

Pieņemt realitāti – HIV attiecas uz ikvienu

HIV infekcija jau kādu laiku no biedējošas slimības ir kļuvusi par labi ārstējamu un kontrolējamu hronisku slimību. Arī Latvijā. Ar nosacījumu, ja tā atklāta laikus. Bet laikus atklāt slimību iespējams tikai regulāri veicot HIV testus. Ikvienam cilvēkam, īpaši seksuāli aktīvos gados. Diemžēl visai liela daļa Latvijas iedzīvotāju to īsti neapzinās. Aizspriedumi, norobežošanās (“tas uz mani neattiecas”) aizvien ir spēcīgāki par vienkāršu, bet efektīvu rīcību savas veselības labā. Gribu uzsvērt – mēs esam sabiedrība, kurā ir daudz cilvēku, kuri dzīvo ar HIV. HIV mūsu valstī jau sen vairs nav nekāda retā slimība, tikai diemžēl Latvijā katrs trešais cilvēks, kuram ir HIV, par to nezina un pat nenojauš.

Cilvēka imūndeficīta vīrusa jeb HIV (*Human Immunodeficiency Virus*) testi ir ļoti būtiski, jo nodrošina agrīnu infekcijas diagnostiku. Jo agrīnāk slimība atklāta, jo mazāk tā skārusi cilvēka organismu, ir labāki sagaidāmie ārstēšanas rezultāti un dzīves kvalitāte. Ārstēt HIV infekciju (izārstēt to nav iespējams) ar efektīvu medikamentu palīdzību iespējams praktiski jebkurā situācijā.

Svarīgākais – laikus uzsākta ārstēšana

HIV ietekmē cilvēka imūno sistēmu. Piemēram, cilvēks, kuram HIV infekcijas atklāšanas brīdī imunitāte vēl nav pazemināta un kurš savlaicīgi uzsāk pretvīrusu terapiju, dzīvos pilnvērtīgu dzīvi un tās ilgums, visticamāk, būs tikai par kādiem 3 gadiem mazāks nekā cilvēkam bez šīs slimības. Savukārt cilvēkam, kuram novēlotas diagnostikas dēļ imunitāte ir būtiski pazemināta, risks, ka slimība gada laikā progresēs, parādīsies nopietnas un pat dzīvībai ļoti bīstamas blakusslimības (tajā skaitā onkoloģiskas), desmitkārtšojas. Secinājums ir viens un nepārprotams – agrīnāka diagnostika nozīmē labākus veselības iznākumus. Proti, jau pirmajās akūtas infekcijas dienās inficēta cilvēka organismā sāk veidoties tā saucamā vīrusa slodze, kuru vislabāk iespējams samazināt, iespējami laicīgi uzsākot terapiju. Cilvēkam nesaņemot ārstēšanu, šī slodze pakāpeniski pieaug, tāpēc novēlots terapijas sākums nozīmē ilgāku un lēnāku atlabšanu – slimības gaita un ārstēšana šādos gadījumos ir sarežģītāka. Savukārt pilnībā neārstētam pacientam HIV infekcijas gala stadija jeb AIDS (*Acquired Immunodeficiency Syndrome*) attīstās vidēji 8–10 gadu laikā pēc inficēšanās. Diemžēl Latvijā vēl aizvien būtiska daļa jaunatklāto HIV infekcijas gadījumu tiek diagnosticēti vēlīni – jau ar kādu no AIDS stadijas pazīmēm un mazu imūnšūnu skaitu.

Mazināta vīrusa izplatība

Savlaicīga testēšanās ir būtiska vēl arī no cita aspekta. Cilvēks, kurši ilgstoši dzīvo ar neārstētu HIV infekciju, kļūst aizvien vairāk inficēz. Turklāt HIV infekcija nereti var noritēt slēpti pat gadus desmit un vairāk. Šādi, ilgstoši nezinot par savu inficēšanos ar HIV, cilvēks, iespējams, ir mazāk piesardzīgs seksuālajās attiecībās un tādējādi, pats to negribēdams, inficē savu partneri. Savlaicīgāk konstatējot šo slimību, risks tiek mazināts arī līdzcilvēkiem. Proti, ārstējot cilvēku, kurš dzīvo ar HIV, terapija darbojas arī kā profilakse. Tāpēc, pat būdams HIV pozitīvs, cilvēks citus inficēt nevar – ja vīruss tiek iznīcināts asinīs, tā nav arī citos cilvēka bioloģiskajos, tajā skaitā seksuālajos šķidrums. Šādā situācijā HIV pozitīvs cilvēks nevar “nodot” vīrusu HIV negatīvam partnerim arī tad, ja seksuālo attiecību laikā netiek lietots prezervatīvs – to pierāda pārliecinoši un ilgstoši klīniskie pētījumi.

Kas cilvēkus attur veikt HIV testu?

Mana profesionālā pieredze rāda, ka nevēlēšanās veikt HIV testu sakņojas dziļā iekšējā pārliecībā un nezināšanā. Pirmkārt, cilvēki nenovērtē inficēšanās risku un nesaista savu uzvedību ar to, un tādi ir arī viņu partneri. Otrkārt, sabiedrības ievērojamas daļas norobežošanās no šīs infekcijas ir radījusi lielu zināšanu trūkumu par šo slimību – cilvēki nav gājuši pārbaudīties, kamēr jūtas labi, vienkārši nezina, kā notiek inficēšanās, kā vīruss uzvedas cilvēka organismā un kādu ietekmi atstāj. Treškārt, ir daļa, kas baidās uzzināt patiesību, jo viņiem ir aizdomas, ka varētu būt inficējušies, bet iekšēji to noliedz – negrib domāt par sliktām lietām.

Un tomēr man subjektīvi šķiet, ka situācija ļoti lēni, bet tomēr mainās uz labu. Vēl pirms kādiem gadiem, manuprāt, bija lielāks HIV testu noliegums un noraidoša attieksme pret tiem. Tagad ir mazākas diskusijas un lielāka izpratne – tā teikt, kas jādara, jādara.

Kā rīkoties?

Noteikti veikt HIV testu reizi gadā. Īpaši jauniem, seksuāli aktīviem cilvēkiem. Ja bijusi kāda nedroša intīmo attiecību epizode vai negadījums, piemēram, plīsis prezervatīvs, tests jāveic vēl biežāk.

Es ieteiktu runāt ar savu ģimenes ārstu vai ginekologu, urologu vai dermatologu un lūgt nosūtījumu. Protams, šaubu brīžos var palīdzēt arī kāda cita – zināma un uzticama – ārstniecības persona, kura var atbalstīt un iedrošināt. Testus iespējams veikt ne tikai laboratorijās, bet arī bez maksas, konfidenciali un anonīmi [HIV profilakses punktus](#) visā Latvijā.

Nereti cilvēki domā, ka ilgstošās partnerattiecībās inficēties nav iespējams. Monogāmas attiecības vai mazāks partneru skaits nenoliedzami mazina inficēšanas risku, tomēr pastāv iespēja inficēties arī stabilās partnerattiecībās. Kāpēc? Partneris, pats to nemaz nezinot, var būt inficējies iepriekšējā dzīves posmā kopdzīvē ar citu cilvēku vai arī tomēr viņam paralēli ir citas attiecības. Bet viennozīmīgi – lielāks partneru skaits ir tieši saistīts ar lielāku riska iespējamību. Tāpēc būtu labi HIV testu veikt abiem partneriem pirms attiecību uzsākšanas – ar noskaidrotu HIV statusu un gūtu pārliecību, ka abi ir brīvi no HIV infekcijas.

Vēl jo vairāk HIV testu svarīgi veikt ikvienam tāpēc, ka Latvijā sen jau vairs nav tādu īpašu dominējošu HIV riska grupu – injicējamo narkotiku lietotāji, homoseksuāli vīrieši un seksuālo pakalpojumu sniedzēji. Infekcija ir skārusi visus sabiedrības slāņus un abus dzimumus, lielā mērā izplatoties tieši heteroseksuālo attiecību ceļā. Mums ir gan HIV pozitīvas jaunās māmiņas, gan sievietes menopauzes vecumā, gan bērni.

Mans cienījamais kolēģis infektologs Pauls Aldiņš mēdza bieži uzsvērt, ka HIV testus nekad nav iespējams veikt par daudz, to var darīt tikai par maz. Un Latvijā mēs to darām par maz. Daudz par maz. Tāpēc – HIV tests reizi gadā ir svarīgs ikvienam attiecībās esošam cilvēkam. Šaubu, aizdomu vai simptomu gadījumā – vēl biežāk.

Raksts tapis Slimību profilakses un kontroles centra īstenotās sabiedrības informēšanas kampaņas [“Vai viss ir tik labi, kā izskatās? Veic HIV testu!”](#) ietvaros.