



HIV INFЕКCIJA – TAS TEV IR JĀZINA!



Informatīvs materiāls
jauniešiem par HIV infekciju,
profilaksi un diagnostiku



HIV - KĀPĒC AKTUĀLI?



Eiropā
aptuveni **12%**
no visiem HIV
saslimšanas
gadījumiem tiek
reģistrēti
iedzīvotājiem
vecumā no 15 –
24 gadiem.



Latvijā gandrīz
katrs trešais
HIV inficētais
ir jauniešs
vecumā no 15 – 29 gadiem*!



Tu vari sevi pasargāt no inficēšanās ar HIV!

Kā? Uzzini to šajā bukletā!

HIV - VĪRUSŠS UZ MŪŽU!

HIV ir cilvēka imūndeficīta vīruss, kas izraisa pastiprinātu organisma imūnsistēmas novājināšanos, iznīcinot asins šūnas, kas atbild par imunitāti. HIV infekcijas gala rezultātā uz novājinātu organisma aizsargspēju fona attīstās imūndeficīta sindroms jeb AIDS.



HIV infekcija attīstās lēni un tā var būt nemanāma daudzus gadus – vīrusa iekļūšana organismā var ilgt no diviem līdz pat sešiem mēnešiem, savukārt cīņa starp cilvēka imūnsistēmu un HIV var ilgt pat 6 – 12 gadus, turklāt cilvēks šajā laikā jūtas un izskatās vesels.



Nem vērā, ka
**HIV infekcija, vienreiz iegūta,
organismā saglabājas visu mūžu.**

KĀ VAR INFICĒTIES AR HIV?

Latvijā katru gadu ar HIV inficējas aptuveni 300 cilvēki. Vairāki tūkstoši nemaz nenojauš, ka ir HIV inficēti!

Ar HIV var inficēties:

1.  **Dzimumakta laikā ar inficētu personu, ja netiek lietots prezervatīvs.**

HIV var tikt pārņemts gan heteroseksuālos, gan homoseksuālos dzimumkontaktoos. Turklāt HIV var iegūt gan orālā, gan vaginālā un anālā seksa laikā!

2.  **No inficētām asinīm un citiem bioloģiskiem šķidrumiem, ja tie satur asinis.**

Piemēram:



Lietojot kopīgus injicēšanās piederumus – narkotiku injicēšana ir otrs izplatītākais HIV inficēšanās cēlonis;



Veicot skaistumkopšanas procedūras, ja nav pareizi sterilizēti instrumenti;



Medicīnisku manipulāciju laikā, ja nav pareizi sterilizēti instrumenti – akupunktūra u.c.

3.  **HIV infekcija var tikt nodota no mātes bērnam grūtniecības, dzemdību vai zīdīšanas laikā.**

KĀ NEVAR INFICĒTIES AR HIV?

Būt informētam nozīmē būt brīvam no aizspriedumiem – uzticies faktiem, nevis mītiem!

Ar HIV nevar inficēties:



HIV PROFILAKSE – TU VARI SEVI PASARGĀT!

Tu, iespējams, domā, ka HIV neattiecas uz Tevi, bet atceries: **HIV nešķiro – tas attiecas uz ikvienu!** Esot informēts un ievērojot noteiktus profilakses pasākumus, Tu vari sevi pasargāt no inficēšanās ar HIV!

1. **Lieto prezervatīvu**, it īpaši, iesaistoties gadījuma dzimumsakaros vai bieži mainot partnerus. Prezervatīvs ir vienīgais kontracepcijas līdzeklis, kas pasargā no inficēšanās ar HIV un citām seksuāli transmisīvajām infekcijām.



2. Veic skaistumkopšanas procedūras (pīrsings, tetovējumi, skarifikācija) vietās, kur ir iespējams pārliecināties par higiēnas prasību ievērošanu. Atceries, ka tev ir tiesības pieprasīt, lai adatu no vienreiz lietojamā iepakojuma atver tavā acu priekšā.



3. Nelieto kopīgus injicēšanās piederumus (šļirces un adatas). Saki **NĒ** narkotikām.



4. Regulāri pārbaudi savu veselību – veic HIV testu!



! Atceries, ka HIV infekciju var iegūt no viena vienīga dzimumkontakta ar HIV inficētu personu!

KĀ PAREIZI LIETOT PREZERVATĪVU?

PREZERVATĪVS ir vienīgais kontracepcijas līdzeklis, kas pasargā no inficēšanās ar HIV un citām seksuāli transmisīvajām infekcijām.

Tomēr ņem vērā, ka tas Tevi pasargās tikai tad, ja lietosi to pareizi!

1. Pārliecinies, vai prezervatīvam nav beidzies derīguma termiņš un tā iesaiņojums nav bojāts. Nedrīkst lietot prezervatīvu, ja tas ir sažuvis vai pārlieku lipīgs, mainījies vai kļuvusi nevienmērīga tā krāsa. Neatver prezervatīva iepakojumu ar šķērēm vai zobiem.



2. Prezervatīvs jāuzvelk tūlīt pēc tam, kad dzimumloceklis ir piebriedis un pirms jebkādas saskares ar partnera dzimumorgāniem.



3. Saspied prezervatīva galu, lai veidotos spermas rezervuārs. Norullē prezervatīvu līdz galam uz dzimumlocekļa erekcijas stāvoklī.



4. Izlietoto prezervatīvu aizsien, lai sperma neizlītu. Ietin papīrā un izmet. Nemet to tualetes podā vai vietās, kur to varētu atrast citi cilvēki!



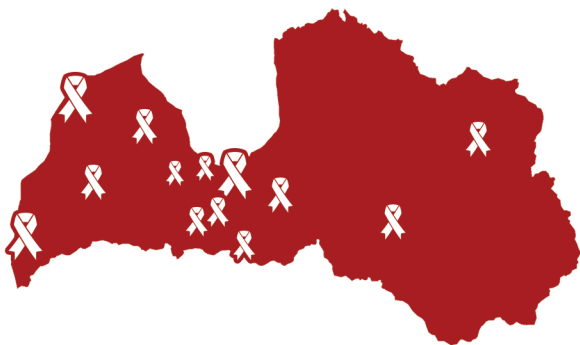
5. Atceries – katru prezervatīvu drīkst lietot tikai vienu reizi!

! Uzglabā prezervatīvu droši! Neglabā to makā, kabatā vai citās vietās, kur tas var tikt bojāts.

ZINI SAVU HIV STATUSU!

HIV tests ir asiņu pārbaude, kuras mērķis ir noskaidrot, vai cilvēks ir inficējies ar HIV. HIV eksprestestu ieteicams veikt reizi gadā, ja esi seksuāli aktīvs vai Tev ir bijusi saskare ar inficētām asinīm un citiem bioloģiskiem šķidrumiem, kas satur asinis.

HIV eksprestestu bezmaksas vari veikt HIV profilakses punktos visā Latvijā! Sev tuvāko HIV profilakses punktu meklē www.spkc.gov.lv sadaļā „HIV profilakse”.



Asinis izmeklēšanai uz HIV var nodot arī jebkurā laboratorijā Latvijā ar ģimenes ārsta nosūtījumu (maksājot pacienta iemaksu) vai bez ārsta nosūtījuma (maksas pakalpojums).

PROCEDŪRA IR ANONĪMA UN KONFIDENCIĀLA!

- ❗ **HIV eksprestestu bez vecāku piekrišanas**
- **vari veikt arī tad, ja Tev vēl nav 18!**

HIV nešķiro TAS ATTIECĀS ARĪ UZ TEVI!



UZZINI VAIRĀK



www.spkc.gov.lv
(sadaļā "HIV profilakse")



Tālrunis uzziņām:
67298080

(SPKC HIV/AIDS
konsultāciju kabinets)



HIV/ AIDS simbols visā pasaulē ir sarkanā lentīte. Tā simbolizē sapratni, līdzcietību un morālu atbalstu!

Informatīvais materiāls sagatavots Slimību profilakses un kontroles centra informatīvās kampaņas „HIV nešķiro – tas attiecas arī uz Tevi!” ietvaros



Slimību profilakses un
kontroles centrs