



**ФОНДАЦИЯ
"НАДЕЖДА СРЕЩУ СПИН"**

ж.к. "Люлин" бл.986, вх.Е; София 1324; п.к. 31; България; e-mail: hopehiv@abv.bg

**ХИВ / СПИН
ОСНОВНИ ФАКТИ**



**Март 2007 г.
София**

Автори:

Д-р Пламен Рачев, главен асистент в катедра “Инфекциозни болести и паразитология” на МУ София, зам.-председател на Фондация “Надежда срещу СПИН”

Д-р Станислава Попова, епидемиолог, член на Управителния съвет на Фондация “Надежда срещу СПИН”

Божидар Георгиев, председател на Фондация “Надежда срещу СПИН”

СЪДЪРЖАНИЕ

Предговор	2
Какво е ХИВ	2
Какво е СПИН	3
Какво означава ХЖХ	4
Как се предава ХИВ	4
Как да се предпазим от заразяване с ХИВ	6
Как се лекува ХИВ инфекцията	7

ПРЕДГОВОР

Тази брошура е предназначена за служителите на МВР и в местата за лишаване от свобода. Нейни автори са членове на управителния съвет на Фондация “Надежда срещу СПИН”, чиято главна цел е всестранното подпомагане на хората, живеещи с ХИВ (ХЖХ), в България.

Сред ХЖХ, посещаващи фондацията, има хора, които в минали периоди са били лишени от свобода, както и такива с отложено изтърпяване на наказанието поради здравословни причини.

Някои ХЖХ, опасявайки се от реакцията на факта, че са ХИВ серопозитивни, се стремят да запазят тайната си от служителите на МВР и в местата за лишаване от свобода, както и от другите лишени от свобода. Ако не успеят, ХЖХ споделят за създаване на напрежение във взаимоотношенията си със служителите, което понякога прераста в двупосочен стрес. Някои ХЖХ със започната терапия я прекъсват или се отказват от нея по време на предварителния арест или при изтърпяване на наказанието поради неудобството да дискутират необходимия режим за всяко от лекарствата, които вземат. Стресът може да се избегне при по-добра информираност за рисковете и начините за предпазване от заразяване с ХИВ на хора, които са имали контакти с ХЖХ по време на дознанието, предварителния арест и изтърпяване на наказанието.

Основната цел на тази брошура е да даде достатъчно познания на служителите в системата на МВР и местата за лишаване от свобода за начините за заразяване с ХИВ и методите и средствата за предпазване не само при изпълнение на служебните им задължения, но и в личния им живот. Премахването на ирационалния страх от заразяване ще допринесе за подобряване на отношението към хората, живеещи с ХИВ. Създаването на условия, съобразени със здравословното състояние на лишени от свобода ХЖХ в рамките на възможното е от интерес не само за ХЖХ, но и за обществото.

КАКВО Е ХИВ

ХИВ е вирусът причинител на СПИН. Наименованието му идва

от английското HIV (Human Immunodeficiency Virus), което в превод означава “човешки имунодефицитен вирус”. ХИВ е открит от проф. Люк Монтание през 1983 г. – две години след описването на първите случаи на СПИН.

КАКВО Е СПИН

Четири думи, означени в съкращението СПИН (синдром на придобита имунна недостатъчност), съдържат най-съществената информация за това какво нарушение причинява ХИВ при попадането си в човешкия организъм и в какво се изразява то.

ХИВ атакува ключовите клетки на имунната система, наречени CD4. Те играят централна роля в имунния отговор, давайки сигнал на другите клетки на имунната система да изпълнят специфичните си функции. Вирусът се размножава в CD4 клетките, които се изпълват с нови вируси, разпукват се и загиват. Както при останалите “бавни” вируси, интервалът между заразяването и проявяването на инфекцията е дълъг.

В продължение на около 10 години имунната система успява да изпълнява защитните си функции. Когато броят на CD4 клетките в кръвта спадне до около $\frac{1}{4}$ от нормалния, настъпва краят на безсимптомния стадий на ХИВ инфекцията. Започва стадият СПИН, който се проявява с различни инфекции, засягащи белите дробове, храносмилателния тракт, мозъка, очите и други органи, както и с някои типове злокачествени тумори. При около 10% от заразените безсимптомният стадий е само 2-3 години, а при 5% – над 12 години.

Голяма част от тези инфекции не се срещат или протичат много леко при хората с нормален брой CD4. Тъй като техните причинители (бактерии, вируси, гъбички, паразити) се “възползват” от “имунната недостатъчност”, и причинителите, и инфекциите се наричат опортюнистични: от take opportunity (англ.) – възползвам се). С оглед на разнообразието на тези инфекции често се казва, че СПИН не е една, а много болести, но по-точното определение се съдържа в самото му наименование – синдром (сбор от симптоми). Почти всички опортюнистични инфекции са лечими, а използването на комбинации

от антиретровирусни лекарства, потискащи размножаването на ХИВ, увеличава шансовете на болните от СПИН за по-дълъг и нормален живот. Благодарение на това и в България, както във всички икономически развити страни, качеството на живот на ХЖХ се подобри, а смъртността от СПИН през последните години рязко намаля.

КАКВО ОЗНАЧАВА ХЖХ

Както вече бе споменато, съкращението ХЖХ означава “хора, живеещи с ХИВ”. Този широко използван по света термин се отнася и за безсимптомните ХИВ серопозитивни, и за хората със СПИН.

В двадесет и първи век демократичното общество не прави разлика между ХЖХ и болните от други хронични болести, каквито са диабетът, високото кръвно налягане и т.н. Да бъдеш ХИВ серопозитивен или дори да имаш СПИН вече не означава близък фатален край или изпълнено със страдание ежедневие.

И все пак цената на по-продължителния и по-нормален живот, който имат днес ХЖХ, в сравнение с недалечното минало не е малка. Необходима е сериозна самодисциплина за стриктно придържане към терапията, за да може да бъде трайно потиснато размножаването на ХИВ. Това означава приемане на средно 4-5 медикамента, всеки от които е с различна схема на приложение, ежемесечни контролни прегледи и лабораторни изследвания, както и търпение за справяне със страничните действия на някои от лекарствата.

КАК СЕ ПРЕДАВА ХИВ

Благодарение на огромната изследователска работа и на стотици хиляди епидемиологични проучвания и медицински изследвания в продължение на 25 години от началото на пандемията от СПИН днес съществува абсолютна яснота как се предава ХИВ (виж и таблицата в края на брошурата).

В най-голямо количество ХИВ се намира в спермата,

вагиналните секрети, майчината кърма и кръвта на заразените. ХИВ може да се предаде само ако някоя от тези телесни течности на ХИВ позитивен попадне в кръвта на друг човек. В съответствие с това трите основни пътя на предаване на вируса са полов, кръвен и майка-дете.

По време на **полов контакт със заразен партньор** ХИВ може да проникне в тялото през лигавиците на влагалището, вулвата, пениса или ректума и по-рядко на устата и гърлото при орален секс. Вероятността от заразяване се увеличава при увреждания на тези лигавици и особено при наличие на други полово предавани инфекции, протичащи с разранявания или възпаление.

Кръвният път се реализира най-често при ползващите инжекционно (особено венозно) наркотици поради получаването на по-голямо количество кръв, респективно вирус, в сравнение с подкожното инжектиране, татуирането, акупунктурата и пиърсинга. В страни като нашата, които изследват всяка единица дарена кръв за антигела към ХИВ, заразяването при кръвопреливане е изключително рядко (диагностичният тест може да бъде фалшиво отрицателен в първите 20-ина дни след заразяването). Всички кръвни продукти са безопасни.

Възможно е заразяване по кръвен път и когато кръв от ХИВ серопозитивен попадне през наранена в резултат на удар или изгаряне кожа или лигавици. Не само ХИВ, но и много други вируси (на хепатит В, на хеморагични трески и т.н.) може да проникнат в организма при попадане на кръв от инфектирани хора върху очната лигавица (конюнктивата).

Многогодишни наблюдения и експерименти доказват, че ХИВ не се предава чрез кръвосмучещи насекоми (напр. комари) дори в райони с голямо разпространение на ХИВ/СПИН, тъй като незначителното количество вирус върху хоботчетата им загива преди следващото ухапване; освен това ХИВ загива бързо в чревния тракт на насекомите, които пият, а не инжектират кръв.

Въпреки че е възможно откриването на ХИВ в слюнката, сълзите и урината на някои от заразените, тези телесни течности не играят никаква роля в предаването на инфекцията. Теоретично погледнато, за да настъпи заразяване със слюнка, е необходимо поглъщане на 12-15 литра. Възможно е заразяване при дълбока

„френска“ целувка, ако има възпаление и кървене на венците или ранички в устата и на двамата партньори.

Няма случаи на заразяване при тесен битов контакт в дома, на работното място или места за отдих в резултат на ползуване на общи прибори за хранене, тоалетни, вани и басейни, общо пране и др. Дори попадането на кръв върху предмети за бита – с изключение на самобръсначки, ножички и четки за зъби, и то при непосредственото им последователно използване – не носи съществен риск от заразяване поради бързото загиване на вируса при изсъхване на кръвта. Експериментално е доказано, че при замърсяване на предмети от външната среда с лабораторно отгледан вирус, т.е. с несравнимо по-големи количества от нормално съдържащите се в кръвта на ХИВ позитивните хора, вирусът загива за 2-3 часа. ХИВ не се съдържа в секретите на носа и гърлото и затова е изключено заразяване при кихане и кашляне.

В недалечното минало **пътят „майка-дете“** се осъществяваше при около 25% от ХИВ серопозитивните майки по време на бременността, раждането или при кърмене. Днес този процент е едва 1, ако инфекцията на майките стане известна по време на бременността и се приложат антиретровирусни лекарства, намаляващи количеството ХИВ в кръвта, и ако раждането стане оперативно, а майките не кърмят.

КАК ДА СЕ ПРЕДПАЗИМ ОТ ЗАРАЗЯВАНЕ С ХИВ

Системното и правилно използване на кондоми за вагинален, анален или орален секс е единственото надеждно средство за предпазване както от ХИВ, така и от други полово предавани инфекции (хепатит В, гонорея, хламидиална инфекция и др.). Тъй като с времето в латексните кондоми се образуват пори, важно е те да не се ползват след изтичане на срока им на съхранение. Не трябва да се използват и лубриканти (овлажнители) на органична основа за смазване на латексните кондоми (напр. вазелин, козметични кремове), тъй като се намалява здравината им (късат се, образуват се пори). Трябва да се използват само овлажнители на водна основа.

В последно време много надежди за предпазване не само от ХИВ, но и от други полово предавани инфекции (ППИ) и вероятно от нежелана бременност, се възлагат на т.нар. микробициди – химически съединения за вагинално и анално приложение, убиващи микробите. Сериозни проучвания също показват, че обрязването при мъжете намалява риска от ППИ.

Недопустимо е повторно използване на всякакъв тип игли (инжекционни, за акупунктура и др.) без предварителна стерилизация. Извършването на пиърсинг, акупунктура и татуиране трябва да става само в лицензирани кабинети, подлежащи на контролиране на стерилизацията от органите на санитарния контрол.

За предотвратяване на заразяването с кръв е важно при обслужване на хора с каквото и да е кървене да се поставят латексови ръкавици и по възможност специални очила. Ако попадне кръв в очите или върху наранени лигавици или кожа, максимално бързо трябва съответното място обилно да се промие с вода (а кожата и със сапун).

При висок риск от заразяване по полов и кръвен път (напр. изнасилване, попадане на кръв от сигурно ХИВ положителни лица върху рани или лигавици) е **възможно** профилактично да се приложат антиретровирусни медикаменти.

КАК СЕ ЛЕКУВА ХИВ ИНФЕКЦИЯТА

ХИВ инфекцията все още не се поддава на излекуване, но се контролира чрез комбинации от няколко антиретровирусни препаратата. Съвременното ѝ лечение се нарича високоактивна антиретровирусна терапия и се състои в приемането на три или повече медикамента, целящи атакуването на поне две мишени на вируса.

Механизмите на атакуване са различни, но крайният ефект е наличието на по-малко ХИВ в кръвта.

Успешното контролиране на ХИВ инфекцията при всеки ХЖХ е от интерес и за самия него, и за обществото. За ХИВ серопозитивния това означава по-малко увредени CD4 клетки, респективно по-боеспособна имунна система и невъзникване на застрашаващи живота му опортюнистични инфекции и злокачествени тумори. Ако не

се развие резистентност към прилаганите препарати (промяна на вируса в устойчив към препарата), ХИВ инфекцията може да се контролира неограничено дълго. Дори и при изработване на резистентност обаче битката не е загубена. Сменя се комбинацията от медикаменти, но за съжаление комбинациите не са безкрайни. Тъй като резистентност възниква най-често при пропуски в терапевтичния режим – пропускане на дози, не се спазват интервалите между отделните препарати, не се придържа към необходимия начин на живот, – трябва да се направи всичко възможно да се избегнат тези пропуски.

Подобряване на отношението към ХИВ серопозитивните арестувани или изтърпяващи наказанието си е от голямо значение за предотвратяване възникването и разпространението на резистентни ХИВ. Мерки, доказали своята ефективност, са даването на възможност за стриктно придържане към антиретровирусната терапия и ежемесечните лабораторни изследвания.

За обществото успешното контролиране на ХИВ инфекцията означава по-малък риск от разпространение на вируса.

Удължаване на живота и поддържане на относително нормално качество на живот при ХЖХ може да се постигне не само чрез придържане към терапията, но и чрез ежемесечно контролиране на ефективността ѝ с определяне на количеството CD4 и количеството вирус в кръвта. За да се реализира това, ХЖХ имат особена нужда от подкрепяща ги среда. В реалния живот обаче това не е лесно постижимо, особено в страна като нашата, където се правят първи стъпки към приемане на различните като равни. Част от българските ХЖХ не са споделили за своята инфекция дори с най-близките си родственици или приятели, а повечето са си наложили жестоки самоограничения на общуванията. Нашата фондация се стреми да създаде подкрепяща среда за всички ХЖХ, които са потърсили помощта ни. Необходимо е обаче цялото общество да осъзнае, че средството за самозащита всъщност е недискриминирането на ХЖХ.

ХЖХ могат да участват и в първичната профилактика на ХИВ, каквато е идеята на мощната кампания за позитивна превенция в Америка – да сме сигурни, че “ХИВ спира с мен”.

Как не се предава ХИВ	Как се предава ХИВ
Допир до кожата на ХИВ серопозитивен (ръкуване, галене, прегръщане, целувка по бузата).	При незащитен (без презерватив) анален, вагинален или орален секс
Суша интимна целувка	Дълбока засмукваща целувка
Битови контакти (ползване на общи чинии, лъжици, чаши), общо пране и носене на дрехи	Ползване на общи секс играчки
По въздуха (при разговор с ХИВ серопозитивен, кихане или кашляне срещу теб)	Садо-мазохистични практики, предизвикващи кървене
Ухапване от насекоми	Нестерилни игли и спринцовки (наркотици, акупунктура, пиърсинг)
Посещение на обществени тоалетни (включително сядане върху тоалетната чиния), басейни, бани	Убождане по време на работа с ХИВ позитивен
Посещение при козметик, маникюрист (при условие че всички режещи инструменти са дезинфекцирани)	Попадане на кръв от ХИВ позитивен в очите, върху наранена кожа и лигавици
Кръводаряване, вземане на кръв за изследване, инжекции – у нас всички пособия за това са за еднократна употреба	От ХИВ позитивна майка на детето ѝ – по време на бременността, раждането или кърмене

Изготвянето на тази брошура е финансирано от Програмата на ООН за ХИВ/СПИН в рамките на спечелен от Фондация “Надежда срещу СПИН” в партньорство с Министерството на вътрешните работи и Министерството на правосъдието малък грант и е предназначена за служителите на МВР и в местата за лишаване от свобода.

Изложените в тази брошура позиции, заключения и мнения са изцяло на Фондация “Надежда срещу СПИН” и не изразяват непременно официалната политика или позиция на Програмата на ООН за ХИВ/СПИН (UNAIDS).



UNAIDS

JOINT UNITED NATIONS PROGRAMME ON HIV/AIDS

UNHCR UNODC
UNICEF ILO
WFP UNESCO
UNDP WHO
UNFPA WORLD BANK