

## **HIV tests – “laimīgi nezinot”, iespējams palaist garām ceļazīmi uz pilnvērtīgu dzīvi**

*Ir jāsaprot, ka HIV testēšanās attiecas uz ikvienu. Latvijā jau sen vairs nav tādu konkrētu HIV infekcijas riska grupu – piemēram, injicējamo narkotiku lietotāji, vīrieši, kuriem ir sekss ar vīriešiem u. c. Robežas starp inficēšanās riskam vairāk vai mazāk pakļautām sabiedrības grupām šobrīd ir visai nosacītas, tāpēc zināt savu HIV statusu ir svarīgi katram seksuāli aktīvam cilvēkam, neatkarīgi no vecuma, dzimuma, seksuālās orientācijas. Protams, jaunieši ir seksuāli aktīvāki, attiecības ir viņu dzīves fokusā, tāpēc viņiem ir arī lielāka inficēšanās iespēja, taču tas nenozīmē, ka cita gadagājuma cilvēki būtu pasargāti. Ir svarīgi uzrunāt savu ģimenes ārstu un lūgt nosūtījumā uz laboratoriju līdz ar citām analīzēm “atzīmēt” arī HIV, ja ārsts to līdz šim nav piedāvājis. “Automātiski” pilnās asinsainas ietvaros HIV analīzes netiek veiktas.*

HIV mūsdienu Latvijā ir salīdzinoši bieži sastopama slimība, tāpēc jo labāk zināsim savu HIV statusu, jo drošāk varēsim justies gan kā indivīdi, gan kā sabiedrība kopumā. Arī jauno slimības gadījumu kopumā būs mazāk. Galvenais ir testēties, neierauties sevī un nemocīties minējumos. Tests sniedz skaidrību – jā, retos gadījumos, skarbu un ļoti nepatīkamu, bet vienlīdz arī palīdz nenokavēt iespēju laikus uzsākt ārstēšanos un dzīvot pilnvērtīgu dzīvi.

Diemžēl Latvijā mēs apmēram trešdaļā gadījumu HIV infekciju diagnosticējam novēloti – tikai tad, kad parādījušies simptomi. Ideāli būtu, ja visi cilvēki, kuri inficējušies ar HIV, par savu diagnozi uzzinātu agrīnā bezsimptomu stadijā. Sākotnējie HIV simptomi ir ļoti nespecifiski un īslaicīgi – saaukstēšanās, nogurums, temperatūra. Tie var būt vērojami īsu brīdi, pēc tam slimība ilgstoši (8, 10 un pat 15 gadus) “ieiet” klusējošajā stadijā līdz brīdim, kad uz imūnsistēmas nomākuma fona parādās citas nopietnas slimības (tuberkuloze, audzēji, sēnīšu infekcijas u. c.) un smagas veselības problēmas. Tāpēc HIV tests reizi gadā ir labākais veids, kā pārlicināties, ka esam no šīs infekcijas brīvi, kā arī nodrošināt sev pilnvērtīgu dzīvi arī inficēšanās gadījumā.

***Mans aicinājums veikt HIV testu neliecina par aizdomām, ka pacients uzvedies “slikti”***

Skumji, bet mēs aizvien kā sabiedrība par HIV domājam kā par nelabvēlīgu vai nepareizu diagnozi, stigmatizējam cilvēkus ar šo infekciju, tāpēc, piedāvājot veikt HIV testu, es visiem pacientiem uzsveru, ka šis tests ir norma, tāpat kā visas pārējās profilaktiskās analīzes, un mans aicinājums neliecina par “sliktiem pieņēmumiem vai aizdomām”. Tāpat skaidroju, ka slimība, kaut arī nav izārstējama, ir efektīvi ārstējama. Lietojot terapiju katru dienu mūža garumā, HIV pozitīvs cilvēks var nodzīvot tikpat ilgu

dzīvi kā visi pārējie. Galvenais, ka slimība ir diagnosticēta, un tās ārstēšana uzsākta agrīni, neļaujot HIV infekcijai progresēt. Lietojot medikamentus, uzraugot vīrusa slodzi un samazinot to līdz nenosakāmam līmenim, HIV pārstāj cirkulēt asinīs, un cilvēks vairs nav inficēts, tātad nevar inficēt citus.

Ja tomēr ir vēlme HIV testu veikt, neiesaistot ģimenes ārstu un negribot, lai viņš uzzina par tā rezultātiem, tad iespējams doties uz [HIV profilakses punktiem](#) (HPP), kas atrodas vairākās Latvijas pilsētās un izmanto bezmaksas pārbaudes iespējas. Vai arī veikt asins analīzes bez ārsta nosūtījuma par salīdzinoši pieņemamu maksu (aptuveni 10 EUR) jebkurā laboratorijā. Tikai jāsaprot, ka HPP veiktā eksprestesta sākotnējā pozitīvā atbilde vēl nav inficēšanās fakta simtprocentīgs apstiprinājums – tam nepieciešamas analīzes laboratorijā. Saņemot HPP pozitīvu eksprestesta rezultātu – cilvēks paātrinātā kārtā tiks nosūtīts uz pārbaudēm pie infektologa. HIV diagnoze tiek noteikta tikai tad, ja pozitīvus HIV infekcijas rezultātus uzrāda Latvijas Infektoloģijas centra references laboratorijā veiktās analīzes.

### *Jautā nosūtījumu uz testu ģimenes ārstam*

Tīri cilvēcīgi – slodzes un laika limita dēļ – ārsts var nepiedāvāt HIV testu. Diemžēl pacienti paši par šo iespēju veikt HIV analīzes runā visai reti. Pēdējā laikā man praksē ir bijuši divi šādi gadījumi – vienā gadījumā tā bija medicīnas māsa, kura savas profesionālās darbības dēļ gribēja pārliecināties, ka viss kārtībā. Otrs – puisis, kurš bija dzirdējis par šādu iespēju un vēlējās uzzināt savu HIV statusu. Profilaktiski piedāvāju veikt HIV testu gadījumos, kad ir kādi neskaidri simptomi un sūdzības, reizēm – arī tad, kad tādu nav vispār, bet profesionālā intuīcija mudina to darīt. Šķiet, atteicies ir tikai viens cilvēks. Pārējie ir piekrituši. Gribu uzsvērt, ka ģimenes ārsts aiz muguras “pa kluso” bez pacienta ziņas HIV analīzi nekad nenožīmēs – vienmēr ir vajadzīga konkrētās personas piekrišana (tiesa gan, tikai mutiska).

### *Galvenais – runāt*

Es domāju, tas patiesībā būtu tikai normāli, ja mēs neļautos “karstam” *Tindera* randiņam, nenoskaidrojuši, vai partneris zina savu HIV statusu. Arī tuvu attiecību sākumā tas noteikti būtu vēlamais solis, lai abi partneri sāktu no “baltas lapas” – ar pilnīgu skaidrību par savu HIV statusu. Tad mums nebūtu tādu gadījumu, kad sievietes par inficēšanos ar HIV uzzina grūtniecības laikā – vienā no tiem retajiem gadījumiem, kad HIV pārbaudes ir obligātas. Tās ir smagas situācijas, kad prieku par gaidāmo bērnu aizēno jautājums – kurš kuru inficēja?

Jo skaidrāk zināsim savu statusu, jo labāk. HIV tests reizi gadā – tam vajadzētu kļūt par pašsaprotamu un vienkāršu rutīnu, līdzīgi citām veselības pārbaudēm. Šādas regulāras pārbaudes pasargās mūs no situācijām, kad ar infekciju “laimīgi nezinot” tiek nodzīvoti gadi desmit vai inficēts kāds tuvs cilvēks (vai vairāki partneri).

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

Informāciju par sev tuvāko HIV profilakses punktu meklē:  
<https://www.spkc.gov.lv/lv/atrodi-sev-tuvako-hiv-profilakses-punktu>