohroziť ďalšou dávkou vírusu, prípadne aj iným subtypom HIV.

Pamätajte, že hoci sa infekcia HIV nedá zatiaľ úplne vyliečiť, dá už liečiť. Liečba Vám môže značne predĺžiť život a skvalitniť ho, a preto je škoda, aby ste túto možnosť podcenil a nevyužil ju!

Aktuálne odporúčania pre liečbu infekcie HIV nájdete na web. stránke:

<http://www.eacsociety.org/guidelines/eacs-guidelines/eacs-guidelines.html>

Ako je to s testovaním tehotných žien?

Tehotné ženy sú u nás testované na infekciu HIV v prípade, že o testovanie požiadajú alebo im testovanie doporučí lekár, čiže testovanie tehotných žien zatiaľ u nás nie je povinné. Odporúča sa tehotné ženy testovať v prvých troch mesiacoch tehotenstva a tesne pred pôrodom.

Čo ak sa zistí, že je tehotná žena HIV-pozitívna?

V prípade, že sa potvrdí infekcia HIV v prvých troch mesiacoch tehotenstva, môže sa žena rozhodnúť pre prerušenie tehotenstva. Ak sa tak nerozhodne, pravdepodobnosť, že sa jej pri súčasnej liečbe narodí HIV-pozitívne dieťa je 3%-4%, bez liečby však až 30%. Je to ťažké rozhodnutie, a preto by si mali dievčatá a ženy o to viac dávať pozor na svoje zdravie, aby podobnú dilemu nemuseli raz prežívať.

Čo robiť, aby sa následne nenakazilo aj dieťa?

Na začiatku 4. mesiaca tehotenstva sa u ženy nasadí liečba, ktorá vyvíjajúcemu plodu neškodí, ale značne znižuje riziko infekcie plodu počas tehotenstva. Pôrod nebýva klasický, ale odporúča sa priviesť dieťa na svet cisárskym rezom. Počas neho ženy dostáva infúziou vysoké dávky liekov, aby sa dieťaťko nenakazilo. Po tom, ako dieťa príde na svet, zastaví sa u matky tvorba mlieka a ponúkne novorodencovi náhradná výživa, aby sa dojčením nenakazilo. Dieťa dostáva následne počas 1. mesiaca života kombináciou liekov v sirupe, aby sa tak znížila pravdepodobnosť prenosu infekcie na neho počas pôrodu či cisárskeho rezu.

Ak postupovať, ak plánuje dieťa pár, v ktorom je jeden či obaja partneri HIV-pozitívni?

V prípade, že pár, v ktorom jeden z partnerov je HIV pozitívny podstupuje riziko infikovania aj jeho/jej partner. Aj toto riziko je však v súčasnosti možné znížiť. V prípade, že je žena HIV- pozitívna a muž negatívny je možno využiť možnosti asistovanej reprodukcie, pri ktorej je žena oplodnená semenom, ktoré je vopred odobraté mužovi. V opačnom prípade, ak je muž pozitívny a žena negatívna, je možné vykonať tzv. "sperm washing" t.j. odobrať mužovi ejakulát, spermie oddeliť a žene chránenej antivirotikami vložiť do pošvy.

Ako prebieha testovanie novorodencov?

Deti, ktoré sa rodia HIV-pozitívnym matkám získavajú protilátky voči HIV od matky počas tehotenstva. Tie ich čiastočne chránia pred infekciou HIV. Prítomnosť materských protilátok u novorodencov však zároveň sťažuje testovanie, lebo všetky deti sa tak rodia anti-HIV pozitívne. Tieto protilátky postupne do 1-1,5 roka života dieťaťa vymiznú. Diagnostiku novorodencov HIV pozitívnych žien možno preto spoľahlivo ukončiť až v období cca 1,5 roka po narodení dieťaťa. V tomto období u novorodenca dokážeme buď súčasne vírus v krvi a tiež protilátky /vtedy je dieťa HIV

pozitívne/, alebo nedokážeme ani vírus ani protilátky /vtedy je dieťaťko našťastie negatívne/.

Na záver

Infekcia HIV sa týka nás všetkých. Nevyberá si ľudí podľa pohlavia, veku, viery, vzdelania, politickej či sexuálnej orientácie ani sociálneho či ekonomického statusu. Nie je to však kvapôčková infekcia, prenáša sa väčšinou vedomou činnosťou ľudí a preto máme veľkú šancu vlastné riziko infekcie ovplyvniť. Žiaden pacient nás nemôže pri bežnom spoločenskom kontakte ohroziť. My mu však môžeme ublížiť svojim strachom, predsudkami a opovrhovaním. Pokúsme sa preto pretrhnúť bludný kruh strachu spoločnosti z pacientov a pacientov zo spoločnosti a nebojme sa dať najavo pacientom, že naďalej zostávajú našou našou rodinou, kamarátmi, známymi, kolegami a spolužiakmi!

NAJDÔLEŽITEJŠIE JE, ABY AJ HIV POZITÍVNY ČLOVEK NAĎALEJ OSTAL NAŠOU KAMARÁTOM, ZNÁMYM, KOLEGOM, SPOLUŽIAKOM, RODINOU...