# Światowy Dzień AIDS

**W 1988 roku WHO ogłosiło 1 grudnia Światowym Dniem AIDS – jest to jeden z najbardziej uznanych międzynarodowych dni zdrowia. Okazja ta jednoczy ludzi z całego świata w celu podniesienia świadomości na temat HIV/AIDS i okazania międzynarodowej solidarności.**

**Symbolem solidarności z osobami żyjącymi z HIV, chorymi na AIDS i ich bliskimi jest czerwona kokardka.**

Od końca lat 90. świat poczynił znaczne postępy w zakresie leczenia HIV, ale wirus pozostaje nadal głównym problemem zdrowia publicznego na świecie. O potrzebie ustanowienia Światowego Dnia AIDS po raz pierwszy mówili w sierpniu 1987 James W. Bunn i Thomas Netter, pracownicy Globalnego Programu ds. AIDS w Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) w Genewie. Swoją ideę przedstawili dr. Jonathanowi Mannowi ówczesnemu dyrektorowi Globalnego Programu ds. AIDS (obecnie UNAIDS).

1 grudnia to bardzo ważna data, integruje ona wiele działań związanych z profilaktyką HIV/AIDS podejmowanych na całym świecie. Przeprowadzana jest wtedy kampania, mająca za zadanie zwrócenie oczu całego świata na problem HIV/AIDS. Kampania odbywa się zawsze pod parasolowym hasłem „Zatrzymać AIDS. Dotrzymać obietnicy.", ale dodatkowo co roku zmienia się jej szczególne przesłanie, mające na celu zwrócenie uwagi światowej społeczności na różne aspekty epidemii (np. „Jeden Świat. Jedna Nadzieja", „Czy słyszałeś mnie dzisiaj?' – Kobiety, dziewczęta, HIV i AIDS" albo „Żyj i daj żyć – stygmatyzacja i dyskryminacja").

1 grudnia zachęcamy do włączenia się do obchodów Światowego Dnia AIDS poprzez przypięcie do ubrania i udostępnianie poprzez swoje kanały informacyjne (media społecznościowe, strona internetowa) Czerwonej Kokardki – symbolu solidarności z osobami żyjącymi z HIV, chorymi na AIDS oraz ich rodzinami i bliskimi.

*„W 2023 roku minęło 40 lat od wykrycia wirusa HIV, zespoły naukowców pod kierownictwem Luca Montagniera, Françoise Barré-Sinoussi oraz niezależenie Roberta Gallo udowodniły, że mały retrowirus nazwany HIV jest przyczyną choroby AIDS. Od tego czasu dzięki ciężkiej pracy wielu osób udało się opanować największą epidemię końca 20 wieku.*

*Dzięki zastosowaniu leków antyretrowirusowych udało się nie tylko opanować chorobę u osób z HIV, ale leczenie osób z HIV zapobiega również szerzeniu się zakażenia.*

*Możemy pochwalić się tym, dzięki ciężkiej pracy wielu osób, od 2004 do 2022 roku liczba zgonów z powodu HIV/AIDS zmniejszyła się o 69%, a liczba nowych zakażeń od 2010 roku zmniejszyła się o 38% (u dzieci aż o 58%)*.*

*Wiele jednak nadal jest do zrobienia nie tylko w aspekcie profilaktyki, ale przede wszystkim w ograniczeniu dyskryminacji i stygmatyzacji osób z HIV" – mówi dr Elżbieta Mularska, specjalista chorób zakaźnych, asystent w Oddziale Obserwacyjno-Zakaźnym oraz Poradni Diagnostyki i Terapii AIDS w Szpitalu Specjalistycznym w Chorzowie."*

*dr Elżbieta Mularska*
*Specjalista chorób zakaźnych*

**Najważniejsze informacje o HIV i AIDS**

**HIV** to skrót oznaczający ludzki wirus nabytego niedoboru (upośledzenia) odporności (z ang. Human Immunodeficiency Virus). HIV atakuje system odpornościowy człowieka, który chroni organizm przed infekcjami i chorobami. Kiedy ta ochrona zostanie osłabiona lub całkiem zniszczona, osoba żyjąca z HIV zaczyna zapadać na różne choroby, które zagrażają jej życiu.

**AIDS** to końcowy etap zakażenia HIV. Pełna nazwa AIDS to zespół nabytego niedoboru (upośledzenia) odporności (ang. Acquired Immunodeficiency Syndrome). Wystarczy, że zapamiętasz, że AIDS to choroba, w której osłabiony przez wirusa HIV układ odpornościowy nie potrafi obronić organizmu przed bakteriami, wirusami, grzybami. AIDS pojawia się zwykle po wielu latach od zakażenia HIV, które nie powodowało żadnych dolegliwości, czy objawów.

**HIV przenosi się 3 drogami:**

1. przez kontakty seksualne – udowodniono, że prezerwatywa znacznie zmniejsza ryzyko zakażenia HIV, jeśli są spełnione następujące warunki: jest dobrej jakości, została właściwie założona, jest od początku do końca stosunku na swoim miejscu, nie pękła i nie zsunęła się;
2. przez krew – gdy zakażona krew dostanie się na uszkodzoną skórę, na błonę śluzową np. do oka, nosa, jamy ustnej, na narządy płciowe lub zostanie wstrzyknięta podczas używania wspólnych z innymi igieł i strzykawek np. do

podawania środków odurzających, anabolików w zastrzykach lub używania brudnych narzędzi medycznych i kosmetycznych (w czasie wykonywania tatuażu, piercingu, manicure itp.);
3. podczas ciąży, porodu lub karmienia piersią z matki HIV+ na jej dziecko.

Dlatego kobiety planujące ciążę lub będące w ciąży powinny wykonać test w kierunku HIV (ginekolog ma obowiązek zaproponować to badanie), test powinien zrobić również przyszły ojciec.

HIV przenosi się wyłącznie z człowieka na człowieka. Do zakażenia dochodzi, gdy płyny ustrojowe zawierające wirusa, takie jak:

- krew lub każda wydzielina z widoczną domieszką krwi (np. ślina z krwią, wymiociny z krwią);

- sperma, wydzielina żeńskich narządów płciowych;

- mleko matki żyjącej z HIV;

przedostaną się do organizmu drugiej osoby przez błony śluzowe  (śluzówki, np. oka, jamy ustnej, narządów płciowych, odbytu itp.) lub uszkodzoną skórę.

HIV przez długi czas (średnio około 10 lat) może nie dawać żadnych objawów. U części osób po około 2 tygodniach od zakażenia pojawiają się wprawdzie objawy tak zwanej pierwotnej infekcji HIV, ale są bardzo niespecyficzne i nawet specjaliście trudno je powiązać z zakażeniem HIV. Na dodatek w tym czasie testy poszukujące tylko przeciwciał przeciwko wirusowi HIV są ujemne. Po latach trwania zakażenia zaczynają pojawiać się objawy, które wywołuje sam wirus. Ale nie jest tak, że u wszystkich zakażonych osób objawowy okres zakażenia zaczyna się od takich samych objawów. To sprawia, że nawet lekarze mają kłopoty z powiązaniem dolegliwości i objawów występujących u pacjenta z zakażeniem HIV.

Aktualnie w diagnostyce zakażenia HIV wykorzystuje się testy IV generacji, które oprócz przeciwciał anty HIV, wykrywają również jeden z antygenów wirusa. Każdy dodatni lub wątpliwy test przesiewowy wymaga potwierdzenia dodatkowym testem (test Western Blot, test metodą PCR). Krew na test pobiera się z żyły lub opuszki palca. Do badania nie trzeba być na czczo. Wynik jest gotowy do odebrania – w zależności od punktu – nazajutrz lub po kilku dniach. Istnieją również szybkie testy (testy III generacji), które wykrywają jedynie przeciwciała anty HIV, gdzie wynik otrzymujemy w ciągu kilku minut.

W życiu codziennym ryzykowne są te sytuacje, podczas których dochodzi do kontaktu uszkodzonej skóry lub błon śluzowych z płynami ustrojowymi przenoszącymi wirusa, np. krwią innej osoby. Dlatego pamiętaj:

- zachowaj ostrożność, gdy ktoś się skaleczy - postaraj się nie mieć kontaktu z krwią (jeśli masz załóż rękawiczki) lub poszukaj kogoś przygotowanego do udzielenia pomocy, np. pielęgniarki;

- wykonuj zabiegi kosmetyczne i tatuaż tylko u wykwalifikowanych osób, w sprawdzonych miejscach. Pytaj, czy używane narzędzia są sterylne. Jeśli okaże się, że nie - zrezygnuj z zabiegu!

- nie pożyczaj maszynki do golenia, szczoteczki do zębów i innych przyborów kosmetycznych.

Jeśli zdarzyła się sytuacja narażająca na zakażenie, np. ukłucie igłą niewiadomego pochodzenia, kontakt z krwią osoby zakażonej HIV, niezabezpieczony stosunek seksualny z osobą żyjącą z HIV natychmiast należy zgłosić się do szpitala zakaźnego, w którym leczone są osoby żyjące z HIV. Lista tych szpitali znajduje się na stronie Krajowego Centrum ds. AIDS. W szpitalu lekarze zdecydują czy konieczne jest profilaktyczne podanie leków antyretrowirusowych (takich, jak w terapii pacjentów z HIV). Im szybciej przyjmie się leki (najlepiej w ciągu 2-3 godzin po zdarzeniu), tym większa jest szansa na uniknięcie zakażenia. Maksymalny czas na rozpoczęcie profilaktyki to 48 godzin od zdarzenia.

# 1 grudnia - Światowy Dzień AIDS

W 1988 roku WHO ogłosiło 1 grudnia Światowym Dniem AIDS – jest to jeden z najbardziej uznanych międzynarodowych dni zdrowia. Okazja ta jednoczy ludzi z całego świata w celu podniesienia świadomości na temat HIV/AIDS i okazania międzynarodowej solidarności.

Symbolem solidarności z osobami żyjącymi z HIV, chorymi na AIDS i ich bliskimi jest czerwona kokardka.

Od końca lat 90. świat poczynił znaczne postępy w zakresie leczenia HIV, ale wirus pozostaje nadal głównym problemem zdrowia publicznego na świecie. O potrzebie ustanowienia Światowego Dnia AIDS po raz pierwszy mówili w sierpniu 1987 James W. Bunn i Thomas Netter, pracownicy Globalnego Programu ds. AIDS w Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) w Genewie. Swoją ideę przedstawili dr. Jonathanowi Mannowi ówczesnemu dyrektorowi Globalnego Programu ds. AIDS (obecnie UNAIDS).

1 grudnia to bardzo ważna data, integruje ona wiele działań związanych z profilaktyką HIV/AIDS podejmowanych na całym świecie. Przeprowadzana jest wtedy kampania, mająca za zadanie zwrócenie oczu całego świata na problem HIV/AIDS. Kampania odbywa się zawsze pod parasolowym hasłem „Zatrzymać AIDS. Dotrzymać obietnicy.", ale dodatkowo co roku zmienia się jej szczególne przesłanie, mające na celu zwrócenie uwagi światowej społeczności na różne aspekty epidemii (np. „Jeden Świat. Jedna Nadzieja", „Czy słyszałeś mnie dzisiaj?' – Kobiety, dziewczęta, HIV i AIDS" albo „Żyj i daj żyć – stygmatyzacja i dyskryminacja").

„Czerwona kokardka" jest symbolem solidarności z osobami chorymi na HIV i AIDS. Symbolizuje poświęcenie i zaangażowanie w walkę z AIDS.

## Najważniejsze informacje o HIV i AIDS

HIV to skrót oznaczający ludzki wirus nabytego niedoboru (upośledzenia) odporności (z ang. Human Immunodeficiency Virus). HIV atakuje system odpornościowy człowieka, który chroni organizm przed infekcjami i chorobami. Kiedy ta ochrona zostanie osłabiona lub całkiem zniszczona, osoba żyjąca z HIV zaczyna zapadać na różne choroby, które zagrażają jej życiu.

AIDS to końcowy etap zakażenia HIV. Pełna nazwa AIDS to zespół nabytego niedoboru (upośledzenia) odporności (ang. Acquired Immunodeficiency Syndrome). Wystarczy, że zapamiętasz, że AIDS to choroba, w której osłabiony przez wirusa HIV układ odpornościowy nie potrafi obronić organizmu przed bakteriami, wirusami, grzybami. AIDS pojawia się zwykle po wielu latach od zakażenia HIV, które nie powodowało żadnych dolegliwości, czy objawów.

**Chcesz wiedzieć więcej o HIV/AIDS?**

**Zachęcamy do zapoznania się z materiałami edukacyjnymi realizowanymi w ramach Projektu pn. „Profilaktyka HIV/AIDS w Gminie Lyski".**

**DZIAŁAJ BEZ UPRZEDZEŃ W ŻYCIU PRYWATNYM I ZAWODOWYM ORAZ SOLIDARYZUJ SIĘ Z OSOBAMI, KTÓRE CIERPIĄ Z POWODU HIV I AIDS. 1 GRUDNIA PRZYPNIJ CZERWONĄ KOKARDKĘ.**

HIV od lat dotyka miliony osób na całym świecie. Mając na uwadze wzrastającą w ostatnim czasie także w Polsce liczbę zakażeń HIV Gmina Lyski podejmuje działania, mające na celu szerzenie wiedzy na jego temat, choroby AIDS oraz profilaktyki i ochrony zdrowia w tym zakresie. Rzetelna informacja może pomóc w walce z wirusem.

W 2022 roku na świecie*:

- 39 milionów osób żyło z HIV;
- ok. 630 000 osób zmarło z powodu chorób związanych z AIDS;
- wykryto 1,3miliona nowych zakażeń HIV;
- 29,8 miliona osób dorosłych żyjących z HIV otrzymywało terapię antyretrowirusową.

W naszym kraju, według danych Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego PZH – Państwowego Instytutu Badawczego, od wdrożenia badań w 1985 r. do 31 grudnia 2022 r. zakażenie HIV stwierdzono u 30092 osób. Ogółem odnotowano 4013 zachorowań na AIDS, 1471 chorych zmarło.

W połowie listopada 2023 r. leczeniem ARV w Polsce objętych było ok. 19388 tys. pacjentów, w tym 181 dzieci. Leczenie jest prowadzone i finansowane w ramach Rządowego Programu Polityki Zdrowotnej pn. „Leczenie antyretrowirusowe osób żyjących z wirusem HIV w Polsce na lata 2022–2026".

Dane na 30.09.2023

* wg UNAIDS

*„W 2023 roku minęło 40 lat od wykrycia wirusa HIV, zespoły naukowców pod kierownictwem Luca Montagnier, Francoisse Barre Sinoussi oraz niezależenie Roberta Gallo udowodniły, że mały retrowirus nazwany HIV jest przyczyną choroby AIDS. Od tego czasu dzięki ciężkiej pracy wielu osób udało się opanować największą epidemię końca 20 wieku.*

*Dzięki zastosowaniu leków antyretrowirusowych udało się nie tylko opanować chorobę u osób z HIV, ale leczenie osób z HIV zapobiega również szerzeniu się zakażenia.*

*Możemy pochwalić się tym, dzięki ciężkiej pracy wielu osób, od 2004 do 2022 roku liczba zgonów z powodu HIV/AIDS zmniejszyła się o 69%, a liczba nowych zakażeń od 2010 roku zmniejszyła się o 38% (u dzieci aż o 58%)*.*

*Wiele jednak nadal jest do zrobienia nie tylko w aspekcie profilaktyki, ale przede wszystkim w ograniczeniu dyskryminacji i stygmatyzacji osób z HIV" – mówi dr Elżbieta Mularska, specjalista chorób zakaźnych, asystent w Oddziale Obserwacyjno - Zakaźnym oraz Poradni Diagnostyki i Terapii AIDS w Szpitalu Specjalistycznym w Chorzowie.*

1 grudnia zachęcamy do włączenia się do obchodów Światowego Dnia AIDS poprzez przypięcie do ubrania i udostępnianie poprzez swoje kanały informacyjne (media społecznościowe, strona internetowa) Czerwonej Kokardki – symbolu solidarności z osobami żyjącymi z HIV, chorymi na AIDS oraz ich rodzinami i bliskimi.

**Telefon Zaufania HIV/AIDS**
**800 888 448* lub 22 692 82 26**
***połączenie bezpłatne**

Chcesz wiedzieć więcej o HIV/AIDS? Zachęcamy do zapoznania się z materiałami edukacyjnymi realizowanymi w ramach

Projektu pn. „Profilaktyka HIV/AIDS w Gminie Lyski”.

*Projekt pn. "Profilaktyka HIV/AIDS w Gminie Lyski" realizowany jest przez Urząd Gminy Lyski*

*z grantu uzyskanego w Konkursie Pozytywnie Otwarci*