



# Warto wiedzieć... o HIV i AIDS

---



województwa  
śląskiego



# Dlaczego warto wiedzieć o HIV i AIDS?

Nie ma znaczenia ile masz lat,  
czy jesteś chłopakiem czy dziewczyną,  
czy mieszkasz w mieście czy na wsi,  
jakiego jesteś wyznania,  
jaki jest Twój światopogląd  
albo co sądzisz o HIV i AIDS –  
bez względu na to wszystko,  
ryzyko zakażenia dotyczy także Ciebie.

---

# Ile...?

---

W Polsce od początku epidemii do grudnia 2022 r. rozpoznano ponad 30 tys. zakażeń HIV (4 tys. zachorowało na AIDS, ponad 1 tys. zmarło).

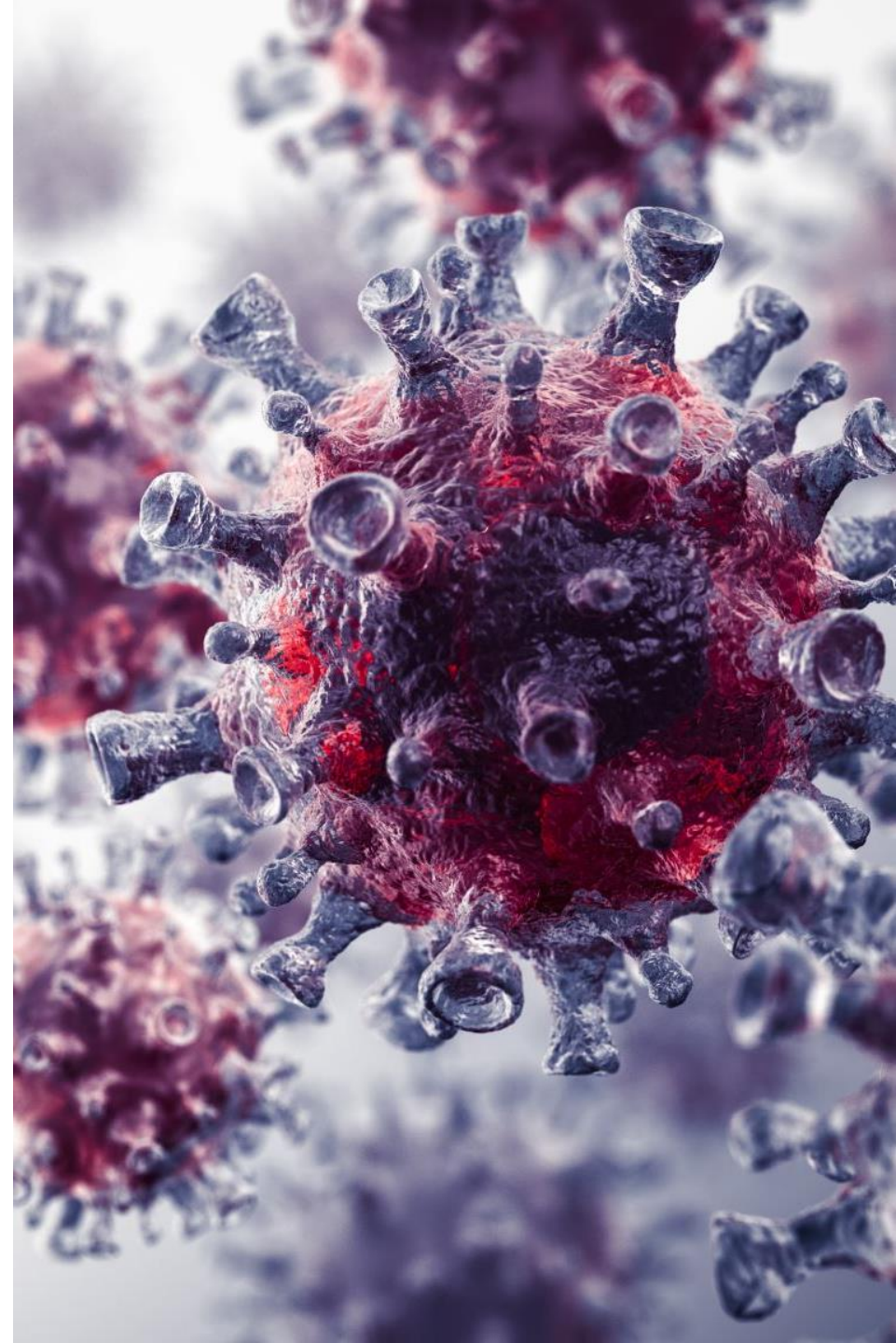
Szacuje się, że w Polsce z wirusem żyje ok. 35 tys. osób, więc co druga osoba żyjąca z HIV nie wie, że jest zakażona i może nieświadomie zakażać innych.

**OSOBY NIEŚWIADOME SWEGO ZAKAŻENIA STANOWIĄ ŹRÓDŁO 75% NOWYCH ZAKAŻEŃ.**



# Co to jest HIV?

- **HIV** to skrót oznaczający **ludzki wirus upośledzenia odporności** (z ang. Human Immunodeficienty Virus)
- HIV atakuje system odpornościowy człowieka, który chroni organizm przed infekcjami i chorobami. Kiedy ta ochrona zostanie osłabiona lub zniszczona, osoba zakażona HIV zaczyna zapadać na różne choroby, które zagrażają jej życiu.



# Co to jest AIDS?

---

- **AIDS** to **zespół nabytego upośledzenia odporności** (ang. Acquired Immunodeficiency Syndrome) – to końcowy etap zakażenia HIV.
- AIDS nie jest pojedynczą chorobą, lecz zespołem różnych chorób, które dla kogoś z niedoborem odporności mogą być śmiertelne.
- AIDS pojawia się zwykle po wielu latach od zakażenia HIV, które nie dawało żadnych dolegliwości, objawów.



# ARV

---

- W dobie nowoczesnej medycyny mniej osób choruje na AIDS. W Polsce nie ma problemu z dostępem do leczenia – każdy, kto wymaga terapii antyretrowirusowej, otrzymuje leki zmniejszające ilość wirusa w organizmie – są one finansowane z budżetu Ministra Zdrowia.
- *Wczesne wykrycie zakażenia HIV i codzienne przyjmowanie leków zapobiega wystąpieniu AIDS.*





---

# W JAKI SPOSÓB HIV PRZENOSI SIĘ Z JEDNEJ OSOBY NA DRUGĄ?

---

Istnieją 3 drogi zakażenia HIV:

---

kontakty seksualne bez zabezpieczenia (prezerwatywa)  
z osobą zakażoną

---

poprzez kontakt z krwią osoby zakażonej

---

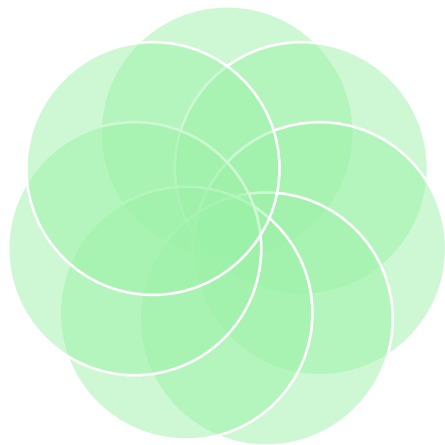
w czasie ciąży, porodu lub karmienia piersią wirus może  
przenieść się z zakażonej matki na dziecko



# KIEDY NIE MA RYZYKA ZAKAŻENIA SIĘ HIV?

**NIE SĄ  
ZAKAŻNE:**

Chyba, że zawierają domieszkę krwi, ale wówczas to krew jest zakaźna



**Łzy**

**Pot**

**Kał**

**Mocz**

**Ślina**

**NIE ZAKAZISZ SIĘ HIV:**

- przez dotykanie, podawanie ręki, całowanie
- korzystając ze wspólnych talerzy, szklanek, sztućców
- korzystanie ze wspólnej toalety
- uprawiając sport np. na basenie
- przez kichanie, kaszel
- zwierzęta, owady (komary) nie przenoszą HIV

**MOŻNA BEZ OBAW MIESZKAĆ I PRACOWAĆ  
Z OSOBĄ SEROPOZYTYWNA**



# CZY W CODZIENNYM ŻYCIU SĄ RYZYKOWNE SYTUACJE?



Ryzykowne są te sytuacje, podczas których została uszkodzona ciągłość skóry i doszło do kontaktu z płynami ustrojowymi przenoszącymi wirusa np. krwią innej osoby. Dlatego pamiętaj:



Zachowaj ostrożność,  
gdy ktoś się skaleczy



Wykonuj zabiegi kosmetyczne i tatuaż tylko u wykwalifikowanych osób, w sprawdzonych miejscach. Pytaj, czy używane narzędzia są sterylne.



Nie pożyczaj maszynki do golenia, szczoteczki do zębów i innych przyborów kosmetycznych

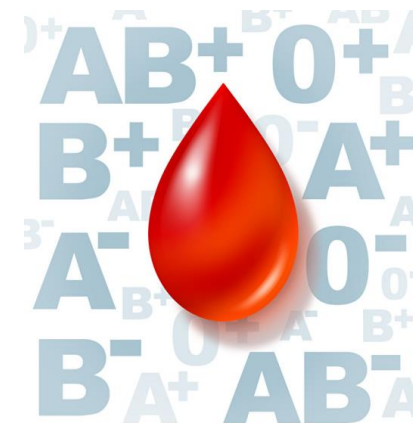
# Czy...

## Czy transfuzja krwi jest bezpieczna?

- \* Od wielu lat w większości krajów, także w Polsce, krew używana do transfuzji i przygotowywania preparatów krwiopochodnych jest badana na obecność HIV. W każdej porcji oddawanej w stacjach krwiodawstwa poszukuje się przeciwciał anti-HIV.

## Czy bycie dawcą krwi jest bezpieczne?

- \* **TAK** – nie można zakazić się HIV oddając krew. W Polsce używa się wyłącznie jednorazowego sprzętu.



## CZY ISTNIEJE SZCZEPIONKA CHRONIĄCA PRZED ZAKAŻENIEM HIV?

- **NIE.** Ze względu na to, że HIV jest skomplikowanym oraz często mutującym się wirusem i wykrywane są wciąż nowe jego podtypy, trudno jest otrzymać efektywną szczepionkę.
- Opracowanie i przetestowanie szczepionek w aspekcie ich bezpieczeństwa jest procesem długotrwałym i wymagającym wielu badań klinicznych. Mimo, że naukowcy potwierdzili możliwość otrzymania skutecznej szczepionki, wydaje się, że proces ten potrwa jeszcze wiele lat.



# CZY HIV MOŻE PRZETRWAĆ POZA ORGANIZMEM CZŁOWIEKA?

**NIE.** Wirus ginie poza organizmem człowieka.

Niszczy go wysoka temperatura (powyżej 56 stopni C), wysychanie, mydło i woda, detergenty, środki odkażające.





# JAK MOŻNA SPRAWDZIĆ CZY NIE JEST SIĘ ZAKAŻONYM HIV?

- Jedynym sposobem, aby dowiedzieć się, czy jest się zakażonym HIV jest wykonanie testu wykrywającego obecność antygeny lub przeciwciał HIV.



- Bezpłatnie i anonimowo test można wykonać w **PKD** (test + poradnictwo).
- **W CZASACH, GDY ISTNIEJE SKUTECZNA TERAPIA ANTYRETROWIRUSOWA, WIEDZA O ZAKAŻENIU HIV RATUJE ŻYCIE.**

# PUNKT KONSULTACYJNO-DIAGNOSTYCZNY (PKD)

- W Polsce – 26 PKD
- W woj. śląskim – 2 PKD
  - *PKD przy Górnośląskim Stowarzyszeniu „Wspólnota” Chorzów ul. Zjednoczenia 10*
  - *PKD przy Poradni Profilaktyki Uzależnień MONAR Częstochowa, ul. Wolności 44*

**Wykonanie testu:**

**do 16 r.ż. – zgoda rodziców**

**16-18 r.ż. – zgoda zainteresowanego i rodziców**

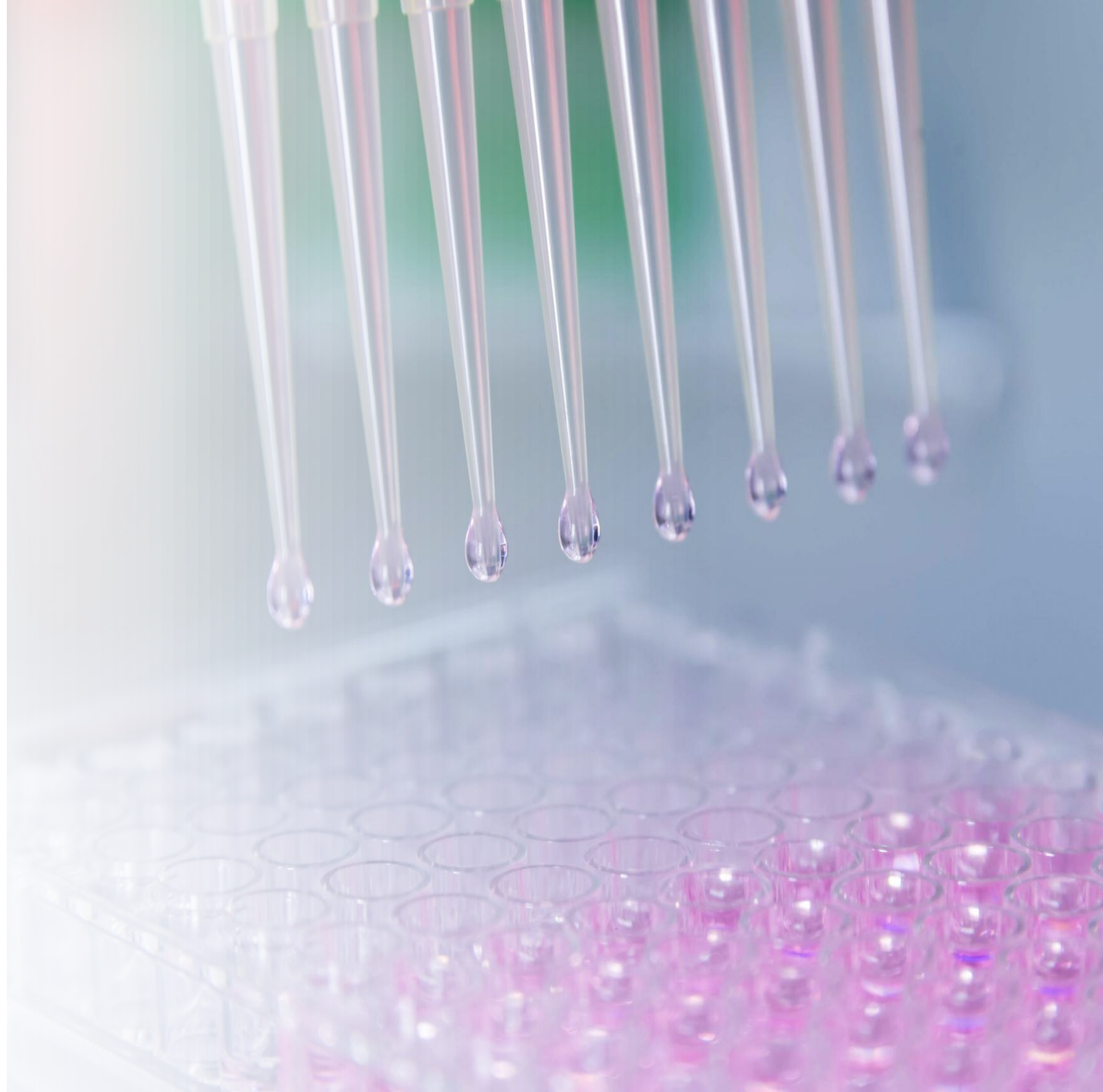
**po 18 r.ż. – bez zgody rodziców**

---

# TEST W KIERUNKU HIV

---

- W testach poszukuje się przeciwciał anti-HIV, a także antygenu p24 -fragment wirusa.
- Przeciwciała powstają w odpowiedzi na kontakt z wirusem. Ich zadaniem jest walka z wirusem, ale nie są one w stanie całkowicie usunąć HIV z organizmu osoby zakażonej.
- Do wyprodukowania przez organizm takiej ilości przeciwciał, które mogłyby zostać wykryte przez test, potrzeba czasu – ten czas od momentu zakażenia do momentu, w którym możliwe jest wykrycie przeciwciał anti-HIV to **okienko serologiczne** (12 tygodni).



# NA CZYM POLEGA TEST?

- Test polega na badaniu próbki krwi pobranej z żyły, którą przesyła się do laboratorium w celu przeprowadzenia poszukiwań antygenu p24 i przeciwciał anty-HIV.
- Wyniki testu znane są następnego dnia, niekiedy 2-3 dni później.
- W PKD doradca wyjaśnia wszelkie wątpliwości i odpowiada na pytania związane z testem.





# Wynik testu

## Negatywny (ujemny)

Nie wykryto antygenu p24 wirusa ani przeciwciał anty-HIV (stan zdrowia sprzed 3 miesięcy)

## Pozytywny (dodatni)

ZAWSZE należy potwierdzić testem potwierdzenia np. **Western blot** – jeśli ten jest dodatni – zakażenie HIV.

---

## Leczenie

---

- Skojarzona terapia antyretrowirusowa musi być kontynuowana do końca życia, gdyż dostępne obecnie leki nie są w stanie usunąć wirusa z organizmu, a tylko zwalniają jego namnażanie się (człowiek zakażony HIV jest mniej zakaźny).
- Wprowadzenie terapii ARV sprawiło, że zakażenie HIV przestało być wyrokiem śmierci, a stało się zakażeniem przewlekłym. Poprawiła się też jakość życia zakażonych – nie chorują na infekcje i nowotwory towarzyszące zakażeniu HIV, nie muszą leżeć w szpitalach.
- Mogą prowadzić normalne życie.



# Pomoc

Jeśli masz pytania, wątpliwości czy obawy związane z zakażeniem HIV i z AIDS, masz do dyspozycji:

- **TELEFON ZAUFANIA HIV/AIDS**

801 888 448 (połączenie bezpłatne)

*czynny w dni robocze w godz. 9.00-21.00*

- **PORADNIĘ INTERNETOWĄ HIV/AIDS**

[https://aids.gov.pl/poradnia\\_internetowa/](https://aids.gov.pl/poradnia_internetowa/)

# Czerwona Kokardka

- Czerwona kokardka jest symbolem solidarności z osobami żyjącymi z HIV, chorymi na AIDS oraz ich rodzinami i przyjaciółmi.
- Znak ten zaprojektowano w latach 80. XX wieku podczas szczytu epidemii w USA. Czerwony kolor symbolizuje krew i miłość, a kształt kokardki – odwrócone „V” (ang. victory), przypomina, że jeszcze nie pokonaliśmy wirusa.
- Osoby wyrażające wsparcie dla żyjących z HIV/AIDS przypinają czerwoną kokardkę co roku 1 grudnia – w **Światowy Dzień AIDS**.

