

HIV ve AIDS

İngilizce'deki "Human Immundefekt Virus"ün kısaltılması olan HIV, "İnsanlarda Bağışıklık Sistemini Bozan Virüs" demektir. Adından da anlaşıldığı gibi hiv bir virüstür ve insanın bağışıklık sistemini bozar. HIV bulaşıcı hastalığına yakalanan bir kişi bedeninde herhangi bir HIV belirtisi görmeden ya da hasta olmadan bu virüsle uzun yıllar yaşayabilir. Ancak bir süre sonra virüs insanın bağışıklığını bozmaya başlayınca vücut basit bir hastalığa karşı kendini savunamaz hale gelir.

HIV bulaşmış bir kişiye HIV -pozitif denir. HIV virüsüne kapılan bir kişi ömür boyu bu virüsle yaşamak zorundadır. Bir insanın HIV virüsü taşıyıp taşımadığı ise dış görünüşünden farkedilemez.

HIV belirtileri

HIV hastalığı bulaşan kişilerin yarısından fazlasında hastalık belirtileri hastalığın bulaşmasından bir kaç hafta sonra grip ve benzeri, boğaz ağrısı, yüksek ateş, yorgunluk, baş ve kas ağrıları gibi hastalıklarla görülmeye başlanır. Vücutta kızarıklıklar da çıkmaya başlar. Bu belirtiler geçicidir ve HIV taşıyıcısı kendini kısa bir süre içinde tekrar sağlıklı hissetmeye başlayabilir.

Aylar ya da yıllar sonra yeni belirtiler ortaya çıkmaya başlar. Nedeni belli olmayan ateş, bezlerde şişkinlik, ağızda mantar, zona, ciğer rahatsızlığı, kilo verme ve uzun süreli ishal gibi belirtiler yeniden gelir.

Yukarıda sözü edilen belirtilerin HIV hastalığı dışındaki başka hastalıkların da belirtileri olduğunun altını çizmek gerekiyor.

AIDS nedir?

İngilizce "Acquired Immuno Deficiency Syndrome"nin kısaltılması olan Aids, "Kazanılan Bağışıklık Sistemi Bozukluğu Sendromu" demektir.

AIDS başlı başına bir hastalık değildir, ama HIV taşıyıcısının bağışıklık sisteminin bozulmasıyla hastalığının giderek artması sonucu içinde bulunduğu bir durumdur. Bu hastalıkların tümüne bir dizi ender görülen enfeksiyonlar ve hastalıkların birleşimi de denir. Eğer, HIV -pozitif bir kişi bu belli hastalıklardan birine yakalanırsa, o zaman AIDS hastası olmuş olur.

Bazı HIV hastalarının durumu bir ya da iki yıl içinde AIDS'e dönüşebilir.

Büyük çoğunluğunda ise normalde bu dönüşüm eğer tedavi görmemişse hastalığın bulaşmasından 8-10 yıl sonra gerçekleşir.

AIDS'in ortaya çıkmasıyla verem ve kanser gibi sonradan gelen diğer hastalıkların tedavisi de yapılamaz. Bir çok hasta AIDS'in ortaya çıkmasından bir kaç yıl sonra ölür.

AIDS'ten ölen bir kişi aslında AIDS durumunda ortaya çıkaran diğer hastalıklardan ölmüştür.

Daha önceleri HIV hastalığı taşıyan bir kişi 10-12 yıl gibi bir süre yaşardı, Bugün çok az sayıda kişi AIDS'ten ölüyor. Bu da 90'lı yıllarda geliştirilen yeni kombinasyon tedavisi yönteminin geliştirilmesiyle başarılmıştır. Aynı zamanda ortaya çıkan diğer hastalıklar konusunda da bilgi ve tedavi tecrübeleri kazanıldı.

Bulaştırma

HIV virüsünün HIV bulaşanların bedenlerindeki kan, sperm, cinsel organ akıntısı, ana sütü gibi sıvılarda yoğunlaşması çok yüksek olduğu için bu sıvılardan herhangi birinin bulaşmasıyla HIV pozitif olma riski doğar.

Bulaşım yolları

Cinsel ilişkiler

HIV'in en çok bilinen bulaşma biçimi, prezervatif kullanmadan korunmasız biçimde yapılan cinsel ilişkidir.

Korunmasız biçimde yapılan anal seksin bulaştırma rizikosu oldukça büyüktür. Çünkü buradaki hücre zarları çok ince olduğu için hastalığı kapmak çok daha kolaydır. Cinsel hastalık tedavisi görmediği için örneğin Klamidyoz (klamydia), Genital uçuk (herpes) veya Genital siğil (könsvorter) gibi hastalıklardan dolayı ağrısı olan kişinin korunmasız yapılan bir cinsel ilişkide HIV bulaştırma rizikosu oldukça yüksektir.

Oral yani ağız yoluyla gerçekleşen cinsel ilişkilerde hastalık bulaştırmanın rizikosu ise bilinmiyor. Ancak ağızda cinsel sıvının bulunmasının rizikoyu artırdığı bilinmektedir.

Kan

En büyük bulaşma rizikosu HIV pozitif birinden HIV pozitif olmayan birine kan nakli yoluyla ortaya çıkar. Bu yüzden HIV, aynı şırınganın paylaşılması yoluyla da bulaşabilir. Şırınga ile uyuşturucu kullanımının yaygın olduğu çevrelerde bu yüzden HIV bulaşma riski yüksektir.

AIDS'in pek fazla bilinmediği dönemlerde kan nakli yoluyla bir çok kişiye HIV virüsü bulaşmıştır. Ancak artık Danimarka gibi sağlık sisteminin modern olduğu ülkelerde kan nakli yoluyla HIV bulaşması riski bulunmamaktadır, zira tüm kanlar HIV testine tabi tutulmaktadır.

Anneden çocuđa

HIV virüsü anneden çocuğa hamilelik ve doğum esnasında, ve doğum sonrasında da anne sütü yoluyla bulaşabilir. Anneden çocuğa en büyük bulaşma riski doğum esnasında ortaya çıkmaktadır. Hamilelik ve lohusalık döneminde de emzirme yoluyla HIV bulaşabilir. Anneye uygulanan ilaç tedavisi veya sezaryenle doğum anneden çocuğa HIV bulaşma riskini hissedilir derecede azaltabilir. HIV pozitif anne adıyla hamileliklerinin dördüncü ayından itibaren ilaç tedavisi olanağı sağlanmaktadır. Danimarka'da HIV pozitif annelerin çocuklarını emzirmemeleri istenir.

HIV nasıl bulaşmaz

- HIV pozitif kişilerle günlük sosyal ilişkiler yoluyla HIV bulaşmaz.
- HIV sarılma, öpüşme ve okşama yoluyla bulaşmaz.
- HIV aynı tuvalet veya banyoyu kullanmamakla bulaşmaz.
- HIV su yoluyla, örneğin yüzme havuzunda bulaşmaz.
- HIV, HIV pozitif kişilerin hazırladıkları yemekleri yemekle bulaşmaz
- HIV öksürme veya hapşırma yoluyla bulaşmaz.
- HIV böcek ısırması veya sokması yoluyla bulaşmaz.

Hiv-testi

Uzun yıllar bilmeden veya herhangi bir etkisini hissetmeden, HIV'i takip eden hastalıklar ortaya çıkıncaya kadar, HIV pozitif olarak yaşanabilir. HIV pozitif olup olmadığını anlamanın en kolay yolu bir HIV testi yaptırmaktır. HIV testi kanda HIV virüsüne karşı antimatde oluşup oluşmadığını, oluşmuşsa kanda HIV virüsü bulunduğunu ortaya çıkaran bir kan tahlilidir.

HIV testi, bulaşma rizkine maruz kaldıktan üç ay sonra yaptırılırsa kesin bir sonuç verir. Test sonucunun kesin olmasının nedeni kanda ölçülebilecek miktarda antimaddenin üç ay sonunda yeterli miktara ulaşmasıdır. Test sonuçları bir hafta sonra alınır.

Kimler?

Danimarka Parlamentosu AIDS'e karşı alınacak önlemlerin gönüllülük ilkesine dayanmasına karar vermiştir. Herkes bedava HIV testi yaptırabileceği gibi isterse anonim olarak da HIV testi yaptırabilir. Danimarka'ya gelen sığınmacılara da HIV testi olanağı verilir, ancak bu kişilerin de bu testi yaptırıp yaptırmamaları kendi isteklerine bağlıdır.

Anonim olarak test yaptırmak demek isim, adres ve cpr numarası bildirmeden veya başka bir belge göstermeden test yaptırmak demektir. Kendi aile doktorunuzda HIV testi yaptırıyorsanız anonim

olamazsınız. Anonim olarak test yaptırmak isteyenler bir hastaneye başvurmalı ya da kendi doktorlarının dışında bir doktorda bu testi yaptırmalıdır.

Her durumda test ücretsizdir, ancak kendi doktorundan başka bir doktora testi yaptıranlar vizite ücreti ödemek zorunda kalabilirler. Anonim test yapılırken testin kime ait olduğundan emin olmak için bir kod adı kullanılır.

Bazı durumlarda HIV testi zorunluluğu vardır. Kan vermek isteyenler, organ bağışında bulunmak isteyenler veya sun'î dölleme için sperm, emzirenler için süt verecek olanlar, evlat edinecek olanlar ve yumurta nakli yaptıracak olanlardan HIV testine tabi tutulmaları istenir.

Bazı emeklilik kasaları da üye kabulünde HIV testi şartı aramaktadırlar.

Nerede?

HIV testi aile doktorunda, başka bir doktorda, cilt ve cinsiyet hastalıkları kliniklerinde ve hastanelerin HIV tarama kliniklerinde yaptırılabilir.

Var mı, yok mu?

HIV testi yaptırmak isteyenler hoş olmayan bir sonuçla karşılaşabileceklerine hazırlıklı olmalıdırlar. Bazı insanlarda HIV pozitif olduğunu bilmek ciddi bir ruhsal yük oluşturmaktadır. HIV testi yaptırmamanın avantajı ise HIV durumunu bilmek ve herhangi bir yanlış tedaviye maruz kalmaktan kurtulmaktır. HIV ile ilgili olduğu bilinmeyen bazı rahatsızlıklara yanlış tedavi uygulandığı örnekleri görülmüştür.

HIV pozitif kişilerin kontrolü düzenli olarak yapılmaktadır. HIV pozitif olan kişiler ne kadar erken tedaviye başlarsa o kadar iyi sonuç alınır.

Tedavi

HIV virüsüne karşı bir aşı bulunmamaktadır. Ayrıca HIV virüsünü vücuttan uzaklaştıran bir ilaç da bulunmamaktadır. 1996 yılında bu yana Danimarka'da, Kombinasyon tedavisi adı verilen ve üç dört değişik ilacın bir arada kullanılmasına dayanan oldukça etkili bir HIV tedavisi uygulanmaktadır.

Kombinasyon tedavisi ile virüsün vücutta yayılmasının engellenmesi ve zayıf düşen bağışıklılık sisteminin yeniden oluşması amaçlanmaktadır.

HIV pozitif bir kişinin bağışıklık sistemi normal hale gelince bu kişinin daha uzun süre yaşaması mümkündür, zira ölümcül olabilecek enfeksiyon ve HIV'ı takip eden hastalıklara yakalanma riski de azalır.

Kombinasyon tedavisi HIV pozitif kişilerin çoğuna daha uzun ve daha kaliteli bir yaşam olanağı sağlar, ancak bu tedaviden yararlanamayan bir çok kişi de bulunmaktadır. Bazıları, ishal, yorgunluk, bulantı ve yağ paylaşım bozukluğu gibi yan etkilerinden dolayı tedaviden yarar sağlayamazlar. Bazıları ise tedaviye karşı direnç oluştururlar.

Kombinasyon tedavisi virüsü ortadan kaldırmadığı, sadece oluşum hızını yavaşlattığı için bu tedavi ömür boyu devam eder. Tedavinin uzun vadede etkileri bilinmemektedir, ancak HIV bulaşan kişilerin yaşamını oldukça uzatmaktadır.

Kombinasyon tedavisi – Ne zaman ve nerede?

HIV pozitif olduğu tespit edilen kişilere ücretsiz kombinasyon tedavisi hakkı tanınmaktadır. Bulaşmanın tespitinden kombinasyon tedavisinin başlamasına kadar uzunca bir süre geçer. Kombinasyon tedavisinin ne zaman başlayacağına doktorların karar vermeleri için bazı kriterler belirlenmiştir. Ancak bağışıklık sisteminin ciddi hastalıklara neden olacak kadar zayıflamasını beklemeden tedaviye başlamak önem taşımaktadır.

Danimarka'da 8 hastanede kombinasyon tedavisi sunulmaktadır. Hastanelerde her üç ayda bir kontrol yapılır. Kontrollerde kandaki HIV virüs miktarı kontrol edilir ve doktorla birlikte en uygun ilaca karar verilir.

PEP

Post Exposure Profylakse – PEP, HIV bulaşma olasılığına maruz kalındığı düşünülen olaydan sonra en geç 24 saat içinde başlayan kombinasyon tedavisine verilen addır. Bu tedavi ile virüsün çoğalmasının engellenmesi amaçlanmaktadır. PEP bir ay uygulanır.

PEP tedavisinden faydalanmak için bazı şartların oluşması gerekmektedir.

Bunlar:

- Önceden HIV pozitif olduğunun bilinmemesi
- Partnerin HIV pozitif olması veya olması için büyük olasılık bulunması
- HIV pozitif olan biriyle önlemsiz cinsel ilişkide bulunulması
- Örneğin bir şırınga batması gibi bir kaza sonucu HIV bulaşması riskinin bulunması

Yukarıdaki maddeler PEP tedavisine başlamak için gerekli olan ön şartlardır. PEP tedavisinin başlayıp başlamayacağına her zaman

doktor karar verir. PEP tedavisinden yararlanmak için HIV pozitif kişilerin tedavisini yapan hastanelere başvurmak gerekmektedir.

PEP tedavisinin önlem olarak değil, sadece çok acil durumlarda başvurulacak bir tedavi olduğunun altını çizmek gerekiyor. Bunun nedeni ise tedavinin etkilerinin bilinmemesi ve yan etkilerinin çok şiddetli ve rahatsız edici olabileceğinin bilinmesidir.

Danışma

HIV pozitif olmak çok ağır ruhsal ve fiziksel yük oluşturur. Bu yüzden bir çok kişi bu konuda konuşacak birine ihtiyaç duyar. Bu yüzden hem HIV pozitif olanlar hem de yakınları için başvurulabilecek danışma olanakları vardır.

HIV-Danmark, Positivgruppen og Lysthuset gibi kuruluşlar Kopenhag, Århus, Odense, Vejle og Aalborg şehirlerinde danışma hizmetleri vermektedirler. AIDS-Linien HIV ve AIDS hakkında bilgi alınabilecek telefon danışma hizmetidir.

Bulaşmadan kaçınmanın yolları

HIV/AIDS tedavisi tamamen iyileşmeyi beraberinde getirmez, bu yüzden bulaşmadan kaçınmak önemlidir.

HIV; kan, sperm, cinsel organ akıntısı ve ana sütü yoluyla bulaşır. Ter ve tükürük gibi diğer vücut salgıları bulaşmaya neden olacak miktarda Hiv virüsü içermedikleri için bulaşma bu yolla gerçekleşmez.

Güvenli sex

HIV genellikle cinsel yollarla virüs taşınması sonucu bulaşır. Cinsel yolla HIV bulaşmasından korunmanın en iyi yolu güvenli seks yapmaktır. Bundan anlaşılana ise prezervatif ya da femidom kullanarak cinsel ilişkide bulunmaktır.

Prezervatif & femidom

Prezervatif erkek cinsel organına takılan bir kılıftır. Erkeğin boşalmasından sonra kondom spermi içinde tutarak kadının cinsel organına yayılmasını önler. Prezervatif eczane, büfe ve marketlerden satın alınabilir.

Femidom ise kadınların kullandığı, eczanelerden satın alınabilen bir tür prezervatiftir. Latex adlı maddeden yapılan femidom her iki ucunda (bir içte, bir dışta) halka olan bir kılıftır. İç halka femidomu kadın cinsel organına doğru olarak yerleştirilmesini sağlar. Dış halka ise açık olan kısımdır ve kadın cinsel organının dışında bulunur. Femidom da spermin kadın cinsel organına girmesini engelleyen bir tür prezervatiftir.

Femidom ve prezervatifler HIV ve AIDS'e karşı korunma sağlamalarının yanı sıra istenmeye gebelik ve başka bir çok cinsel yolla bulaşan hastalığın bulaşmasını da engellerler. Pessar, doğum kontrol hapları ve spiral sadece istenmeyen gebeliklere karşı korurken HIV ve AIDS'e karşı korumazlar.

Kullanılmış şırıngayı asla kullanmayın

HIV ayrıca kullanılmış şırıngalar yoluyla da bulaşır, zira şırınganın iğnesinde HIV içeren kan kalıntıları bulunabilir. Bu yüzden şırınga paylaşılmamalıdır.

Anneden çocuğa bulaştırmaktan kaçının

HIV pozitif olan ve hamile olan kadınların doğacak çocuklarına HIV bulaştırmamak için almaları gereken bazı önlemler vardır. Hamilelik esnasında tedavi altında bulunulmalı, sezaryenle doğum yapılmalı ve çocuk emzirilmemelidir.

HIV pozitif olan kişiler hamile kalırlarsa hemen hastaneye başvurmalıdırlar.

Daha fazla bilgiye ihtiyacımız vardır

HIV/AIDS hakkında çok az bilgisi olan insan sayısı çok fazladır. Bu yüzden HIV pozitif kişiler hem ölümcül bir hastalıkla mücadele etmek hem de dışlanma ve izolasyon korkusuyla yaşamak durumundadırlar.

AIDS fonu tarafından yapılan bir araştırma HIV pozitif olan her beş kişiden birinin en yakın aile üyelerine bile HIV durumlarından bahsetmediklerini ortaya koymuştur. Dışlanmaktan korkan yüzde 41,9'luk bir grup ise işyerinde HIV pozitif olduklarını söylememişlerdir.

HIV pozitif olan kişilerin korkularında haklı olduğunu gösteren bir çok neden vardır. Sonar araştırma şirketi tarafından AIDS fonu için yapılan bir araştırma ise Danimarka halkının yüze 20'sinin HIV pozitif olan kişilerle bir araya gelmek istemediklerini ortaya koymuştur, yüzde 44'lük bir grup ise HIV pozitif bir kişiye dokunmak istemediğini dile getirmiştir.

HIV normal sosyal ilişki ve dokunma yolu ile bulaşmaz, bu yüzden halkın bu korkusu yersizdir. Bu korku bilgisizliğin, bilgi eksikliğinin ve hastalık ve hastalığın bulaşma yolları hakkında yanlış bilgilendirilmenin ifadesidir.

Bilgi eksikliği önyargıların oluşmasının en tipik nedenidir. Genellikle en az bildiğimiz şeylerden korkarız. Bu korku HIV pozitif kişilerin maruz kaldıkları kabul edilemez bir ayrımcılığa neden olmaktadır.

Önyargıları ve ayrımcılığı ortadan kaldırmanın en iyi yolu HIV ve AIDS hakkında daha fazla bilgilenmekten geçmektedir. Daha fazla bilgilendirme hastalık hakkındaki bilgi ve anlayışı arttıracak ve halkın bu hastalığa karşı ve bu hastalıkla yaşayan kişilere karşı olan tutumunu değiştirecektir.

Bilgi en iyi önlemdir. Ne kadar bilgi sahibi olursak kendimizi ve birbirimizi korumamız o kadar kolay olur