



## **AIDS**

**A - aquired - pridobljen**

**I - immuno - imunski**

**D - deficiency - pomanjkljivost**

**S - syndrome – sindrom**

O aidsu (sindromu pridobljene imunske pomanjkljivosti) govorimo, kadar virus HIV tako oslabi bolnikov imunski (obrambni) sistem, da se število posebnih obrambnih celic v krvi zmanjša od normalnih 800-1050/mililiter na manj kot 200/mililiter. Oboleli nato postanejo hudo bolni in nazadnje umrejo zaradi bolezni, ki jih njihov imunski sistem ne more premagati, npr. posebna vrsta pljučnice, Kaposijev sarkom (kožni rak) ali meningitis (vnetje možganskih ovojnic).

Aids je sindrom, skupek bolezenskih znakov in simptomov, ki predstavljajo zadnjo, pozno fazo okužbe s HIV, ko se bolnikov imunski sistem ni več sposoben ubraniti oportunističnih okužb in ko se množično pojavljajo malignomi, sicer redki pri imunsko zdravih osebah.

## **FAZE OKUŽBE S HIV**

### **Akutni HIV-sindrom:**

razvije se približno dva do šest tednov po okužbi. To je blaga, kratkotrajna bolezen, ki je podobna gripi ali infekcijski mononukleozii<sup>1</sup>. Pogosti klinični znaki so zvišana telesna temperatura z močnim znojenjem, povečane bezgavke, vnetje žrela, makulopapulozni izpuščaji<sup>2</sup>, bolečine v mišicah in sklepih, driska, glavobol. Okuženi lahko že v tej fazi s spolnimi odnosi okuži druge ljudi!

### *Asimptomatska HIV-okužba:*

*Akutnemu HIV-sindromu oziroma obdobju, v katerem se le-ta običajno pojavi, sledi ponavadi obdobje brez simptomov. Inkubacijska doba od okužbe do izraženega aidsa traja danes v razvitem svetu okoli 10 let. V obdobju brez simptomov so ljudje brez težav, čeprav njihov imunski sistem postopoma popušča.*

### *Zgodnja simptomatska faza okužbe s HIV:*

*Nekateri bolniki razvijejo že kmalu po okužbi nespecifične splošne bolezenske znake, ki trajajo od nekaj tednov do enega leta. Med te simptome štejemo: utrujenost, subfibrilno stanje<sup>3</sup>, glavobol, nočno potenje, lažje ponavljajoče se driske, izguba apetita in hujšanje.*

### *Napredujoča simptomatska faza okužbe s HIV:*

*Imunski sistem hitro slabi, število limfocitov T pade pod 200/mm<sup>3</sup>. To je faza, v kateri lahko rečemo, da so okuženi že zboleli za aidsom. Bolniki postanejo zelo dovzetni za oportunistične okužbe in AIDS-demence, ki pa jih spremljajo tudi huje izraženi splošni simptomi: visoka temperatura, bruhanje, izguba apetita, driske ...*

### *Pozna faza HIV okužbe:*

*Imunski sistem je popolnoma porušen, število limfocitov T je na najmanjšem nivoju (pod 100/mm<sup>3</sup>). Bolnik je močno dovzeten za okužbe z citomegalovirusom, Mycobacterium-avium complex in k hudim oblikam demence in s tem k hitremu propadanju. Pogosti so še: limfomi možganov, razširjeni Kaposijev sarkom, toksoplazmoza možganov, kriptokokni meningitis ...*

### *Smrt:*

*Okužba s HIV se praviloma konča s smrtjo. Bolniku odpove eden od vitalnih organov. Človek, okužen s HIV, praviloma ne umre zaradi HIV, temveč zaradi drugih okužb, ki napadajo s HIV oslABLJENO telo. HIV je v tem primeru le posrednik smrti.*

### *Opombe:*

- 1 Nalezljiva virusna bolezen, za katero je značilna povišana raven limfocitov.*
- 2 Običajno gre za večje področje na koži, kjer se pojavijo rdečica in izpuščaji, ki so lahko različni.*
- 3 Rahlo povišana telesna temperatura.*

## **HIV**

**H - human - človeški**

**I - immunodeficiency - imunsko pomanjkljivost (oslabljen imunski sistem)**

**V - virus – virus**



HIV (virus človeške imunske pomanjkljivosti) napade človeške obrambne celice (predvsem limfocite, makrofage in celice mikroglije) in tako oslabi obrambni sistem. Zato postane telo dovzetnejše za različne okužbe. HIV je povzročitelj sindroma pridobljene imunske pomanjkljivosti (AIDS). Spada v rod Lentivirusov, ki pripada družini Retroviridae. Poznamo dva tipa: HIV-1 in HIV-2, v vsakem tipu pa še številne podtipe.

Če so s testom v tvoji krvi ugotovili prisotnost HIV, to ne pomeni, da si zbolel za aidsom.

## **RAZŠIRJENOST AIDSA V SLOVENIJI IN DRUGOD**

Po podatkih Inštituta za varovanje zdravja Republike Slovenije v Sloveniji trenutno živi najmanj 88 okuženih s HIV. Od tega jih je 23 že zbolelo za aidsom. To so le prijavljeni primeri. Ocenjujejo pa, da je v Sloveniji še relativno malo okuženih s HIV, manj kot 1 na 1000 prebivalcev, morda celo samo 1 na 10.000. Še vedno so najbolj prizadeti moški, ki imajo spolne odnose z moškimi. Izstopajo tudi okuženi, ki so imeli nezaščitene spolne odnose v državah, kjer je okuženih že zelo veliko ljudi. K sreči se po razpoložljivih podatkih še ni začelo hitro širjenje okužb med tisočimi injicirajočih uživalcev nedovoljenih drog in njihovimi spolnimi partnerji, kar bi lahko povzročilo zelo hitro rast števila okuženih v Sloveniji.

V letu 1999 je do 26. novembra zaradi aidsa umrlo 5 bolnikov in ena bolnica. Za aidsom je na novo obolelo 6 moških in 2 ženski. Od šestih moških bolnikov jih je 5 imelo spolne odnose z moškimi, eden pa je injiciral nedovoljene droge. Obe bolnici sta se predvidoma okužili z nezaščitnimi spolnimi odnosi. Poleg tega je bilo prijavljenih še 5 oseb z na novo diagnosticirano okužbo s HIV, kjer se obolenje aids še ni razvilo.

Razvoj epidemije bo v prihodnosti pogojen z velikostjo skupin prebivalcev z visoko tveganim vedenjem. Gre predvsem za tiste, ki imajo pogoste nezaščitene

*spolne odnose s številnimi partnerji oziroma s partnerji, ki imajo številne druge partnerje (prostitutkami), tiste, ki souporabljajo pribor za injiciranje nedovoljenih drog, in njihove spolne partnerje.*

### ***Do okužbe lahko pride, če:***

- Imaš nezaščitene spolne odnose*
- Uporabljaš za vbrizgavanje drog že uporabljene igle*
- HIV pa se prenaša tudi s HIV pozitivnih mamic na otroke (preko krvi in z dojenjem).*

*Zanimivo je dejstvo da se HIV lahko prenaša preko očesne mrenice.*

### ***Do okužbe pa ne more priti:***

- Pri pitju iz iste skodelice*
- Na straniščih*
- V bazenih*
- S piki komarjev in klopov*
- S poljubljanjem*
- Z objemanjem*
- Z dotikanjem*
- Pri darovanju krvi*

### ***Transfuzije:***

*Od leta 1986, ko se je začelo rutinsko in obvezno testiranje krvi ter izločanje in uničevanje vse krvi s protitelesi proti HIV, ni bilo več dokazane okužbe s HIV zaradi prijete transfuzije. Zaradi diagnostičnega okna(to je čas od trenutka okužbe do trenutka, ko lahko okužbo dokažemo) je glede na število okuženih med prebivalstvom možnost prenosa s transfuzijo krvi 1/ 1-2 milijona prebivalcev, torej glede na število transfuzij 1/ 10-20 let.*

## ***TESTIRANJE OKUŽENOSTI***

*Ko se odločimo na testiranje obiščemo ustanovo, ki je opremljena za odvzem krvi na HIV. Ponavadi se še pred testiranjem srečamo z zdravnikom, s katerim imamo pogovor o poteku testiranja, pomenu testa in preostalih podrobnostih vezanih na raziskave. Nato odidemo v laboratorij, kjer nam odvzamejo kri kot pri običajnem odvzemu; na kar pošljejo vzorce krvi v za take preiskave primerne laboratorije. Rezultati so znani že v nekaj dneh. Praviloma, se je potrebno pri zdravniku še enkrat oglasiti kjer v naslednjem pogovoru zvemo*

rezultate. Le izjemoma in ne ravno priporočljiva je poizvedba o rezultatih preko telefona. Zdravnik je zavezan poklicni molčečnosti in bi moral postati zaupni partner bolnika v bolezni. Pri negativnih rezultatih pa nas bo znal najbolje usmerjati naprej. Testiranje je potrebno pogosto ponoviti čez nekaj mesecev, da se prepričamo v pravilnost rezultata. Nekateri posamezniki izgradijo protitelesa proti virusu še v nekaj mesecih po okužbi.

V zadnjih letih se je razmahnilo testiranje HIV s slino, zlasti v populaciji intravenskih uživalcev drog in malih otrok. Odvzem je hiter, enostaven, neboleč in ne zahteva prisotnost medicinskega osebja. Metode so visoko specifične in občutljive in zato popolnoma enakovredno nadomeščajo krvno dokazovanje. So pa zelo dragi.

Če bi se tudi vi želeli testirati je najbolje da se pogovorite z svojim osebnim zdravnikom, on vam bo že vedel kako svetovati. Testiranja so ponavadi anonimna.

## **ZDRAVLJENJE:**

Zdravila ali cepiva proti virusu HIV še ni. Znanstveniki se zelo trudijo, zato verjamemo da je ta čas vedno bližje. Do takrat pa je edino pravo zdravilo preventiva, ker okužbo z virusom HIV lahko preprečimo. Preprečimo jo lahko z našo osveščenostjo, načinom življenja, uporabo kondoma...

Poznamo več zdravil, ki zavirajo razmnoževanje virusa in s temi zdravili se je življenjska doba ljudi, ki so okuženi z virusom HIV močno povečala. Ta zdravila odstranijo virus HIV iz krvi, vendar ga ne uničijo. Zdravljenje s kombinacijo številnih zdravil je zelo zapleteno in tudi drago.

Pojav akutnega HIV sindroma je povod za takojšne zdravljenje s protivirusnimi zdravili. Tako zmanjšamo začetno visoko koncentracijo virusa v telesu in preprečimo razvoj na zdravila odpornih HIV-1 virusov. Z izboljšanjem možnosti preprečevanja in zdravljenja oportunističnih okužb se je prav tako podaljšalo preživetje in izboljšala kakovost življenja ljudi, okuženih s HIV. Tveganje za nastanek oportunističnih okužb narašča s stopnjo in trajanjem imunske pomanjkljivosti. Ogroženost zaradi okužb določamo s koncentracijo limfocitov T4. Manjša je njihova koncentracija, večja je možnost okužb.

### **Kako preprečiti okužbo ?**

Onemogočite izmenjavo okuženih telesnih tekočin in izogibajte se nezaščitenemu kontaktu z okuženimi deli telesa, torej da ne dovoliš, da bi kri,

sperma, nožnični izločki ali materino mleko prišli v stik s tvojo krvjo ali sluznico.

### ***Nekaj pravil ki bi jih morali upoštevati vsi, ki želijo zmanjšati možnost okužbe:***

- 1. obojestranska zvestoba partnerjev*
- 2. spolna vzdržnost (npr. odlašanje s prvim spolnim odnosom)*
- 3. varnejši spolni stiki (brez spolnega odnosa)*
- 4. zmanjšanje števila partnerjev*
- 5. pravilna uporaba kondoma ob vsakem spolnem odnosu*

*Najbolj sigurna zaščita je kondom, ni cisto 100% je pa zelo blizu. AIDS-u se lahko izognemo tudi z stalnim partnerjem s pogojem da partner ni okužen. Splovila lahko zaščitite tako, da si nadenete kondom. Pri kunilinkciji naj se žensko splovilo zaščiti s pomočjo posebnega tankega, gumijastega ščitnika. Pri ročni stimulaciji ščetavčka, G-točke in prostate pa uporabljajte posebno pripravljene rokavice. Kondomi, rokavice in gumijasti ščitniki so za enkratno uporabo. Po vsakem spolnem aktu jih je treba zamenjati.*

## **KONDOMI:**

*Kondomi so zelo učinkovito sredstvo za preprečevanje okužbe s spolno prenosljivimi boleznimi. Če želite zmanjšati možnost, da se pretrže, potem dosledno upoštevajte naslednje točke:*

*Odvrzite vsak kondom, ki mu je pretekel rok uporabe ali ki so ga proizvedli pred več kot štirimi leti.*

*Ne hranite kondomov na kraju, kjer jih lahko prebodemo ali kjer je temperatura previsoka. Zato naj moški pazijo, da ne hranijo kondomov v denarnicah, kjer se segrevajo. Ženske pa naj se izogibajo navadi, da spravijo kondom v isti žep torbice, kjer imajo ličila, sponke ali ključke. Vse to lahko kondom poškoduje in povzroči, da se kondom pri uporabi pretrže. Upoštevajte, da se kondom lahko pokvari tudi ob stiku s prstani, nakitom in zobmi. Bodite torej previdni pri uporabi kondomov.*

*Odprite zavojček s kondomom previdno, tako da pri robu navpično s prsti pretržete ovojnico. Ne odpirajte zavojčka z zobmi, saj lahko tako kondom poškodujete. Prav tako ne uporabljajte kondoma, če je zavojček poškodovan ali pretrgan.*

*Ne preizkušajte kondoma tako, da ga raztegnete, da ga napolnete z vodo ali celo napihnete. S tem boste le povečali možnosti, da bo kondom med uporabo počil.*

*Ne nataknite kondoma, dokler ni erekcija na višku.*

*Uporabljajte kondome, ki so primerno veliki za vaše splovilo. Premajhni kondomi se lahko namreč pretrgajo. Poleg tega morate upoštevati, da so nekateri kondomi odpornejši kot drugi. Če ste torej imeli težave z določeno vrsto kondomov, zakaj ne poskusite kakšno drugo, močnejšo vrsto? Če pa so bili uporabljeni kondomi premajhni za vaše splovilo, poskusite zelo široke (extra wide) kondome, ki so primerni za moške z debelim penisom.*

*Uporabljajte lubrikant na zunanji strani kondoma. Dodajajte ga tudi večkrat med spolnim občevanjem. Nemudoma ga uporabite predvsem takrat, ko začutite, da je postal kondom toplejši.*

*Naučite se večkrat preverjati stanje kondoma med spolnim občevanjem.*

*Preberite navodila ki so priložena kondomom.*

## **AIDS V AFRIKI:**

*ADDIS ABABA, ETIOPIJA - Združeni narodi so v petek javnost opozorili, da bo v Afriki do leta 2025 umrlo za aidsom že preko 80 milijonov ljudi, z virusom HIV pa se bo okužili 90 milijonov ljudi. Sedaj je okuženih 25 milijonov Afričanov, za zdravljenje in preventivo pa bi ta predel sveta potreboval 200 bilijonov dolarjev. S tem denarjem bi rešili 16 milijonov ljudi pred smrtjo, 43 milijonov pa pred okužbo, vendar donatorji ne morejo nameniti toliko denarja.*

*V svojem poročilu, ki nosi naslov AIDS v Afriki, so Združeni narodi podali tri možne scenarije, ki bodo prizadeli ta kontinent v prihodnjih dvajsetih letih. Scenariji se med seboj razlikujejo zgolj p o finančnih sredstvih, ki jih bodo namenile druge države za pomoč okuženim in obolelim v tem predelu sveta.*

*Raziskovalci so tako odkrili, da bi se, kljub masivni finančni podpori in boljšemu zdravljenju, število žrtev ustavilo pri številki 67 milijonov.*

*V Afriki ima AIDS več posledic, kot kjer koli po svetu. Bolezen se je razširila tako daleč, da okoli 11.5 milijonov ljudi umre zaradi AIDSa – od tega je četrtnina otrok.*

## **DEJSTVA:**

*\* V Afriki živi 90% vseh otrok, starih pod 15 let, ki imajo to bolezen.*



*\* 83% vseh smrti zaradi AIDSa številčijo v Afriki.*

*\* V Namibiji, Botsvani in Zimbabve ima okrog 20% ljudi starih od 15 do 46 let to bolezen*

*\* 95% sirot sveta z AIDSOM živi ravno v Afriki.*

*\* V Južni Afriki umre polovica fantov starih 15 let zaradi AIDSa*

*\* 13% deklet starih do 20 let je nosečih in imajo AIDS.*

*\* Zaradi povečane okuženosti s to boleznijo, se je povečalo število posilstev nad mladoletnicami, ki še niso bile spolno aktivne*

*\* Mnogo držav je problem z AIDSOM enostavno zavrglo, ker nimajo sredstev, da bi se proti bolezni učinkovito borili. V prihodnosti se lahko zgodi, da bo bolnišnica zaprla vrata številnim bolnikom, okuženih z AIDSOM.*

**SLIKE:**



**AFRIKA**

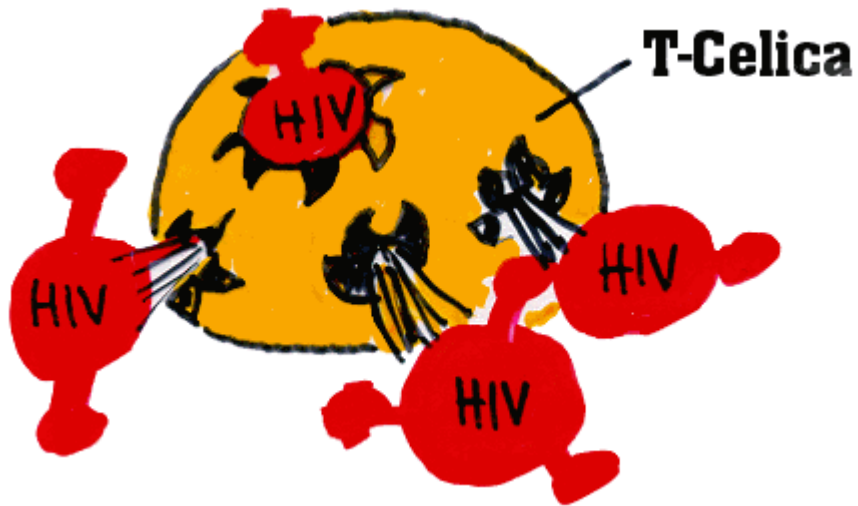




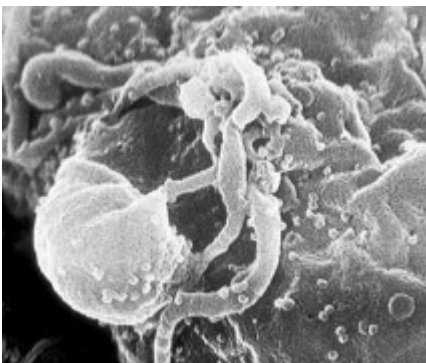
INEKCIJA



SIMBOL



HIV



VIRUS HIV

