



ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
Ул. Стари шор 47, 22000 Сремска Митровица

e-mail: info@zdravlje-sm.org.rs
web: www.zdravlje-sm.org.rs

Тел: 022/610-511 Тел/Факс: 022/636-509

Жиро рачун: 840-209667-75

Hands up for #HIVprevention



HIV infekcija i AIDS - najčešća pitanja i odgovori

Šta je HIV?

HIV je skraćenica za virus humane imunodeficijencije, lentivirus iz grupe retro-virusa. HIV za najčešću metu napada ima veoma bitne delove imunološkog sistema – CD4+ T ćelije. Ovaj virus dovodi direktno i

indirektno do pada u proizvodnji CD4+ T ćelija i do njihovog krajnjeg uništenja. CD4+ T ćelije su glavni pokretači odbrambenog sistema i kada je proizvodnja ovih ćelija ravna nuli, imunološki sistem skoro da i ne funkcioniše. HIV takođe i direktno napada organe kao što su bubrezi, srce i mozak, što dovodi do prekida rada bubrega, kardiomiopatije i encefalopatije.

Ovim virusom mogu se zaraziti samo ljudi i on se prenosi isključivo među ljudima. HIV se ne prenosi sa ljudi na životinje ili biljke i obrnuto, niti putem predmeta, hranom, vodom, vazduhom, odnosno uobičajenim socijalnim kontaktima među ljudima.

Šta je AIDS?

AIDS ili sida su skraćenice nastale slaganjem početnih slova punog naziva bolesti na engleskom (Acquired Immunodeficiency Syndrome) ili francuskom jeziku (Syndrome de l'immunodéficience Acquisée), a u prevodu na srpski znače: **sindrom stečenog gubitka imuniteta**. AIDS je krajnji, uznapredovali stadijum infekcije uzrokovane HIV-om. Nastaje usled oštećenja odbrambenog sistema organizma koji prouzrokuje HIV. Stečeni gubitak sposobnosti imunološke odbrane znači da je neki uzročnik onemogućio imuno-loški sistem da se efikasno brani i da savlada infekciju uzrokovanu brojnim mikrobiološkim agensima (bakterije, virusi, paraziti i sl.), koji kod zdravih ljudi ne dovode do ispoljavanja oboljenja. Ovo oboljenje se karakteriše pojavom jedne ili više oportunističkih infekcija ili malignih bolesti (npr. kapoši sarkom, karcinom grlića materice, limfom) i drugih teških kliničkih stanja povezanih sa HIV-om, koje se bez specifičnog lečenja završava smrću.

Koja je razlika između HIV infekcije i AIDS-a?

Osoba koja ima HIV infekciju (HIV pozitivna osoba) inficirana je HIV-om, može godinama da nema nikakve simptome ili znake bolesti, najčešće se oseća sasvim dobro, a obzirom da može godinama biti bez ikakvih znakova oboljenja, epidemiološki gledano, ovaj period predstavlja „najopasniji“ period za dalje prenošenje virusa, jer se inficirana osoba oseća sasvim „zdravo“ i najčešće nije svesna da je inficirana.

Klinički simptomi se javljaju u proseku tek posle nekoliko godina od infekcije i tek kada se pojave kliničke manifestacije, kada krene klinička slika bolesti kažemo da je osoba obolela od AIDS-a ili side. Vreme od ulaska HIV-a u organizam do dijagnosti-kovanja klinički manifestne bolesti (AIDS) se obično kreće u rasponu od 10 do 15 godina (u proseku oko 7 godina), ali ponekada period bez simptoma i znakova uznapredovale HIV infekcije (tzv. latentni period) može biti duži (20 i više godina) ili kraći (manje od godinu dana od inficiranja, tj. od trenutka ulaska HIV u organizam).

Šta je savetovanje i testiranje na HIV?

- Savetovanje i testiranje na HIV je poverljivo, anonimno, besplatno i nije potrebna zdravstvena knjižica, odnosno uput od lekara.
- Testiranje na HIV treba da bude dobrovoljno tj. da sama osoba odluči da želi da se testira nakon poverljivog savetovanja sa stručnom osobom.
- Testiranje na HIV nije bolno i ne oduzima mnogo vremena, a rezultati se dobijaju brzo.
- Svako testiranje na HIV treba da bude praćeno savetovanjem, odnosno poverljivim razgovorom sa stručnom osobom, pre i posle testiranja u cilju pružanja tačnih i stručnih informacija potrebnih osobi da donese odluku da li je pravi trenutak za testiranje, ali i da prepozna rizično ponašanje koje je praktikovano u bližoj ili daljoj prošlosti ili koje se i dalje upražnjava, te da isto promeni u cilju sprečavanja inficiranja HIV-om.
- Savetovanje i testiranje na HIV treba da bude sastavni deo brige o zdravlju svakog pojedinca.

Koja je korist od testiranja na HIV?



ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
Ул. Стари шор 47, 22000 Сремска Митровица

e-mail: info@zdravlje-sm.org.rs
web: www.zdravlje-sm.org.rs

Тел: 022/610-511

Тел/Факс: 022/636-509

Жиро рачун: 840-209667-75

Jedino testiranjem uzoka krvi na HIV se može utvrditi da li je osoba inficirana HIV-om, nijedan drugi način to ne omogućuje.

Poznavanje sopstvenog HIV statusa ima dve značajne prednosti:

- Ako ste saznali da ste inficirani HIV-om, odnosno ako ste HIV pozitivni na potvrdnom testu, možete preduzeti korake pre nego što se pojave simptomi i znaci bolesti, odnosno imati pristup lečenju, kao i pristup brojnim drugim uslugama (pomoć, nega i podrška), čime ćete produžiti svoj život i sprečiti pojavu zdravstvenih komplikacija dugi niz godina.
- Ako znate da ste inficirani HIV-om, možete preduzeti mere za sprečavanje prenošenja HIV-a drugima (seksualnim partnerima, svojoj bebi tokom trudnoće, porođaja ili dojenja).

Kada uraditi test na HIV?

Antitela koja testiranjem „tražimo” u krvi da bi se utvrdilo da li je neko inficiran HIV-om se ne pojavljuju sat, dva ili dan nakon infekcije. Najčešće se mogu otkriti tek nakon šest do deset nedelja od trenutka poslednjeg rizika (to je tzv. „period prozora”). Pre isteka ovog vremena može se desiti da rezultati testa na HIV budu negativni, iako je osoba inficirana i može preneti HIV drugoj osobi.

Za otkrivanje specifičnih antitela u krvi najčešće se koristi osnovni ELISA test. Kada je ELISA test iz dva uzorka krvi pozitivan, kao potvrdni test koristi se specifičniji test za otkrivanje različitih kategorija antitela (najčešće Western Blot).

Ako su rezultati testa bili negativni na HIV poslednji put kada ste testirani, možete biti sigurni da ste još uvek negativni, odnosno da niste inficirani HIV-a ako niste bili potencijalno izloženi HIV-u od poslednjeg testa. Ako ste seksualno aktivni, nastavite da preduzimate mere da biste sprečili inficiranje HIV-om, odnosno koristite kondome na pravilan način svaki put kada imate seks.

KONTAKTI: Gde se može savetovati i testirati na HIV u Sremu i okolini?

Besplatno, dobrovoljno, poverljivo i anonimno savetovanje i testiranje na HIV bez uputa od lekara i zdravstvene knjižice je dostupno tokom cele godine u 24 grada u Srbiji:

Zavod za javno zdravlje Sremska Mitrovica, ulica Stari šor 47, II sprat, soba 46, 022/618 691, svakog radnog dana od 7 do 14 časova

Institut za javno zdravlje Vojvodine, Novi Sad, Futoška 121, II sprat, soba 54, soba 73a, 021/489 78 40, 021/489 78 06, svakog radnog dana od 7 do 13 časova

Gradski zavod za javno zdravlje Beograd, Despota Stefana 54a, IV sprat, soba 72, 011/32 300 38, svakog radnog dana od 8 do 14 časova

Zavod za zdravstvenu zaštitu studenata Beograd*, ul. Krunska 57 (ulaz iz ul. Braće Nedić br 28), 011/243 21 92, svakog radnog dana od 8 do 16 časova (*za sve građane)

Zavod za javno zdravlje Valjevo, Vladike Nikolaja 5, I sprat, soba 27, 014/236 731, svakog radnog dana od 11 do 13 časova

Zavod za javno zdravlje Šabac, Jovana Cvijića 1, soba 9, 015/ 343 605, lokal 113, sredom od 7:30 do 13:30 časova

Zavod za javno zdravlje Sombor, Vojvođanska 47, prizemlje (ulaz sa Vojvođanske ulice), 025/416 505, svakog radnog dana od 7 do 14 časova

KONTAKTI: Koja udruženja kod nas sprovode programe prevencije HIV infekcije i podrške osobama koje žive sa HIV-om?

U Srbiji su aktivna brojna udruženja koja sprovode različite programe prevencije HIV infekcije i programe podrške osobama koje žive sa HIV-om. U nastavku možete naći njihove kontakte sa informacijom o oblasti kojom se bave.



ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
Ул. Стари шор 47, 22000 Сремска Митровица

e-mail: info@zdravlje-sm.org.rs
web: www.zdravlje-sm.org.rs

Тел: 022/610-511

Тел/Факс: 022/636-509

Жиро рачун: 840-209667-75

Beograd:

Asocijacija za borbu protiv side – JAZAS

Telefon: 069 444 6769

E-mail: jzas.program@gmail.com

<http://www.jzas.net>

Polje rada:

Prevenција HIV инфекције u populacijama osetljivim na rizik od HIV-a;

Dizajniranje, planiranje, implementacija i evaluacija HIV/AIDS preventivnih programa za različite populacione grupe i u različitim „okruženjima za zdravlje”;

Edukacije šire populacije i profesionalaca u oblasti prevencije HIV infekcije;

Istraživački rad;

Diseminacija znanja, veština i efektivnih modela u oblasti HIV prevencije.

Sloboda prava

E-mail: slobodaprava@gmail.com

<https://www.facebook.com/Sloboda-prava-Equal-Rights>

Polje rada:

Program prevencije HIV infekcije među seksualnim radnicama/radnicima, pravna i psihosocijalna podrška seksualnim radnicama/radnicima

Crveni krst Srbije

Adresa: Simina 19

Telefon: 011 303 2117

E-mail: serbia@redcross.org.rs

Radno vreme: 07:30–15:30

www.redcross.org.rs

Polje rada:

Prevenција HIV инфекције

ČOVEKOLjUBLjE Dobrotvorna fondacija Srpske pravoslavne crkve

Adresa: Avgusta Cesarca 25

Telefon: 011 367 2970

E-mail: ppc@covekoljublje.org

Radno vreme: 9:00–17:00

www.covekoljublje.org



ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
Ул. Стари шор 47, 22000 Сремска Митровица

e-mail: info@zdravlje-sm.org.rs
web: www.zdravlje-sm.org.rs

Тел: 022/610-511

Тел/Факс: 022/636-509

Жиро рачун: 840-209667-75

Polje rada:

Psihosocijalna podrška osobama koje žive sa HIV/sidom

Više od pomoći

Adresa: Bulevar Despota Stefana 34

Telefon: 011 263 0055, 063 226 004

E-mail: nevenaciric@yahoo.com

Radno vreme: 9:00–17:00 svakog radnog dana i po dogovoru u zakazano vreme

Polje rada:

Psihosocijalna pomoć osobama koje žive sa HIV-om

**AS Centar za
osnaživanje mladih
osoba koje žive sa HIV -
om i AIDS-om**

Adresa: Bulevar Despota Stefana 34

Telefon: 060 503 0402

E-mail: office@aids-support.org

Radno vreme: 10:00–18:00

www.aids-support.org

Polje rada:

Prevenција polno prenosivih infekcija i HIV-a;

Podrška za osobe koje imaju HIV infekciju ili AIDS;

Javno zastupanje i zagovaranje;

Omladinski rad.

Q-klub

Adresa: Đurićeva 19/L1

Telefon: 011 407 3536

E-mail: office@q-club.org.rs

Radno vreme: Radnim danima od 10:00–17:00

www.q-club.org.rs

Polje rada:

Servisi podrške za osobe koje žive sa HIV/AIDS-om sa komponentama vršnjačke i stručne podrške;

Program prosvetavanja radi uspešnije primene antiretrovirusne terapije kod osoba koje žive sa HIV-om;

Testiranje na HIV u saradnji sa Gradskim zavodom za javno zdravlje Beograd;



ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
Ул. Стари шор 47, 22000 Сремска Митровица

e-mail: info@zdravlje-sm.org.rs
web: www.zdravlje-sm.org.rs

Тел: 022/610-511

Тел/Факс: 022/636-509

Жиро рачун: 840-209667-75

Kampanje za 1. decembar i Dan sećanja na preminule od HIV/AIDS-a.

Novi Sad:

Prevent

Adresa: Jovana Subotića 19

Telefon: 021 642 7077

E-mail: udruzenjeprevent@gmail.com

Radno vreme: 9:00–17:00

www.prevent.org.rs

Polje rada:

Prevenција polno prenosivih infekcija i bolesti zavisnosti.

Omladina JAZAS-a Novi Sad

Adresa: Narodnog fronta 35

Telefon: 021 245 4514

E-mail: novi.sad@jazas.rs

Radno vreme: 8:00–15:00

www.sida.org.rs

Polje rada:

Programi prevencije HIV/AIDS-a.

Crvena linija

Adresa: Miše Dimitrijevića 2/5b

Telefon: 060 360 0312

E-mail: info@crvenalinija.org

www.crvenalinija.org

Polje rada:

Prevenција HIV infekcije i podrška osobama sa HIV-om.

Kragujevac:

Omladina JAZAS-a Kragujevac

Adresa: Save Kovačevića 5

Telefon: 069 535 1005

E-mail: kragujevac@jazas.rs

Radno vreme: 10:00–16:00

www.jazaskg.rs



ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
Ул. Стари шор 47, 22000 Сремска Митровица

e-mail: info@zdravlje-sm.org.rs
web: www.zdravlje-sm.org.rs

Тел: 022/610-511

Тел/Факс: 022/636-509

Жиро рачун: 840-209667-75

Polje rada:

Prevenција HIV инфекције

- Program vršnjačke edukacije;
- Dobrovoljno i poverljivo savetovanje i testiranje na terenu u saradnji sa Institutom za javno zdravlje Kragujevac;
- Terenski rad.

Niš:

Sunce

Adresa: Durmitorska 2/14

Telefon: 064 013 0146 ili 062 836 9858

E-mail: nvo.sunce@yahoo.com

Radno vreme: 12:00–18:00

www.nvosunce.org

Polje rada:

Podrška osobama koje žive sa HIV-om i

Prevenција HIV инфекције u opštoj populaciji.

Subotica:

Stav +

Adresa: Bose Miličević bb

Telefon: 024 547 444 065 954 7440

E-mail: office@stavplus.org

Radno vreme: Radnim danima 09:00–16:00 i na zakazivanje

www.stavplus.org

Polje rada:

Psihosocijalna podrška za osobe koje žive sa HIV/sidom i prevenција HIV инфекције.

Pančevo:

NOVA +

Adresa: Dimitrija Tucovića 16

Telefon: 060 300 6117

E-mail: novaplus@hotmail.rs

Radno vreme: 09:00–13:00

www.novaplus.rs



ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
Ул. Стари шор 47, 22000 Сремска Митровица
e-mail: info@zdravlje-sm.org.rs
web: www.zdravlje-sm.org.rs

Тел: 022/610-511

Тел/Факс: 022/636-509

Жиро рачун: 840-209667-75

Polje rada:

Programi prevencije, pomoći i podrške za osobe koje žive sa HIV/AIDS-om, seksualne radnice i korisnike droga.

Šabac:

Asocijacija DUGA Adresa: 7. oktobar br 1, Jevremovac
Telefon: 064 252 9181
E-mail: asocijaciaduga@mts.rs
Radno vreme: Radnim danima 09:00–17:00
www.asocijaciaduga.org.rs

Polje rada:

Prevencija HIV infekcije na teritoriji Republike Srbije.

Kako sve može da se prenese HIV i šta sve predstavlja rizik za prenošenje HIV-a?

Prenos virusa dešava se samo ukoliko oštećena koža ili sluzokoža (unutar rektuma, vagine, na mestu izlaska mokraćne cevi iz penisa i u ustima) dođe u kontakt sa zaraženim telesnim tečnostima, i to: krvlju, genitalnim sekretima (sperma, presemena tečnost, rektalna i vaginalna tečnost) ili putem majčinog mleka ukoliko inficirana majka doji svoje dete.

Osnovni rizici za prenos HIV infekcije su:

- seksualni kontakt (analni, vaginalni ili oralni) bez kondoma, pri čemu značajno najveći rizik nosi analni seksualni odnos bez kondoma, a tek potom sledi vaginalni seksualni odnos sa inficiranom osobom, dok oralni seks nosi najmanji rizik;
- kontakt oštećene kože sa zaraženom krvlju (najčešće upotrebom korišćenog pribora za ubrizgavanje droge, a ređe deljenjem probora za ličnu higijenu (četkica za zube, brijač itd.) i upotrebom korišćenog pribora tokom tetovaže, pirsinga ili akupunkture);
- sa majke inficirane HIV-om na bebu tokom trudnoće, porođaja i dojenja.

Pored toga, rizik za prenos HIV infekcije predstavljaju:

- seksualni odnosi sa većim brojem partnera/rki ili prisustvo druge seksualno prenosive infekcije povećavaju rizik od inficiranja seksualnim putem;
- povreda oštrim predmetom kontaminiranim krvlju osobe inficirane HIV-om, kao što je npr. ubod na iglu, predstavlja rizik uglavnom za zdravstvene radnike;
- oralni seks – kada se usta koriste radi stimulacije penisa, vagine ili anusa (fellatio, cunnilingus, rimming), pri čemu su kontakt usta sa penisom tokom oralnog seksa i ejakuliranje sperme u usta rizičniji od drugih vrsta oralnog seksa;
- kontakt neintaktne (oštećene) kože, rana ili sluzokože sa krvlju zaraženom HIV -om ili telesnih tečnosti kontaminiranih zaraženom krvlju je vrlo redak način prenošenja HIV-a;
- dubok poljubac (poljubac sa otvorenim ustima) sa osobom koja je inficirana HIV -om je izuzetno redak način prenošenja HIV-a, i to samo ako osoba inficirana HIV-om ima ranice ili krvarenje iz desni i ako dođe do razmene krvi između dve osobe, jer se HIV ne prenosi preko pljuvačke.

Da li mogu da se inficiram HIV-om preko transfuzije krvi ili krvnih derivata?

Prenošenje preko transfuzije krvi ili krvnih derivata skoro da je onemogućeno, jer se u našoj zemlji od 1987. godine vrši obavezna kontrola svih dobrovoljnih davalaca krvi, krvnih derivata, tkiva i organa na HIV. Međutim, ako neko u „perodu



ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
Ул. Стари шор 47, 22000 Сремска Митровица

e-mail: info@zdravlje-sm.org.rs
web: www.zdravlje-sm.org.rs

Тел: 022/610-511

Тел/Факс: 022/636-509

Жиро рачун: 840-209667-75

prozora" добровољно да крв, постоји ризик да се HIV пренесе на примаоца трансфузије крви.

Izuzetno je humano dobrovoljno dati krv, ali to nije mesto za proveravanje HIV statusa.

Како се HIV не може пренети?

HIV се не преноси са инфициране особе на другу особу:

- путем ваздуха (нпр. кашљањем, кijaњем, руковањем, грљенјем, љубљенјем и другим уобичајеним контактима)
- боравком или радом у истој просторији, додиривањем предмета (нпр. телефона, компјутера, новца и сл.)
- коришћењем јавних тоалета, базена
- употребом истог прибора за јело, пешкира, постелјине
- уједом комарца и других инсеката током уобичајене неге болесника инфицираног HIV-ом
- плјувачком, сузама или знојем који није помешан са крвљу HIV позитивне особе.

Кoliko дуго HIV преживљава ван тела?

HIV не може да преживи дуго изван људског тела (нпр. на површини тела, предмета и сл.), и не може да се размножава изван људског организма.

Како се може смањити ризик од преношења HIV-а путем секса?

- Користите кондоме правилно и сваки пут када имате сексуални однос
- Останите верни у вежи са незараženим и једнако верним сексуалним партнером без упражњавања других облика ризичног понашања.

Кoliko су кондоми ефикасни у спречавању HIV инфекције?

Када се правилно користе током сваког сексуалног односа, кондоми су високо поуздано средство за спречавање HIV инфекције, као и других полно преносивих инфекција, код жена и мушкарца. Међутим, осим апстиненције (уздржавање од сексуалних односа) ниједна заштитна метода није 100% ефикасна.

„Сексуалне играчке” и HIV

„Сексуалне играчке” се могу користити за сексуално задовољавање једне или више особа и како се на њима могу задржати инфективни генитални секретни преко њих се може пренети HIV, али само уколико се непосредно користе током сексуалног односа.

Да ли постоји лек за елиминацију HIV-а из организма?

Тренутно не постоји лек који би довео до елиминације HIV-а из организма. Међутим, благовременим дијагностиковањем HIV инфекције и укључивањем на антиретровирусну терапију (у раном стадијуму HIV инфекције док још није значајно нарушен имунолошки систем), и уз редовно доживотно узимање прописане антиретровирусне терапије, имуно-лошко напредовање HIV инфекције се може значајно успорити, односно може се спречити оболевање и умирање од AIDS-а. Данас је HIV инфекција хронично стање са којим се може квалитетно и продуктивно живети, уколико се правовременим и доследним лечењем контролише умножавање HIV-а.

Да ли постоји ефикасна вакцина против HIV-а?

Још увек не постоји делотворна вакцина против HIV-а. Бројни досадашњи покушаји добијања ефективне вакцине нису дали позитивне резултате.

Специфичност структуре HIV-а, начин репликације (умножавања) и менјање његове структуре приликом сваког умножавања представљају главну препреку у проналажењу ефикасне вакцине за превенцију HIV инфекције.

Да ли обрезавање мушкарца спречава преношења HIV-а?

Обрезавање мушкарца смањује ризик од преноса HIV-а сексуалним путем за око 60%. Од 2007. године WHO и UNAIDS су препоручили добровољно медицинско обрезавање мушкарца као додатну стратегију за превенцију HIV инфекције у земљама са високом учесталошћу HIV инфекције (учесталост HIV инфекције већа од 1% међу становништвом, нпр. у неким



ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
Ул. Стари шор 47, 22000 Сремска Митровица

e-mail: info@zdravlje-sm.org.rs
web: www.zdravlje-sm.org.rs

Тел: 022/610-511

Тел/Факс: 022/636-509

Жиро рачун: 840-209667-75

afričkim zemljama) i malim brojem obrezanih muškaraca.

Jednokratna medicinska intervencija kao što je obrezivanje muškaraca pruža doživotnu delimičnu zaštitu od HIV-a, kao i drugih polno prenosivih infekcija. Ovu intervenciju uvek treba posmatrati kao deo sveobuhvatnog paketa mera koje se sprovedu u cilju sprečavanja prenošenja HIV-a i nikada ne bi trebalo da zameni druge priznate metode prevencije, kao što su upotreba kondoma od strane osoba oba pola.

Koji su stadijumi HIV infekcije?

Kada se osobe inficirane HIV-om ne leče, obično će napredovati kroz tri stadijuma infekcije. Lekovi za lečenje HIV infekcije, poznati kao antiretrovirusna terapija (ART), pomažu osobama inficiranim HIV-om u svim fazama infekcije, ako se uzimaju svakodnevno na propisan način. Lečenje može da uspori ili spreči napredovanje iz jedne faze u drugu. Takođe, uspešno lečenje može dramatično smanjiti šanse za prenošenje HIV-a nekom drugome.

Faza 1: Akutna HIV infekcija

U vremenu od 2 do 4 nedelje nakon infekcije HIV-om, ljudi mogu razviti bolest sličnu gripu, koja može da traje nekoliko nedelja. Ovo je prirodni odgovor organizma na infekciju. U fazi akutne HIV infekcije u krvi se nalazi velika količina virusa i osobe su u ovom stadijumu vrlo zarazne. S druge strane, osobe sa akutnom HIV infekcijom često nisu svesne da su inficirane, jer se ne moraju osećati bolesnima odmah po ulasku virusa u organizam ili kasnije. Da bi se dijagnostikovala akutna infekcija, potrebno je uraditi antitelo/antigen test četvrte generacije ili test za detekciju nukleinske kiseline virusa.

Faza 2: Klinička latencija (neaktivnost HIV-a ili mirovanje)

Ovaj period se ponekada naziva asimptomatska HIV infekcija ili hronična HIV infekcija. Tokom ove faze, HIV je i dalje aktivan, ali umnožava se na veoma niskom nivou. Osobe ne moraju imati nijedan simptom, niti znak bolesti u tom periodu. Za osobe koje se ne uzimaju lekove za kontrolu HIV-a, ovaj period može trajati deceniju ili duže, ali kod nekih osoba ovaj period može i kraće trajati. Osobe koje uzimaju lekove za kontrolu HIV-a (antiretrovirusna terapija – ART) na propisan način svakog dana mogu biti u ovoj fazi i nekoliko decenija. Važno je imati na umu da ljudi i dalje mogu preneti HIV na druge osobe u ovoj fazi, iako osobe koje su na ART-u i imaju stabilan odgovor na terapiju, odnosno imaju veoma nizak nivo virusa u krvi, imaju mnogo manje šanse da prenesu HIV drugim osobama nego osobe koje nemaju odgovarajuću kontrolu umnožavanja virusa. Na kraju ove faze koncentracija virusa u krvi počinje da raste, dok broj CD4 + ćelija počinje da opada i javljaju se simptomi uz porast broja virusnih kopija u organizmu i osoba prelazi u treću, terminalnu fazu.

Faza 3: sindrom stečene imunodefijencije (AIDS ili sida)

AIDS je poslednji, najteži klinički manifestan stadijum HIV infekcije. Ljudi sa AIDS-om imaju toliko oštećen imunološki sistem da razvijaju sve veći broj ozbiljnih bolesti, koje se nazivaju oportunističke bolesti.

Bez lečenja, ljudi sa AIDS-om obično prežive oko 3 godine. Uobičajeni simptomi AIDS-a uključuju drhtavicu, groznicu, znojenje, otok limfnih žlezda, slabost i gubitak težine. AIDS se dijagnostikuje kada broj CD4 + ćelija padne ispod 200 ćelija/mm krvi ili ako se razviju određene oportunističke bolesti ili tumori. Osobe obbolele od AIDS-a mogu imati visoku koncentraciju virusa u krvi i mogu biti veoma zarazane.

Šta je sindrom, a šta je simptom?

Sindrom predstavlja skup simptoma i znakova oboljenja, koji se kod HIV infekcije javljaju zbog gubitka imunološke odbrane organizma. Ovaj skup simptoma i znakova oboljenja ne mora da se ispoljava uvek u punom obimu. U nekim slučajevima ispoljava se samo jedan (na primer slabljenje tj. gubitak na telesnoj težini), a u nekim slučajevima više njih (zapaljenje pluća, gubitak na težini, otok limfnih žlezda, pojava tumora na koži i unutrašnjim organima i drugi).

Da li ulazak HIV-a u organizam izaziva neke vidljive simptome?

Ulazak HIV-a u organizam najčešće ne izaziva neke vidljive promene. Međutim, kod oko 10% do 20% inficiranih, dve do šest nedelja nakon infekcije mogu se zapaziti nespecifični znaci oboljenja koji u mnogome podsećaju na bolest zvanu infektivna mononukleoza. Registruje se povećanje telesne temperature udruženo sa povećanjem površnih limfnih žlezda, zapaljenjem ždrebla, bolovima u mišićima i osipom po koži, koji može da liči na osip koji se viđa kod malih boginja (morbiliformni osip). U tom periodu po pravilu se ne mogu dokazati antitela koja su specifična za HIV.

Šta može ubrzati pojavu kliničkih simptoma?



ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
Ул. Стари шор 47, 22000 Сремска Митровица

e-mail: info@zdravlje-sm.org.rs
web: www.zdravlje-sm.org.rs

Тел: 022/610-511

Тел/Факс: 022/636-509

Жиро рачун: 840-209667-75

Nezdrav način života, nespavanje, neredovna i neadekvatna ishrana, stresovi, postojanje drugih infekcija ili bolesti (pre svega polno prenosivih infekcija) mogu veoma ubrzati pojavu kliničkih simptoma.

Koji su najčešći simptomi kojima počinje klinički manifestna HIV infekcija?

Povećanje limfnih žlezda je ispoljeno u vratnom, i to naročito na zadnjem delu vrata i pazušnom predelu. Ovo stanje može potrajati više meseci kada počinju tzv. konstitucionalni simptomi bolesti koji se karakterišu gubitkom telesne težine više od 10% od normale, povećanjem telesne temperature preko 38 stepeni C, koja traje više od mesec dana, proliv koji traje kontinuirano ili sa prekidom više od mesec dana, gljivična infekcija usta i ždrebla, herpes na usnama ili genitalijama koji dugo traje i ponovo se javlja.

Sve ovo je praćeno, po pravilu, sa smanjenim brojem crvenih krvnih ćelija, krvnih pločica, belih krvnih ćelija, povećanjem koncentracije proteina i to posebno imunoglobulina u krvi, kao i smanjenjem broja CD4+T limfocita u krvi. Javljaju se promene na perifernom nervnom sistemu kao i na centralnom nervnom sistemu, koje mogu ponekada dovesti do teških poremećaja sa gubitkom mogućnosti orijentacije itd.

Šta su oportunističke infekcije?

Oportunističke infekcije su infekcije koje se javljaju kao posledica pada otpornosti organizma, najčešće izazvane „najbanalnijim” mikroorganizmima. Mikroorganizmi koji izazivaju oportunističke infekcije, po pravilu ne izazivaju oboljenja kod zdravih osoba. Tu spadaju infekcije sa protozoama, koje izazivaju najveći procenat smrtnih ishoda kod osoba koje su inficirane HIV-om, zatim oboljenja izazvana prouzrokovačem tuberkuloze, kao i netipičnim mikobakterijama ili teškim gljivičnim infekcijama. U ovom stadijumu javljaju se i tumori i to pre svega Kapoši sarkom, koji može pored kože da zahvati i unutrašnje organe, kao i tumori B limfocita (tzv. B limfomi), koji se najčešće razvijaju u mozgu i predstavljaju najčešći uzrok smrti kod osoba inficiranih HIV kod kojih su se razvili.

Šta je „period prozora”?

Vremenski period od momenta kada se dogodila infekcija do dana kada se testovima mogu otkriti antitela na HIV naziva se „period prozora”. U tom periodu po pravilu se ne mogu dokazati antitela koja su specifična za HIV. Ona se najčešće mogu dokazati tek 4 do 8 nedelja nakon infekcije.

Da li je osoba u „periodu prozora” potencijalno infektivna?

U ovom periodu koji se zbog tog „nemog intervala” i naziva „period prozora”, postoji infekcija, inficirana osoba je vrlo zarazna i sposobna da prenese HIV drugoj osobi, a uobičajeno testiranje ne otkriva prisustvo antitela specifičnih za HIV.

Šta je serokonverzija?

Iz stadijuma primarne infekcije prelazi se u stadijum asimptomatske serokonverzije, kada se mogu dokazati antitela na HIV (izuzev u onom kratkom „periodu prozora” od par nedelja), ali ne postoje nikakvi znaci koji bi ukazivali da je osoba inficirana sa HIV-om.

Serokonverzija zapravo znači produkcovanje i pojavljivanje antitela u krvi. Ovaj stadijum može da traje godinama i on predstavlja, epidemiološki gledano, „najopasniji” period za dalje prenošenje virusa, jer se inficirana osoba oseća sasvim „zdravo” i, najčešće, nije svesna da je inficirana.

Šta je asimptomatski period?

Period koji traje od početka infekcije (od kada je virus ušao u organizam) do kada se pojave prvi simptomi bolesti naziva se asimptomatski period (nekada se on zvao period inkubacije, što se za HIV pokazalo kao neadekvatan termin).

Da li postoji veza između HIV-a i drugih polno prenosivih infekcija?

Da. Prisustvo drugih seksualno prenosivih infekcija ili klinički manifestne bolesti (PPI) može da poveća rizik od dobijanja i širenja infekcije uzrokovane HIV-om. Ako ste HIV negativni, ali imate neku PPI, imate barem 2 do 5 puta veći rizik da se inficirate HIV-om ako imate nezaštićen seks sa nekim ko je inficiran HIV-om. Postoje dva načina kako PPI mogu povećati verovatnoću inficiranja HIV-om. Ako PPI uzrokuje iritaciju kože (npr. kod sifilisa, herpesa ili humanog papiloma virusa), naprsline ili ranice to može olakšati ulazak HIV-a u organizam tokom seksualnog kontakta. Čak i polne bolesti koje ne uzrokuju oštećenja ili otvorene rane (npr. hlamidijaza, gonoreja, trihomonijaza) mogu povećati rizik od izazivanja upale,



ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
Ул. Стари шор 47, 22000 Сремска Митровица

e-mail: info@zdravlje-sm.org.rs
web: www.zdravlje-sm.org.rs

Тел: 022/610-511

Тел/Факс: 022/636-509

Жиро рачун: 840-209667-75

koja pak povećava broj ćelija koje mogu da posluže kao ciljne ćelije za koje se vezuje HIV. Ako ste inficirani HIV-om i pritom inficirani i drugim uzročnikom/cima PPI, imate 3 do 5 puta veću šansu u odnosu na druge osobe inficirane HIV-om da prenesete HIV putem seksualnog kontakta, jer postoji povećana koncentracija HIV-u spermi i drugim genitalnim izlučevinama osoba inficiranih HIV-om koje su takođe inficirane sa drugim uzročnicima PPI.

Stoga, seksualno aktivnim osobama, a posebno gej i biseksualnim muškarcima, preporučuje se testiranje na:

- HIV infekciju
- Sifilis
- Hepatitis B i C infekciju
- Hlamidijazu i gonoreju rektuma, ako ste imali receptivni analni seks, odnosno bili u poziciji pasivnog partnera u proteklih godinu dana
- Hlamidijazu i gonoreju penisa (uretre) ako ste imali insertivni analni ili oralni seks u protekloj godini
- Gonoreju grla ako ste imali oralni seks (kontakt usta sa penisom, vaginom ili anusom vašeg partnera/rke) u proteklih godinu dana.

Da li je visok rizik od prenošenja HIV-a ako se deli pribor za ubrizgavanje narkotika?

Da. Rizik za dobijanje HIV-a je veoma visok ako koristite igle ili drugi pribor za ubrizgavanje narkotika (kao što su kuvala, pamuk ili voda) nakon što ih je koristio neko ko je inficiran HIV-om.

- Osobe koje ubrizgavaju drogu, hormone, steroide ili silikone mogu se inficirati HIV-om deljenjem igala ili špriceva i drugog pribora za ubrizgavanje. Igle i pribor mogu sadržati tuđu krv u sebi, i HIV se može preneti krvlju. Isto tako, postoji i rizik za inficiranje virusima hepatitisa B i C ako delite igle i pribor, jer se i ove infekcije prenose putem krvi.
- Drugi razlog zašto osobe koje ubrizgavaju drogu mogu dobiti HIV (i druge seksualnim putem prenosive bolesti) je da kada su osobe pod dejstvom narkotika veća je verovatnoća da će imati rizične seksualne odnose.
- Osobe koje su pod dejstvom alkohola ili droga imaju veću verovatnoću donošenja odluka koje ih stavljaju u rizik od HIV-a, kao što je seksualni odnos bez kondoma.
- Konzumiranje alkohola, naročito opijanje, i korišćenje tzv. „klubskih droga” kao što su ekstazi, ketamin, i sl. može promeniti vaše rasuđivanje, smanjiti vaše inhibicije i ugroziti vaše odluke o seksu ili upotrebi druge droge. Takođe, veća je verovatnoća da ćete imati neplaniran i nezaštićen seksualni odnos, poteškoće da koristite kondom na pravi način svaki put kada imate seks, više seksualnih partnera ili da ćete koristiti druge droge, uključujući i ubrizgavanje droge. Takva ponašanja mogu da povećaju rizik od izloženosti HIV-u. Ako ste inficirani HIV-om, ova stanja mogu povećati rizik od prenošenja HIV-a na druge osobe. Pijanstvo ili drogiranost utiču na vašu sposobnost da napravite sigurne izbore.
- Ako idete na zabavu ili na neko drugo mesto gde znate da ćete piti ili koristiti droge, ponesite kondom u cilju smanjenja rizika u slučaju da imate vaginalni ili analni seksualni odnos.

Mogu li da dobijem HIV korišćenjem medicinskih usluga?

Iako je prenošenje HIV-a moguće u zdravstvenim ustanovama, to se dešava izuzetno retko.

- Bezbednosna praksa koja se sprovodi u cilju sprečavanja i suzbijanja infekcija, uključujući primenu univerzalnih mera predostrožnosti (procedure i postupci i druge zaštitne prakse, uz nošenje lične zaštitne opreme radi sprečavanja prenosa HIV-a i drugih infekcija koje se prenose krvlju) štiti pacijente, kao i zdravstvene radnike, od mogućeg prenošenja HIV-a u zdravstvenim ustanovama i stomatološkim ordinacijama i drugim ustanovama u kojima se pružaju zdravstvene usluge.
- Rizik od dobijanja HIV-a primanjem transfuzije krvi, krvnih produkata ili transplantacijom organa/tkiva kontaminiranih HIV-om je izuzetno mali zbog rigoroznog testiranja donacija krvi i doniranih organa i tkiva.
- Važno je znati da ne možete dobiti HIV tokom doniranja krvi jer su procedure prikupljanja krvi veoma uređene i bezbedne.

Da li su zdravstveni radnici u riziku od dobijanja HIV-a na svom radnom mestu?

Rizik od infekcije uzrokovane HIV-om kod zdravstvenih radnika koji su izloženi HIV-a na radnom mestu je veoma nizak, posebno ako koriste zaštitne tehnike i ličnu zaštitnu opremu kako bi se sprečila infekcija HIV-om i drugim uzročnicima koje se prenose krvlju (npr. uzročnici virusnih hepatita B i C). Glavni rizik od prenošenja HIV-a na radnom mestu za zdravstvene radnike su slučajne povrede iglom ili drugim oštrim predmetima koji mogu biti kontaminirani HIV-om. Međutim, čak i ovaj rizik je veoma mali. Naučnici procenjuju da je rizik od infekcije HIV-om nakon povrede iglom sa širokom lumenom u kojoj se nalazi krv osobe inficirane HIV-om manji od 1%.

Šta je ženski kondom?



ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
Ул. Стари шор 47, 22000 Сремска Митровица

e-mail: info@zdravlje-sm.org.rs
web: www.zdravlje-sm.org.rs

Тел: 022/610-511

Тел/Факс: 022/636-509

Жиро рачун: 840-209667-75

Ženski kondom je jedini ženski kontraceptivni metod koji predstavlja barijeru ulasku uzročnika kroz genitalni sistem koji se trenutno teško može naći na našem tržištu. Ženski kondom je jaka, meka, transparentana poliuretanski zaštita koja se umeće u vaginu pre seksualnog odnosa. On prati potpuno linije vagine i pruža zaštitu od trudnoće i polno prenosivih infekcija, uključujući i HIV infekciju, kada se koristi pravilno pri svakom seksualnom odnosu.

Šta su antiretrovirusni lekovi?

Antiretrovirusni lekovi su strogo kontrolisani medicinski preparati registrovani od strane nadležnih službi, koji se koriste u lečenju i prevenciji infekcije uzrokovane HIV-om. Savremena visoko aktivna antiretrovirusna terapija (HAART) predstavlja kombinaciju tri ili više lekova koja usporavaju napredovanje HIV infekcije, odnosno čije se dejstvo ispoljava u zaustavljanju ili ometanju umnožavanja HIV-a, što rezultira smanjenjem količine virusa u organizmu (viremija), a dovodi i do „popravke” narušenog imunološkog sistema, odnosno porasta broja odbrambenih ćelija koje su ključni nosioci celularnog imuniteta (CD4 limfociti) kod ljudi.

Mogu li da dobijem HIV od nekoga ko živi sa HIV-om, ali ima nedetektabilnu količinu virusa u krvi?

Da. Iako nemerljivo mala količina virusa u krvi (nedetektabilna viremija) u velikoj meri smanjuje šansu da osoba inficirana HIV-om može preneti virus na partnera, još uvek postoji rizik.

Virusno opterećenje (viremija) se odnosi na količinu HIV-a u krvi. O nedetektabilnoj viremiji govorimo kada je količina HIV-a u krvi toliko niska da se ne može meriti. Antiretrovirusna terapija smanjuje količinu virusa u krvi, idealno do nemerljivog nivoa, kada se uzima dosledno i korektno. Osoba inficirana HIV-om i dalje može potencijalno preneti HIV na partnera, čak i ako imaju nemerljivu količinu virusa u krvi jer:

- HIV-a se i dalje može naći u genitalnim tečnostima (npr. sperma, vaginalna tečnost)
- viremija se može povećati između dva testa, te je u tom slučaju veća verovatnoća prenošenja HIV-a partneru/ima
- polno prenosive infekcije povećavaju količinu virusa u genitalnim tečnostima.

Ako živim sa HIV-om, kako mogu da sprečim prenošenje virusa drugim osobama?

Postoje mnoge mere koje možete preduzeti da smanjite rizik od prenošenja HIV-a na partnera. Što više mera preduzmete, možete biti bezbedniji.

- Najvažnije što možete učiniti je da uzimate lekove za lečenje HIV infekcije (tzv. antiretrovirusnu terapiju) na propisan način, svaki dan. Ovi lekovi smanjuju količinu virusa (virusno opterećenje) u krvi i telesnim tečnostima. Oni vam mogu očuvati zdravlje dugi niz godina i značajno smanjiti šanse za prenošenje HIV-a vašim partnerima, ako imate stabilnu veoma nisku ili nemerljivo malu količinu virusa u krvi.
- Ako uzimate lekove za lečenje HIV-a (ART) sledite savete lekara, redovno idite na kontrolne preglede i uvek uzmajte lekove prema dobijenom uputstvu.
- Koristite kondome na pravi način svaki put kada imate seks. Naučite kako da na pravi način koristite muški kondom.
- Izaberite manje rizično seksualno ponašanje. Analni seks je seksualna aktivnost sa najvećim rizikom za prenos HIV-a. Ako je vaš partner HIV negativan, manje je rizično ako je on penetrirajući partner (gore) i vi ste pasivan partner (dole) tokom analnog seksa. Oralni seks je mnogo manje rizičan od analnog ili vagina-lnog seksa. Seksualne aktivnosti koje ne uključuju kontakt sa telesnim tečnosti-ma (sperma, vaginalne tečnosti ili krv) ne nose rizik od prenošenja HIV-a.
- Ako ubrizgavate droge, nikada ne delite igle ili pribor s bilo kim.
- Testirajte se i lečite i od drugih drugih polno prenosivih bolesti i podstičite svoje partnere da učine isto. Ako ste seksualno aktivni, testirajte se najmanje jednom godišnje. Polne bolesti mogu imati dugoročne posledice po zdravlje, a takođe mogu povećati i rizik od dobijanja ili prenošenja HIV-a.

Ako sam inficirana HIV-om, da li mogu da sprečim prenošenje HIV-a na moju buduću bebu?

Ako ste inficirane HIV-om, najvažnija stvar koju možete učiniti je da uzimate lekove za lečenje HIV infekcije (antiretrovirusna terapija – ART) propisane od strane infektologa, svaki dan.

- Ako ste trudni, razgovarajte sa svojim lekarom o tome da se testirate na HIV i o drugim druge načinima da sebe i svoje dete sačuvate od dobijanja HIV-a. Trudnice treba da se ponovo testiraju na HIV u trećem trimestru trudnoće ako praktikuju ponašanja koja ih stavljaju u rizik za dobijanje HIV-a.
- Ako ste HIV negativni, ali imate HIV pozitivanog partnera i razmatrate trudnoću, razgovarajte sa svojim lekarom o uzimanju profilakse pre izloženosti koja će vam pomoći da se zaštitite od dobijanja HIV-a. Ohrabrite partnera da uzima lekove za lečenje HIV infekcije (ART) koji u velikoj meri smanjuju šanse da prenese HIV vama.
- Ako ste inficirane HIV-om, uzimajte lekova za lečenje HIV (ART) svaki dan na propisan način. Ako se ART započne



ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
Ул. Стари шор 47, 22000 Сремска Митровица

e-mail: info@zdravlje-sm.org.rs
web: www.zdravlje-sm.org.rs

Тел: 022/610-511

Тел/Факс: 022/636-509

Жиро рачун: 840-209667-75

rano u trudnoći, rizik od prenošenja HIV na bebu može da bude 1% ili manji. Nakon porođaja, možete sprečiti prenošenje HIV na bebu izbegavanjem dojenja, jer majčino mleko sadrži HIV.

Gde mogu da se više informišem o životu sa HIV-om?

Ukoliko ste inficirani HIV-om više korisnih informacija koje pokrivaju različite aspekte života s HIV-om možete naći u publikaciji Instituta za javno zdravlje Srbije „Dr Milan Jovanović Batut” „Živeti sa HIV-om” (dostupno na http://www.batut.org.rs/download/publikacije/Ziveti_sa_HIVom.pdf), uz napomenu da su kontakti nekih udruženja izmenjeni, dok neka udruženja nisu više aktivna. Kontakte udruženja koja pružaju podršku osobama inficiranim HIV-om možete naći pod pitanjem KONTAKTI: Koja udruženja kod nas sprovode programe prevencije HIV infekcije i podrške osobama koje žive sa HIV-om? Izvor: Institut za javno zdravlje Srbije

Центар за контролу и превенцију болести