



HIV INFORMÁCIÓK

amit tudhatsz
a HIV-ről és az AIDS-ről

HIV-vonal Segítőszolgálat HIV-pozitívoknak

Elérhető 0-24-ig

Kriszti: 06-70-94-97-667, hiv.vonal@freemail.hu

Attila: 06-70-94-97-666, hiv-vonal@freemail.hu

no-para@freemail.hu (Kriszti, Attila)

Segítőszolgálatunk 2005. dec.1-től él. A Háttér Társaság a Melegekért egyesület keretén belül működünk. Mindenki számára elérhető a nap 24 órájában a 06 70-949-7667 (Kriszti) vagy 06-70-949-7666 (Attila) telefonok valamelyikén.

Tájékoztatással, információnyújtással állunk – szexuális beállítódástól függetlenül – hívóink rendelkezésére (szexuális fertőzések megelőzése, HIV-AIDS tanácsadás, szűrőhely-információk). HIV-pozitívok részére lelkipozícióval, tanácsadással, személyes segítséssel foglalkozunk a HIV-pozitív állapot élhető elfogadásáért. Célunk a HIV-fertőzöttek iránti társadalmi tolerancia növelése is. Felvállalt munkánk még HIV-AIDS ismeretek adása, felelős szexuális magatartás kialakítása a HIV-fertőzés megelőzéséért. Csatapatunknak vannak HIV-pozitív segítők is, azonban ők csak nagyon speciális esetekben vállalnak korlátozott nyilvánosságot.

Kérdések a HIV-ről, az AIDS-ről, a HIV-fertőzöttségről

1. Hogyan terjed?	4
2. Mit tehetsz az elkerüléséért, biztonságod fokozásáért?	6
3. Hogy tudsz meggyőződni, nem vagy-e fertőzött?	8
4. Hova mehetsz HIV-szűrést végeztetni?	9
5. Tünetek, a betegség fázisai / stációi	15
6. Jó, ha tudod!	20
7. Hogyan viselkedj HIV+ ismerősséddel?	23
8. Mi a teendőd, ha magad vagy HIV+?	25
9. Kapcsolódó linkek, kiadványok	28
10. Tévhitek	29
11. Egyéb, szexuális úton terjedő fertőzések	34
12. Veszélyességi sorrend, ha nem védekezel	42

1. Hogyan terjed?

A HIV testnedvekkel terjed. Vér, ondó, hüvelyváladék, anyatej tud fertőzést kiváltani, ha ezek valamelyike a véráramodba kerül. Tehát, fertőződhetsz, ha védekezés nélkül szexelsz, ha közös tűvel drogozol.

Maga a fertőződés úgy megy végbe, hogy a vérkeringésbe jutott vírus a fehérvérsejt egy alkotóeleméhez kötődik, a T4 (más néven CD4) sejthez. Abba bejutva elszaporodik, elpusztítja a sejtet kb. 2 nap alatt, és a szétesett sejtéből kiáramlik a vérkeringésbe a rengeteg szabad vírus, újabb gazdasejtet keresve magának.

A vírussal fertőzött sejt elhiteti a szervezettel, hogy ő az egészséges, és így reprodukálja önmagát, míg a valóban egészséges védekező sejtek száma folyamatosan csökkenni kezd.

Ez a folyamat közvetlenül a megfertőződés utáni első hat hétben a legintenzívebb: ebben a szakaszban iszonyatosan magas a szabad vírusok száma (4-7 millió, vagy akár több is lehet mikroliterenként), így a frissen fertőzött személy kiugróan fertőzőképes! (Egy kiskanálnyi vérben, ondóban akár 10-30.000.000.000 vírus is lehet.)

A fertőzéshez legkevesebb 500 – 1.000 vírusnak kell a véráramlatba kerülnie. E tekintetben legveszélyesebb a vér, ezt követi az ondó, a hüvelyváladék, és az anyatej zárja a sort. (ezért HIV-pozitív anyák nem szoptathatják gyermeküket). Egy fertőzött embernek minden testváladékában található vírus, azonban koncentrációja annyira elenyésző, hogy azzal fertőzni nem tud.

Fertőzés szempontjából veszélyes testnedvek: vér, ondó, hüvelyváladék, anyatej. Fertőzés szempontjából veszélyes érintkezésmódok: közös tűvel intravénás drogozás, védekezés nélküli anális, vaginális, orális szex, testbe hatoló vérzést kiváltható cselekvések. Fertőzés szempontjából veszélytelen testnedvek: izzadság, könny, nyál, vizelet, széklet. Fertőzés szempontjából veszélytelen érintkezésmódok: puszis, kézfogás, smárolás, közös pohár, evőeszköz használat, ölelés, tüsszentés, együtt utazás.

A szervezetünk lassan felismeri, hogy valami nincs rendben, ezért antitestek termelésével válaszol a fertőzésre. Ehhez heteknek kell elteltnie (emiatt nem mutatható ki az egyikét napja történt fertőzés ténye). Idővel aztán az antitestek termelésével beáll egy csendesebb szakasz, s a védekezőrendszer leromlása is lassulhat.

2. Mit tehetsz az elkerüléséért, biztonságod fokozásáért?

- Behatoláshoz óvszert, gumikesztyűt használj!
- Sose hagyd, hogy beléd élvezzenek!
- Orális szex előtt – után 2-2 órával ne moss fogat! Használhatsz Corsodyl vagy Meridol szájvizet: a friss lehelet mellett fertőtleníti, és segíti a nyálkahártya-sérülések gyors gyógyulását.
- Ha kimosod magad, ne legyen a víz sugar se forró, se erős, mert felsértheti a nyálkahártyád!
- Aktus előtt ne szőrteleníts (krém, borotva), mert a bőrfelületen sérülést, felmaródást okoz!
- Ne fogazz! (Mélytorok technikánál különösen fennáll a veszélye)
- Légy tisztában magaddal: van-e sérülésed, ínyvérzésed, rossz fogad, stb.!
- Manikűrözz, hogy ne sértsen a körmöd (de a bőrvágást ne közvetlen szex előtt tedd, mert járhat sérüléssel)!
- Ne karmolj, ne harapj sérülést okozva, mert vérzéssel járó sérülést okozhatsz!
- Sérülést okozó tárgyakat ne használj behatoló szexhez!

- Nyelveden, szádban, nemiszerveden ne viselj piercinget, mert fertőzési kaput nyithat, a nemiszervedben lévő elszakíthatja a gumit!
- Olajos, zsíros anyagokat ne használj síkosításra, mert áteresztővé, porózussá, szakadékonnyá teszi a gumit!
- Anális szexhez használj vizes alapú síkosítót (Fenistil gél, Intim síkosító, masszázsgél, stb.)! Mivel beszárad egy hosszabb szex közben, vizezd vagy nyálazd meg, és újra síkosít!
- Ne drogozz, és ne igyál, hogy észnél légy a szex idején! Felpörgött (vagy kiütött) állapotban másként ítélsz!
- Ne használj popperst, mert rongálja, felsebzi a nyálkahártyád, és orális szexnél a partnered nemiszervét is!
- Ha megfertőződhetél (pl. elszakadt a gumi), fokozottan ügyelj a biztonságos szex szabályaira, mert a fertőzés első hat hetében vagy a legfertőzőképesebb!
- Ha téged szoptak, vagy Te voltál a beható fél, közvetlen szex után vizelj, mosakodj, húzd hátra és szárítsd meg a fitymád! Használhatsz nyálkahártya-kímélő fertőtlenítő szert (Betadine oldat, Hospisept fertőtlenítő kendő).

– Végeztess időnként HIV-szűrést (félévente elegendő, ha betartottad a biztonságosabb szex szabályait, de ha kockáztattál, akkor az esemény után 4-6 héttel)!

3. Hogy tudsz meggyőződni, nem vagy-e fertőzött?

A HIV-fertőzés csak speciális HIV-szűréssel, a levett véredből mutatható ki.

A HIV-szűrés úgy történik, hogy vesznek tőled alkarból egy kevés vért. Ezt egy speciális vizsgálatnak vetik alá, amely azt vizsgálja, hogy vannak-e antitestek (a vírus ellen termelt ellenanyagot nevezzük így) a véredben. Ehhez az ellenanyag-termeléshez időre van szüksége a szervezetednek (a különböző kórokozókkal szembeni antitest-képzés véglegesen 12 hét alatt zárul le), ezért egy megfertőződést csak 5-12 héttel később tudnak kimutatni.

Tehát egy HIV-szűréskor a vérvételt megelőző 5-8-12 héttel korábbi állapotodról kapsz bizonyosságot. (A szűrőhelyek többségénél használt legújabb HIV-tesztek a fertőződést követő 2-3. héten jelezhetnek vírus-antigént – ilyenkor iszonyú magas egy friss fertőzötben a vírusszám –, és csak a 4-5-6. héttől kezdve termel a szervezet annyi antitestet

a vírus ellen, amelyet ki tud a vizsgálat mutatni. Ezért javasolt egy kétes akció után megvárni a 6-8 hetet legalább, és csak akkor elvégeztetni a HIV-tesztet valamelyik szűrőhelyen.)

4. Hova mehatsz HIV-szűrést végeztetni?

HIV-szűrést végző intézmények:

(A feltüntetett árak 2008. júniusiak)

Bp. XI. ker. Karolina u. 35/b

Tel: (06-1) 466-9283

Rend. idő: H-Sz: 17-20 h, K-P: 9-12 h

Anonim, a szűrés ingyenes, eredmény 1 hét múlva.

Itt kérésre szifilisz és Hepatitis B szűrést is végeznek!

Országos Epidemiológiai Központ

Bp. IX. Gyáli u. 2-6., Tel: (06-1) 476-1100/AIDS-ambulancia vagy 2471-es mellék

Rend. idő: K: 11-13 h, Cs: 13.30-15.30

Anonim szűrést is végeznek, amely 3.000 Ft. Vizsgálati eredmény egy héten belül,

gyorsabb eredményre (24 órán belül) a laboratóriummal történő előzetes egyeztetés után van lehetőség, ilyenkor a vizsgálat díját a helyszínen be kell fizetni. Itt nevesített szűrést is végeznek, ha valamihez igazolás kell.

Semmelweis Egyetem Bőrgyógyászati Klinika

Bp. VIII. Mária u. 41. magasfsz., Tel: (06-1) 266-0465/gondozás, (06-1) 338-2419

Rend. idő: H-K-Sz-Cs-P: 8-12 h

A szűrés ingyenes és anonim, eredmény 10 napon belül. Nem kell TB-kártya!
Itt a hatósági igazolásért 4.000 Ft-ot kell fizetni. Sürgősségi tesztet is végeznek 3.000 Ft fizetése ellenében. Itt végeznek szifilisz, Hepatitis A-B-C Vírus szűrést is!

Szent László Kórház-Központi Ambulancia/Recepció

Bp. IX. Gyáli u. 5-7., Tel: (06-1) 215-0219/8228, (06-1) 455-8228,

(06-1) 455-8239 (Víruslabor)

Rend. idő: H-K-Sz-Cs-P: 8-14 h

Itt végeznek sürgősségi tesztet is (aznapi eredményközléssel) 8.00-11.30-ig, ennek ára 6.700 Ft, vagy 7.200 Ft. – a teszt fajtájától függően. Aki nagyon aggódik az esetleges megfertőződése miatt, a legrövidebb ablakperiódusú tesztet itt szűrnek (2-3 hét).

Szent Sebestyén '97 KFT.

Bp. VI. Podmaniczky u. 27. fsz.10., Tel: (06-1) 302-7572

Rend. idő: Szerda: 19-21 h

Anonim szűrés, 500 Ft eszközpénzt kell fizetni. Eredmény 1 hét múlva.

AIDS Segély Alapítvány

Sopron, Magyar u. 14., Tel: (06-20) 442-9169

Rend. idő: Cs: 17-20 h

Iránytű Ifjúsági és Gyermekvédelmi Központ, Budapest

Budapest, XIII. Pannónia u. 34., Tel.: (06-1) 339-3700

Rend. idő: H-K-Sz: 16-18 h

Fővárosi ÁNTSZ laboratóriuma

Bp.XIII.ker. Váci út 174., (06-80) 465-3800/1130 mell.,

Rend.idő: H-Sz-P: 8 -12 h, K-Cs.: 12-16 h

Ingyenes anonim szűrést is végeznek. Eredményközlés 2 hét múlva.

Az ÁNTSZ Megyei Intézeteiben is végeznek ingyenes anonim szűrést és tanácsadást. Itt is lehet kérni nevesített szűrést is, de az térítésköteles. Az eredményért 2 hét múlva lehet menni (az ettől eltérőt jelezzük).

Békéscsaba, Gyulai u. 61., Tel: (06- 66) 540-690; (06-66) 447-146,
H: 12-16 h és szerda 8-12 h

Debrecen, Rózsahegyi u. 4., Tel: (06- 52) 420-015; K: 14-15.30 h, P: 12-14.30 h

Eger, Klapka u. 11., Tel: (06-36) 511-932; K: 14-15.30 h, P: 12-14.30 h

Győr, Jósika u.16., Tel: (06-96) 418-044; K-Sz: 8-11 h

Kecskemét, Balaton u.19., Tel: (06-76) 501-938; H: 7.30-9.00 h

Miskolc, Meggyesalja u.12., Tel: (06-46) 354-611

H: 8-12 h, Cs: 12-16 h (1 hét)

(Itt kérésre ettől eltérő időpontot is lehet egyeztetéssel kérni.)

Nyíregyháza, Árok u. 41., Tel: (06-42) 501-002; H: 14-16 h

Pécs, Szabadság u. 7., Tel: (06-72) 514-999, (06-72) 514-971
H: 8-10 h, Sz: 13-15 h-ig (1 hét)

Salgótarján, Zemlinszky Rezső út 9., Tel: (06-32) 521-711; K: 8-12 h

Szeged, Derkovics fasor 7-11., Tel: (06-62) 592-553
Sz: 12-16 h; Cs: 7.30-11.30 h (1 hét)

Szekszárd, Béri Balogh Ádám u. 5-7., Tel: (06-74) 501-500
Itt a bőr-és nemibeteg-gondozóban végeznek anonim szűrést is.

Székesfehérvár, Mátyás király krt. 13., Tel: (06-22) 314-090/315-ös mell.;
H, Cs: 8-12 h, (Itt sürgősségit is végeznek.) A szűrés vagy beutalóra, TB-kártya alapján, vagy anonim 4.500 Ft-ért történik. Eredmény 2-3 nap múlva.

Szolnok, Ady E. u. 35-37., Tel: (06-56) 510-200
H: 12-15 h, Sz: 10-12 h (2-3 hét)

Szombathely, Sugár u. 9., Tel: (06-94) 506-316; H: 13-15 h

Tatabánya Béla király körtér 69., Tel: (06-34) 311-844; H: 9.30-11.30 h

Veszprém, József. A. u. 36., Tel: (06-88) 424-866/157-es mell.

H, Sz: 8-12 h és 13-16 h, P: 8-10 h

Zalaegerszeg, Göcseji u. 24., Tel: (06 92) 549-196, (92) 549-180

H: 13-16 h és P: 9-12 h, Itt fizetős szolgáltatás: összejthet a nevesített teszt is, a sürgősségi teszt is 5.000 Ft.

Az anonim szűrésnél sem nemed, sem lakhelyed nem kell megadnod (még azt sem jegyzik fel, hogy nő – férfi vagy-e), csak egy jeligét kell kitalálnod, vagy sorszámot kapsz. Személyesen kell az eredményért menned, telefonon szűréseredményt kiadni tilos!

Minden területileg illetékes bőr-és nemibeteg-gondozó intézetben is végeznek HIV-szűrést. Ezt vagy kérésedre végzik, vagy javasolják, ha egyéb szexuális fertőzésed van. Ezekben TB-kártya szükséges, a szűrések ingyenesek.

Fordulhatsz pl. a ***Józsefvárosi Egészségügyi Szolgálat Bőr- és Nemibeteg Gondozó Intézet***hez. Címük: Budapest VIII. Auróra u. 22-28. 6.em. 619-es szoba (bejárat a Nagy Fuváros utca felől). Időpontot kell kérni a (06-1) 333-8300 számon. Itt egyéb szexuális

úton terjedő fertőzéseket is szűrnék, munkanapokon 8.00-18.00 h között. Területen kívüliek is fogadnak, TB-kártya kell. Külföldi, vagy egyéb okból TB-kártya nélküli személyt is fogadnak, ekkor a HIV, HBV, Szifilisz szűrésért 4500 Ft-ot, gonorrhoea szűrésért szintén 4500 Ft-ot kell fizetni.

5. Tünetek, a betegség fázisai / stációi

1. Akut, tünetes stáció – 2. tünetmentes HIV-pozitív állapot – 3. tünetes HIV-pozitív szakasz – 4. AIDS-állapot

1. Akut, tünetes stáció

Ez az első 6 hét. Lehet észrevétlen, lehetnek tünetek. Ebben a szakaszban a legfertőzőbb a HIV-pozitív személy! Megfertőződésed után 48 órával már magad is fertőző vagy. Nincs jellegzetes tünet, a többség semmilyen változásra sem figyel fel. (Megfigyelések szerint csak minden 3. fertőzött észlel tüneteket ebben a szakaszban.) Gyanakodhatsz azonban, ha következők bármelyikét észleled egy kétes kaland után 2-6 héttel: nyirokcsomók megduzzadása;láz; éjszakai izzadás; fejfájás; végtagfájdalmak, torokfájás,

influenza-szerű tünetek, levertség, csalánkiütés, hasmenés, hányás. A tünetek jellemzően 5-10 napig jelentkeznek, és maguktól el is múlnak. Azonban ezen tünetek egyike sem specifikus, sokféle fertőzésre tud a szervezeted így reagálni (sőt, ezek némelyikét szorongás, félelem esetén is észlelhetjük). Többségük gyorsan, magától elmúlik, nem keltve gyanút az érintettben. Ezt követően bizony semmi jel nem figyelmeztet többé: a vírus észrevétlenül, alattomosan építi le az immunrendszert. Kizárólag az elvégzett HIV-teszt tudja tisztázni, megfertőződte-e!

2. Tünetmentes HIV-pozitív állapot

Ez a szakasz általában a 6. hét utáni időszak, jellemzően 2-5-7 év (extrém esetben akár 10 éven túli is lehet). Semmilyen figyelmeztető jel nincs ebben a periódusban: a fertőzött személy makkegészségesnek hiszi magát, feltehetően nem védekezik, hisz ennek a szokásának tudhatja be fertőződését is. Mivel mindvégig fertőző, akár igen sok partnerét is meg tudja fertőzni a hosszú évek alatt. Épp ezért rendkívül fontos az időnkénti HIV-teszt! A hosszú évek alatt a HIV alattomosan teszi tönkre az immunrendszerünk, testünket kiszolgáltatva a külvilággal szemben: egyre kevesebb lesz az esélyünk, hogy a betegségeket okozó gombákat, baktériumokat, vírusokat, veszélyes sejtburjánzásokat kivédje. Csak speciális HIV-teszt készítés tájékoztat állapotodról, egy általános vérvé-

készítés nem ad választ, hisz nem mutatja a fertőzöttséged.

Akikről ebben a szakaszban derül ki fertőzöttségük, azoknak jó esélyeik vannak, hisz épp ezt a tünetmentes állapotot tudja meghosszabbítani az időben elkezdett kezelés! Nem mindegy, hogy fertőzöttként betegségetől szenvedve, vagy fertőzöttként tünetmentesen élhetjük-e napjaink.

Hibás szemlélet úgy tekinteni a HIV-re: ha elkapom, kezelnek, és élek tovább ugyanúgy: maga a krónikus állapot egy tartós függőséget von magával: vizsgálatokra kell járni, rengeteg gyógyszert szedni – amelyek akár súlyos – mellékhatásokat okoznak; rettegni, hogy el ne felejtsem bevenni az orvosságot, mert akkor gyógyszer-rezisztencia alakul ki, és át kell másféle gyógyszerre térni. A kezelésben használt gyógyszerek száma véges, és aki nem rendelkezik megfelelő gyógyszerfegyelemmel, eljuthat oda, hogy NINCS másféle készítmény, ami lassíthatná nála az AIDS-állapot kialakulását.

Új nemzetközi jelenség, hogy a frissen fertőzöttek már eleve valamilyen gyógyszerrezisztens változattal fertőződnek!

3. Krónikus tünetes HIV-szakasz

Sokan csak ebben az előrehaladott szakaszban veszik észre, hogy valami nagyon nincs rendben. Erre visszatérő hasmenéses időszakok, különböző bőrtünetek (gombák,

övsömör, herpesz) megjelenése, megnagyobbodott nyirokcsomók, fáradékonyság, levertség, láz, torokfájás, izomfájdalmak figyelmeztetnek. Ezekkel már feltétlenül megkeresi a beteg a háziorvosát – azonban még a szakemberben sem áll össze sokszor a kép: egy HIV-fertőzött pácienssel áll szemben. Még ebben a szakaszban is sokat segít a megkezdett kezelés: a megrendült immunrendszert nem tudja ugyan már helyreállítani, de a további romlást lassítani tudja.

4. AIDS-állapot:

Ezt a szakaszt már az alapjaiban megrendült immunrendszer jellemzi. Nem úgy kell elképzelnünk az AIDS betegséget, mint pl. egy mellhártya-gyulladást: ez tipikus, konkrét betegség, meghatározott testtájon – ezzel szemben az AIDS-állapot azt jelenti, hogy egy csomó, bármiféle betegség megjelenésére számíthatunk, akár gyors váltakozásban. Mivel a saját immunrendszerünk már tehetetlen ebben a szakaszban a betegségekkel szemben, a legártatlanabbnak tűnő nyavalyába is belehalhat a beteg, ha időben nem kap hatékony segítséget. Aki egészséges, az is átesik évente 2-3 betegségen: influenza, gyomorrontás, torokgyulladás. Gyógyszert kapunk, és pár nap alatt túlvagyunk az egészen. Kellemetlen, de az év 365 napjához képest eltörpül az az 1-2 hét betegség.

Aki AIDS-beteg, az viszont akár havonta áteshet ilyen perióduson. Bármelyik betegség akár végzetes is lehet számára: vagy tud segíteni valamilyen gyógyszer, vagy sem. Vannak jó napjai, amikor gondolni sem kell az állapotára, de feje fölött állandóan ott a Demokles-kard. Ott számíthat fertőzésekre, ahol teste a külvilággal találkozik: a bőrfelületén, a tápcsatornáján, és a légzőrendszerén.

Ezt a szakasz a megjelenő oportunistá fertőzések, ismeretlen eredetű lázas állapotok, gyomor-, bélbántalmak-panaszok, krónikus hasmenés, nagymértékű testsúlyvesztés, zsíryanycsere zavarok (lipoatrophia, lipodystrophia), a tüdőgyulladás különböző fajtái, akár HIV specifikus kórokozókkal (pl. PCP=P carinii pneumonia, Pseudomonas aeruginosa), a TBC, egyéb vírusos fertőzések (Hepatitis-A-B-C fertőzések; HPV), daganatos elváltozások, fekélyek, sepsis, neutropenia, szájsebészeti panaszok (fogínysorvadás, herpes, fekély), neurológiai betegségek (perifériás neuropathia, CMV vírus okozta szemészeti panaszok (kezeletlenül vaksághoz vezethet), továbbá CMV vírus által előidézett belgyógyászati jellegű és agyi panaszok; ezen kívül toxoplazmózis; cryptococcosis; egyéb agyi-idegpályás elváltozások stb.), depresszió, AIDS-demencia, Kaposi-szarkóma, vagy ezek fentiek kombinált tünetegyüttese jellemzik. (A toxoplazmózist parazita okozza, általában macskától kapható el. Akár súlyos agyi elváltozást okozhat. HIV-pozitív személy a macskáját feltétlenül oltassa be! A cryptococcosist a levegőben

keringő gombaspórák okozzák – ennek forrása nagyvárosokban a galambürülék. A Kaposi-szarkóma a mai antiretrovirális kezelések mellett ritkábban fordul elő, kezelhető.)

6. Jó, ha tudod!

A fertőzéshez 3 tényező együttese kell:

1. fertőzött partner
2. fertőző testvázadék /anyatej, vér, ondó, hüvelyváladék/ kerüljön beléd
(ezt tudod lehetetlenné tenni a kondommal.)
3. legyen rajtad fertőzési kapu /seb, gyulladás, hámhiány, nyálkahártya-sérülés/

A 3 tényező hiányának bármelyike lehetetlenné teszi a fertőződést!

Ha nem tudsz a fertőzöttségedről, akkor 3-10 év alatt észrevétlenül tönkremegy az immunrendszered (van, akiknél ez 1-20 évet jelent), kialakul az AIDS-betegség, és bármiféle, nem is mindig súlyos betegségbe belehalhatsz. A fertőzöttek felénél ez a folyamat 10 éven belüli.

Ha kezelést kapsz: meggyógyítani ugyan nem tudnak, de hosszú évekig lassítani tudják immunrendszered leromlását, késleltetni, vagy megakadályozni az AIDS-betegség kialakulását.

Ez azonban saját érdekedben egy más minőségű, felelősségteljes, önfegyelmet igénylő életvezetést jelent.

Amennyiben intravénásan drogozol, a közösen használt fecskendő életveszélyes, mert közvetlen a véráramodba juttathatod fertőzött társad vírusoktól hemzsegő vérért. Legkockázatosabb az anális szex, az orális szex poppers használattal, és a vaginális szex. Ezekhez mindig használj óvszert, kesztyűt! Ujjazáshoz húzz egy óvszert az ujjaidra!

Az ondó, a hüvelyváladék, a vér továbbviszi a fertőzést, s amennyiben nem ép a nyálkahártyád (seb, horzsolás, gombásodás, gyulladás, kitépett szőrszál helye, mikrosérülés), biztosan fertőződsz.

Intravénás drogozásnál csak az váltott tű, szexnél az óvszer, a horzsoltsérülést gátló síkosító, a gumikesztyű jelent védelmet.

A szopás is lehet veszélyes – bár lényegesen kisebb kockázatú, mint az anális vagy vaginális szex óvszer nélkül – , mert lehet a szádban apró sérülés, amin keresztül a fertőzött partnered testnedve (vére, ondója) a véráramodba kerülhet. Orális szexhez használhatsz ízesített gumit. Itt is a befogadó fél nagyobb veszélynek kitétt: ondó, szivárgó vér kerülhet a szájába, s a fogak mentén gyakran talál a vírus behatolási kaput (pl. rossz fog, gyulladt íny). Ha mégis ondó kerülne beléd, távolítsd el azonnal (nyeld le, köpd ki), ne hurcold a szádban a fürdőszobáig!

Orális szexben a torokszex (deep troath, mélytorok) fokozottan veszélyes mindkét félre!

A nyalás sokkal veszélyesebb orális szex, mert ha HIV-fertőzött a partnernőd, hüvelyváladéka kikerülhetetlen, és átadhatja a fertőzést. Hosszában felvágott gumit használhatsz nyaláshoz, vagy folpack is megteszi.

A HIV-fertőzötteknek ugyan kis része fertőződött orális szex által – de így is lehet fertőződni!

A csókolózás veszélytelen: nyállal nem terjed a HIV!

Mindig magadra vigyázz elsősorban! Partneredet is így tudod a leghatékonyabban óvni! Sose másától várd, hogy védekezzen helyetted!

Jó tudnod: szex esetén a befogadó fél jóval nagyobb veszélyben van! (Hetero szex: a nő, férfiak közti szex: a passzív fél, leszbikus szex: aki a befogadó.)

Védekezés nélküli szexnél beszerezhetsz sokféle bakteriális, vírusos, vagy gombás fertőzést. Ezek gyulladást keltenek: ezzel egyrészt fertőzési kaput nyitnak ép bőrödön, nyálkahártyádon a HIV-nek, másrészt az aktivizálódott immunrendszer sok fehérvérsejtet termel a fertőzés leküzdéséhez – ezzel terülj-terülj asztalkámat teremtve a HIV számára. Ilyenkor a fertőződés előrehaladása robbanásszerű!

A drogok és a HIV kapcsolatát nem elég az intravénás kábítószerekre szűkíteni: bármiféle szerrel pörgeted fel magad, ítélő- és cselekvőképességed módosul. Nem biztos, hogy ugyanazt bevállalnád drog, vagy ital nélkül: saját érdekedben kerüld hát ezeket!

7. Hogyan viselkedj HIV+ ismerősöddel?

HIV-fertőzött ismerősöd a mindennapi életben semmiféle veszélyt nem jelent rád. Kézfogással, puszival, közösen használt edényekkel, szappannal nem vihető át a vírus. Neked kell vigyáznod rá: ne fertőzd meg semmi egyéb betegséggel, mert a szervezetének elég dolga akad a HIV-vel is. A HIV-fertőzöttség megélése hatalmas

lelki teher: ne tetézd ezt még pletykálkodással is! Egy HIV-fertőzött embernek saját dolga eldönteni, hogy kivel osztja meg titkát, kivel nem: másnak ehhez joga nincs!

Sose játszd meg társaságban a jólétesültet, gondolj bele: mi lenne, ha rólad pusmogának alappal vagy anélkül?!

Ha partnered HIV-fertőzött, továbbra is élhetsz vele szexuális életet a biztonságos szex szabályait szigorúan betartva. (Szexhez óvszer; vér, ondó, hüvelyváladék testedbe kerülésének kizárása).

Biztosan sok kérdéssel szembesülsz, ha megosztja veled titkát HIV-pozitív ismerősöd: ha szükségét érzed, hívd ilyenkor a HIV-vonalat – megértésre találsz.

Nagyon fontos lehet HIV-fertőzött ismerősödnél, hogy elfogadod őt ezzel együtt, hisz a vírus egészségrontó hatásán túl sokkal jobban félnek titkuk kiderülésétől, kirekesztésüktől.

Ha valaki daganatos betegség miatt gyógyíthatatlan: szánja mindenki, sok ember szorít érte. A HIV az más... mivel szexuális aktus során (is) beszerezhető, a társadalmi prűdéria könnyen alkot róla bűn – bűnhődés képletet. De Te megértő leszel legalább...

8. Mi a teendőd, ha magad vagy HIV+?

Ha a HIV-szűrés letaglózó eredményét kézhez kapod, ellátnak a megfelelő információkkal a szűrőhelyen. (Lehet, hogy fel sem fogod akkor, mit is mondanak: bennünket azonban a HIV-vonalon BÁRMIKOR hívhatsz.)

Azt javasolják, hogy menj el a Szent László Kórházba: ott már nemcsak ellenanyagot vizsgálnak, hanem vírusszámot, CD4 mennyiséget, esetleges tüneteket keresnek. Ezekből következtetni tudnak arra is, mennyire régi a fertőzésed. Eldöntik ezek alapján, hogy el kell-e kezdened a gyógyszeres kezelést, vagy elodázható még egy darabig.

A Te döntéseden áll, hogy élsz ezzel, vagy sem.

Ha úgy gondold: kezelés nélkül is elélhatsz pár évig, és gondolni sem akarsz fertőzöttségére – megteheted. Számolnod kell azonban azzal, hogy keserves tünetekkel kell élned, bármikor lerobbanhatsz, és titkolt állapotod a megjelenő testi tünetekkel láthatóvá válnak.

Ha nem élsz a kezelés adta lehetőséggel, attól is megfosztod magad, hogy kivárd, megéld az AIDS jövőbeli gyógyíthatóságát. Kezelés nélkül életed további szakaszát

mindvégig magas vírusszám fogja jellemezni, így életveszélyes lesz bárki számára, aki vérevel, spermáddal/hüvelyváladékkal érintkezhet.

Ha elfogadod a kezelést: időnként vizsgálatra hívnak. Követik állapotodat, és tudni fogják, mikor kell beavatkozniuk az előrehaladt fertőzőes állapotba. Ellátnak folyamatosan információkkal, s az ingyenesen kapott gyógyszerekkel pedig hihetetlenül alacsonyra le tudják szorítani vírusszámodat, ezzel lassítva, gátolva az AIDS-betegség kifejlődését.

Egy kezelt HIV-pozitív ember jó életesélyekkel bír: tervezhet jövőt bátran, tanulhat nyelveket, megújíthatja jogosítványát, lakásvásárlásba foghat... csak meg kell tanulnia a HIV-vel együttélni. Már ma is élnek közöttünk olyan HIV-pozitív emberek, akik 15-20 éve fertőződtek, élnek mindennapi életüket, dolgoznak, utaznak, párt találnak maguknak.

A HIV-vel nem zárul be minden: ennek kulcsa azonban a kezelés elfogadása.

Életviteli tippek:

Kerüld a trópusi országokat és változtass napozási szokásaidon (nagyon fehér és érzékeny bőrűeknek TILOS!!!); Egészséges, változatos, nem megerhelő táplálékot fogyassz (sovány hús, sok fehérje, vitamin, ásványi anyag bevitele, zöldségek, gyümölcsök). Fontos a rendszeres folyadékbevétel. Ajánlatos minden megerőltető dolog kerülése (túlzott sport, fizikai munka, kimerítő éjszakai bulizások). Nagyjából egyforma napokat élj, életmódod kiegyensúlyozottságára törekedj, főleg gyógyszereszedés esetén. Vigyázz az általános egészségügyi állapotodra (megfázás, fertőzéseknek való kitétel kerülése), mivel az ezzel járó gyulladáshoz vezető folyamatok elindítói lehetnek nyugvó vírusaid szaporodásának! Törekedj a stresszmentes életre! Ne mérgezd szervezetedet droggal, alkohollal, mert a májadnak épp elég teher lesz a gyógyszerekkel megbirkózni! Ha dohányoztál eddig, mondj le róla! Úgy szervezd a napirended, hogy tudj eleget pihenni! Ne fogyókúrázz, fontos, hogy jó kondiban maradj! Hízókúrába se kezdj: nincs szükséged az elhízással járó ártalmakra sem! Élj úgy, mint eddig, de az ártalmas szokásaiddal hagyj fel! Sportolhatsz, mozoghatsz, de ne ess túlzásokba! Oltasd be macskád (toxoplazmózis elkerülésére)! Dohos, penészes lakás még egy ép immunrendszerű ember számára is veszélyes: egy HIV-pozitívnak pedig fokozottan az! A galambbőrűlék folyamatos veszélyforrás a nagyobb városokban élőknek, tudj róla!

Ha betartod a biztonságos szex szabályait, továbbra sem kell lemondanod a szexről. Tartsd azonban mindig szem előtt, hogy nemcsak fertőzhetsz, hanem fertőződhetsz is – a szervezetednek pedig így is megvan a maga védekeznivalója! Ne használj a hangulat fokozására sem alkoholt, se drogokat, hogy mindig tiszta fejjel tudj ítélni! Akkor se mondj le a védekezésről, ha partnered ezt kimondottan kéri: lehet, hogy az ő szervezete másként, rosszabbul reagálna a vírusra – neked pedig nagy lelki teher lenne tudnod, hogy Te vagy kedvesed egészségromlásának okozója! Alkalmi, futó kapcsolatokban éppúgy törekedj a biztonságos szexre! Kerüld a kevésbé átlátható helyzeteket (sötétszoba, glory hole, gruppen, vérzéssel járó szexuális játékok, stb.), mert tudod: nincs 100%-os biztonság: fertőzhetsz és felülfertőződhetsz!

9. Kapcsolódó linkek, kiadványok:

<http://hivpozitiv.extra.hu>

<http://www.pluss-hiv.hu>

<http://www.pozitivtars.tvn.hu>

<http://www.pozitiv.org.hu> -> fórum

<http://www.aidsinfo.hu>

<http://www.hivpozitiv.hu>

<http://www.hatter.hu/hivjog.htm>

<http://www.hatter.hu/pozitivszemmel.htm>

<http://www.hatter.hu/hivvonal.htm>

HIV és JOG – Ismerd a státuszod! Ismerd a jogaid!

(HIV-fertőzöttek státuszára, jogaira vonatkozó ismeretek)

Pozitív szemmel – HIV-Terápiák-Életmód

(Itt olvashatsz arról, mi zajlik le a szervezetedben, a gyógyszerekről, terápiákról, a kezelésről, a helyes táplálkozásról, életmód tanácsokról)

10. Tévhitek

Egy HIV-pozitív ember környezetében veszélyes élni.

Kézfogással, tömegközlekedési eszközök fogantyúinak érintésével, közös evő-ivóeszköz használattal, tüszentéssel, uszodavízzel, törülközővel, fogkefével, üdvözlő puszival, szappannal, WC-ülőkével, piszoárból visszafröccsenő cseppel a HIV nem terjed!

A vírus roppant sérülékeny: hamar kihűl, beszárad, megfelelő dózis is „szükséges feltétele” a fertőződésnek. Ép bőrfelületen, nyálkahártyán pedig nem tud áthatolni. Sok olyan pár él Magyarországon – és szerte a világban – ahol HIV-pozitív embernek nem fertőzött a párja. Ez is mutatja: megfelelő magatartással megelőzhető a fertőződés.

Félek vízparton nyaralni, mert megcsíp a szúnyog valakit, aztán rámszáll...

Szúnyogcsípéssel, kullancs átmászással, bolhacsípéssel sem terjed.

A kutyám mindenfélét összeszed, aztán nyalogatna össze-vissza.

Emberspecifikus: sem macskától, sem kutyától, patkánytól sem kapható el.

Nem szabad csókolózni, mert elkaphatod.

Nyállal nem terjed! Egy fertőzött ember minden testnedve tartalmazhat vírust, de fertőzésre alkalmas mennyiséget csak a vér, ondó, hüvelyváladék, anyatej hordoz magában. (Gondoljunk a megtermékenyítésre: 60 millió spermium esélyes megtermékenyíteni egyetlen petesejtet, de pl. 20 millió már nem jár eredménnyel.)

Csókolózással nem terjed a HIV. Ha viszont rendszeresen vérzik az ínyed – észreveszed fogmosáskor – kezeld, mert ezzel nem vagy biztonságban, és veszélyes is lehetsz!

Egy HIV-fertőzöttön látszik, hogy beteg. Akit megismertem, nem lehet veszélyes, mert ad magára, jól néz ki.

Ez annyira nem igaz, hogy maguk a fertőzöttek sem veszik észre fertőzöttségüket 2-7 évig. Semmilyen tünetük nincs, egészségesnek hiszik magukat, és alattomosan leromlik immunrendszerük. Állapotukra valamilyen betegség megjelenése figyelmeztet csak, de ilyenkor már nagyon leromlanak életesélyeik. Ezért fontos HIV-szűrésekre járni! Egy idejében feltárt fertőzés szemmel tartható, az idejében elkezdett kezelés pedig hosszú időre kitolja a tünetmentes állapot határait.

Ráadásul egy HIV-fertőzött ember nem beteg: dolgozik, éli mindennapjait, tünetei nincsenek, betegállományba sem veszik. Ma már élnek közöttünk 14-17-19 éve megfertőződött HIV-pozitívok, ránézésre makkegészségesen.

A tartós kapcsolat megvéd a fertőzéstől.

Ez igaz. De csak akkor, ha mindkét fél hűséges, és senki sem kalandozik titkon. Ezt a hűséget azonban még válási statisztikáink is megkérdőjelezzik...

Ő még szűz, nem feküdt még le senkivel.

És ha intravénás drogos? Vagy pettingelt már, és szopásnál, nyalásnál nem volt óvatos? Vagy ugyanazzal a tűvel szúrta át haverja mindkettejük fülét az új piercinghez?

Már fertőzött vagyok, minek védekeznék? Van ettől még rosszabb?

Igen, van. Megfertőzhetsz másokat is. Felülfertőződhetsz más vírustörzssel/mutációval, amire már nem hat a gyógyszered. Bármit elkaphatsz: trippert, szifiliszt, stb., s az ezek által keltett gyulladás felgyorsíthatja a víruszaparodást.

Gumival szeretkezni olyan, mint zokniban lábat mosni.

Ez igaz volt talán az ántivilág traktorgumi óvszereire: a maiak viszont kényelmesek, testérzést adnak, méret- feladat- és ízválasztékot kínálnak. A gumióvszernek nincsenek mellékhatásai: használatába még senki sem halt bele, az AIDS-nek viszont a világon már milliós nagyságrendű halálos áldozata van. (Rádásul a botrány is kisebb egy félrelépés esetén... ha használtál gumit.)

Nem vagyok homoszexuális, tehát nem fenyeget veszély.

A HIV mindenkit fenyeget, aki védekezés nélkül szexel, vagy közös tűvel drogozik. Afrika Szahara alatti területein a heteroszexuális aktus során fertőzöttek adják a HIV-pozitívok zömét, a volt Szovjetunió utódállamaiban pedig az intravénás drogozók.

A partneremnek van papírja, hogy negatív.

Senkinek sincs a pillanatnyi állapotáról papírja. A HIV-teszt azt mutatja, hogy a vérvételt megelőző 6-12 héttel korábban fertőzött volt-e, akiről kiállították. Jó, ha

tudod: egy HIV-pozitív fertőződésének első hat hetében a legfertőzőképesebb!

A mosakodás szex után megvéd a fertőzéstől.

Ártani nem árt. A szappan, a kamillatea, a hideg vizes borogatás sok mindenre jó, de a vérkeringésbe jutott vírus ellen hatástalan.

Aktív vagyok, nem fenyeget veszély.

Valóban: a passzív, befogadó fél nagyobb veszélynek kitétt (1,7-4-szeres a statisztikák szerint), ám az aktív felet is csak egy gumi védheti meg. Keletkezhetnek nemiszervén horzsolódások, harapás okozta sebek: ezek mentén ő is fertőződhet. (Hogy tudná egyébként megfertőzni passzív partnerét?)

Félek, mert rám tüsszentettek...

Tüsszentés, köhögés, széklet, vizelet, nyál, izzadtság, fülzsír, közös evőeszköz, kilincs, WC-ülőke, stb. által nem terjed a HIV.

Nem kaphatok HIV-fertőzést, mert olyan vitaminokat szedek, amelyek megvédenek mindentől.

Valóban védenek a vitaminok, hisz a megfelelő bőrhám, az egészséges nyálkahártya fontos, de ha ebben hiszel, és lemondasz a védekezésről, előbb-utóbb fertőzött

leszel. A vitaminok is csak addig védenek meg a HIV-től, amíg nem fertőzött partnerrel szexelsz.

11. Egyéb, szexuális úton terjedő fertőzések

Védekezés nélküli szexnél számos gombás, bakteriális, vírusos betegség beszerezhető. Ezek szerencsére gyógyíthatóak, ám „beszerzésük” nagyon megkeseríti napjaidat. Gyógyításuk nem ad védettséget: védekezés nélküli szexnél újra és újra elkaphatók. Mint minden fertőzésnek, ezeknek is van lappangási idejük, amely napoktól hetekig-hónapokig tarthatnak, az első tünetek megjelenéséig. Ebben a szakaszban semmi sem utal még a fertőzésre, ám a lappangási szakaszban is fertőzhet az érintett. A tünetek megjelenésekor súlyos hiba arra várni, hogy hátha elmúlik magától: azonnal fordulj szakemberhez, ha rendellenességet észlelsz magadon! Ha gyakran váltogatod partnereid, jó, ha feljegyzéseket készítesz róluk: tudd, hogy kiket érdemes figyelmeztetned!

Csak érintőlegesen a leggyakoribbak:

Gonorrhoea (tripper, kankó): Baktérium okozza. Lappangási ideje 2-10 nap. A húgycsőből sárgás-zöldes genny ürül, a vizelés fájdalmas, égető érzéssel jár. Már a nyálka-

hártyák érintésével is fertőz, és ott okoz tüneteket, amely területet érint. Ha leszopsz egy tripperrel fertőzött péniszt, akkor a torkod, ha megdugnak, akkor a hüvelyed vagy végbeled lesz fertőzött. Hüvelyben, végbélben, torokban gyakran nem jelentkeznek tünetek hosszú ideig, ilyenkor a partner(ek) megfertőzése figyelmeztet a betegségekre. Vizsgálata torokból, végbélből, hüvelyből, húgycsőből vett nyálkamintával történik. Fontos: ha feltehetően a feneked fertőződött anális szex során, figyelmeztess erre az orvost, hogy ne a húgycsővedből vegyen kenetet! Gyógyítása egyszerű (egy injekció vagy speciális antibiotikum), ám ha késlekedsz, a fertőzés keltette gyulladás járhat olyan hegesedésekkel, amely terméketlenséget, vizelést nehezítő húgycsőszűkületet, vagy a szem fertőzésekor látásromlást okozhat. Közösülés, orális szex során is átadható. Kezeletlenség esetén a véráram útján szétterjed, és súlyos ízületi elváltozásokat okozhat. Tripper-veszélyeztetettség okán fokozottan ügyeljünk arra, hogy partnerünk szemébe semmiképpen se kerüljön soha sperma! Fontos: ne kezdj öngyógyításba, mert a rosszul választott gyógyszerek elfedhetik, de nem szüntetik meg a fertőzöttségedet!

Chlamydia: Az egyik leggyakoribb szexuális úton is terjedő fertőzés (nemcsak a beteg ember fertőz, hanem a váladéka is). Egy vírusszerűen viselkedő baktérium okozza. A sejtekben szaporodik, és 3 hetes érési idő után tépi szét a sejtfalat, újabb gazdasejteket keresve magának. Gyakran (nőknél 80%, férfiaknál 50%) tünetmentes, de hüvelyfolyás, vizelési panaszok, a húgycső tejfehér váladékozása, herefájdalom, vérzéses panaszok

figyelmeztethetnek rá. Vizsgálata kenetből, vagy vizeletből, tenyésztéssel történik. Ezt is antibiotikumokkal kezelik. Érdeemes megtudni, nincs-e chlamydiánk – beszerezhető gyógyszerári teszt is, de egyszerűbb szakorvossal megnézetni időnként – mert csendes jelenléte mellett súlyos szövődmények okozója lehet. Az óvszer a chlamydiától is véd.

Trichomonas: Leggyakrabban szexuális úton fertőz ez az egysejtű parazita, amely a hüvely sárgás-zöldes, habzó váladékozását, a bőr viszketését okozhatja, azonban ez a fertőzés akár más nedves törülközőjéről, vagy a „kedvelt” WC-deszkáról is akár beszerezhető. Férfiaknál gyakori vizeleti inger, a húgycső érzékenysége figyelmeztet rá.

Szifilisz (vérbaj, lues) Baktérium okozta nagyon komoly betegség, amely kezeletlenség esetén akár halálos is lehet! Vérminta vizsgálatával derítik ki a fertőzést. A betegség lefolyása 3 szakaszra bontható.

1.) Az első tünetek a fertőzés helyén (pénisz, hüvely, végbél, száj) jelennek meg 10-90, de leggyakrabban a 15-21. nap elteltével. Ezek fájdalomtalan fekélyek, s általában a környéki nyirokcsomó fájdalomtalan duzzanata kíséri. Ezek a fekélyek 1-5 hét múlva maguktól heggel gyógyulni látszanak, és egy hosszabb tünetmentes idő következik (Akár 6-8 hónap! A beteg mindvégig fertőz!). A tünetek megjelenésekor még vérből nem mutatható ki a friss fertőzés: a serológia az 5-6. héttől lesz csak

pozitív. (A szifiliszos fekélyből vett váladékban viszont kimutathatóak már ekkor is a treponémák)

2.) A második szakaszra a testszerte megjelenő kiütések, fekélyek, szemölcsök, láz, hajhullás, általános nyirokcsomó duzzanat figyelmeztet. A tünetek zöme 4-12 hét elteltével spontán eltűnik a testről. Ebben a szakaszban is mindvégig fertőz a beteg, azonban az első és második szakaszban még sikeresen gyógyítható a szifilisz. (Mindössze 2 injekció, ha időben keresed fel a szakrendelést)

3.) A szifilisz 3. szakasza 5 éven túl, többnyire 10 évet meghaladóan alakul ki. Ebben a szakaszban a fertőzés már nem gyógyítható. A belső szerveken fekélyek és gumók jelennek meg, szív és érrendszeri panaszok, a csontrendszer elváltozásai, agykárosodás, vakság előzi meg a halált.

A szifilisz és HIV egyidejű beszerzése akkora bomba a szervezetnek, amely mindkét fertőzés előrehaladását jelentősen felgyorsítja!

Aki gyakran váltogatja partnereit, annak javasolt havonta szifilisz-szűrést végeztetnie! A szifilisz orális szex során is nagy gyakorisággal fertőz! A gumióvszer hatásos ellene! Jó tudnod: a kezelés nem ad védelemet, életed során akár többször is elkaphatod.

Genitális herpesz: Vírus okozza, amelyet kezelni lehet, de gyógyítani nem. Aki megfertőződik, számíthat rá, hogy évente 3-4 alkalommal, de akár havonta is kiújulhat herpesze. Lappangási ideje 3-10 nap. Először égő, fájdalmas kis hólyagocskák jelennek meg a hímvesszőn, a hüvelyben vagy végbélben, ezek hegesednek, és 2-4 hét alatt gyógyulnak. A fertőzés megkeseríti a fertőzött életét, és nagyságrendekkel növeli a HIV-vel való fertőződés veszélyét! Sajnos, a genitális herpesz ellen az óvszer sem nyújt teljeskörű védelmet: aki megfertőződött, az orvosa tanácsai szerint védekezzen.

Condyloma (hegyesfüggőly, kakastaréj): Human Papilloma Vírus okozta szemölcsök, amelyek jellemzően a nemi szerveken a nyálkahártya – bőr találkozási felületén jelennek meg (fityma, szeméremajkak, végbélnyílás). Kezeletlenül nagyra nőnek, elszaporodnak, karfiol-szerű bőrkinövésekké válnak. A végbélben, hüvelyben is megtelepedhetnek. Kezelése ecseteléssel, elhanyagolt, előrehaladott állapotban sebészi beavatkozással történik. Lappangása 1 hónap – egy év közé tehető. Több, mint 100 féle változata ismert: a 4 legagresszívabb HPV változat ellen védőoltás kérhető (3 X 30.000 Ft). Érdeemes megfontolni, hisz a méhnyakrák kialakulásáért ez a vírus felelős, de hímvesszőrák, végbélrák okozója is lehet.

Gombák okozta fertőzések: A férfiak előbőrén, makkján megjelenő pirosas, viszkető elszíneződések, a hüvely sűrű, fehér, viszkető folyása figyelmeztet rá. Egyszerűen gyó-

gyítható, kezeletlen állapotban viszont számos fertőzésnek, így a HIV-nek is kaput nyitnak a bőrhám folyamatos irritációjával.

Hepatitis B Vírus: Szexuális úton is fertőz (a fertőzöttek mintegy 40%-a így kapta el). Mivel a májban, csontvelőben, fehérvérsejtekben, érfalban szaporodik, elsősorban vérrel, vagy vért tartalmazó testnedvekkel vihető át (pl. ondó, hüvelyváladék). Az intravénás drogozók közös tűi, vagy a nem megfelelően sterilizált tetováló eszközök, piercing egyaránt rizikósak. A HBV veszélyes májgyulladást okoz, amely a májszövet pusztulását idézi elő. A máj fontos szervünk, károsodása működési zavarokhoz, akár halálhoz is vezethet. Láz, hasi fájdalmak, sárguló szem és bőr, sötétedő vizelet utal rá. A heveny gyulladás néha enyhe lefolyású, de akár halálos is lehet. Gyógyulása hosszú idejű (kb. fél év): az ágynyugalommal, vitaminokkal, kalóriadús ételekkel felturbózott szervezetre bízott. A heveny gyulladás megszűnte után, ha a vírus nem ürül ki a szervezetből, a fertőzött vírushordozóvá válik. A felnőttkori HBV fertőzés az évek előrehaladtával a fertőzöttek 5-10%-nál okoz idült májgyulladást, májzsugort, májrákot. (A gyerekkorban szerzett HBV-nél ez 90%!) Lappangási ideje 40-180 nap közötti. Van ellene védőoltás, érdemes beadatni! (Ez 3 oltásból áll: a 0., 1. és 6. hónapban beadott oltás kb. 5 évre védetté tesz.)

Hepatitis C Vírus: Csak 1989-ben fedezték fel ezt a kórokozót. Becslések szerint hazánkban kb. 100 ezer HCvírushordozó van. Vérrel terjed, a szexuális aktus során való fertőződés nagyon ritka. (A testnedvek közül csak a vér tartalmaz HCvírust, ezért menesz idején nem javasolt a szex.) Ma már transfúziós fertőzés nem fordul elő, mert a 90-es évek közepétől kiszűrik a HCV-s véradókat. Veszélyt a rosszul fertőtlenített tetováló tűk, az intravénás droghasználók közös tűi jelentenek. Közös borotva továbbra sem javallott. A fertőzöttek kb. 25%-a magától gyógyul 3-4 hónap alatt, de a többség vírushordozó marad, és alattomos, krónikus májbetegség alakul ki náluk.

Apró élősködők, lapostetű, rüh: Ezek az élősködők a vérszívásuk során ejtett sebekkel okoznak veszélyt, valamint a viszketés kiváltotta vakarózással felsértett hámfelülettel. Nagyon könnyű megszerezni, és elég strapás megszabadulni tőlük. Igen szapora jószág a tetű, a szőrszálak tövére rakott serkékből napok alatt felnő az új nemzedék, és lelkesen szaporodik. Az ágyék és a hónaljszőrzetben, esetleg ha minden hely elkelt, a szempil-lákon is jól érzi magát. A szőrzet eltávolítása kisebbíti a veszélyt, tetűirtó szerekkel, a ruhák, ágyneműk, törölközők kifőzésével, forró átvasalásával – nem kis munkával!! – megszabadulhatunk tőlük. A rüh technikásabb, mert a hámrétegbe befúrva magát táplálkozik és szaporodik. Ha nem vagyunk szégyenlősek, és látható fényben kerül sor orális szexre, érdemes körülnézni... Szomorú azonban, hogy jobban irtózik tőlük mindenki, mint az ezerszeresen nagyobb veszélyt jelentő vírusos és bakteriális fertőzésektől.

Természetesen nem az a megoldás, hogy leszokunk a szexről. A tetű, rüh kivételével a gumióvszer mindentől sikeresen véd, és ha ezt megtetézzük ismeretekkel: mit, hogyan lehet elkapni, és hogyan lehet elkerülni – élhetünk élvezetes, biztonságos szexuális életet.

Ha pedig pechünk volt: tanuljunk belőle, és örüljünk, hogy megúsztuk egy kisebb, gyógyítható bajjal. Sose fogjunk öngyógyításba, hanem fertőzés esetén azonnal irány egy szakorvoshoz!

És gondoljunk arra: rajtunk áll, mit vállalunk be: védekezni kinek – kinek a saját felelőssége! Nem kötelező, és nem várhatja el senki a partnerétől, hogy helyette gondoskodjon a biztonságáról.

De Te dönthetsz: bevállalsz egy védekezés nélküli szexet...?

12. Veszélyességi sorrend, ha nem védekezel, és partnered – tudtán kívül akár – pozitív

Biztos fertőződés= 1000 pont.

- intravénás drog 1000 pont
- anális szex, ha téged dugnak 800 pont
- orális szex popperssel 600 pont
- vaginális szex, ha téged dugnak 400 pont
- anális szex, ha te dugsz 350 pont
- vaginális szex, ha te dugsz 250 pont
- mélytorok szex 160 pont
- orális szex, ha te nyalsz 80 pont
- ugyanazon segédeszköz egymás után
több partnerbe dugdosása 70 pont
- orális szex, ha te szopsz 60 pont
- orális szex, ha téged szopnak 30 pont
- orális szex, ha téged nyalnak 10 pont
- partnered testére élvezés 1 pont
- kölcsönös kézzel ingerlés 1 pont
- csókolózás 0 pont

Természetesen nem mindegy, hogy a HIV+ partner melyik stádiumban van: egy frissen fertőzöttel akár a kölcsönös kézzel ingerlés, egymás testére élvezés is veszélyes lehet, míg egy kezelt, mérés határ alatti HIV+ partner gyakorlatilag csekély fertőzőképességgel bír.)

Így könnyebben tudsz dönteni: veszélyeztetettségedtől függően milyen védekezési módot válassz?

Meleg Háttér Információs és Lelkisegélyszolgálat

Tel: 06-80-505-605, 06-1-329-3380

naponta 18.00-tól 23.00-ig

www.hatter.hu, hatter@hatter.hu

Kiadja: **Háttér Társaság a Melegekért**

Összeállította: **Balázs Attila**

Borító, tördelés: Muszter

Támogatta:



Nemzeti
Népegészségügyi
Program



Országos
Egészségfejlesztési
Intézet