

VIRZIENĀ UZ ILGDZĪVOŠANU!

(XIII. PASAULES AIDS konference,
Durbāna, Dienvidāfrikas rep., VII.2000)

Šī skrejlapa ir novēlota ne tikai konferences tēžu grāmatu lielā apjoma dēļ (1220 lpp.), bet arī tāpēc, ka īpašus jaunumus medicīnā tā neuzrādīja: - pārsvarā tika runāts par zāļu pieejamību jaunattīstības valstīs. Piemēram, “Boehringer - Ingelheim” apņēmās bez maksas piegādāt savu Viramune (Nevirapīns) grūtniecēm. Šī programma pieejama arī Latvijai. Jā, pati konference izmaksāja 10 miljonus \$!

Jaunais pagrieziena AIDS medicīnā ir nevis tik daudz uz vīrusa slodzes pazemināšanu, kā uz ilgdzīvošanu – jāattīsta terapijas, kuras cilvēki varētu lietot 30 – 40 gadus.

Starp citu, “veiksminiekiem”, kas uzsākuši terapiju tūlīt pēc inficēšanās, var pietikt ar 4 nedēļu ilgu ārstēšanās kursu, lai nokļūtu **ilgstoši neprogresējošo** kārtā (tēzes LbPeA7020).

Savukārt, interesantu sakarību atraduši Japānas zinātnieki, pētot ilgstoši neprogresējošus inficētos. Izrādās, ka vairums no tiem ir hemofīliki (inficēti ilgāk par 17 gadiem). Šī ir vērtīga ziņa ģenētiķiem, vakcīnu izstrādātājiem un profilaksei (TuPeC3370).

Tika apstiprinātas jau paredzamas patiesības, piemēram: pastāvīgi augsts **CD8** šūnu skaits ir kļūta ilgākai izdzīvošanai (ThPeB5031).

Savukārt CD4 šūnu skaits ir izšķirošais, lai uzsāktu ārstēšanu (nav svarīgs ne vecums, ne dzimums, ne vīrusa slodze) un to bīstamais līmenis ir **CD4 = 200!** (LbPe7050).

Sākotnējā dedzība par strukturētajiem **terapijas pārtraukumiem** (STI) ir apdzisusi, un tie varētu būt attaisnojami tikai nepanesama zāļu toksiskuma gadījumos vai inficētajiem, kuriem nemaz nevajadzēja uzsākt ārstēšanos tik agri (“The Hopkins HIV Report”, IX 2000).

Sakarā ar to, ka ilga PI (proteāzes inhibitoru) klases zāļu lietošana var novest pie lipodistrofijas un nāves (WePeB4166), to **nomaiņa** ar, piemēram, efavirencu pat samazina vīrusa slodzi un ievērojami palielina CD4 šūnu skaitu (WePeB4188). Taču nekas nav ideāls, un Efavirencs, savukārt, var izraisīt sāpīgu krūšu palielināšanos 8% gadījumu.

Zinātnieki strādā arī pie zāļu **režīma vienkāršošanas**. Efektīva izrādījusies PI nesaturoša kombinācija Nevirapīns + Efavirencs + ddl, kas jāuzņem vienreiz dienā (TuPeB3207). Vienreiz dienā uzņemamās zāles gan ir daudz bīstamāk izlaist!

Runājot par **svarzudi**, tā tomēr tiek novērota arī slimniekiem, kuri lieto trīskāršās kombinācijas, un kuru vīrusa slodze ir zem nosakāmības robežas (TuPeC3399).

Par arvien svarīgākiem visi ārsti uzskata regulārus fiziskus treniņus!

Kā allaž, pasaules AIDS konferencēs sastopami gan AIDS disidenti, gan alternatīvu izeju meklētāji. H.S.Armisteds iesaka neaizmirst multivitamīnus un minerālus (īpaši A, B12, cinku, selēnu). **Selēns** ir vienīgais no vitamīniem/ minerāliem, kas uzrādījis statistiski nozīmīgu efektu inficēto dzīves paildzināšanā (apmēram 2 gadi). Deva: 100- 200 mcg/dienā. Selēns ir antioksidants (tāpat kā, piemēram, vit. C un E) un cits autors (MD prof. R.H.Kellers, A.S.V.) uzsver, ka lietot trīskāršās kombinācijas bez antioksidantu papilddevām ir vienkārši neloģiski. Izskaidrojums: milzīgā slodze aknām, ko uzliek daudzās zāles.

Runājot par **AIDS/NVO kustību**, laba sadarbība izveidojusies Pēterburgā, kur Pestīšanas Armija kopš 1998.g. nodibinājusi inficēto klubu "Nadežda", kurā konfidenciāli un atraisītā gaisotnē notiek informatīvi pasākumi, diskusijas, tiek saņemts garīgs un sociāls atbalsts (piemēram, finansiāla palīdzība atsevišķām ģimenēm, vitamīni bērniem). Daudzi vairs nespējot iedomāties savu dzīvi bez šīs programmas (ThPp1459).

Savukārt Ukrainā EC Tacis/Lien (Latvijā darbojas EC Phare) programmas paspārnē nodibināts homeopātijas lietotāju un praktizētāju klubs "Mrija", kas noturēja seminārus un propagandēja "alternatīvus" HIV profilakses un ārstniecības paņēmienus (TuPeE3927).

"Ieniru" arī konferences afrodžeza ritmiem bagātajā **kultūras programmā**. Durbanas teātrī uzstājās dr Kredo Mutva – Dienvidāfrikas visleģendārākais stāstnieks, vadonis un dziednieks, arī dzejnieks un skulptors (veikalos bija nopērkamas divas viņa mākslas grāmatas). Tāpat kā visa auditorija, savaldzināts un apburts klausījos viņa skaistajā, vienkāršajā valodā. Klausījos, kā kolonizatori izskauda veselīgās, dabā balstītās tradīcijas (dr Mutva: "Tikai muļķi aizmēž savu kultūras mantojumu"), kā tagad Rietumos tiek komercializētas afrikāņiem sen zināmas lietas (sarunas ar augiem u.tml.). Ar nožēlu dr Mutva pieminēja faktu, ka Dienvidāfrikas valdība nesekmē un necildina savus zintniekus, gluži pretēji kā tas ir Ķīnā vai ASV un Indijā, kur augstā godā tur indiāņu šamaņus un vēdiskos dziedniekus. Un te nu man, protams, prātā ienāca Latvija ar tās aizliegumiem zāļu sieviņām – vēl pēdējam latviskās zintniecības atzaram – pat parādīties tirgū ar savām zāļu buntītēm. Jo, lūk, esot bijis saindēšanās gadījums (pēc šīs loģikas vajadzētu slēgt arī visas aptiekas, jo no tur pirktām zālēm saindēšanās epizožu ir bijis pietiekami!).

Durbanā vienas nedēļas laikā patiesi pārsteigts jutos trīsreiz – ieraugot smalkas veikalu ķēdes „Edgars” nosaukumu; izdzirdot no biroja vadītāja, ka viens no viņa vecākiem bijis latvietis; un saņemot vētrainu apkampieni no viesu nama īpašnieces, jo biju pirmais īrnieks no Latvijas – viņas vectēva Dzimtenes, kuru tam nācies pamest savas revolucionārās darbības dēļ. Pieteicos uz vienu no **konferences ekskursijām** uz kādu no Kvazulu Natal reģiona ciematiem. Ceļš uz to izvijās pa skaistu kalnainu apvidu. Lai gan

dzīvojamās būdas patiesi saslietas no skārda un finiera gabaliem, bērni izskatījās veselīgi, priecīgi un dāvanas baltajiem neubagoja. Vietējo galvenais pārvietošanās līdzeklis, tomēr izskatās, ir pašu kājas. Afrikāņiem raksturīgā nesteidzīguma dēļ bijām stipri nokavējuši, un mūs ilgi gaidījušais vietējais virsaitis, diemžēl, bija aizbraucis. Viesojāmies ciemata veselības punktā. Vietējie mūs bija gaidījuši un cienāja ar vārītu gaļu un batatēm. Tikšanās laikā sievas brīžiem izdod savādas, dzīvnieciski guturālas skaņas, kuru nozīmi tā arī neizpratu. Kaut arī bezgala gardais biežais baltais alus tradicionāli tika pasniegts, tupot uz ceļiem un pārgērbusās sievietes arī uzstājās ar savām dziesmotajām dejām, neviens smaids visā tikšanās laikā nevienā sejā tā arī neatplauka – tās bija ledaini aukstas – vai nu gadsimtiem krātā naida dēļ, vai pašlepnuma, aizvainojuma, nicinājuma, vai vienkārši vienaldzības dēļ. Blakus stāvošā, no salmiem slietā šamanes būda ir vienīgā skaistā ciematā pamanītā afrikāņu stilā veidotā būve puslodes formā, kurā ieejot, jānoņem kurpes. Pagalmā – ārstniecisko augu dobes. Šamane ir apmācīta arī AIDS jautājumos un pielieto šīs zināšanas sarunās ar vietējiem. Kad pret vakaru atvadāmies, šamane (visa pasākuma vietējā organizētāja) lika saprast, ka būtu priecīga par kādām dāvanām. Esmu pārsteigts par rietumnieku ārkārtīgo taupīgumu – tikai viens atrod par vajadzīgu iebāzt roku kabatā, lai no tās izvilktu...AIDS nozīmīti! Esmu paņēmis līdzī krelles, un viņa neapstrādāto dzintaru atzīst par skaistu. Varbūt atcerēsies vārdu "Latvija"?

A.Kalniņš,
AGIHAS

Materiāls tapis ar Holandes vēstniecības Latvijā atbalstu