



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Kā runāt par HIV?

Materiāls Valsts probācijas dienesta darbiniekiem

levads.....	3
Saruna ar personu, kura domā, ka viņai ir bijis HIV infekcijas iegūšanas risks.....	4
Saruna ar personu, kura gaida HIV testa rezultātu.....	6
Saruna ar personu, kura jau zina savu HIV(+) statusu.....	8
Profesionāļu komanda – resurss HIV pacientu atbalstam.....	10
Informatīvie materiāli – palīgs klientu informēšanā un izglītošanā.....	12
Anketa darbiniekam "Pārbaudi, cik daudz Tu zini par HIV".....	14
Jautājumi klientam sarunai par HIV.....	17

IEVADS

HIV ir cilvēka imūndeficīta vīruss, kas vairojas, iznīcinot asins šūnas, tādējādi novājinot imunitāti. HIV infekcijas **beigu stadija ir AIDS jeb iegūtais imūndeficīta sindroms**.

Inficēties ar HIV var tikai no inficētas personas bioloģiskajiem šķidrumiem (asinīm, izdalījumiem no dzimumorgāniem, mātes piena).

Ar HIV nevar inficēties:

- sarokojoties, apskaujoties, skūpstoties, šķaudot vai klepojot;
- lietojot kopīgus sadzīves priekšmetus – telefonu, datoru, dvieli u. c.;
- apmeklējot kopīgas tualetes, dušas, peldoties baseinā;
- braucot sabiedriskajā transportā;
- saskaroties ar sviedriem, asarām, siekalām, izdalījumiem no deguna, urīnu, izkārnījumiem, atvēmtām masām, ja vien tie nesatur asinis;
- insektu un dzīvnieku (suņu, kaķu) kodumu vai skrāpējumu rezultātā.

Latvijā ik gadu HIV infekcija tiek atklāta apmēram 300 cilvēkiem, ierindojot Latviju otrajā vietā Eiropas Savienības un Eiropas Ekonomikas zonas valstu vidū jauno gadījumu skaita ziņā uz 100 000 iedzīvotāju. Turklāt starptautiskā projekta "HERMETIC" pētījums liecina, ka patiesais inficēto skaits Latvijā ir par vienu trešdaļu lielāks. Tie ir cilvēki, kuri nezina savu HIV statusu.

Šis materiāls izstrādāts, lai palīdzētu Valsts probācijas dienesta darbiniekiem runāt ar klientiem par HIV jautājumiem. Informatīvajā materiālā iekļauti "pieturpunkti" sarunai par HIV, pieejamie resursi un informācija par pieejamajiem speciālistiem HIV pacientu un viņu tuvinieku atbalstam.

Saruna ar personu, kura domā, ka viņai ir bijis HIV infekcijas iegūšanas risks

HIV testu iespējams veikt:

- **laboratorijās** ar vai bez ārsta nosūtījuma. Ar ārsta nosūtījumu par testu nav jāmaksā. Bez ārsta nosūtījuma analīzes iespējams nodot anonīmi, neuzrādot personu apliecinošu dokumentu (**jāņem vērā katras laboratorijas kārtība un prasības**), bet tādā gadījumā analīžu veikšana ir maksas pakalpojums;
- **HIV profilakses punktos (HPP)** – **bez maksas, anonīmi, konfidenciāli**, ar iepriekšēju pierakstu. Pirms pakalpojuma sniegšanas HPP darbinieks lūdz pateikt minimālu informāciju, piemēram, vārdu vai vārda pirmo burtu, dzimšanas gadu u. c. **Dati tālāk tiek izmantoti tikai apkopotā veidā** statistikai, atskaitēm par izlietotajiem materiāliem un turpmākās darbības plānošanai. Personu apliecinošs dokuments netiks jautāts.

Pacienta CEĻA KARTE un "zaļais koridors" HIV apstiprinošai diagnostikai (ja tests veikts HPP)

HIV profilakses punktā veiktajam eksprestestam ir augsta precizitāte, bet **ja tas ir bijis pozitīvs, obligāti nepieciešams veikt rezultāta apstiprinošo diagnostiku laboratoriski**. Šādā gadījumā HPP darbinieks iedos klientam **nosūtījumu un ceļvedi** – lapu ar informāciju par ārstniecības iestādi, kurā veikt apstiprinošo diagnostiku, un papildu informāciju, piemēram, par sabiedrisko transportu, ar ko nokļūt pie ārsta. **Ceļvedī** ir ietverta sadaļa, kurā ierakstīt vizītes datumu, laiku un ārsta uzvārdu. HIV profilakses punkta darbinieks var klientu sasaistīt arī ar atbalsta personām. Atbalsta personas var sniegt emocionālu atbalstu (atbalstīt, uz klausīt u. c.) un praktisku atbalstu (palīdzēt pierakstīties pie ārsta, nokļūt pie tā, pavadīt un atmaksāt ceļa izdevumus). **Klientam nav jāveic pacienta līdzmaksājums par tiešās pieejamības infektologa konsultāciju un laboratoriskajiem izmeklējumiem HIV diagnozes apstiprināšanai.**

Informācija par HIV kā hronisku, vadāmu infekciju, bezmaksas pretvīrusu terapijas saņemšanu ikvienam HIV pacientam

Neatkarīgi no testa rezultāta, klients var turpināt saņemt HIV profilakses punktā piedāvātos pakalpojumus. Vismaz reizi gadā atkārtoti var veikt eksprestestus. **Ja kāds no testa rezultātiem ir pozitīvs**, svarīgi doties pie infektologa/dermatovenerologa, lai veiktu papildu analīzes un uzsāktu ārstēšanu. Sifilisu, hepatītu B un C ir iespējams izārstēt. **HIV gadījumā** veiksmīga ārstēšana nozīmē nenosakāmu vīrusa slodzi. Medikamenti palīdz organismam noturēt imunitāti pietiekami augstā līmeni. Turklāt ārstēšana samazina iespēju nodot vīrusu tālāk. Sievietēm, lietojot pretvīrusu medikamentus grūtniecības laikā, risks inficēt savu bērnu grūtniecības un dzemdību laikā būtiski samazinās. **HIV, B un C hepatīta ārstēšana notiek par valsts budžeta līdzekļiem.**

Informācija par konfidencialitāti

Informācija par to, ko cilvēks ir runājis ar eksprestesta veicēju, ir konfidenciāla un paliek tikai starp viņiem. Arī informācija par apmeklējumu netik izpausta citām personām.

HPP sniegtie "zema sliekšņa" pakalpojumi

HIV profilakses punktos iespējams saņemt vairākus HIV profilakses un kaitējuma mazināšanas pakalpojumus:

- veikt HIV, sifilisa, hepatīta B un C eksprestestu, saņemt pirms un pēc testa konsultācijas;
- saņemt konsultācijas un informāciju par HIV/AIDS, STI, vīrushepatītu B, C profilaksi un ārstēšanu;
- apmainīt izlietotās šļirces un adatas;
- saņemt bezmaksas prezervatīvus;
- saņemt konsultācijas par atkarību jautājumiem;
- saņemt informāciju par ārstēšanās un rehabilitācijas iespējām;
- saņemt sociālās un medicīniskās palīdzības organizēšanu;
- saņemt informatīvos materiālus.

HIV profilakses punktu sarakstu meklē šeit:
<https://www.spkc.gov.lv/lv/hiv-profilakses-punkti>



Saruna ar personu, kura gaida HIV testa rezultātu

Veicot HIV testu HIV profilakses punktā, **testa rezultātu** cilvēks uzzina apmēram **20–30 minūtes pēc testa veikšanas**, bet **pozitīva testa rezultāta gadījumā jādodas uz laboratoriju**, lai vēlreiz veiktu HIV testu un pārliecinātos, ka HIV testa rezultāts tiešām ir pozitīvs. **HIV diagnozes apstiprināšana ir nepieciešama**, jo retos gadījumos primāri pozitīvais tests var būt “viltus” pozitīvs. **Atbildi no laboratorijas reizēm jāgaida vairākas dienas.**

Turpmākās piecas atbalsta tēmas jāietver konsultācijā, ja sarunas laikā klients darbiniekam izstāsta par to, ka vēl nav zināms apstiprinošā HIV testa rezultāts

1 Sniegt «pleca» sajūtu – tas nozīmē, ka **izrādām sapratni** par klienta bažām un **nenosodām**. Izstāstot to, kas minēts turpmākajās atbalsta tēmās, parādām, ka varam sniegt “pleca” sajūtu, ja klients to vēlēties.

2 Izglītēt par HIV, kā hronisku, vadāmu infekciju, par bezmaksas pretvīrusu terapijas saņemšanas iespēju ikvienam HIV pacientam.

Šobrīd HIV tiek uzskatīta par hronisku, vadāmu infekcijas slimību, ja cilvēks regulāri lieto ārsta izrakstītos HIV medikamentus un ievēro ārsta rekomendācijas. HIV medikamenti jeb antiretrovirālā terapija (ART) HIV pacientam ir jālieto visu mūžu, tāpat kā pie jebkuras citas hroniskas saslimšanas. Ja HIV terapija uzsākta savlaicīgi, HIV pacienta mūža ilgums var būt tāds pats, kā cilvēkiem, kuriem nav HIV infekcija. Latvijā HIV medikamenti visiem HIV pacientiem, neatkarīgi no HIV stadijas, ir bez maksas. HIV terapijas (ART) ieguvums pacientam – medikamenti neļauj HIV vīrusam iznīcināt imūnšūnas, uzlabojas imunitāte un pašsajūta. ART samazina HIV vīrusa daudzumu organismā, tāpēc HIV patients nevar inficēt citus ar savām asinīm vai dzimumakta laikā nelietojot prezervatīvu.

3 Piedāvāt informāciju par atbalsta personām un NVO pakalpojumiem HIV inficētajiem.

Pakalpojuma galvenais mērķis ir palīdzēt HIV, B un C hepatīta infekcijas gadījumā personai **nokļūt pie ārsta** un **saņemt veselības aprūpes pakalpojumus**, lai ātrāk uzsāktu šo infekcijas slimību ārstēšanu un palīdzētu iesaistīties turpmākajā ārstēšanas procesā.

Atbalsta personas individuāli un pēc nepieciešamības:

- **veiks klienta vajadzību izvērtēšanu, šķēršļu noteikšanu** un plāna šo šķēršļu risināšanai un novēršanai sastādīšanu;
- **sniegs informāciju par HIV infekciju**, tās norisi, diagnostiku, antiretrovirālo terapiju, ārstēšanas nozīmi, B un C hepatītu, seksuāli transmisīvām infekcijām, tuberkulozi, atbildību pret savu veselību, drošām dzimumattiecībām un veselības aprūpes pakalpojumu saņemšanas kārtību;
- **palīdzēs klientam organizēt ārsta apmeklējumu** (vizītes pieteikšana, nokļūšana pie ārsta, atgādinājumi par vizīti, pavadīšana uz ārstniecības iestādi, emocionālais atbalsts);
- **motivēs lietot terapiju un regulāri apmeklēt ārstu.**

Atbalsta personas pakalpojumi tiek nodrošināti, sadarbojoties ar HIV profilakses punktiem pakalpojuma īstenošanas pilsētās un to apkārtnē. Ja personai ir nepieciešami atbalsta personas pakalpojumi, **sazināties ar atbalsta personu koordinētāju iespējams:**

 28632639; 67243101;

 dialogs@diacentrs.lv.

Pakalpojuma izpildītājs: biedrība DIA+LOGS

Pakalpojums tiek finansēts no valsts budžeta līdzekļiem.

4 Pārrunāt jautājumu par konfidencialitāti.

Visbiežāk tad, kad darbinieks ir sniedzis daudz informācijas par HIV, atbalsta organizācijām un atbalsta tālruņa numuriem, parādījis savu sapratni un gatavību palīdzēt veselības aprūpes pakalpojumu saņemšanai, cilvēks kļūst atvērtāks sarunai un izsaka vēlmi atbalsta saņemšanai. Šis ir brīdis sarunai par konfidencialitāti, kad darbinieks apliecina savu gatavību nevienam neizpaust informāciju, ko klients izstāstījis. Izstāsta par "dalīto konfidencialitāti" – ar klienta atļauju tiek izpausta kāda daļa no informācijas citai personai, piemēram, citam darbiniekam vai veselības aprūpes speciālistam.

5 Piedāvāt informatīvos materiālus zināšanu nostiprināšanai.

Klientam var iedot, piemēram, SPKC sagatavotos informatīvos materiālus. Papildu informācija par informatīvajiem materiāliem sadaļā "Informatīvie materiāli – palīgs klientu informēšanā un izglītošanā".

Saruna ar personu, kura jau zina savu HIV(+) statusu

Ar klientu par HIV tēmu vajadzētu runāt tad, ja ir iemesls (piemēram, klients ir injicējamo narkotiku lietotājs, ieslodzījuma vietā veicis tetovējumu vai ir bijušas dzimumattiecības bez prezervatīva) vai **klienta iniciatīva**.

Galvenais sarunas mērķis ir motivēt personu saņemt veselības aprūpes pakalpojumus, izrādot kompetenci par atbalsta personām, valsts apmaksātajiem un NVO sniegtajiem pakalpojumiem HIV pacientiem.

Svarīgi uzsvērt, ka Latvijā visiem HIV pacientiem neatkarīgi no CD4 šūnu skaita kopš 2018. gada 1. oktobra ir pieejama ārstēšana par valsts budžeta līdzekļiem. Agrīna ārstēšanas uzsākšana ir svarīga, jo tā ne tikai uzlabo HIV pacientu veselības stāvokli, bet arī, samazinot vīrusa skaitu organismā līdz nenosakāmam līmenim, novērš risku inficēt citus, tai skaitā vertikālās transmisijas (māte – bērnam) ceļā.

Lai saņemtu atbalstu sasaistē ar veselības aprūpes pakalpojumiem, pieejami atbalsta personu pakalpojumi. Šie pakalpojumi domāti cilvēkiem, kuri HIV profilakses punktā ir saņēmuši pozitīvu HIV, B vai C hepatīta eksprestesta rezultātu vai arī jau zina savu infekcijas statusu, taču kādu iemeslu dēļ nesaņem ārstēšanu un aprūpi.

Informatīvie tālruņi, lai saņemtu informāciju un atbalstu HIV ārstēšanas procesā un dažādos citos ar HIV infekciju saistītos jautājumos, ir RAKUS LIC Līdzestības kabinets (darba laiks P.–Pk. no plkst. 9.00–17.00, tālr.: 67014736, 20205353), kā arī RAKUS LIC AIDS uzticības tālrunis (tālr. 67543777).

Ja klients ir atvērts sarunai, informē viņu par profilakses pasākumiem, kas samazina infekcijas izplatības riskus:

- **līdzestība** – regulāra ART lietošana un ārsta rekomendāciju ievērošana;
- **mazāk riskanta seksuālā uzvedība** (dzimumpartneru skaita samazināšana, prezervatīva pareiza lietošana katra dzimumakta laikā u. c.);
- **HIV testa veikšana** arī partnerim;
- **PrEP (pirmsekspozīcijas profilakse) lietošana partnerim**, lai novērstu risku inficēties;
- ja iespējams, **izsniedz prezervatīvus vai sniedz informāciju, ka HIV profilakses punktos iespējams saņemt prezervatīvus.**

Ja kliente ir grūtniece ar HIV infekciju:

svarīgi uzsvērt to, cik būtiski ir informēt savu ginekologu par savu HIV statusu, lai ārsts varētu sniegt visu nepieciešamo palīdzību grūtniecības laikā, un bērns piedzimtu vesels. Stājoties grūtniecības uzskaitē, visām sievietēm tiek veiktas analīzes HIV infekcijas noteikšanai. Ir svarīgi laikus apmeklēt ginekologu (līdz 9.–12. grūtniecības nedēļai), lai veiktu attiecīgos izmeklējumus un nepieciešamības gadījumā uzsāktu ārstēšanu. Terapija būtiski samazina risku inficēt savu mazuli. Latvijā visām HIV inficētām grūtniecēm pretvīrusa medikamenti un laboratoriskie izmeklējumi (analīzes) ir valsts apmaksāti.

Kā saņemt mākslīgo piena maisījumu?

- **Pirmo reizi mākslīgo piena maisījumu sievietei izsniegs dzemdību nodaļā**, kurā notiks dzemdības. Mākslīgā piena maisījuma daudzums būs paredzēts līdz bērna 6 nedēļu vecumam.
- **Nākamo mākslīgā piena maisījuma devu var saņemt, kad bērns tiek vests pie ārsta pediatra uz pirmo konsultāciju** RAKUS LIC. Mākslīgā piena maisījumam jāpiesakās iepriekš pie RAKUS LIC Infektoloģijas poliklīnikas virsmāšas pa tālruni 67014753.
- Par kārtību, **kā saņemt nākamās mākslīgā piena maisījuma devas** līdz bērna viena gada vecumam, jāvienojās ar RAKUS LIC ārstu.

Nevajadzētu cilvēku "mierināt" vai jautāt par HIV, ja viņš pats nevēlās par to runāt. Šādā gadījumā var novietot klientiem pieejamā vietā informatīvos materiālus, bukletus, brošūras un aicināt tos paņemt

Profesionāļu komanda – resurss HIV pacientu atbalstam

*Sadarbībā ar valsts, pašvaldību institūcijām un NVO var veidot
multidisciplināru komandu*

Ārstniecības personas atbalsts (medicīnas māsa, ģimenes ārsts, ārsti–infektologi) – **katrs savas kompetences ietvaros informē par:**

- veselības aprūpes pakalpojumu saņemšanas iespējām;
- pretvīrusu medikamentiem (ART);
- HIV infekcijas norisi detalizētāk:
 - o **precizējot** slimības stadiju;
 - o **izvērtējot** slimības attīstības dinamiku un prognozi;
 - o **saņemot** medikamentozo terapiju.

Informatīvie tālruni, lai saņemtu informāciju un atbalstu HIV ārstēšanas procesā un dažādos citos ar HIV infekciju saistītos jautājumos, ir RAKUS LIC **Līdzestības kabinets** (darba laiks P.–Pk. no plkst. 9.00–17.00, tālr.: 67014736, 20205353), kā arī RAKUS LIC **AIDS uzticības tālrunis** (tālr. 67543777).

HIV pacienta uzdevums – būt līdzestīgam visos veselības aprūpes pakalpojumu saņemšanas posmos

Būt līdzestīgam nozīmē:


- regulāri apmeklēt ārstu un sekot ārsta norādījumiem;
- lietot medikamentus noteiktā laikā;
- savlaicīgi veikt nozīmētās analīzes un citas veselības pārbaudes;
- nepieciešamības gadījumā ievērot noteiktu ēšanas un uztura režīmu;
- svarīgi nepieļaut saskarsmi ar asinīm citām personām un dzimumkontaktu laikā lietot prezervatīvu.

Psihologa atbalsts:

- sniegt psiholoģisku atbalstu;
- "dalītā konfidencialitāte" – psiholoģiskā atbalsta sniegšanā (ar klienta piekrišanu) iesaistīt ģimenes locekļus;
- informēt par atbalsta personām un NVO pakalpojumiem HIV pacientiem;
- neskaidrot medicīniska rakstura tēmas, ārpus savas kompetences robežām!!!

*Diennakts krīzes tālruņa psihosociālā palīdzība krīzes situācijā
nonākušām personām: 116123. Papildu informācija: www.skalbes.lv.*

Slimību profilakses un kontroles centra HIV/AIDS konsultāciju kabinetā bezmaksas konsultācijas pēc iepriekšējas pieteikšanās pa tālruni:

 67298080.

NVO HIV pozitīvo cilvēku atbalstam (atbalsta personas, sociālie mentori)


"BaltHIV" ("**Baltijas HIV asociācija**") – piedāvā psiholoģisku un informatīvu atbalstu HIV pacientiem, viņu ģimenes locekļiem un tuviniekiem. Iespējams individuāli sazināties ar atbalsta personu vai apmeklēt atbalsta grupu:

 28441324;

 testpunkts@gmail.com;

 papildu informācija: <https://balthiv.com/atbalsta-grupas-2>.


Biedrība "AGIHAS" (atbalsta grupa HIV un AIDS pacientiem) – piedāvā "līdzīgs – līdzīgam" telefoniskas un klātienes konsultācijas gan cilvēkiem, kuri nonākuši lielā apjukumā un neziņā pēc tam, kad HIV/AIDS diagnoze noteikta viņiem pašiem vai kādam ģimenes loceklim (tuviniekam), gan jebkurai citai personai, kurai ir ar šo tēmu saistīti jautājumi:

vīriešiem:  20207737;  agihhas.lv@inbox.lv;

sievietēm:  20399921;  agihhas_women@inbox.lv;

 papildu informācija: <https://agihhas.lv/ko-mes-daram/konsultacijas/>.

Biedrība "DIA+LOGS" – piedāvā bez maksas saņemt sociālā darbinieka un psihologa konsultācijas, sociālā mentora pakalpojumus:

 67243101;

 dialogs@diacentrs.lv;

 papildu informācija: <http://www.diacentrs.lv/pakalpojumi/>.

Informatīvie materiāli – palīgs klientu informēšanā un izglītošanā

Noderīga informācija:

- "BaltHIV" ("Baltijas HIV asociācija"): <https://balthiv.com/>;
- Biedrība "AGIHAS": <https://agihass.lv/noderiga-informacija/resursi/>;
- SPKC: <https://spkc.gov.lv/lv/informativi-izdevumi/>;
- Biedrība "DIA+LOGS": <http://www.diacentrs.lv/noderigi/par-hiv-aids/>

SPKC informatīvie materiāli:

HIV/AIDS, B un C HEPATĪTA PROFILAKSE

MATERIĀLS OPERATĪVO DIENESTU DARBINIEKIEM

Slimību profilakses un kontroles centrs

HIV/AIDS, B un C hepatīta profilakse operatīvo dienestu darbiniekiem

HIV PROFILAKSES PUNKTI

2021. GADĀ HIV PROFILAKSES PUNKTOS VEIKTĀ TESTI

6889 + 6186 + 5734 + 4150 = 22 939 testi

KĀ ĀRĒI SAŅEMTAS 11 479 SPECIĀLISTU KONSULTĀCIJAS

UZINI SAVU HIV, B UN C HEPATĪTA, SIFILISA TESTA REZULTĀTU VIENAS KONSULTĀCIJAS LAIKĀ!

HIV EKSPRETESTS SOLI PA SOLIM

1. SOLIS konsultācija pirms testa
2. SOLIS asins analīze
3. SOLIS rezultāti
4. SOLIS konsultācija pēc testa

Testa rezultāti ir zināmi 20 MINŪŠU LAIKĀ

Atrodi sev tuvāko HIV profilakses punktu un uzini vairāk: www.spkc.gov.lv vai zvanot "HIV profilakses punkti" vai zvanot uz HIV/AIDS konsultāciju kabinetu pa tālruni 67298080

Infografika "HIV profilakses punkti"

HIV INFEKCIJA

Kas ir HIV infekcija?

HIV ir cilvēka imūndeficīta vīruss. HIV vīruss varoņs, iznīcinot tās asns šūnas, kas atbild par mums, un traucē pasargāt imūnsistēmas novājināšanos.

Kā notiek inficēšanās ar HIV?

Inficēšanās notiek, ja inficēta cilvēka asinis, izdalījumi no dzimumorgāniem (ģimēns, seksuāls kontakts), kas satur pirms ejakulācijas, maksts sekrētus un mātes pienu (zīdārnēm), nokas otra cilvēka organismā.

Kas ir AIDS?

AIDS jeb cilvēka imūndeficīta sindroms rodas HIV infekcijas attīstības rezultātā.

Kā var inficēties ar HIV?

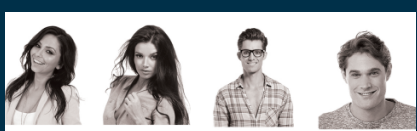
- Dzimumkontakts laikā ar HIV inficētu personu, ja netiek lietots prezervatīvs;
- vecot akasurimkopšanas procedūras (pirsringi, tetovējumi, skarifikācija), medicīniskas mangulācijas (akupunktūra), ja nav paroti sterilizēti instrumenti;
- lietojot kopīgu injicēšanas piederumus (šīroks, adatas u.c.);
- bērnam inficēties no HIV pozitīvas mātes grūtniecības, dzemdības vai zīdīšanas laikā;
- asins pārliešanas laikā (Latvijā asinis pirms pārliešanas tiek pārbaudītas, lai novērstu šādu iespēju);
- otrā sekā laikā (ne droši pierādījumi, ka otrā sekā laikā notiek inficēšanās ar HIV, tomēr izslēgt šādu iespēju nedrīkst).

Inficēties ar HIV var no viena vienīga dzimumkontakta ar inficētu partneri!

Kā nevar inficēties ar HIV?

- Saņemot, apmaiņot, skūpstosies, elpojat vai klepojat;
- lietojot kopīgu sadzīves priekšmetus – nelielu, daunu, divēli u.c.;
- apmeklējot ārstniecības iestādes;
- lietojot kopīgu uzturu un traukus;
- apmeklējot kopīgas sabiedras, duļās, peldvietas baseinus;
- braucot sabiedriskajā transportā;
- saņemoties ar svešiem, asarām, siekalām, izdalījumiem no deguna, urīnu, okārlījumiem, atvērtām maucām, ja vien tie nesatur asinis;
- ieviektu un dzīvnieku (suņu, kaķu) kodumu vai sūkājumu rezultātā.

Buklets "HIV infekcija"



HIV INFEKCIJA – TAS TEV IR JĀZINA!

Informatīvs materiāls jauniešiem par HIV infekciju, profilaksi un diagnostiku



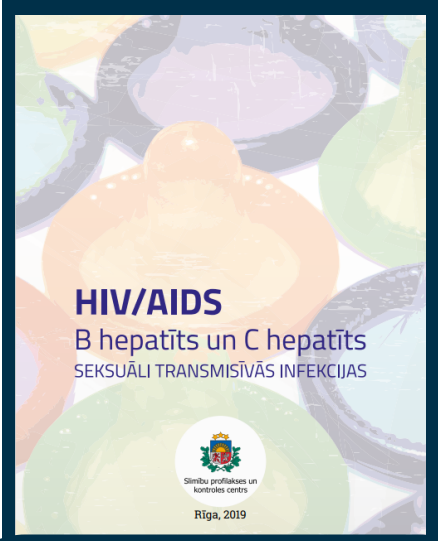
Buklets "HIV infekcija - tas TEV ir jāzina!"



HIV nešķiro TAS ATTIECAS ARĪ UZ TEVI!



Buklets "HIV nešķiro. Tas attiecas arī uz TEVI!"



Brošūra "HIV/AIDS, B hepatīts un C hepatīts, seksuāli transmisīvās infekcijas"

HIV - 10 fakti, kas Tev jāzina!

- HIV ir cilvēka imūndeficīta vīruss. HIV infekcijas gaita rezultātā uz novājinātu organisma aizsargspēju fona attīstās imūndeficīta sindroms jeb AIDS.
- Ar HIV nevar inficēties sadzīves kontaktā (piemēram, sarunoties, skūpstoties, spēlējoties, dzemdējot no vienas krūzes u.c.) vai ieviešot un izņemot kodumu rezultātā.
- Ar HIV inficēta organisma sagatobas visu mūžu!
- Prezervatīvs ir vienīgais kontracepcijas līdzeklis, kas pasargā no inficēšanās ar HIV un citām seksuāli transmisīvajām infekcijām.
- Asinis izmeklēšanai uz HIV var nodot arī jebkurā laboratorijā Latvijā ar ģimenes ārsta nosūtījumu (maksājot pacienta iemaksu) vai bez ārsta nosūtījuma (maksas pakalpojums).
- HIV inficēšanās attīstās lēni un nemanāmi – HIV vīruss vairojas organismā ātri, no diviem līdz pieciem mēnešiem, savukārt cits sāpīgs inficēšanos cilvēka imūnsistēmā un HIV var līgt pat 6 – 12 gadus, turklāt cilvēks šajā laikā jūtas vesels.
- HIV inficēšanās attīstās lēni un nemanāmi – HIV vīruss vairojas organismā ātri, no diviem līdz pieciem mēnešiem, savukārt cits sāpīgs inficēšanos cilvēka imūnsistēmā un HIV var līgt pat 6 – 12 gadus, turklāt cilvēks šajā laikā jūtas vesels.
- HIV tests ir asins pārbaude, kura mērķis ir noskaidrot, vai cilvēks ir inficējies ar HIV. Latvijā bezmaksas HIV eksprestestu var veikt HIV profilakses punktā. Procedūra ir anonīma un konfidenciala.
- HIV AIDS simbols visā pasaulē ir sarkanā krāsā. Tā simbols saņem, līdzotību un morāli atbalstu!
- Latvijā līdz 2015. gadam reģistrēti vairāk kā 8200 HIV inficēšanās gadījumi. Beidzās HIV inficēšanās ceļš Latvijā – heteroseksuālo dzimumaktu rezultātā.
- Novembra pēdējā nedēļā Eiropā ir HIV testēšanas nedēļa, savukārt AIDS diena tiek atzīmēta 1. decembrī.

UZZINI VAIRĀK: WWW.SPKC.GOV.LV

Infolapa "HIV - 10 fakti, kas Tev jāzina!"



Brošūra "Grūtniecība, Tavs mazulis un HIV"

Kas Tev jāzina pēc eksprestesta veikšanas HIV profilakses punktā (HPP)

KONFIDENCIALITĀTE UN ANONIMITĀTE
Informācija par to, ka esi runājis ar eksprestesta veicēju, ir konfidenciala un par to, kādā laikā tāpā jūti, ir anonīma. Ar informāciju par Tevu saņemtajam rezultātam nepāriet.

TESTA PROCEDŪRA UN TĀS METODES
Eksprestesta veicējam jānodrošina, lai būtu nodrošināta HIV inficēšanās un C hepatīta riska novērtēšana. Tāpat jānodrošina, lai būtu nodrošināta HIV inficēšanās un C hepatīta riska novērtēšana. Tāpat jānodrošina, lai būtu nodrošināta HIV inficēšanās un C hepatīta riska novērtēšana.

NEGATĪVĀS UN POZITĪVĀS REZULTĀTS
Negatīvs rezultāts nozīmē, ka eksprestesta rezultāts HIV inficēšanos un C hepatītu neapstiprina. Pozitīvs rezultāts nozīmē, ka eksprestesta rezultāts HIV inficēšanos un C hepatītu apstiprina.

INFORMĀCIJA PAR TAVIEM DATIEM HPP
Pirms pārbaudes veikšanas HPP darbināks lūdz parakstīt informāciju, kurā tiks norādīts, kādā veidā tiks izmantoti tavi dati un kādā veidā tiks nodrošināta tava informācija.

Buklets "Kas Tev jāzina pēc eksprestesta veikšanas HIV profilakses punktā"

Ar visiem SPKC izstrādātajiem informatīvajiem materiāliem iespējams iepazīties šeit: <https://www.spkc.gov.lv/lv/informativi-materiali>.

Materiālus, pie kuriem ir atzīme "Pieejams drukātā formātā", iespējams saņemt bez maksas drukātā veidā. E-pasts izdales materiālu pasūtīšanai un papildu informācijai: infomateriali@spkc.gov.lv.

Anketa darbiniekam

Pārbaudi, cik daudz Tu zini par HIV

Lūdzu, atbildiet uz anketas jautājumiem, atzīmējot tikai vienu atbilžu variantu, apvelkot aplīti ap burtiem.

1. Kā Jūs domājat, cik cilvēkiem Latvijā (kopējais skaits kopš 1987. gada) ir diagnosticēta HIV infekcija?

- a) Ne vairāk kā 3000
- b) 3000–5000
- c) 5000–8000
- d) Vairāk kā 8000

Kopējais HIV inficēto skaits Latvijā – 8480 (SPKC dati uz 01.05.2022.).
Latvijas Infektoloģijas centra uzskaitē esošie pacienti – 6869 (LIC dati 01.10.2022.).

2. Kā visbiežāk Latvijā pēdējo 10 gadu laikā cilvēki inficējušies ar HIV?

- a) Lietojot narkotikas ar nesterilām šļircēm
- b) Seksuālu kontaktu laikā heteroseksuālās attiecībās
- c) Seksuālu kontaktu laikā vīrieši homoseksuālās attiecībās
- d) Vertikālās transmisijas ceļā, kad HIV inficēta māte nodod infekciju bērniņam grūtniecības, dzemdību laikā vai zīdot (ar krūts pienu)

Latvijā HIV infekcija kopš 2008. gada visbiežāk iegūta heteroseksuālas un homoseksuālas transmisijas ceļā, bet proporcionāli samazinājusies injicējamo narkotiku lietotāju vidū.

3. Vai visi HIV inficētie cilvēki Latvijā var bez maksas saņemt HIV zāles jeb antiretrovirālo terapiju (ART)?

- a) Jā
- b) Nē
- c) Nezinu

No 2018. gada 1. oktobra nav ierobežojumu bezmaksas ART saņemšanai.

HIV pacientu aprūpi Rīgā nodrošina:

- RAKUS klīnika "Gaiļezers";
- "Latvijas Infektoloģijas centrs";
- P. Stradiņa klīniskās universitātes slimnīca.

Latvijas reģionos 6 infektologi – Rēzeknē, Daugavpilī, Jēkabpilī, Valmierā, Liepājā, Ventspilī.

4. Vai var būt tā, ka lietojot HIV zāles (ART), HIV inficēts cilvēks vairs nevar inficēt citus ar savām asinīm vai dzimumakta laikā, kad netiek lietots prezervatīvs?

- a) Jā
- b) Nē
- c) Nezinu

Laikus uzsākot un lietojot antiretrovirālos medikamentus (ART), cilvēks vairāk nav infekcijas avots un nevar izplatīt slimību tālāk.

N=N (Nenosakāms=Nepārnesams)

5. Vai piekrītat apgalvojumam, ka HIV infekcija var nepāriet AIDS stadijā un cilvēka dzīves ilgums var būt tāds pats kā cilvēkiem, kuriem nav HIV infekcija, ja HIV zāles (ART) uzsāk lietot agrīni, dažu gadu laikā pēc inficēšanās?

- a) Piekrītu
- b) Nepiekrītu
- c) Nezinu

AIDS ir HIV infekcijas beigu stadija, ja pacients nelieto medikamentus un ir sagrāta imūnā sistēma. Pateicoties valsts finansiālam atbalstam ART nodrošināšanā, HIV infekcija ir hroniska, kontrolējama infekcija. Antiretrovirālie medikamenti jālieto uzreiz pēc diagnozes apstiprināšanas un papildu izmeklējumu veikšanas. Savlaicīgi uzsākta terapija uzlabo ilgtermiņa prognozes – CD4 šūnu (imūnšūnu) kritumu un oportūnistisko slimību (slimības, kas pievienojas, samazinoties imūnšūnu skaitam) attīstīšanos.

Turpinājums nākamajā lapā



6. Kur bez maksas var veikt analīzes uz HIV jeb HIV testu?

- a) HIV profilakses punktos (HPP) Rīgā
- b) HIV profilakses punktos (HPP) gan Rīgā, gan vairākās citās pilsētās Latvijā
- c) Nezinu

HIV testu bez maksas var veikt HIV profilakses punktos vairākās Latvijas pilsētās. Tajos iespējams veikt arī sifilisa, hepatīta B un C eksprestestu, kā arī saņemt vairākus citus HIV profilakses un kaitējuma mazināšanas pakalpojumus.

Punktu sarakstu meklē šeit: <https://www.spkc.gov.lv/lv/hiv-profilakses-punkti>

Pakalpojumu klāsts HPP ir atšķirīgs, bet kopumā HPP iespējams saņemt šādus pakalpojumus:

- *veikt HIV testu, veikt vīrushepatītu B, C un sifilisa eksprestestu, saņemt pirms un pēc testa konsultācijas;*
- *saņemt konsultācijas un informāciju par HIV/AIDS, STI, vīrushepatītu B, C profilaksi un ārstēšanu;*
 - *apmainīt izlietotās šļirces un adatas;*
 - *saņemt bezmaksas prezervatīvus;*
 - *konsultācijas par atkarību jautājumiem;*
- *informāciju par ārstēšanās un rehabilitācijas iespējām;*
 - *sociālās un medicīniskās palīdzības organizēšanu;*
 - *saņemt informatīvos materiālus.*

Šos jautājumus var izmantot, lai uzsāktu sarunu ar klientu par HIV tēmu. Katram jautājumam ir tikai viena pareiza atbilde. Aptaujas anketa klientam pieejama nākošajā lapā – jautājumus varat uzdot pats, vai iedod klientam aizpildīt izprintētu anketu. Pēc anketas aizpildīšanas, svarīgi ar klientu pārrunāt jautājumus un atbildes.

Nevajadzētu cilvēku “mierināt” vai jautāt par HIV, ja viņš pats nevēlās par to runāt. Šādā gadījumā var novietot klientiem pieejamā vietā informatīvos materiālus, bukletus, brošūras un aicināt tos paņemt.

Jautājumi klientam sarunai par HIV

Lūdzu, atbildiet uz anketas jautājumiem, atzīmējot tikai vienu atbilžu variantu, apvelkot aplīti ap burtiem.

1. Kā Jūs domājat, cik cilvēkiem Latvijā (kopējais skaits kopš 1987. gada) ir diagnosticēta HIV infekcija?

- a) Ne vairāk kā 3000
- b) 3000–5000
- c) 5000–8000
- d) Vairāk kā 8000

2. Kā visbiežāk Latvijā pēdējo 10 gadu laikā cilvēki inficējušies ar HIV?

- a) Lietojot narkotikas ar nesterilām šļircēm
- b) Seksuālu kontaktu laikā heteroseksuālās attiecībās
- c) Seksuālu kontaktu laikā vīrieši homoseksuālās attiecībās
- d) Vertikālās transmisijas ceļā, kad HIV inficēta māte nodod infekciju bērniņam grūtniecības, dzemdību laikā vai zīdot (ar krūts pienu)

3. Vai visi HIV inficētie cilvēki Latvijā var bez maksas saņemt HIV zāles jeb antiretrovirālo terapiju (ART)?

- a) Jā
- b) Nē
- c) Nezinu

4. Vai var būt tā, ka lietojot HIV zāles (ART), HIV inficēts cilvēks vairs nevar inficēt citus ar savām asinīm vai dzimumakta laikā, kad netiek lietots prezervatīvs?

- a) Jā
- b) Nē
- c) Nezinu

5. Vai piekrītat apgalvojumam, ka HIV infekcija var nepāriet AIDS stadijā un cilvēka dzīves ilgums var būt tāds pats kā cilvēkiem, kuriem nav HIV infekcija, ja HIV zāles (ART) uzsāk lietot agrīni, dažu gadu laikā pēc inficēšanās?

- a) Piekrītu
- b) Nepiekrītu
- c) Nezinu

6. Kur bez maksas var veikt analīzes uz HIV jeb HIV testu?

- a) HIV profilakses punktos (HPP) Rīgā
- b) HIV profilakses punktos (HPP) gan Rīgā, gan vairākās citās pilsētās Latvijā
- c) Nezinu

7. Ar kuru no cilvēkiem visvieglāk, bez kautrēšanās Jūs varētu runāt un jautāt par HIV?

- a) Draugs/draudzene
- b) Kāds no ģimenes
- c) Ārsts
- d) Cits (lūdzu, uzrakstiet, kas)
- e) Nezinu
- f) Nevēlos runāt par HIV, jo tas mani neskar

PALDIES JUMS PAR SNIEGTĀJĀM ATBILDĒM!