СÈ ШТО САКАВ ДА ЗНАМ ЗА ХИВ, А НИКОЈ НЕ МИ КАЖАЛ

1. КОЈ ВИД НА СЕКС Е НАЈРИЗИЧЕН?

Знаеме дека ХИВ се пренесува преку незаштитен орален, вагинален и анален секс. Сепак, од сите видови на секс најголем ризик за пренос на ХИВ или други крвно преносливи инфекции носи **аналниот незаштитен секс**.

Тоа е затоа што аналниот отвор нема природно навлажнување, а покрај тоа, во него се наоѓаат голем број на крвни завршетоци. Токму затоа многу лесно

може да дојде до пукање на крвните садови и се овозможува претсеменаата течност и спермата да влезат во крвотокот на оној кој има рецептивна улога при аналниот секс (анг. bottom партнерот). Поради ова **bottom партнерот е под поголем ризик**. Како и да е, поради високите количини на ХИВ во аналните секрети, незаштитениот анален секс останува високо ризична активност и за **двајцата партнери**.

2. МОЖНО ЛИ Е ДА СЕ СПРЕЧИ ХИВ ИНФЕКЦИЈА ДОКОЛКУ СУМ СЕ ИЗЛОЖИЛ НА ВИСОКОРИЗИЧЕН СЕКСУАЛЕН ОДНОС?

Дел од лековите за третман на ХИВ (антиретровирусни лекови) се користат како **заштита (профилакса) од ХИВ** во случај на несакано изложување на вирусот. Оваа интервенција се нарекува **ПОСТЕКСПОЗИЦИСКА ПРОФИЛАКСА (ПЕП)** и вклучува земање на антиретровирусни лекови (АРВ) во период од 28 дена.

Лицата што биле изложени на ризик од пренос на ХИВ, според проценка на специјалист инфектолог, треба да започнат третман со ПЕП во најкратко можно време, но најдоцна до **72 часа од ризикот.** Ако се започне доволно брзо по изложувањето, се смета дека ПЕП го намалува ризикот од ХИВ инфекција за 80%. Доследното земање на АРВ лекови во текот на тие 28 дена е клучно за ефикасноста на ПЕП.

За многу луѓе кои несакајќи се изложиле на ХИВ единствена шанса за да го превенираат вирусот е ПЕП. Упатството за медицинско згрижување при ХИВ инфекција од Министерството за здравство од 2015 година вели дека при инцидентна експозиција (пример: **при пукање на презервативот** во тек на сексуален акт кај партнери со различен ХИВ статус, односно сексуален однос помеѓу ХИВ-негативно и ХИВ-позитивно лице) се препорачува профилактичката

заштита да биде отпочната што е можно порано, а најдобро во текот на првите 2 часа, но **не подоцна од 72 часа по изложувањето (експозицијата)**. Понатаму, Упатството вели дека најблискиот центар за третман на ХИВ треба да се консултира за да се одлучи дали профилактичката терапија треба да се отпочне. Сепак, кај нас пристапот до ПЕП е ограничен и до сега нема официјални податоци за примената на ПЕП во Македонија.

3. КОНДОМОТ НЕ Е ЕДИНСТВЕНА ЗАШТИТА ОД ХИВ?!

ПРЕДЕКСПОЗИЦИСКА ПРОФИЛАКСА (ПрЕП) е начин на кој луѓе кои немаат ХИВ, но се под голем ризик да го добијат вирусот, можат да ја превенираат ХИВ инфекцијата со редовно земање на профилакса (заштита) во вид на таблети. Таблетата се состои од два лека коишто инаку се користат како дел од терапијата за ХИВ.

Ако земаш ПрЕП и си изложен на ХИВ преку секс овие лекови со висока ефикасност **можат да спречат да се пренесе ХИВ**. ПрЕП е моќна метода за превенција на ХИВ и може да биде комбинирана со кондомот или други методи на превенција и на тој начин да обезбеди дополнителна заштита во однос на тоа да се користат сите методи поединечно. Веројатно **ПрЕП не е за секого**. Овој начин на заштита **најчесто се препорачува за луѓе кои се ХИВ негативни, а се под особен ризик за ХИВ инфекција**.

Во многу земји, геј и бисексуалните мажи и трансродовите лица се препознаени како изложени на поголем ризик од ХИВ во споредба со општата популација, поради низа биолошки и општествени фактори. Франција е првата земја во Европа во која ПрЕП им стана достапен на сите лица под ризик во склоп на здравственото осигурување, но ПрЕП станува сè подостапен на различни начини во повеќето европски земји, особено во круговите на геј и бисексуалните мажи и трансродовите лица.

Оваа превентивна мерка во Македонија сѐ уште не е достапна. Меѓутоа, за неа почнува да се дискутира како од страна на експерти за јавно здравје, така и од организациите кои што работат на полето на ХИВ.

4. ПОСТОИ ЛИ ЛЕК ЗА ХИВ?! КАДЕ МОЖАМ ДА ГО ДОБИЈАМ?

Луѓето што живеат со ХИВ во Македонија имаат **пристап до бесплатна антиретровирусна терапија за ХИВ (АРТ)**. Оваа терапија го намалува количеството на ХИВ до **недетектабилно ниво**. Ова значи дека терапијата не му дозволува на вирусот да се размножува и да го ослабнува имунитетот, а со тоа спречува да се јават некои заболувања поврзани со ХИВ.

На тој начин терапијата овозможува **долг и квалитетен живот** без нарушување на општото здравје на лицето со ХИВ. Поради потиснувањето на вирусот во крвта на човекот, доколку се зема редовно, терапијата делува и како една од најмоќните алатки на превенција. **Студијата ПАРТНЕР**, според резултатите во 2016 година не регистрираше **ниту еден случај на пренос на ХИВ** и по 58.000 сексуални односи **без кондом** кај парови

каде што едниот партнер е ХИВ-позитивен, а другиот не е и ХИВ-позитивниот партнер доследно ја земал својата терапија.
Конечните резултати од оваа студија се очекуваат во 2017 година. Ова е втора голема студија која го потврдува моќниот превентивен ефект на антиретровирусната терапија кај лицата со ХИВ, дури и при незаштитени сексуални односи со нивните ХИВ-негативни партнери. Таа **не регистрираше ниту еден случај на пренос на ХИВ** при анален и вагинален секс.

5. КАКО НАЈЛЕСНО ДА СЕ ТЕСТИРАМ ЗА ХИВ?

ХИВ тестирањето секогаш треба да биде **доброволно и доверливо**. Да биде доброволно значи секогаш пред тестирање да бидеш информиран и да бидеш **согласен да се тестираш**. Сепак, во многу здравствени установи во Македонија, лицата често пати немаат правилна информација за ХИВ и не се прашани за согласност пред да им се направи ХИВ-тест.

Под доверливост, пак, се подразбира дека резултатот на ХИВ-инфекција нема да го знае никој друг освен оној што го изработува (медицинското лице), тој што го соопштува (лекар или советувач) и ти.

Checkpoint ЗАЕДНО ПОСИЛНИ го нуди ова сосема бесплатно. Покрај тоа, во нашиот центар, доверливоста се штити и преку висок степен на анонимност: не се бараат име и презиме или други лични податоци коишто можат да го откријат идентитетот на лицето (дури и пред самиот советувач и медицинското лице). Checkpoint ЗАЕДНО ПОСИЛНИ е дел од програмата за доброволно и доверливо советување и тестирање за ХИВ, која ја води Здружението ХЕРА во партнерство со Министерството за здравство.

За време на советувањето многу е важно низ разговор со лекарот или советувачот да споделиш колку време е поминато од последниот ризичен секс затоа што е потребно да изминат **три месеци од незаштитениот секс** (анг. **window period**) за да може тестот да ги детектира антителата што се јавуваат како одговор на присуството на вирусот.

6. Можеш да поминеш на **брз ХИВ тест** секоја **среда и сабота од 17 до 20 часот** во **Checkpoint ЗАЕДНО ПОСИЛНИ**, на улица „Васко Карајанов“, број 2/4, први кат, спроти влезот на Градинката во Дебар Маало, уличката позади „Џубокс“. Целосно е **доверливо и анонимно**, а **резултатите** се добиваат **веднаш**.

7. ЗАЕДНО ПОСИЛНИ е здружение за поддршка на луѓето што живеат со ХИВ. Во Здружението членуваат **луѓе со ХИВ и нивни поддржувачи**. ЗАЕДНО ПОСИЛНИ ги застапува правата на луѓето со ХИВ, се залага за превенција и едукација за вирусот и придонесува кон зголемување на свесноста за ХИВ и намалување на стигмата во општеството.

8. ПОТСЕТУВАЊЕ ДЕКА...

ХИВ не се пренесува преку влажен бакнеж, петинг, фингеринг или фистинг, а тоа е затоа што ХИВ го има само во овие пет течности: крвта, спермата (семената течност), претсеменaта течност, вагиналната течност и мајчиното млеко. Не постои ризик за пренос на ХИВ доколку сексот е заштитен.

За полесно да се снајдеш, откачи ја визит-картичката.

Investing in our future

The Global Fund

To Fight AIDS, Tuberculosis and Malaria

Ставовите опишани тука се ставови на организацијата и не ги претставуваат ставовите или мислењата на Глобалниот фонд за борба против СИДА, туберкулоза и маларија, ниту пак постои одобрување или авторизација за овој материјал, изразен или имплициран од Глобалниот фонд за борба против СИДА, туберкулоза и маларија.

ЗАЕДНО посилни

БРЗ И БЕСПЛАТЕН ХИВ ТЕСТ

Checkpoint ЗАЕДНО ПОСИЛНИ

Ул. „Васко Карајанов“ 2/4, Скопје
(Зелената зграда во уличката позади клубовите „Џубокс“ и „Синдикат“)

Тел.: 078 235 632 или **02/3 129 200**
Секоја **СРЕДА** и **САБОТА** од **17:00** до **20:00 ч.**

Здружение за поддршка на луѓето што живеат со ХИВ - ЗАЕДНО ПОСИЛНИ Скопје