



Od 1988 roku dzień 1 grudnia jest obchodzony jako **Światowy Dzień AIDS**

O potrzebie ustanowienia Światowego Dnia AIDS po raz pierwszy mówili w sierpniu 1987 James W. Bunn i Thomas Netter, pracownicy Globalnego Programu ds. AIDS w Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) w Genewie. Swoją ideę przedstawili dr. Jonathanowi Mann, ówczesnemu dyrektorowi Globalnego Programu ds. AIDS (obecnie UNAIDS). Pierwszy raz Światowy Dzień AIDS obchodzony był 1 grudnia 1988.

Jego celem jest uwrażliwienie na problem oraz solidaryzowanie się z ludźmi dotkniętymi tą chorobą. Jest to bardzo ważna data, która integruje wiele działań związanych z profilaktyką HIV/AIDS, podejmowanych na całym świecie. Aby ten wyjątkowy dzień co roku był sukcesem, nad jego koncepcją przez cały rok pracuje wielu ludzi.

Czym jest **AIDS** i **HIV**?

AIDS (Acquired Immuno Deficiency Syndrome)- Zespół Nabytego Upośledzenia Odporności

HIV (Human Immunodeficiency Virus)- Ludzki Wirus Upośledzenia Odporności

AIDS jest końcowym etapem zakażenia wirusem HIV występującym zwykle po wielu latach trwającej infekcji spowodowanej wirusem HIV. Wirus ten szybko namnaża się w organizmie i niszczy naturalny układ odpornościowy. Przy zachowaniu prawidłowej odporności organizm zwalcza drobnoustroje wnikaące do organizmu sam co zwykle prowadzi do przywrócenia równowagi w ciele - wyzdrowienia. U człowieka pozbawionego odpowiedniej ochrony przed drobnoustrojami chorobotwórczymi organizm sam nie powstrzymuje rozwijającego się zakażenia. Konieczne jest wsparcie lekami i przywrócenie sprawności działania układu odpornościowego. Na dzień dzisiejszy nie istnieją leki które pozwoliłyby usunąć wirusa HIV co stawia AIDS w szeregu chorób nieuleczalnych. Obecna nauka pozwala jedynie na spowolnienie skutków postępu zakażenia, poprawy jakości życia a także wydłużenia tegoż życia nawet o kilkadziesiąt lat. Warto zwrócić uwagę, że osoby u których rozwinęło się AIDS, zwykle umierają na skutek innych zakażeń których organizm nie potrafi już zwalczyć a nie bezpośrednio na zakażenie wirusem HIV. Osoba zakażona wirusem HIV często nie wie o swoim stanie, może żyć w takiej niewiedzy nawet kilka lub kilkanaście lat. Brak jest objawów wnikięcia wirusa do organizmu. Nie zmienia się wygląd, stan zdrowia czy wyniki badań morfologicznych związanych.

Drogi zakażenia HIV?

Istnieją tylko trzy drogi, które mogą powodować zakażenie wirusem HIV.

- poprzez krew, wprowadzenie do krwioobiegu krwi zakażonej
- poprzez kontakty seksualne, każdy rodzaj kontaktu z materiałem potencjalnie zakaźnym
- przeniesienie wirusa z zakażonej matki na jej dziecko w czasie ciąży, porodu lub karmienia piersią

Każdy, bez względu na pochodzenie rasowe, religię lub orientację seksualną, jeśli prowadzi życie seksualne lub ma kontakt z zakażoną krwią może nabyć zakażenie HIV. Warto o tym pamiętać i przyznać się samemu przed sobą: czy mogłem być narażony na zakażenie HIV?

Należy zwrócić uwagę, że tylko w określonych warunkach może dojść do zakażenia. To sprawia, że zwykłe kontakty towarzyskie (np. rozmowa, podanie dłoni, korzystanie ze wspólnych przedmiotów) z osobą zakażoną HIV nie powodują zakażenia.

Jak zapobiec zakażeniom HIV?

Nie istnieje szczepionka na AIDS/HIV. Jedynie znajomość dróg rozprzestrzeniania się i stosowanie metod zmniejszających ryzyko zakażenia pozwalają na szczęśliwe życie – bez lęku, bez HIV.

· Zmniejszenie ryzyka wynikającego z kontaktów seksualnych:

- Abstynencja seksualna
- Bycie wiernym, dotyczy obu stron w związku
- Zabezpieczenie się prezerwatywą

· Zmniejszenie ryzyka zakażenia poprzez krew

- stosowanie rękawiczek ochronnych i środków ochrony osobistej przy możliwym kontakcie z krwią (np. podczas udzielanie pierwszej pomocy)
- nie korzystanie z przyborów jednorazowego użytku (igły, strzykawki, maszynki do golenia, żyletki i inne mające kontakt z krwią) innych osób
- zwracanie uwagi czy w przychodni, u dentysty, w salonie kosmetycznym, salonie tatuaży czy w innym miejscu gdzie wykonywane są zabiegi, stosowane są jednorazowe przybory (igły, strzykawki itp.). Czy narzędzia wielokrotnego użytku są sterylizowane.

Prawo wymaga od placówek przestrzegania przepisów sanitarno- higienicznych, co znacząco zwiększa poczucie bezpieczeństwa, jednak warto samemu zwrócić uwagę na te czynniki.

· Zmniejszenie ryzyka przeniesienia wirusa z matki na dziecko:

- Kobieta w ciąży, która wie że jest nosicielem wirusa HIV, powinna powiadomić o tym swojego ginekologa i położnika. Znacząco zwiększa to szansę urodzenia zdrowego dziecka.

Warto pamiętać! Jeżeli chociaż raz doszło do przygodnego kontaktu seksualnego lub podejmowałeś inne ryzykowne zachowania

! Zrób test na HIV !

Wiedza o własnym stanie zdrowia pozwoli na podjęcie leczenia, uzyskanie wsparcia i ustrzeże Twoich bliskich przed zakażeniem. Żyj bez lęku, żyj bez HIV.

Źródło: <http://www.aids.gov.pl>; <http://www.gis.gov.pl>

Zrób test na HIV !

Punkt Konsultacyjno-Diagnostyczny w Poznaniu, gdzie bezpłatnie, anonimowo i bez skierowania można wykonać testy na HIV

ul. Mickiewicza 5/4 (w punkcie pobrań DIAGNOSTYKA), 60-834 Poznań

Godziny otwarcia: poniedziałek 16.00- 20.00

środy 16.00-20.00,

piątek 16.00- 20.00

pobrania krwi odbywają się do godz. 19.30

telefon kontaktowy 730 110 830 czynny w czwartki w godz. 17.30 – 19.00

Źródło: <https://aids.gov.pl/pkd/>