

Miłość bez strachu przed Aids



Jak młodzi ludzie mogą chronić się przed Aids?

Odkąd istnieje Aids, miłość jest już nie tylko piękna, ale niebezpieczna. Aids jest chorobą śmiertelną. Zarazić się nią można już podczas pierwszego kontaktu seksualnego. Dzisiaj można się jednak z wysoką skutecznością chronić przed zarażeniem, bez konieczności rezygnowania z miłości i seksualności. Dlatego od dziś: miłość bez ryzyka- z miłości do życia.

Aids jest końcowym stadium śmiertelnej infekcji, która następuje poprzez zarażenie się wirusem HIV. Większość przypadków zarażenia się wirusem HIV następuje poprzez stosunek płciowy lub wspólne używanie strzykawek.

Jeszcze na początku lat 80-tych wierzone, że HIV ograniczy się jedynie do grup ryzyka (homoseksualiści i narkomani). Dzisiaj wiadomo jednak, że HIV już wtedy zaczął rozprzestrzeniać się wśród osób heteroseksualnych. Należy przyjąć, że w przyszłości również najczęstszą drogą zakażenia będą stanowić stosunki heteroseksualne (stosunek płciowy pomiędzy mężczyzną i kobietą). Z tego powodu niniejsza broszura skierowana jest przede wszystkim do ludzi młodych.

W jaki sposób można zarazić się Aids?

Zarażenie wirusem HIV następuje w momencie, gdy zawierające wirus ludzkie

płyny dostaną się do organizmu innego człowieka. Zakażenie ma miejsce w bezpośrednim kontakcie krwi, ale też poprzez zdrową śluzówkę (pochwa, żołądek penisa, odbył, oczy, nos i usta) oraz przez zranioną skórę lub jej stany zapalne, np. wyprysk (egzema). Krew, nasienie, i śluz pochwy osób zakażonych zawierają duże ilości wirusa. W niewielkiej liczbie został on odkryty również w innych płynach ludzkich jak ślina, tży, moczu.

Sytuacje ryzykowne

HIV można zarazić się jedynie poprzez bezpośredni kontakt z płynami ludzkimi zawierającymi HIV, np. w poniższych sytuacjach:

- **Seksualność:** przeniesienie wirusa możliwe jest głównie poprzez stosunek płciowy, zarażenie się nie jest jednak wykluczone podczas pettingu i pocałunku z językiem.
- **Kontakt matka- dziecko:** HIV-pozytywna matka może zarazić swoje dziecko podczas ciąży poprzez łożysko (placentę) przepuszczalne dla wirusa, podczas porodu lub karmienia (przez mleko).
- **Narkomani:** poprzez wspólne korzystanie ze strzykawek i igieł.
- **Transfuzje krwi i transplantacje organów:** od jesieni 1985 roku

wszystkie koncentraty krwi w Szwajcarii testowane są na HIV. Pozostałe ryzyko niedopatrzenia jest skrajnie niskie.

Jak stwierdza się HIV?

Podczas pierwszych lat od zarażenia, objawy choroby u osoby zainfekowanej pozostają niewidoczne. Osoba sama również niczego nie dostrzega. Aby stwierdzić infekcję HIV konieczne jest wykonanie testu. W przypadku wszystkich chorób infekcyjnych organizm wytwarza przeciwciała, pomagające zniszczyć obce ciała, jak bakterie i wirusy. Już na samym początku HIV „przechytrza” system odpornościowy człowieka. Przeciwciała wytwarzane są dopiero po kilku tygodniach lub miesiącach; według dzisiejszego stanu wiedzy w przypadku większości ludzi przeciwciała HIV namnażane są po upływie 3 miesięcy. Te przeciwciała nie są w stanie usunąć wirusa, ale stanowią dowód na jego istnienie.

Możliwości ochrony przed infekcją HIV

W dzisiejszych czasach związek natury seksualnej niesie sam w sobie ryzyko zarażenia się wirusem HIV. Z tego powodu ważne jest, by wybór partnera był staranny. Tylko wtedy, gdy partner nie jest nosicielem, nie ma ryzyka zarażenia się. Im mniej partnerów seksualnych ktoś ma, tym mniejsze jest ryzyko zarażenia.

Staranny wybór partnera

Oznacza, że będę szukać partnera, który nie jest zarażony i który ma podobne

poglądy na miłość i bezpieczeństwo, jak ja. Zanim podejmę współżycie z moim partnerem, muszę go dobrze poznać. Sama niepewność, że partner może być zarażony (przez co może nastąpić zarażenie na drodze seksualnej), uniemożliwia bezstroskie podjęcie współżycia seksualnego. Szczera rozmowa z partnerem o doświadczeniach z przeszłości i teraźniejszości w kontekście ryzyka infekcji, ma u początku związku ogromne znaczenie. Jednakowo ważne jest poznanie przyzwyczajęń partnera, jego przyjaciół i rodziny. To buduje klimat zaufania i intymności, co ułatwia orientację, czy na słowie partnera można polegać. Dopiero wtedy można wzajemnie oszacować, czy ryzyko nosicielstwa partnera jest wykluczone. Jeśli to ryzyko nie daje się wykluczyć, warto jest wykonać test na HIV. W tym miejscu należy podkreślić, że seksualność jest naprawdę pięknym wydarzeniem jedynie w szczerym, otwartym równoprawnym związku dwóch osób. Takie zaufanie ze wzajemną życzliwością powstaje z czasem. Seksualność jest czynnikiem dopełniającym miłość, partnerstwo i małżeństwo; bez duchowego związku międzyludzkiego doświadczenie to zredukowane zostaje do formy zmartwienia.

Nie daj szansy HIV – zrób test!

Jeśli w przypadku kogoś z partnerów istnieje ryzyko, że w przeszłości mógł się on zarazić HIV, z pewnością warto jest wykonać test na HIV. Jak wcześniej zostało wspomniane, do wytworzenia się przeciwciał musi upłynąć kilka miesięcy. Warto jednak już na samym początku związku wziąć pod uwagę wykonanie testu

Sytuacje nie stanowiące ryzyka

- Życie codzienne: ulice, szkoła, toalety.
 - Kontakt ze skórą: uścisk dłoni, głośkanie, pocałunek w policzki.
 - Sport: pływanie, piłka.
 - Jedzenie: restauracja.
 - Seksualność: nie ma ryzyka zarażenia się w wiernym związku (gdy żaden z partnerów nie jest narażony na poza seksualne drogi zarażenia się).
- Oczywiście należy przestrzegać podstawowych zasad higieny i nie dopuszczać do kontaktu z otwartymi ranami.

jako punkt wyjścia. Im większe jest ryzyko zarażenia się HIV– narkomania, kontakty seksualne z przedstawicielami grup ryzyka, takimi jak uzależnieni od narkotyków, homoseksualiści, częste zmiany partnera, –tym ważniejsze jest powtórzenie testu po kilku miesiącach.

Prezerwatywa

W przypadku gdy partner seksualny zarażony jest HIV, poprzez użycie prezerwatywy zmniejsza się ryzyko przeniesienia wirusa, nie można go jednak z pewnością wykluczyć. Aids jest chorobą śmiertelną, dlatego pozostałe ryzyko należy traktować poważnie. Zwłaszcza ludzie młodzi, nie mający jeszcze koniecznej wprawy w stosowaniu kondomów, są szczególnie narażeni na błędy w stosowaniu. Również tu obowiązuje zasada: im głębszy jest związek z moim partnerem i im bezpieczniej się przy nim czuję, tym łatwiej będzie nam otwarcie rozmawiać o stosowaniu prezerwatywy. Odwrotnie jest pod wpływem alkoholu lub narkotyków– ryzyko popełnienia błędu w użyciu– wzrasta. Powinno się używać wyłącznie sprawdzone prezerwatywy, a instrukcję dołączoną do opakowania starannie prześledzić.

Wolność od narkotyków

Wielu młodych ludzi zaczyna już w okresie dojrzewania, w wyniku życiowych trudności sięgać po alkohol oraz inne substancje psychoaktywne. Niektórzy wstrzykują sobie narkotyki dożylnie i doprowadzają przez to swoje ciało i duszę do ruiny. Do tego narażają się na ogromne ryzyko zarażenia się, poprzez wymianę strzykawek, wirusem HIV.

Zażywanie narkotyków stępią obraz własnego ciała i własnych uczuć. Osobom uzależnionym jest ich stan zdrowia tak obojętny, że wbrew świadomości niebezpieczeństwa, pozwalają sobie na wymianę strzykawek lub lekkomyślnie wdają się w przelotne kontakty seksualne. Przez to narażają się nieustannie na ryzyko infekcji. Jedyną bezpieczną sytuacją jest dla nich– wyleczyć się z uzależnienia.

Reasumując– nie tylko ze względu na Aids opłaca się nie zażywać substancji psychoaktywnych.

Częste, bez troskie zmiany partnerów są dzisiaj motorem epidemii Aids. Alkohol i narkotyki są materiałem zapalnym dla tego motoru. Zaciemniają one poczucie rzeczywistości i odpowiedzialności, a przez to prowokują i ułatwiają inicjację nieprzemyślanych (często bez zabezpieczenia) kontaktów seksualnych, których osoba później żałuje.

Z tego powodu wolność od uzależnień jest ważną barierą ochronną przed HIV.

© AIDS– informacja Szwajcarska
2008/2009

AIDS– informacja Szwajcarska
Postfach 26 • CH 8610 Uster 1
Tel. +41 44 261 03 86
Fax +41 44 261 10 32 • PC 80–18122–3
www.aids-info.ch

Co czyni wirus HIV tak niebezpiecznym?

- Wirus HIV przenoszony jest podczas stosunku płciowego.
- Pojedynczy kontakt seksualny wystarczy, by się zarazić.
- Zarażenie się może nastąpić zarówno poprzez otwartą ranę, jak i poprzez zdrową śluzówkę.
- Czas od zarażenia się do rozpoczęcia choroby (czas latencji) wynosi od 10 do 12 lat. Przez ten czas osoba może nie wiedzieć o istnieniu wirusa w organizmie.
- Już w ciągu tego okresu osoba zarażona może przenosić go nieświadomie na inne osoby, w szczególności na swojego partnera.
- Człowiek zarażony HIV wcześniej czy później zachoruje na Aids.
- Aids prowadzi w ciągu kilku lat do śmierci.
- Nosicielstwo HIV pozostaje do końca życia. Jediną możliwością ochrony przed Aids jest unikanie sytuacji ryzykownych.
- Na dzień dzisiejszy nie wiadomo, czy możliwe jest powstanie skutecznej szczepionki przeciwko Aids.

Staranny wybór partnera, test na HIV oraz prezerwatywa stanowią 3 możliwości ochrony przed Aids. Stosowane jednocześnie działają jeszcze skuteczniej. Każdy człowiek powinien poprzez wybór lub kombinację poszczególnych komponentów sam zdecydować o swoim ryzyku.