

HIV i AIDS

Jednym z najgroźniejszych wirusów, który może zostać przekazany drogą płciową jest HIV. Dlatego warto dowiedzieć się, w jaki sposób możemy zarazić się tym wirusem, a w jakich sytuacjach nam to zupełnie nie grozi.

HIV to ludzki wirus niedoboru odporności. Skrót HIV wziął się od pierwszych liter jego pełnej angielskiej nazwy: *Human Immunodeficiency Virus*.

Zarażenie się wirusem HIV powoduje zanik obronności organizmu. Pojawiają się różne zakażenia i choroby, które nie występują przy prawidłowej odporności organizmu. HIV bardzo długo może przebiegać bezobjawowo. Dlatego wielu ludzi HIV-pozytywnych (czyli takich którzy są zakażeni, ale nie występują u nich objawy chorobowe związane z AIDS) nie wie o swoim zakażeniu. Jeśli jesteśmy w grupie podwyższonego ryzyka zarażeniem wirusem HIV, powinniśmy regularnie wykonywać kontrolne badania krwi.

Badania w kierunku HIV są wykonywane bezpłatnie i anonimowo w specjalnych poradniach. Ich adresy znajdziesz na stronie internetowej www.aids.gov.pl. Aby wykonać te badania, nie potrzeba specjalnego skierowania. Prawo gwarantuje poufność wyników, które poznacie tylko Ty i Twój lekarz.

Test na obecność HIV ma na celu wykrycie obecności przeciwciał anti-HIV w ludzkiej krwi. Nasz organizm zaczyna je produkować, kiedy jesteśmy zarażeni. To ich obecność w naszej krwi jest dowodem na to, że jesteśmy nosicielami HIV. Jednak zanim nasz organizm zareaguje na wirus HIV, mija trochę czasu. Przeciwciała mogą być wykryte dopiero po trzech miesiącach od czasu zakażenia. Dlatego jeśli podejrzewasz, że mogłeś/aś zostać zarażony/a, zachowaj szczególną ostrożność przez trzy miesiące, a po upływie tego czasu,

➔ **Jak można zarazić się HIV?**

Wirus HIV obecny jest we krwi oraz płynach ustrojowych (sperma, preejakulat i wydzielina z pochwy) osób zakażonych. Wirus przenoszony jest:

- drogą płciową poprzez stosunek seksualny bez zabezpieczenia (waginalny, analny, oralny);
- poprzez używanie wspólnej igły do wstrzykiwania środków odurzających przez osoby stosujące narkotyki;
- poprzez zabiegi medyczne lub kosmetyczne (tatuáže, piercing, manicure, pedicure i inne) wykonywane niesterylnymi materiałami lub sprzętem, a ze względu na swoją specyfikę wymagające sterylności;
- bezpośredni kontakt z krwią zakażonych osób, gdy jest przerwana ciągłość skóry (rany, skaleczenie);
- w trakcie ciąży, porodu lub karmienia piersią dziecka przez matkę zakażoną HIV.

Jeśli pojawiają się objawy zakażenia tym wirusem, mówimy o rozwoju AIDS.

Aby ustrzec się przed zakażeniem wirusem HIV, należy przestrzegać kilku zasad:

- bądź wierny/a partnerce/owi i oczekuj wierności od partnerki/ra;
- nie podejmuj przypadkowych kontaktów seksualnych bez zabezpieczenia (prezerwatywy) - nigdy nie masz pewności, czy Twój partner/Twoja partnerka nie jest zakażony/a HIV;
- ogranicz liczbę partnerów, każda zmiana partnera zwiększa ryzyko zakażenia HIV;
- pamiętaj, że właściwie użyta prezerwatywa zmniejsza ryzyko zakażenia HIV;
- poddawaj się testom w kierunku HIV, najlepiej wspólnie z nowym partnerem seksualnym/nową partnerką seksualną lub gdy zachowałeś/aś się ryzykownie;
- używaj tylko własnych przyborów higienicznych, takich jak żyletka czy szczoteczka do zębów;