
HIV INFECTIE

WAT IS HIV EN WAT IS AIDS ?

Hiv is het virus dat aids veroorzaakt. Het kan het lichaam op verschillende manieren binnendringen. Eenmaal in het lichaam begint het virus het afweersysteem af te breken. Normaal gesproken verdedigt het afweersysteem het lichaam tegen schadelijke bacteriën en virussen en beschermt het zo tegen ziekten. Wanneer hiv het afweersysteem heeft verzwakt, krijgen bacteriën en virussen een kans om ernstige ziekten te veroorzaken. We spreken dan van aids.

Aids is een ziekte die wordt veroorzaakt door besmetting met het virus hiv. Hierdoor werkt het afweer- (of immuun)systeem van het lichaam minder goed. Mensen met aids krijgen daardoor zeldzame aandoeningen, zoals bepaalde vormen van longontsteking, darminfecties of kanker.

Wie een hiv-infectie oploopt, merkt daar in het begin weinig tot niets van. Soms zijn er kort durende 'griepachtige' klachten (de fase van 'acute hiv-infectie'). Na enige tijd, soms jaren, kunnen ernstige ziekteverschijnselen optreden. Hiv heeft het afweersysteem dan al voor een groot deel afgebroken.

Het lichaam kan zich nu niet meer beschermen tegen ziekten, die mensen zonder hiv zelden of doorgaans niet krijgen. Op dat moment spreken we van aids. Door tijdig te beginnen met 'hiv-remmers' kan iemand met hiv langdurig leven zonder ziekteverschijnselen te krijgen. Het stadium aids kan dan worden voorkomen, of in ieder geval langdurig uitgesteld. Dankzij deze virusremmende medicijnen wordt de hiv-infectie in westerse landen nu beschouwd als een chronische ziekte.

HOE VAAK KOMT HIV IN NEDERLAND VOOR ?

Het aantal mensen met hiv in Nederland bedraagt naar schatting rond de 21.500. Ongeveer 40 procent van hen is daarvan niet op de hoogte. Hiermee schaden ze hun eigen gezondheid. Bovendien kunnen ze zonder het te weten anderen infecteren, bijvoorbeeld door onveilig te vrijen.

HOE KAN IEMAND HIV KRIJGEN ?

Er zijn verschillende manieren om een hiv-infectie op te lopen. In de dagelijkse omgang is er nauwelijks of geen risico op hiv-infectie. Het virus (hiv) kan zich bevinden in bloed, speeksel, sperma en voorvocht, vaginaal vocht en moedermelk, maar vooral door onveilige handelingen met bloed en sperma loopt iemand risico om hiv op te lopen of over te dragen.

Door onveilig vrijen

Hiv wordt in de meeste gevallen overgedragen door onveilig vrijen. Het virus bevindt zich in sperma, voorvocht en vaginaal vocht en kan door contact met de slijmvliezen worden overgedragen.

Onveilig vrijen betekent vooral neuken zonder de bescherming van een condoom.

Hoewel kleiner, is er ook bij pijpen en beffen een risico van hiv-infectie. Overdracht van het virus is gemakkelijker bij slijmvliesbeschadigingen. Vooral als mensen al een soa hebben die de huid of het slijmvlies van penis, vagina of anus heeft beschadigd, kan hiv daar gemakkelijker het lichaam binnendringen. Infectie valt vooral te voorkomen door veilig te vrijen. Bij neuken en kontneuken bieden condooms bescherming tegen infectie. Pijpen is onveilig bij klaarkomen in de mond.

Adviezen bij condoomgebruik:

Zorg ze altijd binnen bereik te hebben.

Controleer de houdbaarheidsdatum. De uiterste gebruiksdatum staat op de verpakking.

Gebruik alleen officieel goedgekeurde condooms, te herkennen aan het CE-logo.

Gebruik nooit twee condooms over elkaar. Dat biedt geen extra veiligheid. Integendeel, ze gaan dan eerder stuk.

Wees voorzichtig met tanden, nagels en sieraden om beschadigingen of scheurtjes te voorkomen.

Gebruik bij anale seks (kontneuken) altijd extra veel glijmiddel.

Gebruik ook bij seksspeeltjes, zoals dildo's, een condoom.

Wanneer is vrijen zonder condoom veilig ?

Vrijen zonder condoom is alleen veilig als zeker is dat beide partners geen hiv-infectie hebben. Die zekerheid is er pas als dat uit een hiv-test is gebleken. Of er hiv in het bloed aanwezig is, valt pas aan te tonen drie maanden na het moment van de infectie. Daarom kan men pas drie maanden na het laatste onveilige contact bepalen of vrijen zonder condoom veilig is. Om daarvan zeker te zijn mogen beide partners sinds de hiv-test ook geen onveilige seks met iemand anders hebben gehad.

Door bloedcontact

Hiv kan worden overgedragen door bloed. Dat kan gebeuren bij bloedtransfusies, het gebruik van naalden die eerder gebruikt zijn door iemand met hiv (bijvoorbeeld voor het inspuiten van drugs) en bij het prikken aan een besmette naald.

De kans hiv op te lopen door het krijgen van bloed (bloedtransfusie) in een ziekenhuis is in Nederland erg klein. In Europa en de Verenigde Staten controleert men standaard al het bloed op hiv. Bloed met hiv wordt niet gebruikt. Niet in alle landen controleert men het bloed. In veel landen vormen bloedtransfusies wel een risico op hiv-infectie. In sommige beroepen lopen mensen meer risico op hiv door bloedcontact, bijvoorbeeld door bijtverwondingen (politie en bewakers) of door prikken aan een besmette naald (artsen en laboranten). Regels om de kans op infectie te beperken verschillen per werksituatie. Zo draagt een tandarts bijvoorbeeld handschoenen om het risico te verkleinen.

Hiv doorgeven aan het kind tijdens zwangerschap en bevalling en borstvoeding

Een moeder met hiv kan tijdens de zwangerschap of de bevalling het virus doorgeven aan haar kind. Ook kan ze hiv doorgeven via de borstvoeding. Daarom worden in Nederland alle zwangere vrouwen standaard op hiv getest, behalve als ze aangeven dit niet te willen. Als een zwangere vrouw hiv heeft, kan ze tijdens de zwangerschap bepaalde medicijnen, hiv-remmers, slikken. Die zorgen ervoor dat de hoeveelheid virus in het bloed daalt, waardoor de kans dat het kind tijdens de zwangerschap of tijdens de bevalling geïnfecteerd wordt veel kleiner is. Een keizersnede om de infectiekans voor het kind te verkleinen is meestal niet nodig. Uit voorzorg krijgt het kind na de bevalling nog vier weken medicijnen tegen hiv. Verder wordt het de moeder afgeraden om de pasgeborene borstvoeding te geven, omdat het virus ook via de moedermelk kan worden overgedragen.

Als al deze maatregelen worden toegepast dan is de kans dat het kind geïnfecteerd raakt kleiner dan 1 procent.

Wanneer is er geen infectierisico ?

Speeksel, wc-brillen, alledaagse gebruiksvoorwerpen, huidcontact, adem, hoesten, niezen, insecten (muggen of teken), etenswaren, zwembaden en sauna's hebben niets te maken met het risico op hiv. Van tongzoenen, handen schudden of omhelzing krijgt iemand geen hiv.

Wat te doen bij een mogelijk infectierisico ?

Bij seksueel contact met iemand met hiv, zonder condoom of waarbij het condoom is gescheurd, of wanneer iemand zich heeft geprikt aan een besmette injectienaald is er een kans op overdracht.

Als dat kort geleden is gebeurd, bijvoorbeeld minder dan een dag geleden, kan met een arts worden besproken of een zogenoemde PEP-behandeling zinvol is. (Post Expositie Profylaxe: een preventieve behandeling met hiv-remmers na waarschijnlijke blootstelling aan hiv). Als op tijd met een PEP-kuur wordt begonnen en de medicijnen goed worden ingenomen, kan een hiv-infectie in de meeste gevallen worden voorkomen. Een PEP-behandeling is een kuur van een maand met hiv-remmende medicijnen. Het is nodig om zo snel mogelijk met de PEP-behandeling te beginnen, in ieder geval binnen 72 uur, maar het liefst binnen een paar uur na de mogelijke besmetting (het moment dat het virus het lichaam is binnengedrongen). Als iemand risico heeft gelopen kan hij of zij het beste zo snel mogelijk contact opnemen met de GGD of met de huisarts. De meeste GGD's zijn 24 uur per dag bereikbaar voor noodgevallen. De spoedeisende hulp van een ziekenhuis heeft ook vaak de mogelijkheid om een risico-inschatting te maken en zo nodig een PEP-behandeling te starten.

Hulp voor mensen die risico hebben gelopen of zich daarover zorgen maken

Voor wie wil weten of hij of zij risico heeft gelopen op hiv infectie en zich daarover zorgen maakt zijn er de volgende mogelijkheden:

Bellen met de Aids Soa Infolijn

De deskundige medewerkers van de Aids Soa Infolijn maken een inschatting van het gelopen risico. Zij adviseren waar iemand het beste terecht kan voor een test of behandeling.

Het nummer van de Aids Soa Infolijn is 0900-2042040. De infolijn is 24 uur per dag bereikbaar, een gesprek kost 10 cent per minuut.

Op maandag, dinsdag en woensdag van 10.00 tot 20.00 uur en op donderdag en vrijdag van 14.00 tot 20.00 uur krijgt iemand een medewerker aan de telefoon. Op andere tijden of dagen is er informatie over hiv en soa's te beluisteren via een sprekende computer. Ook verstrekt de infolijn informatie over adressen waar men terecht kan voor hulp of aanvullende informatie. De Aids Soa Infolijn heeft ook een e-mailservice. Voor alle vragen over (on)veilige seks, soa's en hiv: sense@soaids.nl

Naar de eigen huisarts of de GGD-soa-polikliniek in de buurt

Natuurlijk is het altijd mogelijk te bellen of een afspraak te maken met de eigen huisarts of de GGD-soa-polikliniek in de buurt. Adres en telefoonnummer van de dichtstbijzijnde GGD-soa-polikliniek is te vinden op www.soaids.nl.

De hiv-test: waarom, waar en wanneer ?

Waarom testen ?

Het kan jaren duren voordat mensen die met hiv geïnfecteerd zijn ziek worden of klachten krijgen. Maar al die tijd kunnen ze wel aan anderen het virus doorgeven en kan de ziekte ernstiger worden. Het is dus belangrijk om bijtijds te weten of er sprake is van een hiv-infectie om zo verdere verspreiding te kunnen voorkomen en om tijdig met behandeling te kunnen beginnen.

Waar zijn mogelijkheden voor een test ?

Voor een hiv-test kan men terecht:

- bij de huisarts
- bij een GGD-soa-polikliniek; adressen zijn te vinden www.soaids.nl
- bij een leverancier van een 'zelftest'

De hiv-zelftest

Via internet zijn ook hiv-tests beschikbaar. Hiermee kan iemand zelf bloed of speeksel testen op hiv-antistoffen. Deze zelftests hebben een aantal nadelen:

- Sommige zelftests zijn nogal ingewikkeld. Er is een kans op fouten bij het doen van de test.
- Als de uitslag hiv-positief is, moet een dokter dat alsnog bevestigen, omdat de uitslag van de zelftest niet 100 procent betrouwbaar is.
- Bij een zelftest is er niet de begeleiding en voorlichting die iemand kan krijgen bij de GGD-soa-polikliniek of de huisarts.

Adviezen bij het gebruik van een zelftest

- lees de bijsluiter heel nauwkeurig.
- Wacht minimaal drie maanden met testen vanaf het moment dat er voor het laatst risico is geweest op hiv-infectie.
- Kies een goed moment voor de test. Als deze uitwijst dat iemand hiv heeft, is het belangrijk iemand in de buurt te hebben voor steun en advies. Veel belangrijke instanties zijn in het weekend gesloten. Daarom is het weekend niet zo'n geschikt moment voor een zelftest.

Hoe werkt een hiv-test?

Als iemand is geïnfecteerd met hiv maakt het lichaam 'antistoffen' aan. Daarom zoekt de arts in het bloed naar antistoffen tegen hiv. Als het lichaam antistoffen aanmaakt, is dat een bewijs dat hiv in het lichaam zit. We spreken dan van hiv-positief.

Wanneer testen?

Het duurt enige tijd, soms tot drie maanden nadat de infectie is opgelopen, voordat er antistoffen zijn gevormd. Daarom wordt iemand die eenmalig onveilig seksueel contact heeft gehad, doorgaans geadviseerd om drie maanden te wachten met testen, omdat dan pas met zekerheid te zeggen is of iemand een infectie heeft opgelopen. Voor wie zich zorgen maakt is dat natuurlijk erg lang. Hij of zij kan in de tussentijd hulp en advies krijgen van de huisarts of een verpleegkundige van de GGD.

Als er in die periode symptomen optreden die kunnen duiden op een acute hiv-infectie (koorts, lymfeklierzwellings, griepachtige verschijnselen), is het dringend aanbevolen naar de arts (terug) te gaan en niet te wachten tot de drie maanden voorbij zijn.

Als iemand al langer dan drie maanden regelmatig onveilig seksueel contact heeft, heeft hij of zij een verhoogd risico op hiv. Meestal wordt er dan meteen een hiv-test gedaan en de drie maanden niet afgewacht.

Bij vermoeden van risico: laten testen

Bij twijfels over risico kan iemand advies vragen bij de huisarts, de GGD-soa-polikliniek of de Aids Soa Infolijn. Een hiv-test maakt een einde aan de onzekerheid: wel of geen hiv. Het is een hele geruststelling voor iemand als blijkt dat hij of zij geen hiv heeft. Het is ook goed te weten als de uitslag hiv-positief is (wat betekent dat er wél een hiv-infectie is), want dan is er de mogelijkheid onder controle te komen van een arts. Deze kan dan de gezondheidstoestand goed in de gaten houden en bepalen of behandeling nodig is en indien nodig daar zo snel mogelijk mee beginnen.

Vragen bij een ongunstige uitslag

Misschien is de uitslag hiv-positief. Dat betekent dat er zich hiv in het lichaam bevindt. Dit roept natuurlijk veel onzekerheid en vragen op: hoe ziet mijn toekomst eruit? Moet ik het vertellen of geheim houden? Hoe zullen mijn vrienden en familie reageren? Wat voor gevolgen heeft mijn hiv-infectie voor mijn relatie?

Als de uitslag hiv-positief is, kan dat gevolgen hebben. Bijvoorbeeld voor werk, of voor verzekeringen. Meer informatie hierover is te verkrijgen bij het servicepunt van de Hiv Vereniging Nederland.

Hiv-test: de procedure

Bij een hiv-test neemt de arts of verpleegkundige bloed af. Dit wordt in een laboratorium getest op de aanwezigheid van hiv-antistoffen. Meestal duurt het ongeveer een week tot tien dagen voordat de uitslag bekend is. Bij een sneltest is de uitslag er vaak al na een uur. Een sneltest is echter geen standaard procedure. Lang niet alle instanties hebben de mogelijkheid om een sneltest te doen.

Van tevoren wordt afgesproken hoe iemand de uitslag te horen krijgt. Het mededelen van de uitslag vindt vaak plaats in een gesprek met de arts of verpleegkundige. Na een testuitslag, waarbij hiv in het bloed is aangetoond, wordt altijd nog een tweede test gedaan om met 100 procent zekerheid te kunnen zeggen dat iemand inderdaad hiv heeft. In het gesprek met de arts of verpleegkundige kan ook worden besproken hoe iemand voortaan risico's voor zichzelf en anderen kan vermijden. De arts of verpleegkundige heeft een zwijgplicht. Dit betekent dat hij of zij de uitslag niet aan anderen mag doorvertellen. Dat mag alleen als iemand daar goedkeuring voor geeft.

Ook op andere soa's laten testen

Bij het risico van een hiv-overdracht door seks wordt aanbevolen ook meteen op andere soa's te laten testen, omdat het risico daarop dan ook aanwezig is. Andere soa's komen veel vaker voor dan hiv-infectie.

Test uitslag: hiv-negatief of hiv-positief

Risicogroepen

Sommige groepen mensen lopen meer risico op een hiv-infectie dan andere. In Nederland komt hiv bijvoorbeeld meer voor bij mannen die seks hebben met mannen, bij drugsgebruikers, mensen en die seks hebben tegen betaling en onder etnische minderheden. Mensen uit deze groepen kunnen zich gratis laten testen bij een GGD-soa-polikliniek.

Anonieme test

Anoniem testen betekent dat bij het afnemen van de hiv-test de naam van de betrokken persoon niet bekend wordt gemaakt. Er komt op het buisje met bloed een nummer te staan in plaats van de naam. Zo komt de huisarts of zorgverzekering niet te weten dat iemand een test heeft laten doen. Anoniem testen is niet mogelijk bij de huisarts en in het ziekenhuis. Bij GGD-soa-poliklinieken is het alleen mogelijk als iemand nadrukkelijk vraagt om een anonieme test.

De uitslag is hiv-negatief

Dit betekent goed nieuws: er is geen hiv in het bloed gevonden. Als iemand de drie maanden voor de test geen risico heeft gelopen, dan kan hij of zij ervan uitgaan geen hiv te hebben.

De uitslag is hiv-positief.

Dit betekent slecht nieuws: er zit virus in het bloed. Misschien is daar voor de geïnfecteerde nog helemaal niets van te merken. De arts zal de gezondheidstoestand en de ziekteontwikkeling regelmatig blijven controleren. Deze arts is doorgaans een hiv-specialist in het ziekenhuis. Die kan iemand begeleiden en informatie geven, bijvoorbeeld over de mogelijkheden om de hiv-infectie te behandelen.

Vertrouwelijke uitslag

De uitslag van de test is altijd vertrouwelijk. De huisarts mag de uitslag niet doorvertellen. En met de medewerkers van de GGD kan iemand afspreken of de uitslag wel of niet naar de huisarts gaat.

Testen is in Nederland nooit verplicht

In Nederland staat in de wet dat het afnemen van een hiv-test een vrijwillige en individuele keuze is. Niemand kan worden gedwongen zich te laten testen, tenzij er (verdenking van) misdaad in het spel is. Iemand hoeft de uitslag van een hiv-test niet aan de werkgever te vertellen.

Voor het afsluiten van sommige hypotheek en (levens) verzekeringen kan het een voorwaarde zijn een hiv-test te laten doen. Als iemand dat niet laat doen kan dat betekenen dat hij of zij die hypotheek of verzekering niet krijgt.

Leven met hiv en de combinatietherapie

Genezing van een hiv-infectie is niet mogelijk. Het virus verdwijnt niet uit het lichaam, maar ontwikkeling van de ziekte kan wel worden geremd door behandeling met medicijnen, de zogenoemde 'hiv-remmers'. Dat betekent het slikken van een combinatie van drie of meer hiv-remmers. Hiv-remmers gaan de activiteit en vermenigvuldiging van hiv in het lichaam tegen. Het afweersysteem kan daardoor beter functioneren. Dit betekent dat er minder of helemaal geen klachten zijn, die mensen met hiv zonder behandeling wel zouden hebben. De moeilijkheid van behandeling met hiv-remmers is dat mensen de pillen op vaste tijdstippen moeten innemen, één of twee keer per dag, en dat iedere dag, een leven lang.

Die 'therapietrouw' is een voorwaarde voor een succesvolle behandeling. Ook kunnen de geneesmiddelen bijwerkingen hebben, zoals misselijkheid en veranderingen in de vetverdeling over het lichaam. Regelmatige controle is nodig op andere lichaamsfuncties, zoals bijvoorbeeld de werking van de lever en de nieren, die door de medicijnen extra worden belast.

Als bij een test is gebleken dat er zich hiv in het bloed bevindt, wil dat nog niet per se zeggen dat er een begin wordt gemaakt met een behandeling. Het starten van een behandeling gebeurt in overleg met een hiv-behandelaar, de specialist op dit gebied. Die gaat daarbij uit van richtlijnen, die voor alle hiv-behandelaars gelden.

Het is belangrijk om bijtijds met de combinatietherapie te beginnen, in ieder geval voordat hiv tot ziekteverschijnselen leidt. De toestand van iemands afweer bepaalt wanneer hij of zij moet beginnen met de combinatietherapie. Daarom moet iemand die hiv heeft regelmatig naar de arts voor onderzoek van het afweersysteem. Dankzij de combinatietherapie kan iemand met hiv betrekkelijk normaal verder leven. Zonder de behandeling wordt iemand met hiv sneller ziek en is de kans groter dat iemand met hiv overlijdt aan de gevolgen ervan.

Ziektekosten

De Basisverzekering vergoedt de combinatietherapie. Voor mensen die onverzekerd zijn, kan behandeling een onbetaalbare aangelegenheid zijn. Toch mag behandeling niet geweigerd worden aan onverzekerde personen die de behandeling niet kunnen betalen. Zijn er vragen met betrekking tot hiv-infectie en illegaal verblijf in Nederland, dan kan er advies worden gevraagd bij het Servicepunt van de Hiv Vereniging Nederland.

Partnerwaarschuwing

Het is belangrijk dat zoveel mogelijk (vaste) seksuele partners uit iemands leven, in elk geval alle (vaste) partners vanaf de laatste bekende negatieve hiv-test, op de hoogte worden gebracht en zich ook laten testen op hiv-antistoffen.

