



Światowy Dzień AIDS – 1 grudnia.



Co warto wiedzieć o HIV i AIDS?

HIV

Zakażenie HIV oznacza, że w organizmie człowieka znajduje się wirus nabytego niedoboru (upośledzenia) odporności. Wirus mnoży się i niszczy układ odpornościowy zakażonej osoby, który po pewnym czasie przestaje chronić organizm przed chorobami. Zakażenie HIV nie daje charakterystycznych objawów. Jeśli nie zrobi się testu diagnostycznego można nawet przez 10-12 lat nie wiedzieć o tym, że uległo się zakażeniu. Osoba, która nie wie, że żyje z HIV, może zachorować na AIDS. Może też zakażać innych.

AIDS

Nieleczone zakażenie HIV prowadzi do rozwoju AIDS, czyli zespołu nabytego niedoboru (upośledzenia) odporności. AIDS to końcowy etap NIELECZONEGO zakażenia HIV. To zespół chorób atakujących osoby zakażone HIV. Zaliczamy do niego różne infekcje i typy nowotworów. AIDS występuje po wielu latach trwania infekcji HIV u osób, które o swoim zakażeniu nie wiedzą. Osoby, które wiedzą o swoim zakażeniu objęte są nowoczesną terapią antyretrowirusową, która zapobiega wystąpieniu AIDS. Warto się testować!

Kilka faktów:

- Symbolem solidarności z osobami żyjącymi z HIV i AIDS i ich bliskimi jest Czerwona Kokardka
- Co 6 sekund...
Zdaniem ekspertów z Krajowego Centrum AIDS dokładnie, co 6 sekund na całym świecie dochodzi do zarażenia wirusem HIV. Większość osób będących zakażonymi nie jest tego świadoma.
- HIV i AIDS w Polsce - oficjalne dane od początku epidemii (1985 r.) do 30 kwietnia 2019 r. roku zgłoszonych i zarejestrowanych przypadków:
 - 24 303 osób zakażonych ogółem
 - 3 692 osób ma AID
 - 1 418 chorych zmarło

DROGI ZAKAŻENIA HIV

Wirus może przenieść się tylko na **3 sposoby**:

- Podczas stosunków seksualnych z osobą zakażoną z penetracją (analnych lub dopochwowych) bez zastosowania zabezpieczenia (prezerwatywy) oraz przy kontakcie oralnym, gdy jest się stroną aktywną, czyli ma się kontakt z wydzielinami narządów płciowych partnera.
- Przez kontakt z zakażoną krwią innej osoby, gdy widoczna ilość świeżej krwi dostanie się do otwartej rany bądź też błon śluzowych, np. poprzez wielokrotne wykorzystywanie igieł i strzykawek (narkomani).
- W czasie ciąży, podczas porodu lub karmienia dziecka piersią przez matkę zakażoną HIV.

JAK NIE MOŻNA ZAKAZIĆ SIĘ HIV?

- HIV nie można zakazić się w taki sam sposób jak przeziębieniem lub grypą. HIV nie przenosi się poprzez kaszel lub kichanie.
- Nie można zakazić się HIV od psów, kotów lub innych zwierząt. Jak sama nazwa HIV mówi, jest to LUDZKI (human) wirus upośledzenia odporności, czyli zakazić się nim można tylko od innego człowieka.
- Komary nie przenoszą HIV!!! Udowodniono to badając same komary, a także wykonując badania wśród osób mieszkających w miejscach, gdzie komary występują przez cały rok.
- Mieszkanie pod jednym dachem z osobą zakażoną HIV nie stwarza ryzyka przeniesienia zakażenia, pod warunkiem przestrzegania podstawowych zasad higieny: każdy z domowników powinien mieć własną szczoteczkę do zębów i maszynkę do golenia.
- Nie można zakazić się HIV poprzez dotykanie skóry osoby zakażonej, nawet, jeśli jest spocona (pot nie zawiera wirusa HIV, co wykazano w badaniach doświadczalnych). Łzy także nie zawierają HIV.
- Nie można zakazić się HIV poprzez korzystanie ze wspólnych sztućców, talerzy i innych naczyń, poprzez korzystanie ze wspólnej łazienki czy ubikacji, podczas pływania w basenie, w teatrze, w kinie, w autobusie i tym podobnych miejscach.

GDZIE WYKONAĆ TEST?

Testy wykonywane są w Punktach Konsultacyjno-Diagnostycznych, gdzie można je zrobić bezpłatnie i anonimowo; a także w wybranych przychodniach, szpitalach, laboratoriach. Czas oczekiwania na wynik testu trwa od jednego do kilku dni, w zależności od miejsca wykonywania badania. Wynik testu odbiera się wyłącznie osobiście.

Aktualizowana na bieżąco lista Punktów Konsultacyjno-Diagnostycznych na terenie województwa mazowieckiego i całej Polski jest dostępna na stronie Krajowego Centrum ds. AIDS <https://aids.gov.pl/pkd/>

WAŻNE!!!

1. Po pierwsze, zakażenie HIV wykryte odpowiednio wcześnie, pozwala podjąć właściwe leczenie, zapobiegać rozwojowi choroby i nie dopuścić do rozwinięcia się AIDS.
2. Po drugie, test można wykonać anonimowo, bezpłatnie, bez skierowania oraz zapisów w Punktach Konsultacyjno-Diagnostycznych (PKD). Wykaz wszystkich PKD w poszczególnych miastach w Polsce jest dostępny na stronie [Krajowego Centrum ds. AIDS](#)

ŹRÓDŁA RZETELNEJ WIEDZY O HIV/AIDS:

- <https://aids.gov.pl/>
- www.pzh.gov.pl
- <https://fes.edu.pl/>
- https://aids.gov.pl/hiv_aids/450-2-2
- <http://wsse.waw.pl/files/wsse/Do%20strony%20WSSE/Pliki/Promocja%20Zdrowia/Programy/Krajowy%20program%20zwalczenia%20AIDS/E-informator%2002.2016.pdf>
- https://aids.gov.pl/hiv_aids/jakniemoznazakzic

za <https://aids.gov.pl/>, <http://www.wsse.katowice.pl/art,267,1-grudnia-swiatowy-dzien-aids>, <https://www.medonet.pl/zdrowie,swiatowy-dzien-aids--jak-dzis-zwalcza-sie-wirusa-hiv--hiv-w-polsce,artykul,1735270.html>, <http://pssesepolnokrajskie.pl/2018/12/03/1-grudnia-swiatowy-dzien-aids-2/>