

## HRVATSKI ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO

Savjetovalište za HIV/spolno zdravlje

Adresa: Rockefellerova 12, Zagreb

Radno vrijeme: utorak 11-15 h i četvrtak 15-18 h

Telefon: 01 48 63 345

E-pošta: [hiv.savjet@hzjz.hr](mailto:hiv.savjet@hzjz.hr)

Facebook: [www.facebook.com/CroAids](https://www.facebook.com/CroAids)



Više informacija o spolnom i reproduktivnom zdravlju te o lokacijama za testiranje na HIV i ostale spolno prenosive bolesti potraži skenirajući **QR kod**.

Popis, adrese i radna vremena možeš pronaći na [www.hzjz.hr](http://www.hzjz.hr) i [www.zdravlje.hr](http://www.zdravlje.hr).



# 1.12. SVJETSKI DAN BORBE PROTIV AIDS-a



f <https://www.facebook.com/mladi.kzz.hr>

Instagram [@mladi.kzz](https://www.instagram.com/mladi.kzz)

Website <https://mladi.kzz.hr/>



Tekst pripremile: Veronika Gajšak i Ana Đurkan  
Vizualno oblikovanje letka: Marija Gebert  
Sadržaj letka isključiva je odgovornost Savjeta mladih Krapinsko-zagorske županije.

Podaci su preuzeti sa službene mrežne stranice Hrvatskog zavoda za javno zdravstva ([www.hzjz.hr](http://www.hzjz.hr)) i mobilne aplikacije Spolno zdravlje ([www.spolnozdravlje.hr](http://www.spolnozdravlje.hr)).



U Hrvatskoj je od 1985. do polovine studenoga 2022. godine zabilježeno gotovo **2002 osoba oboljelih** od HIV-a/AIDS-a, a gotovo **255 oboljelih osoba je umrlo** od AIDS-a. Većina od ukupnog broja osoba koje žive s HIV-om zarazila se spolnim putem.

## ŠTO JE HIV/AIDS I KAKO SE PRENOSI?

**HIV** – virus humane imunodeficijencije, odnosno virus koji uzrokuje slabost i nesposobnost obrambenog sustava organizma.

**AIDS** – sindrom stečenog nedostatka imuniteta uzrokovan virusom HIV-a, odnosno oboljenje imunološkog sustava koje se očituje u pojačanoj izloženosti infektivnim procesima.

### HIV SE PRENOSI:

- Nezaštićenim seksualnim kontaktom (oralnim, vaginalnim, analnim)
- Korištenjem zajedničkog pribora za intravenozno unošenje droga
- Korištenjem zajedničkog pribora za tetoviranje, piercing, brijanje
- Primanjem inficirane krvi prilikom transfuzije krvi
- Pri porodu ili dojenju s HIV-pozitivne majke na dijete
- Slučajnim kontaktom s otvorenim ranama HIV-pozitivnih osoba

### HIV SE **NE** PRENOSI:

- Rukovanjem
- Zagrljajem
- Poljupcem
- Kupanjem u bazenu
- Uporabom javnih zahoda
- Šmrcanjem
- Kihanjem
- Kašljanjem
- Korištenjem istog pribora za jelo
- Ubodom komaraca
- Njegovom HIV-pozitivne osobe

**VODITE BRIGU O SVOM ZDRAVLJU!**

## PREVENCIJA HIV-a bolesti uključuje informaciju, edukaciju i testiranje.

Djelotvorne preventivne mjere:

- Pravilna uporaba kondoma
- Izbjegavanje intravenoznog korištenja droge
- Izbjegavanje seksualnih odnosa izvan veze temeljene na povjerenju
- Izbjegavanje seksualnih odnosa pod utjecajem alkohola ili droga
- Korištenje zaštitne opreme prilikom rukovanja krvlju, organima ili tjelesnim izlučevinama u profesionalnom doticaju s potencijalno zaraženim osobama ili materijalom

### PRAVILNO KORIŠTENJE KONDOMA

Za one koji su spolno aktivni, pravilna i redovita upotreba kondoma pri spolnom odnosu značajno smanjuje mogućnost zaraze HIV-om i drugim uzročnicima spolno prenosivih bolesti, a ujedno štiti i od neplaniране trudnoće.

1. Lagano istisni zrak iz rezervoara na vrhu kondoma prije stavljanja na penis u erekciji
2. Drugom rukom pažljivo odmotaj kondom cijelom dužinom spolovila
3. Kondom pravilno postavi na spolovilo

4. Odmah nakon ejakulacije skini kondom pazeći da ne dođe do izlivanja ejakulata

**Očuvanje zdravlja i prevencija bolesti započinje znanjem!**

### POSTOJI LICJEPIVO PROTIV HIV-A?

**Ne postoji!** Jedini je način prevencije HIV-a izbjegavanje rizičnoga spolnog ponašanja.

### KOJI SU SIMPTOMI HIV-A I KAD SE POJAVLJUJU?

Simptomi infekcije HIV-om nisu specifični te se HIV ne dijagnosticira na temelju simptoma, nego isključivo testiranjem. U akutnoj fazi infekcije HIV-om razvija se lakša virusna bolest i obično prolazi nezapaženo i nedijagnosticirano. Virus HIV-a potrebno je duže vrijeme da dovoljno oslabi imunološki sustav organizma, katkad i do deset godina, kako bi se razvila bolest AIDS.

