

**Pokud můj příběh
někomu zachrání život,
snad mělo smysl,
že se stal...**

5A



Milá mami a tati,

pamatujete, jak jsem za vámi přijel na Vánoce?

Je to přesně patnáct let. Rozhodli jste se, že mi pomůžete a prodáte dům. Ten dům, na kterém se táta celé roky dřel, oklepával staré cihly a tys po večerech uklízela, abyste mi zaplatili fotbal. Ani nevím, kdy to začalo. Snad jsem si připadal málo zkušený, neuměl vyprávět vtipy a tak jsem o to víc pil. Vyhodili mě ze školy a táta řekl, že jsem líný opilec. Práskl jsem dveřmi a šel dělat barmana. Bral jsem všechny přesčasy, ale peníze nepřibývaly, jak bych chtěl. Do toho mi sebrali řidičák. No měl jsem pár panáků, prostě smůla. Připadalo mi, že mi nic nevychází. Jednoho dne mě kámoš pozval na party, kde se šňupal heroin. Líbil se mi slastný pocit uvolnění a úlevy od starostí. A tak jsem začal občas šňupat. Na další party se objevila stříkačka, ani nevím, čím byla. Zbavit se výčitek svědomí a propadat se do úlevného zapomnění. Vyhodili mě z práce. S posledními úsporami jsem zkoušel štěstí v automatech. Někdy to vyšlo, ale víc jsem si půjčoval. Sehnat peníze na dávku bylo čím dál těžší. Ale nikdy jsem nekradl, vážně. I když vám to policajti tvrdili. Pak za mnou přijel Pěť a představil mi svého kámoše, majitele hotelu. Ten mě nechal u sebe bydlet, vyhříváný bazén a třicet pokojů jen pro mě. Byl často na cestách, a když se vracel, vozil mi drahé dárky. Chtěl jen malou laskavost, sex bez kondomu. Byl na mě hodný a na párty, které pořádal, měl každý svoji stříkačku, žádné půjčování. Pak onemocněl. Diagnózu HIV diagnostikovali nejdřív u něj, měl zápal plic a nic nezabíralo. Za měsíc u mě... Byl to šok. Ted' jsem na odvykače a chtěl bych to zvládnout. Ale ten virus mi prý už zůstane. Rozešli jsme se.

Někdy jen tak ležím na lavičce v parku a hádám, čemu se podobají mraky plující na obloze nade mnou, jak jsme to dělávali na zahradě s Pěťou, když jsme byli malí a z kuchyně voněl nedělní oběd. A vidím ty vaše oči zalité slzami... Víím, že jsem vás zklamal, ale nikdy jsem vás nepřestal mít rád, ať jsem dělal cokoli.

Věříte mi?

Váš Martin

**Pokud můj příběh
někomu zachrání život,
snad mělo smysl,
že se stal...**



5A

Milá Báro,

byla jsi moje nejlepší kamarádka... dokud jsem nepoznala Lukáše. Bylo mu tehdy dvaadvacet, dokonale upravený, bavil celou společnost a sršel zážitky z exotických cest. Připadala jsem si proti němu tak obyčejná a dětská. Nejdřív se mi zdál povýšený a nepřístupný, ale pak mě pozval k sobě. Chtěla jsem, aby měl kondom, ale odbyl mne s vtipem sobě vlastním, že přece neprší, tak nepotřebuje pláštěnku. Bylo mi trapně, on byl tak dokonalý. Nechtěla jsem ho ztratit. Brala jsem antikoncepci a doufala, že mne ochrání i před nemocemi. Před půl rokem nás potkal v baru Michal. Měl divné narážky a přišel mi dost protivný. Večer mi volal, jestli vím, že Lukáš je HIV pozitivní. Bledá závist, kdysi se mnou chtěl chodit. Nedůvěra ve mně ale začala hlodat. Nakonec jsem Lukášovi navrhla, že půjdeme spolu na testy. Rozčílil se a odmítl. Vyčetl mi, že mu nevěřím. Po dvou měsících jsem sebrala odvahu a šla na testy sama. Ten týden čekání. „Je mi líto, ale jste HIV pozitivní!“ Jak jsem mohla udělat takovou chybu! Jak mi to mohl udělat? Když jsme se sešli, chladně mě upozornil, že se ho to netýká a kdo ví, kde jsem k tomu přišla. Včera jsem ho potkala s nějakou ženou. Dělal, že mě nezná. Měla jsem jí to říct? Vždyť já nevím, jestli je pozitivní. Nijak se to na něm nepozná. Víam jen, že byl můj jediný přítel za poslední dva roky. A já se v té době nakazila. A z krve to nebylo.

Můžeme se vidět? Jsi jediná, komu to říkám.

Dokážeš mě obejmout a mít ráda jako dřív? Věříš mi?

Tvoje Pavla



800 144 444

Jaký je rozdíl mezi HIV a AIDS?

HIV je virus, který způsobuje selhání lidské imunity (z ang. Human Immunodeficiency Virus). Napadne bílé krvinky (tzv. T-lymfocyty), zabuduje se do jejich genetické informace a přeprogramuje je na „výrobní linku“ na viry HIV. Místo své obranné funkce proti nakažlivým nemocem a nádorům tyto bílé krvinky „vyrábějí“ jen další viry HIV. Tím ubývá zdravých bílých krvinek a lidské tělo si nedokáže poradit s nemocemi, které by zdravý imunitní systém zvládl (plísňová onemocnění, různé druhy oparů, záněty plic, ale i onemocnění nádorová). V tuto chvíli už mluvíme o nemoci AIDS, selhání imunity, na které nemocný zemře. (Acquired Immunodeficiency Syndrom, syndrom získané imunitní nedostatečnosti). HIV je tedy virus, AIDS je nemoc (syndrom).

Podle jakých příznaků se pozná HIV primoinfekce?

První příznaky po naze HIV se podobají chřipce nebo infekční mononukleóze. Patří mezi ně bolesti hlavy, svalů, kloubů, únava, nechutenství, zduřelé/zvětšené lymfatické uzliny, horečka, někdy vyrážka, bolesti břicha nebo průjem. Někteří HIV pozitivní lidé tyto příznaky nemají, i když se u nich nemoc dále rozvíjí.

Jaký pohlavní styk je nejrizikovější?

Nechráněný pohlavní styk s osobou, u které neznáme HIV status. Nejrizikovější je nechráněný anální styk. Vyšší riziko při nechráněném styku do pochvy je pro ženu, protože sperma obsahuje více virů HIV než poševní sekret. Orální styk má riziko nižší, není ale nulové.

Provádějí se někde testy na HIV anonymně a zdarma?

Ano, testovací místa najdete na webu

www.tadyted.com

Za jak dlouho po nechráněném sexu mám jít na testy HIV, abych měl/a 100% jistotu?

100% výsledek se dozvíte z testu, který je proveden za 3 měsíce po rizikové události, dříve ne.

Co je to imunologické okénko?

Je to doba 3 měsíců po nákaze HIV, během které není možné prokázat v krvi protilátky. Infikovaný člověk může v této době při nechráněném pohlavním styku nakazit další osoby, protože neví, že je HIV pozitivní.

Slyšel/a jsem, že existují testy na HIV, které si koupím v lékárně a vyšetřím se doma.

Takové testy na stanovení protilátek proti HIV ze slin nebo z kapilární krve je možné zakoupit, tyto testy se nazývají sebetesty (HIV self test), ale jsou určené pro zdravotníky. Pokud si je koupíte, může vám vyjít test falešně pozitivní, protože reaguje i na jiné protilátky. Takový výsledek se nazývá reaktivní a je třeba jej zopakovat v akreditované laboratoři (např. ve Státním zdravotním ústavu). Vyšetření může být anonymní a zdarma. Pokud je test pozitivní, provádí se ještě tzv. konfirmační vyšetření na přítomnost HIV v krvi.

Zatím jsem měla vždy chráněný pohlavní styk, ale četla jsem, že francouzské líbání představuje riziko.

Ano, protože sliny HIV pozitivní osoby obsahují HIV, ale v malé koncentraci, která by nákazu neměla způsobit. Riziko hrozí při kontaktu s krví při poranění rtů, úst nebo jazyka.

Jak dlouho přežije HIV mimo tělo?

Kdyby např. na prkénku veřejné toalety byla krev nebo sperma a někdo si na něj sedl, k přenosu HIV by nedošlo, protože virus rychle hyne a neprochází neporušenou pokožkou.

Je kondom dostatečná ochrana před HIV?

Ano, pokud je použitý správně po celou dobu pohlavního styku, chrání spolehlivě před HIV.

Máte po nechráněném pohlavním styku (tj. bez kondomu) za 2 až 14 dní některý z uvedených příznaků?

Ve vlastním zájmu požádejte o vyšetření.



Bolesti a pálení při močení, bílý až zelenožlutý výtok z močové trubice (u žen z rodidel) nebo svrbění v konečníku či bolesti v krku. Pokud máte tyto problémy, mohli jste se nakazit **kapavkou**. Kapavka může probíhat i bez příznaků a neléčená vede k různým komplikacím včetně neplodnosti.

Bolesti při močení, občas vodnatý výtok z močové trubice nebo rodidel, tyto obtíže mohou značit nákazu **chlamydiemi**. Chlamydiové infekce někdy probíhají i bez příznaků, ale pokud se neléčí, mohou vést k různým komplikacím např.: kloubním potížím, mimoděložnímu těhotenství či neplodnosti. Tyto infekce jsou nejčastější.



Skvrnka či pupínek na genitálu, v konečníku, v ústech, která se později změní v nebolestivou oděrku až vřed. Následně se zvětší nejbližší lymfatické uzliny. **Zvýšená teplota,** dále 9. až 10. týden po nechráněném pohlavním styku: **vyrážka na kůži trupu a končetinách nebo ložiska v oblasti genitálu či v ústech.** Tyto příznaky mohou ukazovat na to, že máte **syfilis**. Syfilis může probíhat i bez obtíží. Neléčená nemoc ale poškozuje mozek, míchu, nervy, srdce, cévy, kosti a kůži. V těhotenství se může přenést na plod, vyvolat potrat nebo poškodit dítě vrozenými vadami.





Svědění genitálu nebo zarudnutí předkožky a/nebo žaludu, u žen pálení v pochvě a hustý tvarohovitý výtok z genitálu. Jestliže máte tyto problémy, můžete mít **kvasinky**.

Malé bradavičnaté výrůstky na sliznici genitálu nebo konečníku a pocit svědění, tyto příznaky poukazují na virové onemocnění zvané **kondylomata**.



Určité typy virů (papilomaviry) mohou vést, např. u žen, k rakovině děložního čípku. Muži mohou přenášet virus na své partnerky.

Puchýřky na genitálu, v konečníku nebo v ústech, které se brzy změňjí v bolestivé vřídky, se nazývají **opar** (resp. genitální herpes). Často se vrací, když je postižený oslabený. Pokud se jednou oparem nakazíte, viry, které ho způsobují, přežívají ve Vašem těle již celý život i v případě, že se puchýřky zahojí. Nakazit se můžete od druhého člověka, který má právě výsev puchýřků.



Objeví-li se u vás za 2 až 4 týdny po rizikovém sexuálním styku **horečka, bolesti hlavy, svalů, kloubů, zánět nosohltanu, zduřelé lymfatické uzliny, vyrážka na trupu nebo na zádech,** mohlo by se jednat o **akutní HIV infekci**, která po letech vede k selhání obranyschopnosti – onemocnění **AIDS**. Infekce HIV může probíhat i bez příznaků, infekci lze prokázat pouze laboratorním vyšetřením, testem na HIV.

Pozorujete-li na sobě za 2 týdny až 6 měsíců **nažloutlou kůži, nažloutlé bělmo, tmavou moč a světlou stolici spolu s příznaky podobnými chřipce,** potom můžete mít některou z **infekčních žloutenek** typu A, B, C. Zežloutnutí může být nenápadné.



*Samoléčba pohlavně přenosných chorob Vám nepomůže.
Nechte se prohlédnout lékařem.*

Vyvarujte se nechráněného pohlavního styku, abyste nešířili infekci dál a co nejdříve *navštivte odbornou lékařskou ambulanci*, ženy gynekologickou a muži dermatovenerologickou. Na Váš zdravotní stav se vztahuje povinná lékařská mlčenlivost. Některé příznaky ustupují bez léčby, ale nemoc dále trvá.

O *vyšetření na HIV a syfilis* Vám doporučujeme požádat vždy při onemocnění každou pohlavně přenosnou nemocí, po nechráněném rizikovém sexuálním styku či po sdílení injekční jehly a stříkačky nebo při sdílení roztoku drogy. Tyto testy se provádějí u HIV infekce za 3 měsíce po rizikovém styku a u infekce syfilis za 5 až 6 týdnů po rizikovém styku. Infekci HIV, virové žloutenky, syfilis a jiné pohlavně přenosné nemoci, může v bezpříznakovém období odhalit pouze laboratorní vyšetření krve. *Léčba by měla začít co nejdříve.*



*Pokud nemáte žádné příznaky, neznamena to ještě,
že jste se nenakazil/a.*

*Jedinou spolehlivou ochranu před pohlavními chorobami
představuje vzájemná věrnost.
Na dalším místě je používání kondomu.*

Pokud se potvrdí, že jste onemocněl/a pohlavně přenosnou chorobou, **je nutné vyšetřit všechny Vaše sexuální partnery** z poslední doby. Vyšetřuje se opakovaně, protože se můžete Vy nebo Vaši blízcí nacházet v inkubační době, což je období po nákaze, ve kterém se ještě neprojevují příznaky nemoci.



Pamatujte si, že **vědomé šíření pohlavně přenosných infekcí je trestné** podle § 155 zákona č. 40/2009 trestního zákoníku. Kdo jiného vydá, byť i z nedbalosti, nebezpečí nákazy pohlavní nemocí, bude potrestán odnětím svobody až na jeden rok.

internetová poradna · seznam testovacích míst HIV
na webu

tadyted.com

