

HIV/AIDS

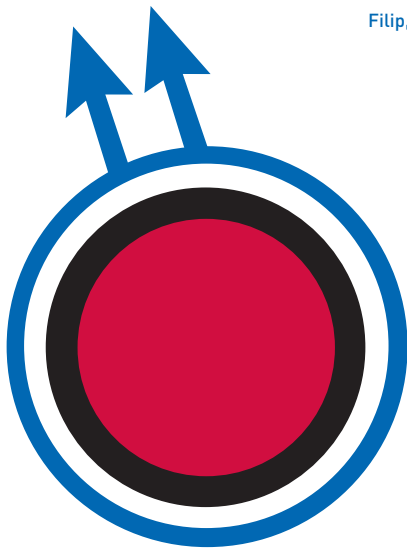
**P**uno se priča o HIV/AIDS-u i svi smo recimo dovoljno edukovani po tom pitanju. A da li smo ipak svjesni rizika koji postoji? Ili ima i dalje onih koji kažu "Ma neće se to meni desiti"?

Ja sam se testirao prvi put prošle godine. Do tada mi nikad nije padalo na pamet jer sam imao samo jednog partnera, i to partnera kome vjerujem. Ali, teoretski je sve moguće.

Riješio sam da uradim sve testove koji se tiču polno prenosivih infekcija, pa i taj. I moram priznati da mi ipak nije bilo svejedno dok sam čekao rezultat, ma koliko siguran bio, valjda zbog svih onih zastrašujućih priča.

Ali ne vidim zašto se ne bismo testirali. Test je potpuno anonimn, besplatan i ne boli "

Filip, 29 godina



# RIZIČNO PONAŠANJE

HIV je u dovoljnoj, infektivnoj koncentraciji prisutan u tjelesnim tečnostima i u krvi inficiranih ljudi (prvenstveno krvi, sjemenoj, vaginalnoj tekućini), a može ga takođe biti i u mlijeku inficirane majke.

Rizično ponašanje predstavlja svaku aktivnost koja omogućava HIV-u da bude prenesen sa jedne osobe na drugu. Zbog toga je seksualni odnos bez kondoma rizičan odnos jer je virus prisutan u tjelesnim tečnostima inficirane osobe i može biti prenesen u tijelo seksualnog partnera.

Ispravna upotreba kondoma je vrlo efektivan način prevencije prenosa HIV-a seksualnim odnosom.

Kontakt sa krvlju inficirane osobe je rizičan jer omogućava virusu da pređe u tijelo druge osobe kroz posjekotine i druge povrede na koži i sluzokoži. Zbog toga je rizično biti ozlijeđen, uboden ili ubrizgan sa iglom i/ili špricom koji su već korišteni od strane neke druge osobe prije nas.

Takođe je moguće da inficirana žena prenese virus na svoje dijete u toku trudnoće ili za vrijeme porođaja. HIV može biti prenesen i dojenjem.

# ŠTA JE HIV, ŠTA JE AIDS?

HIV je naziv virusa kojim se možeš inficirati. Bolest koju može izazvati, naziva se AIDS.

## Najvažnije ukratko:

Jako veliki rizik zaraze HIV virusom postoji za tebe ako:

- ne koristiš kondom u toku seksualnog odnosa
- kod oralnog zadovoljavanja ne koristiš kondom
- za ubrizgavanje narkotičkih sredstava upotrijebiš iglu koju je prije tebe neko drugi koristio.

Veliki rizik za tebe postoji i ako koristiš alkohol ili neka narkotička sredstva.

## MOŽE LI SE AIDS IZLIJEČITI?

Po prirodi čovjek posjeduje supstance u krvi koje ga štite od bolesti. Ljudima koji žive sa AIDS-om ta zaštita više ne funkcioniše dovoljno. Zbog toga oboljevaju od drugih bolesti i infekcija od kojih mogu umrijeti.

**Zapamti:** Infekcije se mogu izvjesno vrijeme prilično dobro liječiti medikamentima. Virus HIV-a može se upotrebom nekih novih lijekova privremeno suzbiti, tako

da se u ljebarskim nalazima ne može utvrditi iako je još uvek prisutan u organizmu. Skriva se na primjer u unutrašnjim organima i u limfnim čvorovima. Virus se i dalje može prenositi.




- Niko ne može odrediti period uzimanja medikamenata.
- Niko ne zna da li trajnim korišćenjem lijekovi ostaju djelotvorni.
- Ne podnose svi te medikamente.
- Vakcine još nema.

Trenutno se samo može reći da se mnoge infekcije koje spadaju u kliničku sliku AIDS-a mogu prilično dobro izliječiti. Vrijeme preživljavanja osoba sa AIDS-om je sve duže, ali to ne znači da se AIDS može potpuno izliječiti!

## ŠTA JE RIZIČAN SEKSUALNI ODNOS?

Rizičan seksualni odnos je odnos pri kojem sperma ili krv dopre u tvoj organizam ili u organizam tvog seksualnog partnera. Znači rizičnim seksualnim odnosom se prenose virus HIV-a i polno prenosivih bolesti.






## ZAVISI LI RIZIK ZARAZE HIV-om OD BROJA SEKSUALNIH PARTNERA?

-  Ako se pridržavaš pravila bezbjednog seksualnog odnosa onda ne. Rizičan seksualni odnos sa jednom osobom je već veliki rizik.
-  Povjerenje znači: koristiti kondome i sredstva za podmazivanje.
-  Stvar je u tome kako praktikuješ seksualne odnose, a ne s kim i koliko često.

## MOŽE LI SE PREPOZNATI DA JE NEKO INFICIRAN HIV-om?

NE! Neko ko živi sa HIV-om može sasvim zdravo izgledati.

**Najvažnija pravila su:**

-  Ne praktikuj seksualni odnos bez kondoma i sredstva za podmazivanje.
-  Kod oralnog seksualnog odnosa pazi da sperma ne uđe u usta, koristi kondom.
-  Paziti da ni sperma niti krv ne dospiju u organizam.
-  Paziti da sperma niti krv ne dospiju u otvorene rane.
-  Kod korištenja pomagala pazi da oba partnera ne koriste iste.

# MOŽE LI SE INFICIRATI HIV-om?

Ako zadovoljavaš partnera rukom ? NE

Ako ga masiraš? NE

Ako penetriraš prstom u anus? NE Bolje navuci rukavicu

Ako ga poljubiš ili ljubiš u usta? NE

Ako ga oralno zadovoljavaš bez da ti svrši u usta? NE Bolje sa kondomom

Ako ga oralno zadovoljavaš i njegova sperma dospije u usta? DA

Ako partneru oralno zadovoljavaš (ližeš) anus? NE Ako nema krvi u ili oko anusa

Ako te partner oralno zadovoljava rukom? NE

Ako te partner oralno zadovoljava? NE

Ako te partner oralno zadovoljava i ti mu svršiš u usta? NE Ali on da

Ako imaš analni seksualni odnos bez kondoma? DA I ako ne svršiš

Ako imaš analni seksualni odnos sa kondomom i sredstvom za podmazivanje? NE

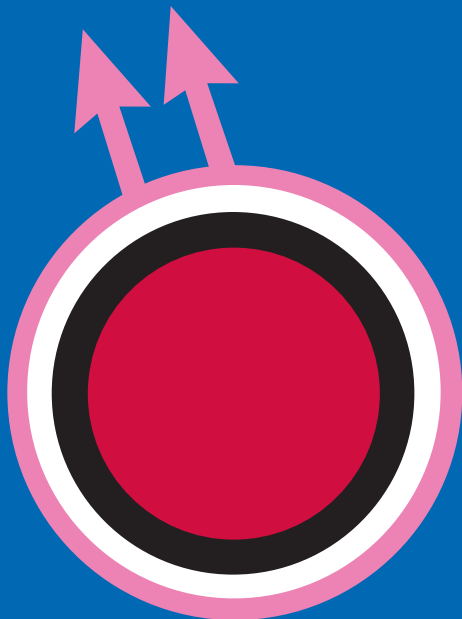
Ako te partner zadovoljava prstom u anus? NE Ako nema krvi u ili oko anusa ili na prstu

Ako ti partner oralno zadovoljava (liže) anus? NE



# KONDOM I SREDSTVA ZA PODMAZIVANJE (LUBRIKANTI)

- Ako praktikuješ analni seksualni odnos (žarg. pasivni ili aktivni) moraš koristiti dobre kondome i sredstva za podmazivanje čiji sastojak je silikon ili na bazi vode i glicerina.
- Nikada ne koristi masna sredstva za podmazivanje, kao npr. kremu, ulje za bebe, margarin, jer oštećuju kondom.





# ZBOG ČEGA SE KONDOM ZNA POKIDAT?







## Za to postoji više razloga:

- Ako ti se u toku seksualnog odnosa pokida kondom onda si vjerovatno upotrijebio pretanak kondom.
- Rok trajanja je istekao.
- Mogao si kod otvaranja pakovanja ili kod navlačenja kondom oštetiti noktima.
- Pogrešno si stavio kondom i nisi ostavio mjesta za spermu na vrhu kondoma.
- Stavio si premalo sredstva za podmazivanje na kondom.
- Koristio si pogrešno sredstvo za podmazivanje (bebi ulje, vazelin).

# KAKO SE MOGU DOBITI POLNO PRENOSIVE INFEKCIJE (PPI)?

Ako imaš seksualni odnos sa nekim ko ima jednu od PPI, onda se vrlo lako možeš zaraziti. Ako praktikuješ siguran seksualni odnos (koristiš kondome i sredstva za podmazivanje) smanjuješ rizik zaraze koji ne možeš skroz isključiti. Većina PPI se prenose kontaktom sluzokoža. Sluzokoža se nalazi u ustima, anusu, u penisu i u oku.

## KAKO SMANJITI RIZIK ZA PRENOŠENJE POLNO PRENOSIVIH INFEKCIJA (PPI)?

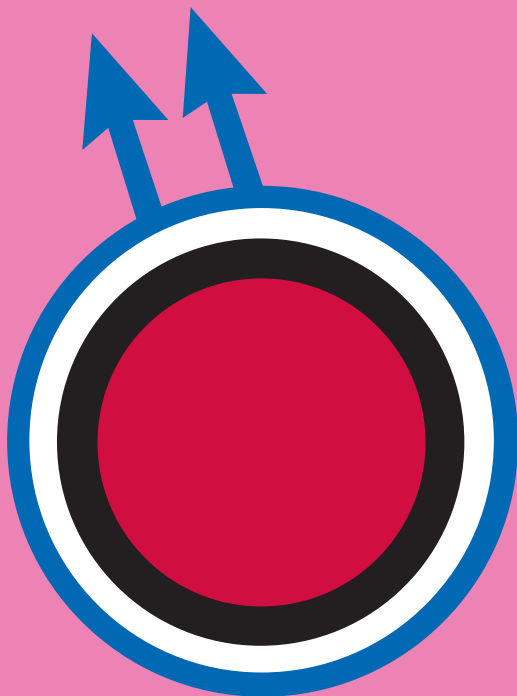
-  U toku seksualnog odnosa uvijek koristi kondom.
-  U toku oralnog seksualnog odnosa koristi kondom.
-  Ne praktikuj oralno zadovoljavanje (lizanje) anusa partneru.
-  Ne ljubi se u usta.

## KAKO SE RIJEŠITI JEDNE POLNO PRENOSIVE INFEKCIJE (PPI)?

Mnoge PPI može doktor izliječiti, po principu što prije to bolje. Ako ništa ne preduzimaš biće gore, a vremenom može biti čak i opasno. Neke PPI mogu biti opasne, na primjer sifilis i hepatitis B, hepatitis C je čak smrtonosan. Jednom ili dva puta godišnje pregledaj se na PPI.

## DA LI SE MOŽE IZVRŠITI VAKCINACIJA PROTIV POLNO PRENOSIVIH INFEKCIJA (PPI)?

Protiv Hepatitisa A i B se možeš vakcinisati u domu zdravlja ili kod ljekara. Vakcinacija se sastoji od više injekcija, koje se moraju u određenim vremenskim razmacima sprovesti. Postoji vakcina i protiv HPV (humanog papiloma virusa), ali je skupa i kod nas još nije dostupna za širu upotrebu. Protiv ostalih PPI trenutno ne postoji nikakva vakcina. Tu pomaže jedino redovna kontrola u domu zdravlja ili kod ljekara, jer od nekoliko PPI se uvijek možeš razboljeti.



# KAKO SE RAZLIKUJU VRSTE HEPATITISA?

**Postoje najmanje šest tipova hepatitisa, koje se označavaju jednim slovom.**

- Hepatitis A i B možeš dobiti ili prenijeti seksualnim odnosom. Većinom se hepatitis prenosi "fekal-oralno". To znači kod lizanja anusa. Do pojave simptoma hepatitisa potrebno je da proteknu dvije do četiri nedjelje. U međuvremenu možeš da zaraziš druge partnere ukoliko ih imaš.
- Hepatitis C možeš samo dobiti putem krvi. Prema tome posebno su ugroženi zavisnici o narkoticima koji koriste zajedničku iglu i osobe koje primaju transfuziju. Takođe ako pri seksualnim odnosima dolazi do krvarenja. Hepatitis C je opasan zato što se liječi samo veoma jakim medikamentima, i to samo u 25% slučajeva; preko 75% zaraženih prelazi u kronicitet i moraju računati sa trajnim oštećenjima jetre, koje može izazvati smrt.

# SEKSUALNO PRENOSIVE INFEKCIJE

**TRIPER** - Nakon 2 do 14 dana. Bolovi pri mokrenju, žućkasto izlučenje iz penisa, svrab u anusu, bolovi u grlu su mogući, a razvoj bolesti može biti i bez simptoma!

**SIFILIS** - Bezbolni čirevi sa krastama po rubovima, suva koža, povišena temperatura, otok limfnih čvorova, osip, često bez simptoma, lako možeš previdjeti.

**KANDIDA** - Svrab, perut na glaviću, bijele fleke na vratu.

**STIDNE VAŠI** - Svrab, sitne, crne vaši među stidnim dlačicama.

**KONDILOMATA** - Polne bradavice - Nekad nevidljive bradavice na glaviću, u ili na anusu, svrab.

**KLAMIDIJE** - Bolovi pri mokrenju, vodenasta izlučenja. Bolovi u zglobovima. Često bez značajnih tegoba.

**ŠUGA** - Svrab, crveni osip po čitavom tijelu, često među prstima i u zglobu koljena.

**URETRITIS** - Bolovi pri mokrenju, bljedunjava izlučenja. Bolovi u testisima.

**HERPES** - Prištići na usnama, na penisu, na anusu ili u grlu. Prištići nestaju, ali se ponovo pojave ako si bolestan.

**HEPATITIS A** - Umor, žućkasta koža, žućkaste beonjače, smeđi urin, svijetla stolica, proliv, simptomi slični gripu, može se uz niz vakcina spriječiti.

**HEPATITIS B** - Kao kod hepatitisa A, samo mnogo gore, ponekad bolovi u jetri, mučnina, povraćanje, ponekad bez simptoma, može se uz niz vakcina spriječiti.

**HEPATITIS C** - Kao kod hepatitisa A, vakcinacija ne postoji, odnosi se na ljude koji koriste zajedničku iglu za ubrizgavanje narkotika. Može se prenijeti i kod transfuzije krvi. Većinom komplikovani razvoj bolesti.

## HIV I AIDS

Poštovanje navedenih savjeta vezanih za PPI je istovremeno najbolja zaštita od HIV virusa koji izaziva AIDS.



HIV/AIDS