



Τηλέφωνο επικοινωνίας:  
210 5212 054

Παίρνουμε τη **ζωή**  
στα χέρια μας



Βάζουμε **τέλος** στο

**aids**



Ο έρωτας είναι ανθρώπινο δικαίωμα

# Παίρνουμε τη ζωή στα χέρια μας. Βάζουμε τέλος στο AIDS.

*Ο έρωτας είναι ανθρώπινο δικαίωμα*

Στις 5 Ιουνίου 1981, αναφέρθηκε από το Κέντρο Ελέγχου Νοσημάτων των ΗΠΑ το πρώτο περιστατικό που αργότερα ονομάστηκε Σύνδρομο Επίκτητης Ανοσοανεπάρκειας ή AIDS.

Σήμερα, 26 χρόνια μετά, 40.000.000 άνθρωποι ζουν μ' αυτό το νόσημα, 25.000.000 έχουν πεθάνει, 15.000.000 παιδιά έχουν μείνει ορφανά λόγω του ιού και η ανθρωπότητα ακόμη παλεύει να το ελέγξει.

## Τι είναι και πώς δρα ο HIV;

Ο HIV, ο ιός της ανθρώπινης ανοσοανεπάρκειας, επιτίθεται και προοδευτικά καταστρέφει το ανοσοποιητικό σύστημα. Ο HIV καταστρέφει μια κατηγορία κυττάρων του ανοσοποιητικού συστήματος που λέγονται CD<sub>4</sub> λεμφοκύτταρα.

Όταν ο αριθμός των CD<sub>4</sub> λεμφοκυττάρων μειωθεί σημαντικά, ο οργανισμός δεν μπορεί να καταπολεμήσει τις ασθένειες που μπορεί έτσι να αποβούν επικίνδυνες για τη ζωή. Έτσι εκδηλώνεται το AIDS.

## Πού

### βρίσκεται ο HIV;

Ο HIV, ο ιός που προκαλεί το AIDS, βρίσκεται σε όλα τα βιολογικά υγρά του σώματος. Ωστόσο, δυνητικά ικανά να μολύνουν είναι:

Το αίμα

Το σπέρμα και τα κολπικά υγρά

Το μητρικό γάλα

Ο ιός επιζεί έξω από τον ανθρώπινο οργανισμό για ελάχιστο χρονικό διάστημα.

## Τι σημαίνει «οροθετικό άτομο»;

Οροθετικό είναι το άτομο που έχει μολυνθεί από τον ιό (HIV) και μπορεί να μην έχει συμπτώματα. Μπορεί όμως πάντα να μεταδώσει τη μόλυνση.

## Τρόποι Προφύλαξης

Σωστή χρήση προφυλακτικού, κάθε φορά, σε όλη τη διάρκεια και σε κάθε είδους σεξουαλική επαφή, με κάθε ερωτικό σύντροφο.

Αποφυγή χρήσης από κοινού αιχμηρών αντικειμένων (π.χ. σύριγγες, βελόνες, ξυραφάκια κ.λπ.)

Συμβουλευτική καθοδήγηση και έλεγχος για την HIV λοίμωξη στη γυναίκα που είναι ή σκοπεύει να μείνει έγκυος.

Στις μητέρες με HIV λοίμωξη συνιστάται ως μέθοδος τοκετού η καισαρική τομή και η αποφυγή θηλασμού.

## Πώς ΔΕΝ μεταδίδεται ο HIV;

Από τον αέρα

Από τη θάλασσα

Από την πισίνα

Από τα έντομα

Από την τουαλέτα

Από την κοινή χρήση μαγειρικών σκευών

Από το σάλιο

Από τη σωματική επαφή

Από φιλία κοινωνικά ή και βαθιά ερωτικά

Από τον αμοιβαίο αυνανισμό

Από τα ζώα

# Πώς μεταδίδεται ο HIV;

## Τρόποι μετάδοσης

Με σεξουαλική επαφή χωρίς προφυλάξεις, με οροθετικό άτομο.

Με τη μετάγγιση μολυσμένου αίματος ή παραγώγων αίματος.

Από μητέρα που έχει μολυνθεί στο παιδί της, στη διάρκεια της εγκυμοσύνης, του τοκετού ή του θηλασμού.

Με τη χρήση από κοινού αιχμηρών αντικειμένων (ξυραφάκια, βελόνες, σύριγγες κ.λπ.)

## 1) Μετάδοση με σεξουαλική επαφή χωρίς προφυλάξεις

Ο HIV περιέχεται στο σπέρμα, στα προσπερματικά υγρά (δηλαδή τα υγρά που βγαίνουν πριν από την εκσπερμάτιση) και στα κολπικά υγρά. Από τις σεξουαλικές πρακτικές, οι πιο επικίνδυνες είναι η παθητική κολπική και πρωκτική επαφή. Οι βλεννογόνοι του κόλπου και του πρωκτού είναι πολύ ευαίσθητοι, τραυματίζονται εύκολα και οι μικρές αμυχές που δημιουργούνται επιτρέπουν την είσοδο του ιού. Η ύπαρξη άλλων σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων μπορεί να διευκολύνει ακόμη περισσότερο τη μετάδοση.

Το στοματικό σεξ, παρότι δεν αποτελεί σεξουαλική συμπεριφορά υψηλού κινδύνου, δεν είναι τελείως ακίνδυνο. Αποτελεί εξάλλου εύκολο τρόπο μετάδοσης άλλων σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων, όπως η σύφιλη ή η βλεννόρροια, που η ύπαρξή τους μπορεί να διευκολύνει τη μετάδοση και του HIV. Το στοματικό σεξ γίνεται πιο επικίνδυνο εάν υπάρχουν πληγές ή ουλίτιδα και εκσπερμάτιση στο στόμα.

Η σωστή χρήση προφυλακτικού ελαχιστοποιεί την πιθανότητα μετάδοσης του HIV με τη σεξουαλική επαφή.

## 2) Με την από κοινού χρήση αιχμηρών αντικειμένων

Όταν χρησιμοποιείται σύριγγα, βελόνα ή και ξυραφάκι που έχει χρησιμοποιηθεί προηγουμένως από οροθετικό άτομο, η πιθανότητα μόλυνσης από τον HIV, είναι μεγάλη.

Για τα τατουάζ και το body piercing, να χρησιμοποιούνται πάντα καινούργια, αποστειρωμένα εργαλεία.

## 3) Μετάδοση από μητέρα με HIV λοίμωξη στο βρέφος (κάθετη μετάδοση)

Ο HIV μπορεί να μεταδοθεί από τη μητέρα στο παιδί κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, του τοκετού ή του θηλασμού. Στις οροθετικές μητέρες χορηγείται θεραπεία, ώστε να προληφθεί η μετάδοση, ενώ για τον ίδιο λόγο επιλέγεται η καισαρική τομή ως τρόπος τοκετού και αποθαρρύνεται ο θηλασμός.

## 4) Μετάδοση με το αίμα

Για να μολυνθούμε με τον HIV πρέπει να έλθουμε σε επαφή με μολυσμένο αίμα. Κάτι τέτοιο είναι δυνατό να γίνει με αμυχές ή πληγές του δέρματος και των βλεννογόνων. Υπάρχει επίσης η πιθανότητα μόλυνσης με τη μετάγγιση αίματος ή παραγώγων αίματος.

Από το 1985 το αίμα -και τα παράγωγά του που μεταγγίζονται- ελέγχεται τόσο για τον HIV, όσο και για άλλα παθολόγια που μπορούν να μεταδοθούν με τη μετάγγιση.

Η πιθανότητα μόλυνσης με τη μετάγγιση έχει πρακτικά ελαχιστοποιηθεί.

## Ασφαλές σεξ ή ρίσκο;

Το σεξ είναι από τις πιο σημαντικές απολαύσεις στη ζωή μας. Ωστόσο, είναι σημαντική η γνώση των κινδύνων της κάθε σεξουαλικής επαφής. Μια μόνη επαφή χωρίς προφυλάξεις, μπορεί να είναι αρκετή για να αλλάξει την πορεία μιας ολόκληρης ζωής.

Ο ιός δεν κάνει διακρίσεις, ούτε προειδοποιεί. Η καλή, γεμάτη υγεία εμφάνιση, δεν αποκλείει την ύπαρξη HIV λοίμωξης, που και το ίδιο το άτομο μπορεί να αγνοεί.

Ασφαλές σεξ σημαίνει περισσότερο σεξ!

Αν η χρήση του προφυλακτικού προβληματίζει, ακόμη περισσότερο προβληματίζει ένα σοβαρό, χρόνιο νόσημα ή και οποιοδήποτε άλλο σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα, που μπορεί επίσης να δημιουργήσει σοβαρά προβλήματα υγείας όπως είναι η ηπατίτιδα, ο έρπης, τα χλαμύδια και άλλα.

## Πώς μπορεί να μάθει

**κανείς αν έχει μολυνθεί από τον HIV;**

Ο μόνος σίγουρος τρόπος να μάθει κανείς αν έχει μολυνθεί από τον ιό είναι να κάνει το ειδικό τεστ. Αυτή η ειδική εξέταση αίματος ελέγχει την ύπαρξη αντισωμάτων για τον ιό, που μπορεί να χρειαστούν έως και τρεις μήνες για να αναπτυχθούν. Συνεπώς, πρέπει να περιμένει κανείς τρεις μήνες από τη στιγμή που πιστεύει πως έχει εκτεθεί σε κίνδυνο μόλυνσης για να κάνει αυτή την εξέταση.

Το τεστ γίνεται δωρεάν σε όλα τα νοσοκομεία της χώρας. Τα αποτελέσματα της εξέτασης, είναι εμπιστευτικά. Ανακοινώνονται μόνο στο άτομο που εξετάστηκε.

## Τι γίνεται αν το τεστ βγει θετικό;

Υπάρχουν εξειδικευμένα κέντρα για την περαιτέρω παρακολούθηση του οροθετικού ατόμου. Παρά το γεγονός ότι η HIV λοίμωξη παραμένει μια πολύ σοβαρή ασθένεια, οι άνθρωποι που έχουν μολυνθεί ζουν πολύ περισσότερο και πολύ καλύτερα χάρη στα νέα φάρμακα. Η HIV λοίμωξη παραμένει μια ασθένεια που δε θεραπεύεται και η φαρμακευτική της αντιμετώπιση απαιτεί την πλήρη συμμόρφωση του ασθενούς. Ωστόσο, η φαρμακευτική αγωγή έχει μετατρέψει μια δυνητικά θανατηφόρα αρρώστια σε μακροχρόνιο νόσημα.

## Και αν το προφυλακτικό σπάσει;

Κάποιες φορές και για διάφορους λόγους, μπορεί να υπάρχει η υπόνοια έκθεσης στον HIV. Αν το προφυλακτικό σπάσει, είναι καλύτερα να επικοινωνήσετε με το ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ. στο τηλ. 210 52 12 054.

Έχετε τη δυνατότητα μέσα στις πρώτες 72 ώρες (όσο το δυνατόν πιο σύντομα) να απευθυνθείτε στα Τμήματα Επείγοντων Περιστατικών των Νοσοκομείων.

Αφού συζητηθεί το είδος της επαφής και το πόσο επικίνδυνη ήταν, ο γιατρός μπορεί να σας συστήσει τη λήψη αντιρετροϊκής αγωγής (θεραπείας για το AIDS) προκειμένου να προληφθεί η μόλυνση. Η χορήγηση αυτής της αγωγής είναι πολύπλοκη και μπορεί να έχει παρενέργειες. Σε καμιά περίπτωση δεν μπορεί να υποκαταστήσει τη χρήση προφυλακτικού, ενώ η λήψη της δεν εξασφαλίζει 100% την αποφυγή της μετάδοσης. Στο διάστημα χορήγησης της προφυλακτικής αντιρετροϊκής αγωγής και μέχρι τη λήψη του αποτελέσματος του τεστ για AIDS, σε κάθε σεξουαλική επαφή είναι απαραίτητη η χρήση του προφυλακτικού.

Στους επόμενους τρεις μήνες, μετά την πιθανή ημερομηνία μόλυνσης και παρά τη χρήση προφυλακτικής αγωγής, χρειάζεται να επαναλάβετε το τεστ για το AIDS.

# Το AIDS δεν μεταδίδεται με μια αγκαλιά

Το AIDS μας αφορά όλους. Δεν κάνει διακρίσεις εθνικότητας, ηλικίας, φύλου, φυλής, επαγγέλματος, θρησκείας ή σεξουαλικής προτίμησης. Η διάκριση, η απόρριψη και ο αποκλεισμός των συνανθρώπων μας που πάσχουν από AIDS, αποδυναμώνουν τους κοινωνικούς δεσμούς οι οποίοι στηρίζουν την κοινωνία. Τα οροθετικά άτομα έχουν ανάγκη τη στήριξή μας, τη βοήθειά μας και την αλληλεγγύη μας. Άλλωστε, το AIDS δεν μεταδίδεται με μια αγκαλιά. Μόνο η αγάπη μεταδίδεται.