

КАКВО Е ХИВ?

ХИВ е вирус, който атакува имунната /защитна/ система на човека, така че тя не може да осигури защита на организма срещу болести и инфекции. В превод от английски /HIV/ ХИВ означава „вирус на човешката имунна недостатъчност“:



Human/Човешки – означава че този вирус може да инфектира само човешки същества. Растения, животни и насекоми не могат да се заразяват с ХИВ и следователно те не могат да пренасят инфекцията т.е. те не са резервоари на ХИВ

Immunodeficiency/Имунен дефицит – означава че вирусът намалява ефективността и способността на имунната система да функционира правилно. ХИВ поражават органите и клетките, които осигуряват способността на организма да противодейства и да се защитава срещу външни болестотворни бактерии, вируси, гъби, както и да контролира процесите, които водят до злокачествени заболявания.

Virus/Вирус – означава изключително малък по размери инфекциозен агент, който не може да се само възпроизвежда. Той се възпроизвежда само, когато превзема човешките клетки.

КАКВО Е СПИН?

СПИН означава синдром на придобитата имунна недостатъчност:

Синдром – означава съвкупност от физически признаци и клинични симптоми,

Придобита – означава, че това е състояние, с което човек не се ражда или се предава по генетичен път, но го придобива като се заразява.

Имунна – означава, че синдромът засяга имунната система, която при нормално функциониране отблъсква болестотворни организми, бактерии и вируси.

Недостатъчност - защото имунната система не може успешно да се бори с инфекциите и болестите, които я атакуват

СПИН или синдром на придобитата имунна недостатъчност се развива при инфектиране с човешки имунодефицитен вирус или ХИВ. Инфектираните с ХИВ се наричат серопозитивни или вирусоносители. След инфектирането с ХИВ човек може да живее с вируса в кръвта си в продължение на години и да се чувства здрав дълго след като този вирус е попаднал в организма.

ХИВ-инфекцията е бавно развиващо се и прогрессиращо заболяване, което преминава през няколко стадия докато причини СПИН:

Остра ХИВ-инфекция – се нарича периодът от първите две до четири седмици след заразяването с вируса ХИВ, когато при около 40-90% от инфектираните се

появяват неспецифични симптоми. Най-често оплакванията са подобни на тези при настинка: висока температура, болки в гърлото, увеличени лимфни възли, обриви по кожата, мускулни болки, отпадналост, главоболие, неврологична симптоматика. Продължителността на оплакванията е обикновено около две седмици, след което и без лечение отзвучават. Обикновено в тази фаза никой не обвързва оплакванията с диагнозата ХИВ инфекция. Ако бъде направен тест за ХИВ, той ще бъде отрицателен или неопределен.

Сероконверсия /”прозоречен период”/– средно от 1 до 3 месеца след заразяването организмът започва да образува ХИВ антитела в кръвта на заразените. Антителата са специализирани клетки и разтворими протеини, които отбраняват организма срещу вируса и целят да намалят неговото количество в кръвта. Ако в този стадий бъде направен тест за ХИВ, той ще се позитивира.

ХИВ позитивният резултат все още не означава че човекът е болен от СПИН!

Безсимптомен стадий – в следващите години /средно от 8 до 10/ инфекцията с ХИВ е налице, но заразените нямат оплаквания и се чувстват здрави. Някои могат да имат увеличени лимфни възли в две или повече несъседни области. В този стадий, единственият начин, по който човек може да разбере, че е заразен, е да си направи кръвен тест за ХИВ.

СПИН – това е последният стадий на заболяването, в който имунната система е тежко увредена. В тази фаза организмът е податлив на всякакви видове инфекции, паразити, вируси или бактерии, които обикновено не могат да предизвикат болест у хора с нормална имунна система, но се „възползват“ от отслабената имунна система на хората с ХИВ – ракови болести, тежка загуба на тегло и снижаване на интелекта

Времето необходимо, за да се развие ХИВ инфекцията в СПИН обикновено е между 8 и 10 години, въпреки че този период може да варира във всеки индивидуален случай.

През този период човек носи вируса и може неумишлено да инфектира партньорите си.

КАК МОГА ДА СЕ ЗАРАЗЯ С ХИВ?

Заболяването се предава от човек на човек. Вирусът на СПИН се съдържа в повечето телесни течности на инфектирания човек, но единствено в кръвта, спермата, вагиналният секрет и кърмата има достатъчно количество вируси, за да се осъществи заразяването. Можеш да бъдеш инфектиран с ХИВ при директен контакт с някоя от тези течности на човек-носител на вируса.

Основните пътища за предаване на инфекцията са три: сексуален, кръвен и вертикален

Сексуален път



Инфекцията може да се предаде при сексуален контакт с инфектиран партньор – мъж или жена. Всеки сексуален акт без предпазни средства излага човек на риск от заразяване, но не всеки контакт води до инфектиране. Рискът от предаване на инфекцията се увеличава, когато партньорите имат и друга сексуално-предавана инфекция /сифилис, гонорея, хламидии и т.н./

Заразяването с ХИВ може да стане чрез вагинален, анален или орален сексуален акт.

- Вагинален – при съприкосновение на половите течности с лигавицата на партньора съществува риск от предаване на вируса
- Анален – най-висок риск от заразяване, поради лесната ранимост на лигавицата в областта на ануса и честото разраняване
- Орален – независимо, че риска от заразяване е най-нисък, такъв съществува при попадане на семенна течност в устата, особено в случай, че има наранявания или кървящи венци.

Кръвен път



Съдържанието на ХИВ е най-високо в кръвта в сравнение с другите телесни течности и, следователно контактът с кръв на инфектиран човек носи значителен риск от заразяване. Кръвта и кръвните продукти, използвани в медицинската практика в нашата страна след 1986 г. задължително се изследват за ХИВ. Това намалява максимално риска от заразяване при кръвопреливане. Най-висок риск от предаване на инфекцията по кръвен път съществува при използване на общи игли и спринцовки.

В студиата за маникюр, татуировки и пиърсинг се използват стерилни инструменти, но е добре човек да се увери в това преди манипулацията.

Вертикален път /от майка на нейното дете/



Възможно е предаването на ХИВ от бременна жена на плода ѝ, както по време на бременността чрез общата кръвоносна съдова система, така и в хода на раждането или при кърмене.

Съвременните проучвания сочат, че възможността майка, носителка на ХИВ да роди здраво дете е до 98 % възможна, ако жената провежда антиретровирусно лечение и спазва препоръките на лекаря си относно раждането и кърменето. Ето защо е добре всяка бъдеща майка да си направи тест за ХИВ в началото на бременността и при нужда да се възползва от предлаганото в България безплатно лечение.

КАК НЕ МОГА ДА СЕ ЗАРАЗЯ С ХИВ/СПИН?

Инфектирането с ХИВ е възможно само по гореизброените начини. Не можеш да се заразиш с ХИВ в следните случаи:

- Целувка, прегръдка, галене, ръкостискане
- Кашлица, хрема
- Използване на общи прибори за хранене, общи дрехи
- Използване на общи бани, тоалетни и басейни
- Сълзи, слюнка, пот, урина и фекалии
- Ухапване от насекомо
- Лекар, зъболекар
- Работа, контакт или съжителство с ХИВ-позитивни лица

ХИВ не може да се пренася по въздуха или чрез храна, защото е неустойчив вирус, който не живее дълго време извън тялото.

КАК МОГА ДА СЕ ПРЕДПАЗЯ?



● **Презервативи** – за момента единственото средство, за предпазване от инфектиране по сексуален път с ХИВ е използването на презерватив при всеки акт. Правилното му и редовно използване намалява до минимум риска от инфектиране. Когато купувате презервативи, уверете се, че срокът

на годност не е изтекъл и че опаковката не е повредена – когато я стиснете леко между палеца и показалеца си, вътре остава въздух.



● **Лубриканти на водна основа** – заедно с презерватива, с цел улесняване на сексуалния акт, може да се използва и овлажнител на водна основа, който не уврежда презерватива. Важно е за целта да не се използват омазняващи средства като кремове, вазелин и олио, тъй като те могат да увредят материята от която е направен, а така и неговите предпазни свойства.

редят материята от която е направен, а така и неговите предпазни свойства.

! Избягвайте сексуални контакти със слабо познати хора и с такива, които имат многобройни/безразборни връзки с различни партньори! Ако все пак имате

такива, използвайте винаги презерватив. Не забравяйте, че правейки секс без презерватив с един човек, вие имате контакт с всички негови предишни партньори, с които той не е използвал презерватив. А колкото повече сексуални партньори имате, толкова по-голяма е вероятността да имате сексуален контакт с някой носител на вируса на СПИН.

КАК ДА РАЗБЕРА ДАЛИ СЪМ НОСИТЕЛ НА ХИВ?

Единственият начин да разберете, че сте инфектирани е като си направите тест за ХИВ, който обикновено установява с 99.9 % сигурност случаите на инфектиране. Той показва наличие в кръвта не на самия вирус, а на антитела, които организъмът образува, за да се бори с него. Антителата се появяват от 1 до 3 месеца след инфектирането. Ето защо да се направи тест има смисъл едва след изтичането на този минимален срок след като си бил изложен на риск.



КАКВО ОЗНАЧАВАТ РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ ТЕСТА?

- **Положителен резултат** – означава, че в кръвта ти са открити ХИВ антитела и имате ХИВ позитивен статус т.е. носите вируса, който причинява СПИН.
- **Отрицателен резултат** – означава, че в кръвта ви не са открити ХИВ антитела и имате ХИВ негативен статус

В случай, че тестът отчете положителен резултат, тестът се повтаря, за да се предотврати лабораторна грешка. Тъй като тестът за ХИВ, основаващ се на антитела, би могъл да не отчете скорошна инфекция, препоръчва се първоначалният тест с отрицателен резултат да бъде повторен след 3 до 6 месеца (след “прозоречния период”).

Внимание! Резултатът от вашия тест за ХИВ разкрива само вашия ХИВ статус. Той не дава информация относно ХИВ статуса на вашия партньор!

СЪЩЕСТВУВА ЛИ ЛЕЧЕНИЕ СРЕЩУ ХИВ/ СПИН?

Съществуват няколко типа лекарства срещу ХИВ-инфекцията, насочени срещу различни фази на процеса на размножаване на вируса. Тъй като ХИВ мутира бързо и става резистентен спрямо всяко отделно взето лекарство, пациентите трябва да приемат комбинация от лекарства, за да се понижи максимално активността на ХИВ. Комбинираната анти-ХИВ терапия е известна като антиретровирусна терапия. Тя променя естествения ход на ХИВ-инфекцията и значително удължава периода от първоначалното инфектиране до развитието на симптомите. Въпреки ефективното действие за забавяне на развитието на свързаните със СПИН заболявания, антиретровирусната терапия не може да премахне инфекцията напълно.

Контакт	Риск	Предпазване
Вагинален сексуален контакт	Висок при незащитен вагинален контакт	Използване на презерватив

Контакт	Риск	Предпазване
Анален хомо-или хетеросексуален контакт	Висок при незащитен вагинален контакт	Използване на презерватив и лубрикант

Контакт	Риск	Предпазване
Орален сексуален контакт	Нисък, когато няма ранички по устната лигавица и гениталната област на партньора	Използване на презерватив

КЪДЕ МОГА ДА СЕ ИЗСЛЕДВАМ ЗА ХИВ/СПИН БЕЗПЛАТНО?

Тест за ХИВ може да бъде направен във всеки един от 19-те КАБКИС /кабинети за безплатно консултиране и изследване за СПИН/ в страната. КАБКИС е мястото, където можеш да получиш компетентна помощ при абсолютна конфиденциалност относно личността ви и начина на живот. Там можете да разберете дали поведението ви крие риск от заразяване, да научите как да се предпазвате от СПИН, както и от най-често предаваните инфекции по полов път.

На телефон 070013040 може да получите повече информация за всички КАБКИС в страната, където можете да се изследвате за ХИВ/СПИН напълно безплатно и анонимно!