

## Kodėl verta pasitikrinti dėl ŽIV?

- ✚ Jei nesate užsikrėtęs (-usi) ŽIV, sužinosite, kaip sumažinti riziką užsikrėsti, kokias naudoti apsaugos priemones ir gyventi be rūpesčių.
- ✚ Jei esate užsikrėtęs (-usi), galėsite laiku pradėti gydytis ir pristabdyti ŽIV ligos progresavimą.
- ✚ Jei esate užsikrėtusi ir esate nėščia, gydytojui paskyrus efektyvų gydymą, apsaugosite būsimą kūdikį nuo galimo ŽIV perdavimo jam.
- ✚ Pasitikrinę dėl ŽIV, būsite užtikrintas (-a) ir apsaugosite nuo tikėtino užkrėtimo savo artimuosius.

## ŽIV plinta trimis būdais:

1) Per lytinius (vaginalinius, analinius ir oralinius) santykius.

Užsikrėtimo ŽIV per lytinius santykius tikimybė didėja, jei:

- ✚ vienas iš partnerių yra užsikrėtęs kita lytiškai plintančia infekcija (chlamidijoje, lytiniu herpesu, sifiliu, gonorėja ir kt.);
- ✚ jei santykiaujama menstruacijų metu;
- ✚ vieno iš partnerių mechaniškai pažeista gleivinė (lytinių organų, išeinamosios angos ar burnos);
- ✚ santykiai buvo prievartiniai, mechaniškai žalojantys gleivinę (išprievartavimo atveju);
- ✚ pirmųjų lytinių santykių metu;
- ✚ vieno iš partnerių yra pirminė ar vėlyva ŽIV ligos stadija (AIDS), nes tada užsikrėtusiojo organizmo biologiniuose

skysčiuose (spermoje, makšties išskyrose) ypač didelė ŽIV koncentracija.

2) Perpilant užkrėstą ŽIV kraują ir ypač pavojingas švirškiamųjų (injekcinių) narkotikų vartojimas naudojant nesterilius švirškštus ar adatas, kurie gali būti užkrėsti žmogaus imunodeficito virusu.

3) Iš motinos vaikui (nėštumo, gimdymo metu ar maitinant krūtimi).

Besilaukiančioms užsikrėtusioms ŽIV moterims, taikant tinkamą gydymą (antiretrovirusiniais vaistais) ir kitas priemones (Cezario pjūvis, nemaitinimas krūtimi), kūdikių užsikrėtimo galimybė sumažinama iki minimumo.

## ŽIV neplinta:

1) Per orą, vandenį, maistą. Neužsikrečiama kosint, čiaudint, bučiuojantis.

2) Buitiniu kontaktų metu. Neužsikrečiama per prakaitą ar ašaras, naudojantis bendru tualetu, vonia, sauna, baseinu, indais, sporto įrankiais, liečiant vienas kitą, žaidžiant, gyvenant šalia užsikrėtusio asmens, valgant asmens, užsikrėtusio ŽIV, paruoštą maistą.

3) Per vabzdžių įkandimus. Virusas neplatina nei uodai, nei erkės, nei kiti vabzdžiai.

**Norėdami pasitikrinti dėl ŽIV ir kitų lytiškai plintančių infekcijų, kreipkitės į šeimos gydytoją arba dermatovenerologą.**

**Jei turite nors menkiausių abejonių, neatidėliodami pasitikrinkite dėl ŽIV!**



## Pasitikrink dėl ŽIV

**apsaugok save ir savo artimuosius**

**Žmogaus imunodeficito viruso (ŽIV) plitimas susijęs su žmonių tarpusavio santykiais, bendravimu. Šiuo aspektu visi esame suinteresuoti, kad ŽIV infekcija plistų kuo mažiau.**

**U I A C**

<http://www.ulac.lt>





## Kas yra ŽIV ir AIDS?

**ŽIV** – žmogaus imunodeficitu virusas. Patekęs į žmogaus organizmą, palaipsniui sunaikina imuninę sistemą. ŽIV dauginasi tik žmogaus ląstelėse.

ŽIV sukelia ligą, kurios paskutinė stadija – **AIDS** – akvizitinis (įgytas) imunodeficitu sindromas (imuniteto nepakankamumo) sindromas. Užsikrėtus ŽIV, iš karto nesusergama AIDS. Žmogus gali ilgus metus (vidutiniškai apie 10 metų) jaustis sveikas ir būti darbingas, nejauti jokių ligos simptomų ir, nieko neįtardamas, platinti ŽIV infekciją kitiems. AIDS diagnozę nustato gydytojas, įvertinęs atitinkamus ligos klinikinius požymius ir laboratorinių tyrimų rezultatus. Laiku nediagnozavus ir nesigydanč, ŽIV liga baigiasi mirtimi.

### Ar yra skiepai nuo ŽIV?

Ne. Iki šiol nėra sukurta vakcinos, galinčios apsaugoti nuo užsikrėtimo ŽIV.

### Kaip galima sužinoti, ar užsikrėtęs (-usi) ŽIV?

Vienintelis būdas sužinoti, ar esate užsikrėtęs

(-usi) ŽIV, yra ŽIV testas, t. y. tyrimas dėl ŽIV. Šis tyrimas dažniausiai atliekamas paėmus Jūsų kraujo iš venos mėginį. Galima ir kita tiriamoji medžiaga, apie kurią informuos medikai.

### Tyrimas dėl ŽIV

ŽIV organizme nustatomas metodais, kuriais aptinkami antikūnai prieš ŽIV arba aptinkama ŽIV genetinė medžiaga DNR arba RNR. Antikūnai organizme randami ne iš karto po užsikrėtimo, o praėjus 3-4 savaitėms ar net keliems mėnesiams. Periodas nuo užsikrėtimo momento iki nustatomo kiekio antikūnų atsiradimo yra vadinamas inkubaciniu, arba lango periodu.

### Tyrimo dėl ŽIV rezultatas gali būti neigiamas, neaiškus arba teigiamas.

**Neigiamas tyrimo rezultatas** reiškia, kad tyrimo metu antikūnai prieš ŽIV nenustatyti. Dėl galimo infekcijos inkubacinio periodo, siūloma testą pakartoti po trijų mėnesių. Neigiamas atsakymas nereiškia, kad žmogus ir toliau gali elgtis neatsakingai. Tai labai tinkamas laikas pamąstyti apie savo rizikingus poelgius ir jų koregavimą.

**Neaiškus tyrimo rezultatas.** Priežasčių gali būti įvairių. Tyrimas turi būti kartojamas. Pokalbio su gydytoju metu aptariama, ką jis galėtų reikšti ir kaip toliau elgtis.

**Teigiamas tyrimo rezultatas** reiškia, kad rasti ŽIV antikūnai. Norint patvirtinti, kad tikrai esate užsikrėtęs ŽIV, reikia atlikti sudėtingesnę ŽIV patvirtinantį tyrimą. Tokį tyrimą paskirs gydytojas ir Jums reikės pakartotinai priduoti kraujo iš venos. Tik, jei šio tyrimo rezultatas teigiamas, reiškia, kad esate užsikrėtęs ŽIV infekcija.

### Rekomenduojama atlikti ŽIV testą, jei:

✚ turėjote lytinių santykių (vaginalinių, analinių, oralinių) su užsikrėtusiu ŽIV ar

atsitiktiniu (pvz., mažai pažįstamu, ar sekso paslaugas teikiančiu) asmeniu;

✚ lytiškai santykiavote su vartojančiais narkotines medžiagas asmenimis;

✚ turėjote ar turite lytinius santykius su asmeniu, kuris turėjo daug lytinių partnerių;

✚ turėjote lytinius santykius, ypač analinius, su tos pačios lyties asmeniu;

✚ vartojote ar vartojate švirkščiamuosius narkotikus;

✚ užsikrėtėte sifiliu, gonorėja, chlamidijoje ar kita lytiškai plintančia infekcija;

✚ patyrėte seksualinę prievartą;

✚ įsidūrėte kažkieno naudota adata;

✚ esate nėščia;

✚ karščiuojate, arba kosite, arba viduriuojate ilgiau kaip mėnesį;

✚ dažnai sergate plaučių uždegimais, bronchitais;

✚ be priežasties netekote daug svorio;

✚ nuolat jaučiate nuovargį ir silpnumą;

✚ naktimis gausiai prakaituojate;

✚ susirgote tuberkulioze;

✚ sergate *Herpes simplex* viruso (HSV) infekcija: lėtinės opos, trunkančios ilgiau kaip 1 mėnesį;

✚ padidėjo kaklo, pažastų ar kirkšnies limfmazgiai;

✚ turite kitų įtarimų ar rekomenduoja gydytojas.