

PĒC 10 GADIEM IZĀRSTĒSIMIES?

(**XIV. PASAULES AIDS** konference,
Barselona, VII. 2002)

Lai arī konferences delegātu skaits (**14.000!**) bija vēl lielāks kā parasti, tā īpašus atklājumus AIDS laukā neienesa.

Dažiem desmitiem konference iesākās ātrāk – ekonomijas nolūkos EATG nolēma savas tradicionālās A un D Eiropas konferences pievienot šim lielajam notikumam. Tā 2 dienas ilgušī priekškonference arī deva orientāciju tās dalībniekiem lielajā nākamo dienu programmā. Diemžēl, šo EATG konferenci neapmeklēja neviens Latvijas pārstāvis.

Runājot par **aktīvismu**, kā pretstatu var minēt dažus Austrālijas inficētos, kuri, lai tikai varētu strādāt konferencē par brīvprātīgajiem, paši apmaksāja savus ceļa izdevumus.

Brīvprātīgo kustības sakarā jau zinām, ka dažu Rietumu inficēto jauniešu vecāki kļūst par AIDS aktīvistiem. Tagad šo "modi" var vērot arī Austrumos (piemēram, priekškonferenci apmeklēja inficētais no Pēterburgas ar savu tēvu).

Konferencē bija arī profesionāli masieri – brīvprātīgie – atlika tikai izvēlēties laiku.

Konferences izstāžu zāle ar visu tās NVO sektoru bija milzīga, kā allaž. "The Body" ("AIDS and HIV Information Resource") stendā varēja uzzināt, ka caur www.thebody.com ir iespējams **sazināties ar ASV ievērojamākajiem ekspertiem** un gūt atbildes uz sev būtiskiem jautājumiem.

Turpmāk ieskats konferences tēzēs.

Senie paņēmieni atgriežas! Pasīvā Hiperimūnā Terapija (PHI) ir cita **inficētā asiņu** ar augstu CD4 šūnu skaitu **injicēšana**. ASV pētījums parādījis, ka ieguvēji ir kā donori, tā saņēmēji. Ikmēneša ½ l plazmas ziedošana ikreiz radīja jaunas anti- HIV antivielas donoram, stabilizējot CD4 skaitu ap 400. Savukārt, saņēmējam PHI var paildzināt AIDS iestāšanās momentu. Metode, kur uzvarētājas ir abas puses ("Positive Nation", II 2002).

Svarzude nenoiet no AIDS skatuves. Labā vēsts ir tā, ka kombinētās terapijas bez PI atjauno muskuļu masu inficētajiem ar svarzudi, kas lielāka par 10% (taču ne tiem, kuriem nav vai ir mērena svarzude) (WePeB5893).

Salīdzinot dažādas valstis, arī Anglijas vadlīnijas kā **pirmo kombināciju** iesaka 2 NRTI + Nevirapīns vai Efavirencs. ("PTN", 2002 pavasara izd.) Iespējamība sasniegt VL (vīrusa slodzi) zem nosakamības robežas ir par 25% lielāka pacientiem, kuru kombinācijā ietverts Efavirencs pretstatā Nevirapīna vai PI kombinācijas saņemošajiem ("Positive Nation" II. 2002).

Daudzi apsver, vai (un kurus) vitamīnus vajadzētu vēl papildus uzņemt. Iekarsušos prātus var nomierināt ar domu, ka kombinētās terapijas lietojošajiem **E vit.** papildinājums nav nepieciešams, jo līdz ar terapiju tā līmenis organismā palielinās pats no sevis. (WePeB5998)

Labi zināms, ka **Selēna** (Se) iztrūkums būtiski palielina mirstības risku HIV- 1 infekcijā. ASV klīniskajā izmēģinājumā antiretrovirāļu lietotāji ik dienas saņēma 200 µg Se tablešu. Ja placebo (Se nesaņemamošo) grupā CD4 šūnu skaits samazinājās 36% pacientu, tad Se grupā - tikai 12,5 %, arī VL tiem bija zemāka (WePeB5891).

Parasti **seksuālo disfunkciju** (SD) saista ar PI. Taču Kanādas pētījums neatrada to par pamatotu. Tomēr tas neizslēdza kādas atsevišķas PI kombinācijas saistību ar SD (TuPeB4515).

Un kā ar **transmisiju**?

Itāļu pētījums Efavirenca kombinācijas lietojošo pacientu starpā neatklāja viņu spermā VL vīrus nosakāmības robežas (tikai 2 no 22 pacientiem VL bija vīrus 50). Tas rosina domāt, ka šo pacientu sperma ir ar zemu HIV transmisijas risku. Tomēr tas vēl nenozīmē, ka varētu "ņemties" bez prezervatīva!!! Dažiem homoseksuāļiem, kuri jūtas "vientuļi un ārpus jebkādas kopienas" radusies jauna mode – ar interneta starpniecību viņi meklē partnerus, HIV+ spermas "donorus", jo inficētie esot kā "brālība, kā saliedēta kopiena". Otrs iemesls: "tas ir pēdējais tabū, visekstrēmākais seksuālais akts, kāds uz planētas vairs atlicis". Lai arī viņu skaits nav liels, tā ir būtiska problēma HIV izplatības kontrolēšanā ("Rolling Stones", 23.I.2003).

Vēl arvien lielu daļu hospitalizāciju un inficēto nāves izraisa elpvadu infekcijas. Un 82% PCPneimonijas, 80% bronhītu un 57% pneimoniju atgadās **smēķētāju** starpā (puse no tiem lieto kombinētās terapijas!) (ThPeB7379). Bez tam, smēķēšana rada oksidatīvo stresu, kas var būt par iemeslu palielinātai HIV replikācijai, imūnās funkcijas zaudējumam, hroniskai svarzudei un lielākai zāļu toksisko blakņu iespējai. Ja nespējat atteikties, vismaz ēdiet daudz augļu, dārzeņu un lietojiet antioksidantu papilddevas, lai postošo efektu mazinātu ("Nutrition for Healthy Living", 1999. rudens izd.).

Zināms, ka **labi sabalansēta diēta** palīdzina inficēto dzīvi. Tanzānijas diētas padomnieki novēroja uzlabotu dzīves kvalitāti bez oportūniskajām infekcijām pacientiem, kuri stingri ievēroja sekojošu diētu: 10 svaigi apelsīni (mūsu gadījumā – svaigi vai saldēti vietējie augļi vai ogas – piemēram, upenēs ir daudz vairāk C vitamīna!), 1 ola, svaigi dārzeņi ik dienas un glāze svaigas burkānu sulas pirms gulētiešanas (ThPeF8213).

Savukārt, mans ieteikums sekot rietumniekiem un izdzert vismaz 8 gl. ūdens dienā (brošūrā "Dažas atziņas HIV inficēto aprūpē") izrādās, ir viņu pašu pārpratums un pārspīlējums. Zinātnieki ("American Journal of Physiology") nav spējuši tam atrast neviena iemesla. Drīzāk ir iespējama "**ūdens intoksifikācija**" (vairāki sportisti no tās ir miruši), tādēļ – dzeriet, kad slāpst (vai, kad terapija to pieprasa)!

HIV terapijas nākotne ir farmakoģenētikā un individualizētā terapijā. Pēc pozitīvas diagnozes jums nāktos apmeklēt ārstu, iedot viņam matu šķipsnu un saņemt datora atbildi jums personīgi: kad labāk uzsākt terapiju un efektīvāko kombināciju (ar personificētu devu), kura vismazāk spētu izraisīt blaknes. Cena: 350- 500\$ ("Lancet", III 2002).

Lai arī brīnumzāles konference neatklāja, tomēr AIDS mākonim parādījusies sudraba maliņa: zinātnieki atklājuši gēnu, kas pilnībā pārtrauc vīrusa vairošanos cilvēka organismā. Tātad tuvāko 10 gadu laikā HIV infekcija var kļūt par **izārstējamu slimību!**

Šai sakarā atceros konferences laikā kāda bijušā narkomāna man teikto: "Iedomājies, pēc gadiem mēs varētu satikties šai pat vietā, abi veseli, HIV-, un ar pūlēm censtos atcerēties, par ko mēs bijām tik ļoti norūpējušies toreiz..."

*A.Kalniņš,
AGIHAS*

Materiāls tapis ar Holandes vēstniecības Latvijā atbalstu