

Inden det er for sent

Af Lars Göran Olofson

Lars Göran Olofson, svensk medlem af Det Grønlandske Selskab, har sendt redaktionen nedenstående tekst fra en brochure, udgivet af Socialstyrelsen i Sverige, skrevet af Dr. Lars Moberg. Ikke for at skabe panik, men for at opfordre alle, skoler, politikere og medierne til at oplyse om HIV sygdommen, der nu spreder sig som en lavine i den vestlige verden. (Oversat fra svensk af redaktionen).

AIDS, Acquired Immune Deficiency Syndrome, er den alvorligste vîrussygdom, som begynder med smitte af HTLV-III (hedder nu HIV = Human Immunodeficiency Virus). Denne virus kan forårsage en lang række sygdomme, hvoraf AIDS er den alvorligste. Derfor bør vi forsøge at vænne os til begrebet HIV-infektion og kun anvende AIDS for livstruende immundefekt, som HIV-infektion kan føre til.

HIV påvirker menneskets immun-forsvar, kroppens forsvar mod fremmedstoffer. Den får kroppen hos en del af de smittede til at få stadigt vanskeligere ved at modstå infektioner, og hos en del smittede ophører immunforsvaret så småt helt at fungere. De får da forskellige livstruende infektioner eller svulstsygdomme. Og først da kan man anvende sygdomsbetegnelsen AIDS, dvs. »erhvervet immunbrist«, en svækkelse af immunforsvaret, som altså ikke er medfødt men erhvervet.

Det er nu helt klart, at den overvejende del af de AIDS-syge i verden er

blevet smittet ved sexuel omgang. Virus kan således overføres fra mand til kvinde, fra kvinde til mand, fra mand til mand. Både kvinder og mænd kan altså sprede smitten, og en kvinde kan også under graviditeten sprede smitte til sit foster. En anden almindelig smitte foregår ved at blod fra en smittet kommer ind i kroppen på en usmittet person. Det sker, når sprøjtenarkomaner benytter hinandens sprøjter.

HIV smitter ikke ved daglig omgang mellem mennesker. Det er ikke farligt at røre ved en, som er smittet, og heller ikke farligt at omfavne ham eller kysse ham eller hende. Smitte kan ikke overføres gennem luften. Og smitte kan ikke trænge ind i ubeskadiget hud. Smitte kan ikke overføres ved måltider gennem mad, bestik, glas eller tallerkener. Offentlige toiletter udgør ingen smitterisiko, og heller ikke badevand, håndklæder eller sengetøj.

Altså: For at HIV skal smitte, *skal virus komme ind i kroppen*, og det gør den kun ved seksuelle kontakter, eller hvis man får smittet blod i kroppen.

Råd

Rådene gælder både dig, der ikke har foretaget dig noget, som kan medføre en øget risiko, og dig der ved, du har foretaget dig noget risikobetonet, også selvom det kun har været en enkelt gang. Rådene er få og korte, men det gør dem dog ikke lettere at efterleve. Det medfører, at du må ændre din livsstil. Kun ved at vi ændrer vores levemåde, kan vi stoppe spredningen af HIV.

Du som tilhører en gruppe med øget risiko for HIV-smitte

Giv ikke blod, plasma eller brystmælk. Hold dig til én seksualpartner for at mindske risikoen for smitte og anvend altid kondom ved samleje.

Du som er smittet

Giv ikke blod, plasma eller brystmælk. Begræns din seksuelle omgang til én partner, som ved at du er smittebærer, og som forstår, at han eller hun kan blive smittet.

Brug altid kondom ved samleje.

Lev sundt og følg de råd, som din læge giver dig.

Du der er sprøjtenarkoman

Gør alt hvad du kan for at holde op med sprøjten.

Kan du ikke lade være, så del aldrig sprøjte eller kanyler med nogen anden.

Følg ovennævnte råd, som også gælder dig.

Du der søger sexkontakt med prostituerede

Lad være med at have samleje med prostituerede, da mange prostituerede er

narkomaner og derfor udgør en stor smitterisiko. Har du alligevel sådanne kontakter, så brug altid kondom under hele samlejet.

Du der rejser udenlands

Gå kun i seng med dem du kender meget godt. Lad være med at have samleje med prostituerede. I mange af verdens storbyer findes smitte hos prostituerede kvinder.

Har du alligevel sådanne kontakter, så brug altid kondom under hele samlejet.

Du der ikke kan være smittet

Giv blod og plasma. Din indsats er nødvendig.

Hav samleje med så få som muligt.

Brug altid kondom ved sexuel omgang udenfor et fast forhold.

AIDS er en sygdom som skaber rædsel og utryghed hos mange. Måske også hos dig der læser dette. Vi ved idag hvordan HIV smitter. Vi ved også hvordan det ikke smitter. Man kan ikke blive smittet som f.eks. af influenzavirus eller skoldkoppevirus ved almindelige hverdagskontakter. Man bliver ikke smittet i forbifarten. Det kræver meget nære og intime kontakter for at denne virus skal overføres fra et menneske til et andet. Og den viden er vores bedste beskyttelse mod unødigt uro. Vi ved hvordan smitten spredtes, og derfor kan vi bremse eller standse den fortsatte spredning af HIV.

De der alligevel bliver smittet bør have støtte og hjælp til at leve et liv, så de ikke udsætter andre for at blive smittet. Mens vi venter på at forskerne

Hvordan undgår du smitte med AIDS?

Hold dig så vidt muligt til en fast partner. Hvis du har forbindelser af løs karakter: så *brug kondom* – og du undgår samtidig smitte med gonorre og syfilis. Kondomer kan fås gratis på sygehuset og kan købes i butikkerne.

AIDS-smitte findes i alle verdensdele. Især i det centrale Afrika er smitten vidt udbredt blandt prostituerede. Ved tilfældige seksuelle kontakter i det fremmede: *brug kondom*.

- *sivisuumik timmittarneq,*
- *qungatsimi, unerni imaluunniit akulaanni qinersit suanngarnerat,*
- *panertumik tupamik patsiseqanngitsumik aammalu nuannermi pisartumit sivilsunerumik quersortarneq,*
- *qarnup iluani tinunernik naatitsineq.*

Tassali tamakku tassaapput aamma allanik nappaateqarnermi malunniuttartut.

Qanoq iliorluni AIDS-imik tunillatsinnaveer-saartoqarsinnaava?

Sapinngisamik aalajangersimasumik ataatsimik ilaqartarit. Tamalikaartunik ilaqartaruit: *usuup pooqartarit* – taava aamma gonorre syfilisilu ingalassimaniarsinnaavatit. Usuup puui napparsimavimmi akeqanngitsumik pineqarsinnaapput pisiniarfinnilu pisiarineqarsinnaallutik.

Silarsuup immiikkoortuini tamani AIDS-imik tunillatsittoqarsinnaavoq. Pingaartumik Afrikap qiterpasissuani atortittartut akornanni tunillatsissimaneq annertoqaaq. Nunani allanni atoqateqassaguit: *Usuup puua atoruk!*

Udgivet i samarbejde med
Grønlands Sundhedsvæsen

Saqqummersinneqarpoq Kalaallit Nunaanni
Peqqinnissamut Qullersaqarfik suleqatigalugu

Hjemmestyrrets pjece, udgivet af informationstjenesten Tusarlivik i samarbejde med Grønlands Sundhedsvæsen.

skal udvikle den vaccine og de hjælpemidler, som vi mangler idag, må vi hjælpe hinanden, så at spredningen og skadevirkningerne af HIV bliver så små som overhovedet muligt.

Hele denne tekst er hentet fra en brochure, udgivet af Socialstyrelsen i Sverige. Den er skrevet af Dr. Lars Moberg, men den er hermed også formidlet videre til befolkningen i Grønland.

Vi ved gennem massemedierne, hvordan HIV virus spredtes lavineagtigt i den vestlige verden. Og jeg viderebefordre ikke dette for at skabe panik, men for at opfordre de grønlandske skoler og alle andre institutioner, de grønlandske medier, og ikke mindst politikerne om at være med fra begyndelsen med oplysninger om denne nye fare. Oplysning og stadig mere oplysning er uhyre vigtigt, så kampen mod HIV kan føres videre med uformindsket styrke.