



HIV ja selle testimine



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development

HIV (*human immunodeficiency virus*) ehk HI-viirus ehk inimese immuunpuudulikkuse viirus põhjustab AIDSi (*acquired immunodeficiency syndrome*) ehk omandatud immuunpuudulikkuse sündroomi. HIV kahjustab inimese organismi võimet kaitsta end nakkushaiguste ja kasvaja eest.

HIV levib eelkõige seksuaalvahekorra ajal ning otsesel kontaktil verrega (näiteks narkootikumide süstimiseks kasutatud nõelte jm tarvikute jagamisel). Kui oled olnud kaitsmata seksuaalvahekorras või jaganud narkootikumide süstides kasutatud nõelu või muid tarvikuid, peaksid end kindlasti HIV-nakkuse suhtes uurida laskma.

Kuidas HIV-nakatumist kindlaks teha?

Inimene ei pruugi oma nakatumisest teada, sest HIV võib organismis endast kuidagi märku andmata elada aastaid. Seetõttu ei saa mingite sümptomite alusel või nende puudumisel HIV-nakatamise võimaluse üle lõplikult otsustada. Testimine on ainus viis teada saada, kas inimene on nakatunud või ei.

Mis on HIV-testimine?

Testimise käigus tehakse kindlaks, kas inimene on HIVi nakatunud. Seda tehakse harilikult inimese verd (vahel harva ka teisi kehavedelikke, näiteks sülg) uurides. Enamasti võetakse verd veenist ja proov saadetakse laborisse, kus seda vastavate meetoditega uuritakse. Inimese verest otsitakse HIV-vastaseid antikehi ja HI-viiruse koostisosasid (antigeene). Nakatumata inimese veres neid ei leidu. Kuna antikehade ja antigeeni piisava taseme kujunemiseks kulub alates nakatumisest 2–4 nädalat, ei näita test sellel ajal veel nakatumist ehk testi tulemus on negatiivne. Seda perioodi nimetatakse aknaperioodiks. Juhul, kui testi tulemus osutub positiivseks (mis tähendab nakatumist), kontrollitakse see teiste meetoditega üle, et vastus oleks 100% kindel.

Lisaks veenivere uurimisele laboris on HIVi vastaseid antikehasid võimalik määrata ka nn kiirtestiga. Siis võetakse võetakse verd sõrmest ning vastuse saab teada mõne minutiga. Kiirtestid on sama täpsed kui veenivere uurimine. Peamine erinevus seisneb aknaperioodi pikkuses. Kiirtesti puhul peab nakatumisest olema möödas vähemalt 10–12 nädalat, et testi vastus oleks usaldusväärne. Kui kiirtesti tulemus osutub positiivseks, võib see üksikutel juhtudel olla valepositiivne (näiteks ägeda viirushaiguse põdemise järel, mõne süsteemse haigusega inimesel, või lihtsalt seetõttu, et ükski testsüsteem ei ole kunagi 100% täpne). Seetõttu suunatakse sind sellisel juhul edasi täiendavatele uuringutele.

Miks teha HIV-testi?

- 1 Kui oled HI-viirusesse nakatunud, saad alustada ravi, mis aitab elada kauem ja tervemana.
- 2 Kui sa ei ole HI-viirusesse nakatunud, saad teada, kuidas end ka edaspidi hoida ja murelt edasi elada.

Veel häid põhjusi HIV-testi tegemiseks

- 1 Kui selgub, et oled nakatunud, saad teada, kuidas vältida HIVi kandumist teistele inimestele.
- 2 Saad teada, kuidas kaitsta end HIVi ja seksuaalsel teel levivate infektsioonide, näiteks herpes, gonorröa või klamüüdia eest.
- 3 Kui sa oled HI-viirusega nakatunud naine, saad teada, kuidas kaitsta oma tulevasi lapsi nakuse eest.
- 4 HIV-testimine on oluline osa oma tervise eest hoolitsemisel. Just nagu vererõhu kontroll või hambaarsti juures käimine.

Kus saab teha HIV-testi?

HIV-nakkuse uurimiseks võib verd anda tervishoiuasutustes, HIV-nõustamise ja -testimise kabinettides ning noorte nõustamiskeskustes.

- 1 HIV-nõustamise ja -testimise kabinetid. Kabinet on avatud kõigile alates 16. eluaastast ja sõltumata ravikindlustuse olemasolust. Kabinetid on kõikides suuremates Eesti linnades (rohkem infot www.hiv.ee). Testimine on anonüümne (nime ei küsita) ja tasuta. Lisaks HIVile saab lasta end tasuta uurida ka B- ja C-hepatiidi suhtes.
- 2 Noorte nõustamiskeskused (amor.ee). Üle Eesti asuvad noorte nõustamiskeskused. Noorte nõustamiskeskused teenindavad kõiki kuni 24aastasi noori – ka neid, kellel ravikindlustust ei ole. HIV-testimine noorte nõustamiskeskustes ei ole anonüümne, ent testi tulemusi teavad vaid arst ja testitav ise.
- 3 Perearst või eriarst. HIVi analüüsiks võib verd võtta ka günekoloog või naha- ja suguhaiguste arst.

Kui kaua testi- mine aega võtab?

HIV-nõustamise ja -testimise kabinetis kulub vere võtmiseks koos nõustamisega umbes 15 minutit. Nõustamine ja vereproovi võtmine on tasuta ning oma nime ja muid isikuandmeid avaldama ei pea. Tavaliselt saab inimene oma testi vastuse teada kolme tööpäeva jooksul.



Kes peaksid end HIVi suhtes uurida laskma?

Inimene ei pruugi pikka aega teada, et ta on HIVi nakatunud, sest nakkus võib mitu aastat kulgeda sümptomiteta.

HIV-testi peaksid kindlasti tegema need,

- kes põevad seksuaalsel teel levivaid infektsioone, B- või C-hepatiiti või tuberkuloosi;
- kes on olnud kaitsmata seksuaalvahekorras;
- kes on olnud kaitsmata seksuaalvahekorras inimesega, kellel on olnud mitu seksuaalpartnerit;
- kes on kasutanud teiste süstlaid ja nõelu või on olnud kaitsmata seksuaalvahekorras inimesega, kes on teiste nõelu kasutanud;
- kes on olnud seksuaalvahekorras inimestega kõrge HIVi levimusega riikidest;
- kes on vigastatuna tööl või õnnetusolukorras puutunud kokku võõra inimese verega.

Kindlasti soovitame end testida eelpool- toodud juhtudel siis, kui esineb järgmiseid sümptomeid või kaebuseid:

- suur (põhjuseta) kaalukaotus;
- pidev väsimus- ja jõuetustunne;
- nädalaid kestev väike palavik;
- nädalaid kestev kõhulahtisus;
- öine higistamine;
- kuiv köha, mis ei ole põhjustatud suitsetamisest, bronhiidist ega kopsupõletikust;
- suurenenud lümfisõlmed kaelal, kaenlaalustes ja/või kubemepiirkonnas.

Mida HIV-testi tulemuse teada-saamine annab?

HIV-testimine annab kindlustunde. Paljud inimesed ei taha HIV-testi teha või selle tulemust teada saada, sest nad kardavad, et on nakatunud. Probleemi eitamine on küll väga inimlik, kuid ikkagi on tegu enda petmisega. Inimene, kes julgeb testida minna, on vastutustundlik ning juhib ise oma elu. Kindel teadmine tähendab kontrolli oma elu ja tervise üle. Inimene, kes endale tunnistab, et tal on põhjust end testida ja kes seda ka teeb, peab lugu nii iseendast kui ka oma lähedastest.



Miks teha HIV-testi?

- 1 Kui oled HI-viirusega nakatunud, saad alustada ravi, mis aitab elada kauem ja tervemana.
- 2 Kui sa ei ole HI-viirusega nakatunud, saad teada, kuidas end ka edaspidi hoida ja murelt edasi elada.

Suure osa uutest HIVi nakatumise juhtudest põhjustavad need, kes ei ole oma nakatumisest teadlikud.

Aita peatada HIV-nakkuse levik Eestis. Lase end HIVi suhtes testida ja soovita seda ka teistele!

Ära süsti uimasteid või kui sa teisiti ei saa, siis kasuta selleks ainult ühekordset süstalt.



Ära kunagi süsti uimasteid või ravimeid kellegi teise kasutatud süstlaga.



Ela turvalist seksuaalelu – väldi juhuvahekordi ning kasuta ALATI kondoomi, kui sa ei ole päris kindel, kas sinu partneril on HIV või põeb ta mõnda muud seksuaalsel teel levivat nakkust. Kondoom kaitseb ka soovimatu raseduse eest! Pea meeles, et rases- tumisvastased tabletid ei kaitse sind ei HIVi ega ka seksuaalsel teel levivate infektsioonide eest!



Eestis on HIV-testimine vabatahtlik ja seda võib teha ainult inimese enda nõusolekul.



HIVI nakatumine ei tähenda veel, et inimene oleks haige. Viirus võib inimese organismis elada aastaid, ilma et seda kuidagi tunda oleks.



Õigeaegne HIV-nakkuse avastamine ja ravi tagab täisväärtusliku elu paljudeks aastateks.



Kõigile HIVi nakatunud inimestele, sealhulgas neile, kel pole ravikindlustust, on HIVi ravi tasuta.



HIV-testimine annab kindlustunde. Paljud inimesed ei taha HIV-testi teha või selle tulemust teada, sest nad kardavad, et on nakatunud. Kindel teadmine tähendab kontrolli oma elu ja tervise üle.



Rohkem infot:
www.hiv.ee

