

Pagalbą teikiančios organizacijos

Su ŽIV gyvenantieji, jų artimieji ir draugai reikiamą informaciją, psichologinę ir medicininę pagalbą gali gauti šiose organizacijose:

ŽIV ir AIDS paveiktų moterų bei jų artimųjų asociacija „DEMETRA“

www.demetra.lt

Adresas: Kauno g. 6-1, LT-01310 Vilnius

Tel./faks.: 8 52 332 533, mob.: 8 687 10 655

Lygus lygiam konsultantas - Mob.: 8 608 84735 (Tele2), 8 671 86654 (Pildyk)

El. paštas: demetra@demetra.lt

Asociacija teikia psicho-socialinę, medicininę ir teisinę pagalbą asmenims gyvenantiems su ŽIV/AIDS, jų artimiesiems; vykdo advokacinę ir prevencinę veiklą, nemokamai ir anonimiškai tiria dėl ŽIV, tarpininkauja dėl sveikatos priežiūros paslaugų.

LIETUVOS POZITYVIŲJŲ GRUPĖ

Mob.: 8 600 90 783

El. paštas: maleckiene@yahoo.com

Organizacija vienija asmenis gyvenančius su ŽIV/AIDS, jų artimuosius, draugus ir savanorius.

POZITYVUS GYVENIMAS

www.stophiv.lt

Mob.: 8 600 15950

El. paštas: pozitiv@mail.ru

Organizacija vykdo ŽIV/AIDS prevencinę, priešdiskriminacinę veiklą, pagal galimybes sprendžia asmenų, gyvenančių su ŽIV/AIDS problemas, atstovauja jų interesus, siekia sveikatos paslaugų kokybės gerinimo.

Paramos fondas RIGRA

Mob.: 8 675 93566

El. paštas: fondas.rigra@gmail.com

Organizacija informuoja visuomenę apie ŽIV/AIDS, siekiant mažinti stigmą ir diskriminaciją, teikia informaciją su ŽIV/AIDS gyvenantiems ir priklausomybę narkotikams turintiems asmenims, įtraukdama juos į problemų sprendimo procesus.

Gydymą antiretrovirusiniais vaistais (ARV) galima gauti didžiuosiuose Lietuvos miestuose.

Konsultacijos dėl ŽIV ligos, ARV gydymas šiuo metu teikiami:

Vilnius

Infekcinių ligų ir tuberkuliozės ligoninė, VŠĮ Vilniaus universiteto ligoninės Santariškių klinikų filialas, Birutės g. 1/20, Vilnius, Tel. 8 52 751 076, gyd. Raimonda Matulionytė.

VŠĮ Centro poliklinika, Vytenio filialas, Kauno g. 37/59, Vilnius, tel. 8 52 334947, gyd. Vilma Uždavinienė.

Kaunas

VŠĮ Kauno klinikinė ligoninė, Josvainių g. 2, Kaunas, tel. 8 37 361 955, gyd. Violeta Kanišauskienė, gyd. Daiva Vėlyvytė.

Klaipėda

VŠĮ Klaipėdos universitetinė ligoninė, Liepojos g. 41, Klaipėda, tel. 8 46 396 643, gyd. Žavinta Kančauskienė, gyd. Rasa Girdžiūnienė.

Šiauliai

VŠĮ Šiaulių respublikinė ligoninė, Kudirkos g. 99, Šiauliai, tel. 8 41 524 272, gyd. Aidas Kaušas.

Panevėžys

VŠĮ Respublikinė Panevėžio ligoninė, Ramygalos g. 25, Panevėžys, tel. 8 45 586 780, gyd. Vidas Brazaitis, gyd. Nijolė Chmieliauskienė.

**Lankstinuką rengė:
ŽIV ir AIDS paveiktų
moterų bei jų artimųjų
asociacija „DEMETRA“**

Leidimą parėmė:

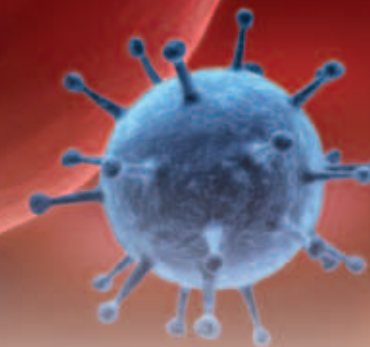


Šaltiniai:

1. www.aidsmap.com
2. Žmogaus imunodeficito viruso ligos diagnostikos ir gydymo, kompensuojamo iš privalomojo sveikatos draudimo fondo biudžeto lėšų, tvarkos aprašas. Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministerija.



LT/ABC3TC/0006/12



CD4 ląstelių ir viruso kiekis: tai reikia žinoti

CD4 ląstelės – kas tai?

Tai baltųjų kraujo kūnelių rūšis – limfocitai, kurie saugo žmogaus organizmą nuo įvairių ligų sukėlėjų – virusų, bakterijų ir kt. CD4 ląstelių skaičius rodo imuninės sistemos, kuri apsaugo nuo infekcijų ir ligų, stiprumą.

Svarbu žinoti

Virusui patekus į CD4 ląsteles, jos pradeda gaminti viruso daleles. Šis procesas naikina CD4 ląsteles ir jų skaičius mažėja.

Koks turi būti CD4 ląstelių skaičius?

Normalus vyrų CD4 ląstelių skaičius svyruoja nuo 400 iki 1600 mm³, moterų nuo 500 iki 1700. CD4 ląstelių skaičius gali svyruoti dėl gyvenimo būdo, kitų veiksmų.

Tik dalis CD4 ląstelių yra kraujyje. Likusios yra limfmazgiuose ir audiniuose ir tie CD4 ląstelių svyravimai gali būti nulemti jų judėjimo tarp kraujo ir audinių.

Svarbu žinoti

CD4 ląstelių skaičius mm³:

- **Nuo 500 iki 1200** – normalus kiekis;
- **Virš 350** – ŽIV gydymas paprastai nerekomenduojamas; lankytis pas gydytoją reikėtų kas 6 mėnesius;
- **Žemiau 350** – ŽIV gydymas rekomenduojamas, jei sergama TB ar kt. AIDS žyminčiomis ligomis; lankytis pas gydytoją būtina kas 3 mėnesius;
- **Žemiau 200-250** – ŽIV gydymas būtinas; lankytis pas gydytoją būtina kas 3 mėnesius.

Kaip ŽIV įtakoja CD4 ląstelių skaičių?

Užsikrėtus ŽIV, CD4 ląstelių skaičius iš karto mažėja, tačiau po kurio laiko stabilizuojasi ir yra apie 500-600.

Tyrimais paskaičiuota, kad nesigydomas CD4 ląstelių kas 6 mėnesius sumažėja maždaug 45.

Viruso kiekis – kas tai?

Tai – ŽIV kiekis kraujyje. Kuo daugiau kraujyje yra ŽIV, t.y. viruso, tuo greičiau mažėja CD4 ląstelių skaičius, didesnė rizika susirgti AIDS.

Koks siekiamas viruso kiekis besigydomas?

Viruso kiekis parodo kiek ŽIV RNR kopijų yra viename mililitre kraujo.

Svarbu žinoti

Viruso kiekis:

- **Nuo 100.000 iki 1 milijono** – aukštas;
- **Žemiau 10.000** – nevertojant antiretrovirusinių vaistų (ARV), žemas;
- **Žemiau 50** – žinomas kaip „neaptinkamas“ viruso kiekis.

Pasiekti „neaptinkamą“ viruso kiekį yra ARV gydymo tikslas. Neišmatuojama viruso koncentracija nereiškia, kad jūs išgijote nuo ŽIV.

Kodėl reikia žinoti CD4 ląstelių skaičių ir viruso kiekį?

Vertinant CD4 ląstelių skaičių ir viruso kiekį nustatoma, kada pradėti ARV gydymą arba vartoti kitus būtinus vaistus. Kaip minėta, CD4 ląstelių kiekis gali natūraliai svyruoti, todėl nereikia pernelyg jaudintis dėl vieno tyrimo rezultato, tačiau reikia sekti pokyčius.

Labai patogiu CD4 ląstelių skaičių ir viruso kiekį žymėtis specialiaame grafike, kurį rasite šiame lankstinuke.

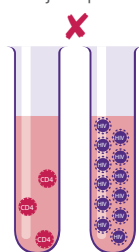
Koks yra ARV gydymo tikslas?

Pagerinti gyvenimo kokybę, padidinti CD4 ląstelių ir pasiekti „neaptinkamą“ viruso koncentraciją. Tai pageidautina dėl dviejų priežasčių, pirmiausia tai reiškia, kad susirgti AIDS rizika yra labai maža, antra – sumažėja kitų ligų, pvz. inkstų ar kepenų ligų rizika. Gydant, šią ribą stengiamasi pasiekti per 6 mėnesius nuo gydymo pradžios.

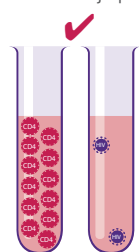
Kodėl svarbu nuolat lankytis pas gydytoją ir atlikti paskirtus tyrimus?

Laikantis gydytojo rekomendacijų ir rūpinantis savo sveikata, laiku atliekant paskirtus tyrimus galima sėkmingai kontroliuoti ŽIV ligą. Kol ARV gydymas dar neskiriamas, pas gydytoją būtina apsilankyti ne mažiau kaip 2 kartus per metus, o pradėjus gydymą ARV – ne mažiau kaip 4 kartus per metus.

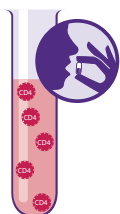
Kai CD4 ląstelių yra mažai, viruso kiekis paprastai yra didelis. Situacija nepalanki.



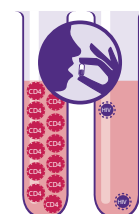
Kai CD4 ląstelių yra daug, viruso kiekis paprastai yra mažas. Situacija palanki.



Kai CD4 ląstelių kiekis nukrenta iki **200-250 mm³**, rekomenduojama pradėti ARV gydymą.



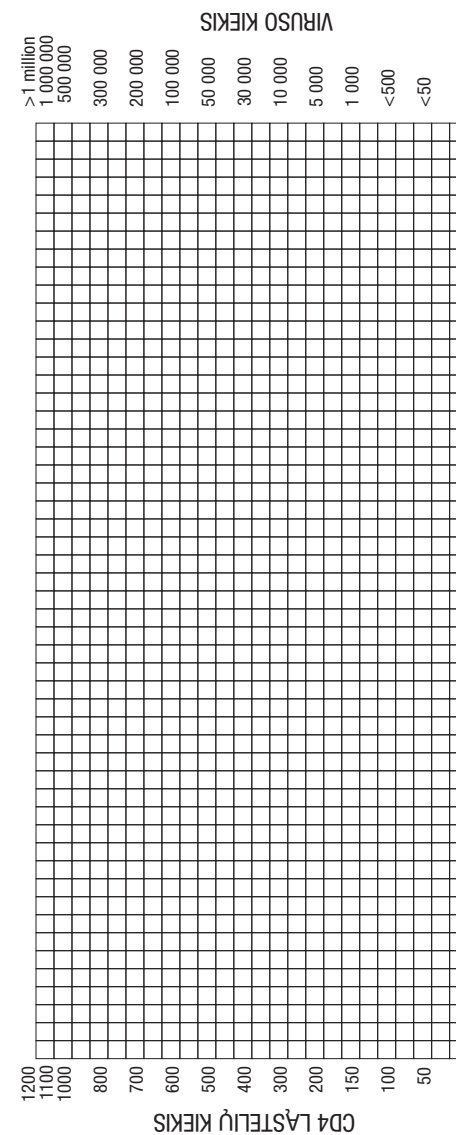
Gydymo tikslas yra pasiekti, kad CD4 ląstelių kiekis didėtų, o viruso kiekis – mažėtų.



Svarbu žinoti

- CD4 ląstelių ir viruso kiekio tyrimo rezultatas suteikia svarbią informaciją apie ŽIV poveikį organizmui;
- CD4 ląstelių ir viruso kiekis nustatomas atliekant laboratorinį tyrimą;
- ŽIV gydymo tikslas – pasiekti, kad viruso lygis būtų „neaptinkamas“, o CD4 ląstelių skaičius – didelis;
- Pradėjus ARV gydymą, vaistus reikia vartoti visą gyvenimą ir labai reguliariai.

Tyrimų rezultatai, užrašyti šiame grafike, padeda įvertinti CD4 ląstelių ir viruso kiekio pokyčius.



Visus klausimus apie tyrimus, gydymo antiretrovirusiniais vaistais pradžią ir gydymo režimą aptarkite su gydančiu gydytoju.