

## HIV/AIDS

**HIV (İnsan Bağışıklık Yetmezliği Virüsü)**, insanın bağışıklık sistemine saldıran bir virüstür. İnsan vücudunda bağışıklık sisteminde hücrelerin içine yerleşerek çalışmalarını bozar ve bağışıklık sistemini giderek etkisiz hale getirir. En basit enfeksiyonlar karşısında dahi vücut savaşamaz, böylece kişi ağır hastalık ve ölüm riskine girmiş olur.

**AIDS (Kazanılmış Bağışıklık Yetmezlik Sendromu)**, sonradan kazanılan, bağışıklık sisteminin yetmezliği ile ortaya çıkan hastalıkların tümüne verilen addır.

HIV teşhisi konulması, o kişinin AIDS olduğu ve öleceği anlamına gelmez. Ayrıca, AIDS'e yol açan bağışıklık sistemindeki zararı yavaşlatan tedavi yolları geliştirilmiştir, fakat teşhisin zamanında ve erken yapılması son derece önemlidir.

## ACABA HIV POZİTİF MİYİM?

Kişi virüsü aldığı andan itibaren bulaştırabilir ama virüse karşı vücudun cevabı anlamına gelen antikor oluşumu yani HIV enfeksiyonunun saptanması 3-6 ay arasında değişebilir. ELISA yöntemi ile yapılan test, virüsün kendisini değil, virüse karşı oluşturulan antikorları saptar ve bu test, şüpheli cinsel ilişkiden ancak 3 ay sonra kesin sonuç vermektedir.

Tüm devlet, üniversite ve özel hastanelerde isim verme zorunluluğu olmadan ELISA testi yaptırılabilir.

Test öncesi ve sonrası danışmanlık hizmeti alabileceğiniz sağlık kuruluşları kafanızdaki tüm sorunlara cevap bulmanıza yardımcı olacaktır.

- **HATAM, Hacettepe AIDS Tedavi Araştırma Merkezi**

Tel: (0312) 310 80 47

- **AIDS Savaşım Derneği-İstanbul**

Tel: (0212) 533 47 73

**- AIDS Danışma Servisi**

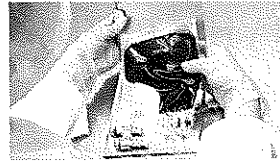
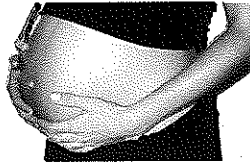
Tel: 0800 314 79 79

**- Türkiye Aile Planlaması Derneği AIDS Bilgi Hattı**

Tel: (0312) 435 20 47- 48

**- AIDS ile Mücadele Derneği-İzmir**

Tel: (0232) 478 05 40



## HIV NASIL BULAŞIR?

HIV/AIDS hastalığının bulaşma yollarını bilir ve gerekli önlemleri alırsanız, korunabilirsiniz.

### **HIV şu yollarla bulaşabilir:**

- Kondomsuz her türlü cinsel ilişki (korunmasız seks) ile,
- Ortak enjektör, jilet, makas kullanımı ile,
- Sterilize edilmemiş vücut delici ve dövme yapan aletler kullanarak,
- Anneden çocuğa; hamilelikte, doğum sırasında veya bebeği emzirmekle,

- Test edilmemiş kan nakli ve kan ürünleri ile HIV bulaşabilir.

### **HIV şu yollarla bulaşmaz:**

- Dokunmak, sarılmak, öksürmek, hapsirmek, tükürmek, ağlamak, sosyal öpüşme ile,
- Tabak, kaşık, yatak örtüleri gibi ortak eşya kullanımı ile,
- Aynı tuvaleti, banyoyu, evi paylaşmak ve her günkü normal yaşantıda insanlara dokunmakla,
- Sivrisinek gibi böceklerden HIV bulaşmaz.

## **BAŞKASINDA HIV/AIDS OLDUĞUNU NASIL BİLEBİLİRİM?**

Sırf bakmakla birisinde HIV/AIDS var mı yok mu bilemezsiniz. Virüs taşıyan çoğu kimse ortalama 8-10 yıl herhangi bir hastalık belirtisi göstermeksizin sağlıklı bir yaşam sürdürebilir. Test yaptırmadan kişinin kendisi de dahil virüsün varlığından emin olamaz.

## **TEDAVİSİ VAR MI?**

Tüm dünyanın kullandığı tedavi yöntemleri ülkemizde de kullanılmaktadır. Tedavi protokolleri pahalı olmasına karşın HIV (+) bireyin yaşam süresini ve kalitesini artırır. İlaçların olumlu sonuç vermesi için erken tanı önem taşımaktadır.

## **HIV/AIDS'TEN NASIL KORUNABİLİRİM?**

- HIV taşıyıp taşımadığından emin olmadığınız kişilerle gireceğiniz her türlü cinsel ilişkide mutlaka KONDOM kullanın.
- Berberde traş olurken sizin için yeni bir jilet kullanıldığından emin olun.

• Dövmeye yaptırtırken veya vücudunuzu deldirirken yeni bir iğne açılmasınakullanılan aletlerin düzgün sterilize edilmiş olmasına dikkat edin. Bunu yapmak sizi Hepatit B ve C gibi başka virüslerden de korur.

• Kan nakli için kullanılacak kanların ve kan ürünlerinin mutlaka gerekli testlerden geçirilmiş olduğundan emin olur.

• Önceden planlanmış bir ameliyat geçirecekseniz, ameliyat sırasında kendi kanınızın kullanılması için doktorunuza başvurun.

## KONDOM NASIL KULLANILIR?

Kondom, doğru kullanıldığı zaman HIV/AIDS, CYBE ve istenmeyen gebeliklerden korur.

1. Öncelikle kondomun son kullanma tarihini kontrol ediniz ve paketin yırtık, delik ve açık olmadığından emin olunuz.

2. Her tür cinsel ilişkide kondom kullanınız ve her ilişkide yeni bir kondom kullanınız

3. Kondomu paketinden çıkarırken kesici alet kullanmayın, tırnaklarınızın zarar vermesinden kaçınınız.

4. Kondomu su bazlı kayganlaştırıcılarla kullanabilirsiniz ama vazelin, bebek yağı ve losyon içerenkayganlaştırıcılar kondoma zarar verebileceği için bunları kullanmayın.

5. İlişkinin en başında cinsel sıvılar birbirine değmeden ve penis tam olarak sertleştiğinde kondomu kullanınız.

6. Kondomun baş kısmındaki boşluğu parmaklarınız yardımı ile alın ve kondomu penisin sonuna kadar geçirdiğinizden emin olun.

7. Eğer ilişkinin herhangi bir yerinde kondomun zarar gördüğünü hissederseniz kondomu hemen değiştiriniz.

8. Boşalma gerçekleştikten hemen sonra penisini çekin ve kondomu çıkarın.
9. Kondomu bağlayın ve çöpe atın.
10. Kondomları güneş ışığından, sıcaktan ve nemden koruyun.



How Well Do You  
Understand Your Body?



### **SORU 1: AIDS nereden gelmiştir?**

AIDS'in yani HIV'in ilk olarak nereden, nasıl ve ne zaman geldiğine dair çok kesin bilgiler yoktur. Sadece olasılığı yüksek varsayımlar vardır. Bunların en kuvvetlisi de; HIV'in Orta Afrika da o bölgede ev hayvanı olarak bakılan yeşil başlı maymundan, bir şekilde insana geçtiği ve maymunda herhangi bir hastalığa yol açmayan virüsün insan vücudunda değişime uğrayarak insana zarar veren HIV virüsüne dönüştüğüdür.

### **SORU 2: HIV/AIDS kaç yolla bulaşır?**

HIV virüsü; her türlü korunmasız cinsel ilişki, güvensiz kan nakli (doğrudan kan, kan ürünü veya organ nakli vb.), anneden bebeğe (anne karında, doğumda veya emzirme ile) ve ortak şırınga kullanımı ile geçer.

### **SORU 3: HIV/AIDS'ten korunmak için neler yapılmalıdır?**

- HIV taşıyıp taşımadığından emin olmadığınız kişilerle gireceğiniz her türlü cinsel ilişkide mutlaka kondom (prezervatif) kullanın.
- Kan nakli için kullanılacak kanların kan ürünlerinin (aşı, serum,...) mutlaka gerekli testlerden geçirilmiş olduğundan emin olun.
- Damar içi uyuşturucu kullanmayın, eğer kullanıyorsanız iğneyi hiçbir şekilde başkaları ile paylaşmayın.
- Manikür ve pedikürde kullanılan araçların dezenfekte edilmiş olmasına dikkat edin.
- Diş hekimi veya bir sağlık kuruluşundan sağlık hizmeti alırken açılmamış enjektör kullanılmasına ve kullanıldıktan sonra atılmasına ve kullanılan aletlerin mikroptan arındırılmış olmasına dikkat edin.
- Önceden planlanmış bir ameliyat geçirecekseniz, ameliyat sırasında kendi kanınızın kullanılması için doktorunuza danışın.

#### **SORU 4: Eşcinsel ilişkide HIV/AIDS bulaşabilir mi?**

Sadece eşcinsel (homoseksüel) ilişki ile değil her türlü (anal, oral, vajinal) korunmasız yani kondom kullanılmadan girilen cinsel ilişki ile HIV/AIDS bulaşabilir.

#### **SORU 5: Korunmasız bir ilişkiye girerek AIDS hastalığına yakalandıysak bu hastalık vücutta herhangi bir belirti gösterir mi, eğer gösteriyorsa ne gibi belirtileri vardır?**

HIV virüsü vücuda alındıktan sonra uzun bir süre hiçbir belirti göstermeyebilir. Bu süre 8-10 yıl arasında değişebilir. Bu süre içerisinde ortaya çıkan belirtiler de eğer birey kendinden kuşku duymaz ise doktora götüreceği düzeyde değildir.

#### **SORU 6: AIDS ile ilgili olarak çekilen "Philadelphia" adlı filmde de izlediğimiz gibi, hastalığın ileri dönemlerinde hastalarda çok fazla fiziki değişiklik oluyor mu? Hastaların fiziki görünüşlerindeki değişiklikler hakkında bilgi verir misiniz?**

Hastalığın AIDS basamağı döneminde, hastalara ilk kez doktora başvurmalarına olanak sağlayan halsizlik, baş ağrısı vücut ağırlığının %10'undan fazla kilo kaybı, nedeni bulunamayan ateş, bir aydan daha uzun süren ve tedavi edilemeyen ishal, yaygın lenf bezi büyüklükleri, kıl kökü iltihapları, ağızda mantar enfeksiyonları gibi belirtiler görülebilir.

AIDS döneminin ilerleyen dönemlerinde ise bağışıklık sistemi yetmezliği iyice belirgin hale gelmekte ve sık görülen fırsatçı enfeksiyon veya kanser türlerinden biri ortaya çıkmaktadır. AIDS'i belirleyen hastalıklar, bağışıklık sistemi güçlü kişilerde hastalık yapmayan ya da bazı özel durumlarda hastalık yapabilen virüs, parazit ve mantarların neden olduğu bazı enfeksiyon hastalıkları ile, bir tür cilt kanseri olan kaposi sarkomu ve beyin lenfoması gibi bazı özel tür kanser hastalıklarıdır.

Tüm bu bilgilerle birlikte diyebiliriz ki kişinin fiziksel görünümü nasıl olursa olsun HIV taşıyor diyemeyiz. Çünkü tek başına fiziksel görünüm bir kişinin hastalığını ortaya koymaz.



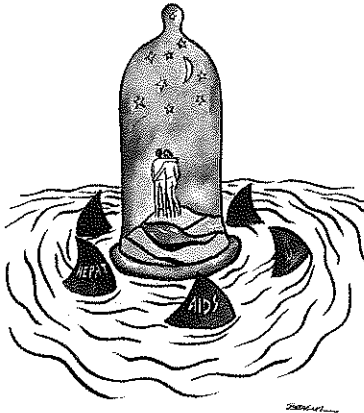
## SORU 7: Öpüşme ile HIV/AIDS bulaşır mı?

Hayır. Ancak ağız içerisinde açık yara, diş eti kanaması gibi virüsün geçişini sağlayacak bir durum var ise ve karşı tarafta da aynı şey söz konusuysa ya da öpüşme "French kiss, sert öpücük" şeklinde oluyor ve kanama meydana geliyorsa riskten söz edilebilir.

## SORU 8: HIV/AIDS olup olmadığımızı nasıl anlarız ?

HIV virüsünü taşıyıp taşımadığımızı öğrenmenin tek yolu test yaptırmaktır. Kişi virüsü aldığı andan itibaren bulaştırabilir ama virüse karşı vücudun cevabı anlamına gelen antikor oluşumu yani HIV enfeksiyonun saptanması 3-6 ay arasında değişebilir. HIV alındıktan sonra 8-10 yıl gibi uzun, sağlıklı ve çoğunlukla belirtisiz bir yaşam sürebilir.

ELISA yöntemi ile yapılan test, virüsün kendisini değil virüse karşı oluşturulan antikorları saptar. Tüm devlet, üniversite ve özel hastanelerde isim verme ve kimlik gösterme zorunluluğu olmadan ELISA testi yaptırılabilir. Riskli davranıştan sonra 3 ila 6 ay sonra yaptırılan testte sonuç (-) ise virüs taşımadığınız anlamına gelir, negatifliğinizi korumak için; cinsel ilişkilerinizde kondom kullanın, ortak enjektör kullanmayın ve kan nakillerinde dikkatli olun.



Sonuç (+) ise; ikinci ELISA testini ve yine (+) ise doğrulama testini (Western Blot) yaptırın. Doğrulama testinin sonucu (+) çıkarsa virüs taşıyorsunuz denilebilir. Danışmanlık hizmeti almak için telefonla danışmanlık alabilir veya yüz yüze danışmanlık hizmeti alabileceğiniz yerleri öğrenebilirsiniz.

### **SORU 9: AIDS'ten korunmak için prezervatif kullanılması söyleniyor, peki bu kesin bir çözüm müdür?**

Prezervatifin (kondom) yüzde yüz koruyucu olabilmesi için her türlü cinsel ilişkide (anal, oral, vajinal), penis sertleştikten sonra ve ilişki süresince devamlı ve doğru olarak kullanılması gerekir. Ancak virüsü taşıyan bireyin cinsel organı çevresinde cinsel yolla bulaşan başka bir enfeksiyon yüzünden açık yara, akıntı varsa ve cinsel eşinde de açık yara veya cinsel sıvı ile temas söz konusu ise bulaşmadan söz edilebilir.

Kondomun doğru şekilde kullanılması HIV/AIDS bulaşma riskini ve diğer cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlara yakalanma olasılığını azaltır.

### **SORU 10: Sosyal güvenlik kurumları, sigortalar, HIV'in tedavisini karşılıyor mu? Tedavisi nasıl?**

Özel sigortalar haricindeki tüm kurumlar (Bağ-Kur, Emekli Sandığı, SSK, Yeşil Kart ...) ilaç ve tedavi masraflarını karşılamaktadırlar. Tüm dünyanın kullandığı tedavi yöntemleri ülkemizde kullanılmaktadır. Üniversite hastanelerinin enfeksiyon hastalıkları bölümlerine başvurmak gerekir. Aylık 1500-2000 \$ arasında değişen tedavi masrafları HIV(+) bireyin yaşam süresini, kalitesini arttırmaktadır. İlaçların olumlu sonuç vermesi için erken tanı önem taşımaktadır. Fakat her hastalıkta olduğu gibi HIV/AIDS'de de moral, destek ve sevgi çok önemlidir.

### **SORU 11: Cinsel birleşme sırasında boşalma olmazsa ya da dışarıya olursa HIV bulaşır mı?**

Evet, bulaşabilir. Cinsel sıvının miktarı çok önemli değildir. Önemli olan sıvıların birbirine temasıdır.

### **SORU 12: HIV + olmuş birisi ilaç tedavisi ile tam olarak iyileşebilir mi?**

Bu sorunun amacı; virüsü vücuttan tamamen atılıp atılamayacağı ise cevap, hayırdır. En uygun şartlarda uygulanan tedavi yöntemleri ile bile bugün için HIV/AIDS'te tam tedavi sağlamak, virüsü vücuttan atmak mümkün değildir. Ancak çok etkin bir tedavisi mümkündür. Tedavinin amacı kişinin yaşam süresini uzatmak, yaşam kalitesini arttırmak ve HIV enfeksiyonunun etkilerini azaltmaktır. Tedavinin uygulama şekli zor, yan etkileri fazla ve maliyetleri oldukça fazladır. İlaçların ortaya çıkardığı yan etkileri azaltmak için de ayrıca ilaçlar kullanılmaktadır. Virüse yönelik verilen tedavi ömür boyu sürmekte, hasta tek doz bile atlamadan ilaçlarını hergün kullanmak zorunda kalmaktadır. HIV/AIDS ömür boyu süren kronik bir hastalık olarak tanımlanmaktadır.

### **SORU 13: HIV (+) bir hamilenin doğacak bebeğinin bu virüsü taşıması nasıl engellenir? Nasıl bir tedavi uygulanır? Bebek anneden beslenmesine rağmen nasıl AIDS'ten korunabiliyor?**

HIV enfeksiyonu gebelik süresince, doğum sırasında ve emzirme ile bebeğe geçebilmektedir. Bu oran %20-30'dur. Anne yeni enfekte olmuşsa veya AIDS'in ileri safhasındaysa bulaşma ihtimali daha da artar. Günümüzdeki tedavi olanakları ile HIV pozitif anneye gebeliğinde ilaç tedavisi başlanır, doğum sezeryanla yapılır, doğumdan sonra bebek tedaviye alınırsa ve anne bebeği emzirmese bu oran %2-3'lere düşebilmektedir.

### **SORU 14: HIV virüslü bir erkek ne şekilde sağlıklı bir çocuk sahibi olabilir? Tüp bebek yöntemi veya başka bir yöntem kullanılabilir mi?**

HIV'in erkekte olması durumunda "sperm yıkama" yöntemiyle anne adayının HIV virüsü taşımayan bir bebek dünyaya getirme şansı bugünkü teknoloji ile mümkündür. Özel kimyasal işlemler ve ısının altında işlem yapılan spermden HIV uzaklaştırılabilir. Ancak annede bu riski tarama yöntemleri ile sıfırlanamamaktadır. Anne pozitif olduğu takdirde, ne kadar önlem alırsanız alın bebeğin enfekte olma riski az da olsa vardır. Ama anne negatif, baba pozitifse tamamen negatif bir bebek doğurma şansı çok yüksektir.

**SORU 15: HIV'in vücut dışında ve genital akıntılarda yaşama süresi ve yaşama koşulları nasıldır?**

HIV çok dayanıksız bir virüstür, açık havaya maruz kaldığında uzun süre yaşayamaz ve vücut dışında çoğunlukla kısa sürede ölür. 20-30 dakika olabilen bu süreyi belirleyen; vücut sıvısının niteliği, virüs miktarının konsantrasyonu, ortamın sıcaklığı vb. faktörlerdir. Ancak vücut dışında olan ve içinde canlı halde HIV bulunan her sıvı geçiş için bir risk oluşturmaz. Dış ortamda ısı, kuruma, su, sabun ve deterjanlar nedeniyle tahrip olur. Spermdeki ve vajina salgısındaki HIV, dış ortamda birkaç saatte, kuru ortamda ise 20-30 dakikada ölür. HIV, kurumuş kanda da kısa zamanda ölür.

**SORU 16: Kan dışındaki vücut sıvılarının HIV bulaşmasındaki rolü nedir?**

HIV'in en yoğun miktarda bulunduğu üç vücut sıvısı kan, meni (erkek cinsel sıvısı) ve kadın cinsel sıvıdır. Bunun dışında virüs anne sütü, gözyaşı ve tükürük gibi sıvılarda da değişen miktarlarda saptanmıştır. Ancak bu sıvılarda bulunan virüs miktarının, HIV'ı geçirmek için yeterli olmadığı bilinmektedir. Bu sıvılara kan karışmış olması halinde ise bulaştırıcılık söz konusu olabilir.

**SORU 17: Virüs dezenfeksiyonu nasıl ve ne şekilde yapılır?**

Su ve sabunla iyice yıkama ile bütün mikroplar gibi HIV de deriden uzaklaştırılabilir. Yaralanma durumunda yara yeri, önce sabun ve su ile iyice yıkanmalı, ardından tentürdiyot veya başka bir antiseptik ile temizlenmelidir.

**SORU 18: Oral (ağız-cinsel organ teması) seks yoluyla HIV bulaşabilir mi?**

Kesinlikle evet! Vajina, anüs (makat) ve ağız, "mukoza" adı verilen ve deriden daha kırılgan olan bir doku ile kaplıdır. Bu dokunun zedelenmesi, CYBE etkeni olan mikropların kolayca vücuda girmesini sağlar. Özellikle erkeğin, kadının ağızına boşaldığı durumlarda bulaşma olasılığı artar. Ağızdaki ya da dudaklardaki küçük çatlaklar bile virüs için bir giriş kapısı olabilir. Oral seks ile hastalık bulaşmasını önlemenin en güvenilir yolu kondom kullanmaktır.

**SORU 19: AIDS'li biri ile birlikte olma durumunda hastalığa yakalanmama ihtimali var mıdır? Yoksa kesinlikle hastalık kapılır mı?**

Kesinlikle hastalığın kapılacağına dair bir şey söylenemez. Ancak HIV enfeksiyonunda, korunmasız yapılan cinsel temas en sık görülen bulaşma şeklidir. Erkeğin ve kadının cinsel salgılarında HIV yoğun olarak bulunmaktadır. Bulaşma için HIV (+) kişi ile yapılan tek bir cinsel temas bile yeterli olup, cinsel temas sayısı arttıkça bulaşma olasılığı artmaktadır.

**SORU 20: HIV/AIDS ve cinsel yolla bulaşan diğer enfeksiyonlar diyorsunuz diğerleri nelerdir?**

Korunmasız (kondom, prezervatif, kaput, kılıf kullanılmadan) yapılan her türlü (oral vajinal, anal) cinsel temas ile bulaşma özelliği olan 30'dan fazla bakteri, virüs, mantar ve parazit, 50'den fazla ise hastalık tanımlanmaktadır. Bunlar arasında; Belsoğukluğu (gonore), Frengi (sifiliz), Mantar, Herpes (cinsel organ uçuğu), Trimoniyazis,



Klamidya, Siğil, Şankroid en sık görülenleri arasında sayılabilir. CYBE'in kadınlarda tüplerde tıkanıklık, dış gebelik, düşük, erken doğum, düşük doğum aralıklı bebek, göz ve karaciğer enfeksiyonları gibi doğumsal enfeksiyonlara ve kısırlığa kadar giden ciddi sonuçları olabilmektedir. CYBE'dan korunmak, erken tanı ve tedavisinin yapılabilmesi büyük önem taşımaktadır.

### **SORU 21: Oral ya da anal ilişki ile HIV bulaşma riski nedir?**

Anal seks sırasında olabilecek kanamalarda HIV/AIDS ya da kan yolu ile bulaşabilen diğer enfeksiyonların geçişi kolay olabileceğinden mutlaka kondom kullanılmalıdır. Oral seks de geçiş olasılığı çok düşük olmasına rağmen, oral seksle geçiş rapor edilmiştir. Her tür cinsel ilişkide MUTLAKA PREZERVATİF KULLANILMALIDIR.