



Mis on HIV ja AIDS?

- ❖ **HIV on viirus, mis suurendab inimese vastuvõtlikkust teistele nakkushaigustele.**

HIV- nakkus on eelkõige nakkus, mis nõrgendab inimese organismi võimet kaitsta end haiguste eest. Inimese organism muutub väga vastuvõtlikuks kõikvõimalikele haigustele (ka sellistele, mida terve immuunsüsteemiga inimesed põevad väga harva ja mille põhjustajateks on suhteliselt ohutud bakterid, seened jmt). Haiguse kulg sõltub sellest, kellelt inimene on nakkuse saanud, millise viirusetüübiga on inimene nakatunud ning tema üldisest tervislikust seisundist.

- ❖ **Õigeaegne HIV ravi tagab täisväärtusliku elu aastateks.**

HIV-i nakatumine ei tähenda veel, et inimene oleks haige. Kui ravi alustatakse õigel ajal ja eluviisid on tervislikud, võib veel aastakümneid hea tervise juures püsida. HIV-nakatunud inimeste ravimiseks kasutatakse antiretroviirusravimeid. Ravi alustamise aeg sõltub inimese enesetundest ja vereanalüüside näitajatest. Ravi aeglustab viiruse paljunemist ja takistab sellega immuunsüsteemi hävitamist. Korrapärase raviga saab organismi nõrgenenud vastupanuvõimet tugevamaks muuta.

- ❖ **HIV- nakkuse viimases faasis kujuneb välja AIDS.**

AIDS ehk HIV- haigus on HIV- nakkuse lõppfaas, mis kujuneb välja kui HI- viirus jääb mingil põhjusel diagnoosimata ja ravita. AIDS ei ole iseseisev haigus, vaid avaldub mitmesuguste harvaesinevate nakkushaiguste ja/või pahaloomuliste kasvajatena. Kuigi HI-viirusega nakatumisest AIDS-i kujunemiseni võib kuluda kümnekond ja isegi enam aastat, ei kao viirus täielikult kunagi.

Kuidas HIV levib?

- ❖ **HIV levib kaitsevahenditeta seksi kaudu.**

Kaitsevahenditeta (kondoomita) seksuaalvahekord nakatunud inimesega on üks peamisi HIV- levikuteid maailmas. Ning seda nii homo- kui heteroseksuaalsetes kontaktides. Eriti suure riskiga on kaitsevahendita vaginaal- ehk tupeseks ja anal- ehk pärakuseks.

- ❖ **HIV levib ühist süstalt kasutades.**

Eriti on ohustatud inimesed, kes süstivad narkootikume eelnevalt kellegi teise poolt kasutatud süstla või nõelaga. Väga ohtlik on ka muu süstimisvarustuse jagamine (nagu ühise filtri kasutamine, ühest anumast narkootikumi süstlasse võtmine jms).

- ❖ **HIV levib emalt lapsele raseduse, sünnituse ja rinnapiima kaudu.**

Ülekandumist emalt lapsele saab ära hoida. Kui kasutada viirusevastast ravi alates raseduse esimesest poolest, võib vastsündinu nakatumisrisk langeda isegi kuni 70%. Last ei tohi toita HIV- positiivse ema rinnapiimaga ja peale sündi saab laps teatud aja vältel viiruse vastast ravi.



Infomaterjal

Kuidas HIV ei levi?

❖ **HIV ei levi õhu kaudu.**

HIV ei levi rääkimisel, laulmisel, köhimisel ega aevastamisel, kuna viirus hävib toatemperatuuril väga kiiresti.

❖ **HIV ei levi vee kaudu.**

HIV ei levi vee ega putukahammustusega. Kartma ei pea ühes basseinis ujumist ega sääsehammustust.

❖ **Keegi ei nakatu HI- viirust kandva inimesega koos töötades või õppides, kallistades, ühest tassist juues, ühist WC-d kasutades.**

Tavalises kodumajapidamises, ühistranspordis ning töö- või koolikeskkonnas toimuvates igapäevastes tegevustes ei ole võimalik HIV-i nakatuda.

HIV- nakkust on lihtne vältida. Kondoom on kõige kindlam kaitsevahend sugulisel teel levivatest haigustest hoidumiseks:

<http://www.durex.com/eeee/products/pages/howtouse.aspx>

KASUTATUD ALLIKAD

<http://www.hiv.ee/et>

<http://www.durex.com/ee-ee/products/pages/howtouse.aspx>

Koostaja: Sisehaiguste kliinik, polikliinilise osakonna (nakkuskabineti) õde, Riin Õitspu
Koostatud: mai 2015