KOLİME* SAĞLIK SERİSİ

03

10 Soruda HIV

*Koli: Türkiye'deki LGBTİ+ jargonunda cinsel ilişki anlamına gelir.

KOLİME* SAĞLIK SERİSİ

03

10 Soruda HIV

1. HIV ile AIDS aynı mıdır?
2. HIV nasıl bulaşır?
3. HIV nasıl bulaşmaz?
4. HIV enfeksiyonunun belirtileri nelerdir?
5. Bende HIV enfeksiyonu olup olmadığını nasıl anlarım?
6. HIV testini ne zaman yaptırmalıyım?
7. HIV'den korunmak mümkün müdür?
8. HIV'in tedavisi var mı?
9. B = B ne demektir?
10. HIV ile ilgili "aklımda deli sorular" varsa ne yapabilirim?

01 HIV ile AIDS aynı mıdır?

Hayır. Aynı değildir. HIV; bir virüstür, AIDS ise; bir sendromdur. HIV; "İnsan Bağışıklık Yetmezliği Virüsü" ifadesinin kısaltmasıdır, AIDS ise; "Edinilmiş Bağışıklık Yetmezliği Sendromu" ifadesinin kısaltmasıdır.

HIV enfeksiyonu; tedavisi olan bir sağlık sorunudur. AIDS ise; HIV enfeksiyonu uzun yıllar tedavi edilmediğinde, gelinen ileri bir klinik evredir ancak AIDS başlı başına bir hastalık değildir. AIDS tablosunda, bağışıklık sistemi çöker; vücut kanserlere ve fırsatçı enfeksiyonlara açık hale gelir. HIV uygun ve düzenli bir tedaviyle kontrol altına alındığında bu enfeksiyonun AIDS evresine ilerlemesi durdurulabilmektedir.

02 HIV nasıl bulaşır?

HIV; HIV ile enfekte birinin bazı vücut sıvılarıyla doğrudan temas yoluyla bulaşır. Bulaş riski taşıyan beş vücut sıvısı vardır: Kan, anne sütü, meni (semen), vajinal sıvı, makattan gelen (rektal) sıvı. Her ne sebeple olursa olsun şırınga (enjektör) gibi damar içi enstrümanların ortak kullanılmasında enfeksiyonun bulaşması söz konusudur. Kondom kullanmadan yapılan her türlü sekste enfekte olma riski vardır ve düşük bir ihtimal olsa da, ağız kondomu kullanılmadan yapılan oral sekste de enfekte olma riski vardır. Ayrıca, ağız

içi ve diş etlerinde açık yaraların veya kanamaların bulunması enfekte olma riskini arttırmaktadır. Uygun tedavi planlanmamış ise HIV ile enfekte anneden bebeğine de enfeksiyon bulaşması söz konusudur. Kan, organ, doku nakillerinde de HIV bulaşabilir ancak bağış öncesinde, kan ve kan ürünlerinde HIV'e, rutin olarak bakıldığından, enfeksiyon bulaşma ihtimali düşüktür.

03 HIV nasıl bulaşmaz?

HIV; idrar, ter, tükürük gibi vücut sıvılarıyla bulaşmaz. HIV; havuz, sauna, banyo küveti, klozet kapağı, kapı kolları gibi alanların ve havlu, kıyafet, bardak, çatal, bıçak gibi malzemelerin ortak kullanılması yoluyla da bulaşmaz. HIV; HIV ile enfekte olan biriyle sosyal temas kurmakla, el sıkışmakla, öpüşmekle veya enfekte olan birine fiziksel olarak sarılmakla da bulaşmaz. Ve HIV; sinek, böcek gibi canlıların ısırmasıyla da bulaşmaz.

04 HIV enfeksiyonunun belirtileri nelerdir?

Virüs, vücuda girince ilk 2 - 4 hafta içerisinde, kişide grip benzeri bir tablo oluşturabilir. Halsizlik, yüksek ateş, burun akıntısı, lenf bezlerinde şişme, deride döküntü, iştahsızlık, mide bulantısı, kusma, ishal, baş, boğaz, kas, eklem ağrısı gibi belirtiler griple karıştırılabildiği için çoğu zaman HIV enfeksiyonu düşünülmez. Ancak kişiler, bu dönemi

çoğunlukla "hiç bu kadar ağır bir grip geçirmemiştim" şeklinde ifade ederler. Belirtiler birkaç hafta içinde kaybolur. İşte bu dönem, virüs yükünün ve bulaş riskinin en yüksek olduğu dönemdir. Bu erken akut dönemde, tedaviye başlanmazsa 8 ila 10 yıl arasında değişebilecek süre boyunca, tamamen belirtisiz bir dönem yaşanır. AIDS, bu sürecin son dönem evresidir. Bu evrede, CD4 hücreleri HIV tarafından yok edildiği ve bağışıklık sistemi tamamen çöktüğü için verem (tüberküloz), zatürre (pnömoni), mantar enfeksiyonları ve belli cilt kanserleri ortaya çıkabilir. AIDS evresinde aşırı halsizlik, baş dönmesi, nefes darlığı, ağız ve gırtlakta pamukçuk, lenf bezlerinde şişkinlik, deride döküntü, aşırı kilo kaybı oldukça belirgindir.

05 Bende HIV enfeksiyonu olup olmadığını nasıl anlarım?

Tek yolu test yaptırmaktır. Birden çok test yöntemi vardır. Erken evrede belirtiler fark edilmeyebilir ya da gözden kaçabilir. Sonraki evrelerde enfeksiyon yıllarca hiçbir bir belirti vermeden seyredebilir. Bu nedenle herhangi bir şüphe varsa mutlaka doktora gidilmelidir. Doktorun alacağı detaylı öykünün ve fiziksel muayenenin ardından yaygın kullanılan bir kan testi yaptırılır. İlk testin sonucunda eğer bir pozitiflik saptanırsa bu pozitiflik gerçek bir pozitiflik midir yoksa yalancı bir pozitiflik midir netleştirilmek amacıyla kişiye bir test daha yapılır. Bu teste

bir kod verilerek halk sağlığı laboratuvarına gönderilir. Bu ikinci testin sonucunda da pozitiflik varsa verilen bu kod kullanılarak sağlık bakanlığının genel sağlık sigortası kapsamında ücretsiz tedavi hizmetine başlanılır. Bir kişide aynı anda, genellikle birden fazla enfeksiyon bulunur. Çünkü bir hastalığın vücutta oluşturduğu hasar ya da yıkım diğer enfeksiyonların geçişine zemin hazırlar ve bulaş daha kolay gerçekleşir. Bu nedenle, eğer HIV ile enfekteyseniz hepatit B, sifiliz, gonore, klamidya gibi diğer enfeksiyonlarla ilgili durumunuzu araştırmanızda yarar vardır. Bu tür testler, hasta mahremiyeti kapsamında kimlik bilgileri ibraz edilmeden, anonim olarak yapılabilmektedir.

06 HIV testini ne zaman yaptırmalıyım?

HIV'in vücuda girmesiyle kanda virüsün saptanması arasında geçen süreye "pencere" dönemi adı verilir. Testin doğru sonuç verebilmesi için pencere döneminin geçmesi gereklidir. Bu dönemin geçmesi için, eskiden aylarca beklenirdi. Şimdilerde, yeni teknolojik testler sayesinde, korunmasız temas sonrasında test yaptırmak için beklenmesi gereken süre 14 güne düşmüştür. Riskli bir temasın üzerinden 14 gün geçtikten sonra test yaptırabilirsiniz. Ancak, bu dönemde istenmesi gereken test, rutin kullanılan testlerden olmayacağı için mutlaka doktorunuza danışınız.

07

HIV'den korunmak mümkün müdür?

Evet. HIV'den korunmak mümkündür. HIV'den korunmak için geliştirilmiş bir aşı bulunmamaktadır; ancak temas öncesi (PrEP) ilaçlarıyla ve temas sonrası (PEP) ilaçlarıyla korunmak mümkündür. Korunmasız temastan önce veya korunmasız temastan sonra kullanılmak istenen ilaçlar için mutlaka doktorunuzla görüşünüz. Her iki yöntem de, en az bir ay boyunca düzenli antiretroviral (ART-HIV tedavisinde kullanılan) kombine ilaç kullanımı esasına dayanmaktadır. Bu yöntemlerin her ikisi de rutin bir korunma yöntemi değildir; acil durumlarda başvurulması gereken yöntemlerdir.

İlaçla korunma dışında, pek çok korunma yöntemi daha vardır. Hiçbir koşulda şırıngaların paylaşılmaması gibi, her seks eyleminde (su bazlı kayganlaştırıcı ile birlikte) kondom (prezarvatif) kullanması gibi... Korunmasız temas ciddi bir risktir. Doğru ve düzenli kondom kullanımı, HIV'in yanı sıra, hepatit b, gonore, klamidya, üreoplazma, trikomonas enfeksiyonu gibi vücut sıvılarından bulaşan enfeksiyonlar için ve genital yaralara, ülsere, siğillere neden olan sifiliz, HPV, herpes (HSV) gibi enfeksiyonlar için korunma sağlar. Oral seks için ağız kondomu kullanılabilir. Seks oyuncakları paylaşılacaksa kondomla kaplanarak kullanılabilir.

Not: Seksten hemen sonra dış genitallerin yıkanması, idrar yapmak ya da duş almak gibi yöntemle-

rin koruyuculuğu saptanamamıştır. Beklenmeyen bir akıntı, özellikle vajina, penis gibi organlarda ya da kasık bölgesinde yara veya döküntü görülmesi bir sinyal olabilir. Böyle durumlarda zaman kaybetmeden en yakın sağlık kurumuna başvurulması ve gerek görülürse test yaptırılması önemlidir.

08 HIV'in tedavisi var mı?

Evet. HIV enfeksiyonu, diğer kronik hastalıklar gibi tedavisi olan bir enfeksiyondur. Henüz, tam olarak iyileşme mümkün olmasa da, uygun ve düzenli bir tedaviyle, enfeksiyon yaşam boyu kontrol altında tutulabilmektedir. Tedavisini düzenli alan HIV ile enfekte bireyler sağlıklı olarak yaşamlarına devam edebilmektedir. Tedavide, yan etki profili dar olan buna karşılık yüksek sonuç veren antiretoviral ilaçlar kullanılmaktadır. Genellikle günde bir tablet olarak, yaşam boyu düzenli ve sürekli alınan bu ilaçlar hastanın yaşam konforunu düşürmeyen tedavilerdir. Enfeksiyon durumu varsa, diğer ilaç etkileşimleri ve tedavi yanıtına bağlı olarak uygulanacak tedaviyi doktorunuz planlayacaktır.

09 B = B ne demektir?

HIV tedavisi; yaşam boyu devam eden bir tedavidir. Tedavinin amacı virüsü baskılayarak viral yükü azaltmak ve kanda tespit edilemeyecek kadar dü-

şük bir düzeye çekmektir. Viral yük, tespit edilmeyen bir seviyeye çekilebildiğinde ve en az altı ay saptanamayacak düzeyde baskılandığında kişinin artık bulaştırıcı olamadığı anlaşılmıştır. Bu durumdaki bireylerin korunmasız seksle dahi virüsü bulaştıramadıkları bilimsel olarak ispatlanmıştır. Ve, Belirlenemeyen (Undetectable) = Bulaştırmayan (Untransmittable) şeklinde ifade edilmektedir.

10 HIV ile ilgili "aklımda deli sorular" varsa ne yapabilirim?

Kolime Sağlık Serisi'nin bu kitapçığı HIV'e dikkat çekmek ve HIV hakkında akla gelebilecek en temel sorulara, kısmen yanıt vermek için hazırlanmıştır. Daha detaylı bilgi için güncel bilimsel yayınları takip etmenizi öneririz. Aklınıza, ufak bir şüphe düşerse, öncelikle aile hekiminize başvurunuz. Daha sonra gerekirse, enfeksiyon hastalıkları (intaniye) uzmanı hekimlere başvurabilirsiniz. Kesin tanı için ise mutlaka test yaptırınız. Bulunduğunuz ilde CYBE'ler ile ilgili danışmanlık ve anonim test hizmeti veren sağlık kurumlarına başvurunuz.

Bu broşür Hevi LGBTİ+ Derneği sağlık komisyonunun çalışmasıdır. Bu broşürün içeriği Halk Sağlığı Öğretim Üyesi Dr. Yeşim Yasin ve Psikolog Selçuk Çelik tarafından hazırlanmıştır.

Ağustos 2020

Şehit Muhtar Mah. Mis Sk.
Nora Apt. No:22, D:4, Beyoğlu,
İstanbul, Türkiye

+90 212 293 50 85
hevilgbt@gmail.com

Bizi takip edin!

@HeviLgbt HeviLgbtDernegi @HeviLgbt

www.hevilgbti.org

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
AMBASSADE DE FRANCE
EN TURQUIE

"Bu broşür Fransa Dışişleri Bakanlığı'nın Ankara'daki Fransa Büyükelçiliği aracılığıyla hazırlanmıştır. İçeriğin sorumluluğu tamamıyla HEVİ LGBTİ+ Derneği'ne aittir ve Fransa Büyükelçiliği'nin görüşlerini yansıtmamaktadır."