

## Svetový deň boja proti AIDS 1.december

Prvý decembrový deň je už od roku 1988 na celom svete venovaný boju proti AIDS. Jeho cieľom je upozorňovať ľudí na problém AIDS, zlepšiť ich vedomosti o tejto chorobe, jej šírení a najmä prevencii.

Ústrednou témou tohto ročníka je: „Najrýchlejšou cestou k eliminácii AIDS“ Fast-Track to End AIDS. Pri príležitosti tohtoročného svetového dňa UNAIDS vydal správu Get on the Fast-Track — The life-cycle approach to HIV. V správe sa konštatuje, 18,2 milióna ľudí s infekciou HIV sa v súčasnosti lieči. To potvrdzuje, že nové metódy detekcie a liečby HIV (“fast-track”) fungujú a treba ich naďalej čo najviac a čo najlepšie uplatňovať. Vedie to k znižovaniu úmrtností detí aj dospelých. Dôraz treba klásť na tzv. ko-infekcie s inými chorobami. Kombinácia infekcie HIV a tuberkulózy je dôvodom tretiny úmrtí ľudí s HIV/AIDS. Sú to úmrtia z veľkej časti zbytočné, ak by sa na koinfekciu týchto ochorení robili potrebné vyšetrenia a poskytovala správna liečba. V Európe sa zdravotníci zaoberajú aj narastajúcou koinfekciou HIV a hepatitídy.

Symbolom svetového dňa boja proti AIDS je červená stužka. Červená stužka je medzinárodným symbolom solidarity s ľuďmi žijúcimi s HIV alebo AIDS. Vyjadrujú tým, že: „zaujímam sa o tému HIV a AIDS“, „som znepokojený/á“ , „venujem sa vzdelávaniu, aby sa HIV nešírilo“. Červená stužka tu je aj pre tých, ktorí hovoria „pomáham ľuďom, ktorí žijú s HIV a AIDS“. Červená stužka je symbolom nádeje, že sa objaví účinná vakcína a spôsob liečby. Projekt „Červené stužky“ bol zahájený v roku 1991 zásluhou Visual AIDS, charitatívnej skupiny umelcov so sídlom v New Yorku, ktorá sa snaží rešpektovať, uznávať a zachovať v úcte priateľov a kolegov, ktorí už zomreli, alebo zomierajú na AIDS.

HIV je skratka pre Human Immunodeficiency Virus. Tento vírus patrí do skupiny vírusov, označovaných ako „retrovírusy“. Vírus HIV napáda imunitný systém, v ľudskom organizme napadá určitú skupinu bielych krviniek, T lymfocytov, v ktorých sa množí, neskôr ich aj zabíja a znižuje tak ich počet v tele napadnutého človeka. Výrazný pokles počtu bielych krviniek, ktoré hrajú dôležitú úlohu v obranyschopnosti ľudského organizmu vedie k zlyhávaniu imunity a rozvíja sa v ochorenie AIDS.

Človek nakazený vírusom HIV nemusí mať aj niekoľko rokov žiadne zdravotné problémy. Tomuto obdobiu sa hovorí bezpríznakové nosičstvo vírusu HIV. Ale aj v tejto dobe môže nakazený preniesť infekciu na ďalšie osoby. Pritom sám vyzerá a cíti sa celkom zdravý a ani jeho partner na ňom nič nespozná. Prítomnosť HIV sa dá zistiť len laboratórnym vyšetrením. Pokiaľ sa zistí u testovaného pozitívny nález, tak človek sa stáva "HIV pozitívny". Podľa súčasných znalostí nedá sa s určitosťou povedať, či sa u všetkých HIV nakazených osôb prejaví ochorenie. U väčšiny z nich dôjde k rozvoju ochorenia AIDS obyčajne za 10 – 15 rokov po infekcii. To, ako dlho dôjde k rozvinutiu ochorenia (rýchlosť od nakazenia HIV k vypuknutiu AIDS) ovplyvňuje mnoho faktorov:

úroveň obranyschopnosti organizmu, genetické faktory, prídavné infekcie a ochorenia (napr. TBC, alebo sexuálne prenosné choroby, životný štýl

Vírus HIV sa vyskytuje v dvoch typoch označovaných ako: HIV – 1 a HIV – 2, ktoré sa od seba líšia v zložení vírusového obalu, ale napr. aj geografickým výskytom. HIV-1 sa vyskytuje v Európe a na Americkom a Ázijskom kontinente. HIV-2 sa vyskytuje na západnom pobreží Afriky.

Vírus sa nachádza v telesných tekutinách nakazenej osoby (krv, spermie, vaginálny sekrét, materské mlieko)

### **Možnosti prenosu infekcie HIV**

K prenosu dochádza kontaktom telesnej tekutiny obsahujúcej vírus HIV so sliznicou alebo otvorenou ranou. Bežný kontakt s nakazenou osobou nepredstavuje žiadne riziko !HIV sa prenáša:

#### **1.krvou**

#### **2.nechráneným pohlavným stykom**

#### **3.z matky na dieťa**

**1 Prenos krvou** -Krv je z hľadiska prenosu najnebezpečnejšou tekutinou. Darcovstvom krvi je možnosť prenosu HIV krvou a krvnými derivátmi veľmi nízka, vzhľadom na používané technológie na testovanie krvi a na výber darcov. V SR sa žiadny prípad prenosu HIV cez transfúziu krvi doposiaľ nepotvrdil.

Osobitnú skupinu ľudí predstavujú užívatelia drog, najmä v prípade, ak spoločne používajú ihly, striekačky i roztok drogy, sú ohrození prenosom HIV. V prípade poranenia sa pohodou iniekčnou striekačkou je riziko prenosu HIV nízke, pretože vírus na vzduchu rýchlo hynie. Omnoho vyššie je však riziko prenosu hepatitíd typu A, B a C.

Rizikové sú tiež zákroky ako tetovanie, piercing, prepichovanie uší a akupunktúra. Je preto nevyhnutné, aby takéto zákroky vykonávali len ľudia s platnou licenciou, ktorí dodržia zásady hygieny a ochrany zdravia svojich zákazníkov / pacientov.

**2 Nechránený pohlavný styk**- Ide o najčastejšiu cestu prenosu. Akýkoľvek nechránený sexuálny styk s osobou, ktorej zdravotný stav nie je známy, je rizikový. Prenos HIV sexuálnym stykom bol zaznamenaný z:

- muža na ženu
- ženy na muža
- z muža na muža
- z ženy na ženu

#### **K prenosu dochádza pri:**

vaginálnom styku, análnom styku, orálnom styku

Dochádza tu ku kontaktu slizníc so sexuálnymi sekrétmi alebo krvou partnerov. **Riziko prenosu infekcie HIV z muža na ženu je vyššie** ako z infikovanej ženy na muža, **čo súvisí s vyšším množstvom vírusu v spermiiach než v pošvovom sekréte**. Žena je vystavená väčšiemu množstvu vírusom vo väčšom množstve a po dlhšiu dobu. V prípade análneho styku je väčšiemu riziku vystavený príjemca.

**3 Prenos z matky na dieťa** - K prenosu infekcie HIV z matky na dieťa môže dôjsť počas tehotenstva, počas pôrodu alebo pri dojčení. Najčastejšie je to však počas pôrodu. V súčasnosti vďaka kombinovanej terapii, ktorá sa podáva budúcim mamičkám počas tehotenstva a novorodencom šesť týždňov po pôrode, sa prenos infekcie HIV z matky na dieťa zredukoval na 7-8%. HIV-pozitívnym matkám sa po pôrode neodporúča dojčiť svoje dieťa. Cisársky pôrod znižuje riziko prenosu HIV na dieťa prostredníctvom telesných tekutín matky

#### **HIV sa nemôže prenieť**

- Bodnutím hmyzom - komáre, kliešte, muchy
- Pri bežnom spoločenskom styku - napríklad podaním ruky, používaním telefónneho slúchadla, behom spoločného pobytu v miestnosti
- Spoločným používaním kuchynského riadu
- Pri používaní WC, sprchy, bazénu a sauny
- Pri bývaní v spoločnej domácnosti. Nikdy neboli infikovaní členovia domácnosti, ktorí s HIV pozitívnym bývali (a nemali s ním pohlavný styk alebo neužívali drogy)
- Bozkom - sliny HIV pozitívneho sice môžu obsahovať vírus, ale vo veľmi malom množstve. Navyše v slinách sú obsiahnuté látky, ktoré vírus ničia.
- Sexuálnymi praktikami (petting), ktoré možno označiť z hľadiska možností prenosu HIV ako nerizikové, sem patria objímanie, maznanie, dráždenie pohlavných orgánov rukou partnera či partnerky bez kontaktu s jeho spermou či s pošvovým sekrétom.

#### **PREVENCIA - ako sa možno chrániť:**

- **Vzájomné poznanie zdravotného stavu partnerov,**
- **Vernosť, mať jedného stáleho sexuálneho partnera,**
- **Správne používanie kondómu - bezpečný sex,**
- **Vyhýbať sa spoločnému užívaniu hygienických potrieb ako žiletky, rovnako ako nedostatočne sterilizovaným nástrojom pri prevádzaní niektorých kozmetických úkonov (tetovanie, prepichovanie uší a pod.).**
- **Gumovými rukavicami sa chráňte pred poranením použitými nástrojmi.**
- **Drogám je najlepšie sa vyhnúť, hlavne ich injekčnému užitiu, ak už, tak mať vždy len svoju ihlu, striekačku a roztok drogy.**
- **Represívnou prevenciou sú hlásenia HIV positivity, ochorení na AIDS a úmrtí referenčnými laboratóriami. Pre výstrahu i pre pomoc...**
- **Opatrnosť žien v plodnom veku (Každá žena, ktorá sa domnieva, že bola vystavená vírusu HIV by sa mala skôr ako počne dieťa alebo hneď na začiatku zisteného tehotenstva poradiť s lekárom).**

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

Spracovalo: oddelenie výchovy k zdraviu

Použitá literatúra:<http://www.who.sk/medzinarodny-den/svetovy-den-aids/>