

Spansk/norsk

Información sobre VIH y sida

Fakta om hiv og aids

Aids er en alvorlig sykdom som siden begynnelsen av 1980-tallet har spredd seg over hele verden. Aids skyldes et virus, hiv, som overføres fra person til person i bestemte situasjoner.

Hva er hiv?

Hiv er forkortelse for humant immunsvikt virus. Personer med hiv vil vanligvis ikke føle seg syke de første årene etter at de er smittet, men viruset vil etterhvert bryte ned kroppens motstandskraft mot smittestoffer.

Personer som har fått hiv vil ha viruset i kroppen og kunne smitte andre resten av livet.

Hva er aids?

Det alvorligste stadium i sykdomsutviklingen kalles aids. Aids er forkortelse for acquired immune deficiency syndrom. En person med hiv utvikler aids når kroppens motstandskraft er så svekket at den ikke lenger klarer å uskadeliggjøre smittestoffer som virus, bakterier og sopp. Personer med hiv vil etter hvert utvikle aids hvis de ikke får behandling. Vanligvis tar det 8-10 år fra man blir smittet til man utvikler aids.

I noen deler av verden er aids en av de vanligste dødsårsakene. Gjennomsnittlig levealder har derfor i noen land gått ned med ca. 10 år.

Sida es una grave enfermedad que se ha extendido en todo el mundo desde principios de los años 80. El sida lo causa un virus,VIH,que se transmite de persona a persona en determinadas situaciones.

¿Qué es VIH?

VIH es la abreviatura para virus de la inmunodeficiencia humana. Normalmente,las personas con VIH no se sentirán enfermas durante los primeros años siguientes a su contagio, pero el virus irá poco a poco destruyendo las defensas del cuerpo contra organismos infecciosos.

Las personas con VIH tendrán el virus en el cuerpo y podrán contagiar a otros durante el resto de sus vidas.

¿Qué es sida?

El estado más grave en el desarrollo de la enfermedad se llama sida. Sida es la abreviatura para el síndrome de inmunodeficiencia adquirida. Una persona con VIH desarrolla el sida cuando las defensas del cuerpo están tan debilitadas que ya no consiguen detener a los organismos infecciosos que lo atacan, como virus, bacterias y hongos. Las personas con VIH que no reciban tratamiento desarrollarán con el tiempo el sida. Normalmente, se tarda entre 8 y 10 años desde que uno se contagia hasta que desarrolla el sida.

En algunas partes del mundo el sida está considerado como una de las causas más comunes de defunción. Por eso, en algunos países, la media de esperanza de vida ha disminuido aproximadamente en 10 años.

Hvordan smitter hiv?

Hiv smitter:

1. Ved ubeskyttet samleie mellom kvinne og mann eller mellom menn. Hvem som helst kan få hiv ved ubeskyttet samleie med en person som har viruset. Årsaken til smitte er direkte kontakt med viruset som finnes i blod, sæd eller skjedesekret.

Hiv kan overføres fra mann til kvinne, fra kvinne til mann og fra mann til mann. Hiv smitter lettere hvis en eller begge parter har andre seksuelt overførbare sykdommer (SOS). Det kan også være en risiko for overføring av virus gjennom munnsex, det vil si kontakt mellom kjønnsorganer og munn/tunge. Dette er spesielt aktuelt hvis det finnes rifter eller sår i munnen eller på kjønnsorganene.

2. Ved bruk av sprøyter og sprøytespisser forurenset med hiv.

3. Ved blodoverføring dersom blodet inneholder hiv.

4. Fra mor til barn under svangerskapet, fødselen eller ved amming.

¿Cómo se contagia el VIH?

El VIH se contagia:

1. A través del coito sin protección entre mujer y hombre o entre hombres. Cualquiera puede infectarse por VIH mediante el coito sin protección con una persona que tenga el virus. La causa de contagio es el contacto directo con el virus que se encuentra en la sangre, en el semen o en las secreciones vaginales.

El VIH se puede transmitir de hombre a mujer, de mujer a hombre y de hombre a hombre. El VIH se contagia más fácilmente si una o ambas partes tienen otras enfermedades de transmisión sexual (ETS). También hay riesgo de transmisión del virus a través del sexo oral, es decir, del contacto entre los órganos sexuales y la boca/lengua. Este es, en particular, muy arriesgado si existen arañazos o heridas en la boca o en los órganos sexuales.

2. A través del uso de jeringuillas o agujas infectadas por VIH.

3. A través de las transfusiones de sangre, si la sangre contiene VIH.

4. De madre a hijo durante el embarazo, el parto o la lactancia.

Hvordan unngå smitte?

Det eneste effektive beskyttelsesmiddel mot hiv er kondom. Kondom beskytter også mot andre seksuelt overførbare sykdommer som herpes, klamydia, gonore og mot uønsket graviditet. Også ved munnsex bør man bruke kondom.

P-piller og spiral beskytter bare mot uønsket graviditet

Injiserende stoffbrukere må unngå å dele sprøyter med andre. Velger man likevel å dele sprøyteutstyr, må sprøyte og sprøytespiss rengjøres grundig med klorin mellom hver injeksjon på følgende måte:

Skyll gjennom utstyret med lunkent vann 5 ganger.

Trekk klorin opp i spiss og sprøyte. La klorinen stå i utstyret i minst 5 minutter.

Skyll gjennom utstyret med lunkent vann 5 ganger.

Medisinsk behandling av gravide med hiv har redusert risikoen for smitte fra mor til barn betydelig. For å unngå at barnet får hiv er det viktig at moren får regelmessig medisinsk oppfølging.

¿Cómo prevenir el contagio?

La única protección efectiva contra el VIH es el preservativo. El preservativo protege también de otras enfermedades transmitidas sexualmente, como el herpes, las clamydias y la gonorrea, además de evitar embarazos indeseados. También se debe usar preservativos para el sexo oral.

La píldora anticonceptiva y la espiral previenen solamente los embarazos indeseados.

Las personas que se administran drogas intravenosas deben evitar compartir jeringuillas con otros.

Si, sin embargo, uno decide compartir la jeringuilla y la aguja, estas deben limpiarse muy bien con lejía, entre cada inyección, de la siguiente forma:

Enjuagar el material 5 veces en agua tibia.

Introducir lejía en la jeringuilla a través de la aguja. Dejad la lejía dentro durante 5 minutos como mínimo.

Enjuagar el material con agua tibia 5 veces.

El tratamiento médico a embarazadas con VIH ha reducido significativamente el riesgo de contagio de madre a hijo. Para evitar contagiar al niño es importante que la madre reciba un seguimiento médico con regularidad.

Hiv smitter ikke

Ved vanlig sosial omgang.
Gjennom hel hud.
Gjennom luft og vann.
Gjennom mat og drikke.
Via spisebestikk, servise og lignende.
Via sengetøy, håndklær og lignende.
Via toalettseter og badebasseng.
Ved kyssing.
Ved nysing og hoste.
Gjennom svette.
Gjennom snørr og tårer.

Sterile sprøyter som brukes på sykehus, hos legen og på helsestasjoner medfører ingen fare for overføring av hiv eller andre sykdommer som smitter gjennom blod. Derfor er det heller ingen risiko ved å gi blod.

I Norge har vi begrensninger på hvem som får gi blod. Begrensningene gjelder blant annet menn som har sex med menn, injiserende stoffbrukere, personer som har oppholdt seg lenge eller er født i noen land utenfor Nord-Europa.

El VIH no se contagia:

- A través de relaciones sociales normales.
- A través de la piel sin heridas.
- A través del aire o del agua.
- A través de la comida o la bebida.
- Por medio de los cubiertos, platos o similares.
- Por medio de sábanas, toallas o similares.
- Por medio de asientos de retretes o bañeras.
- A través de los besos.
- A través de estornudos o tos.
- A través del sudor.
- A través de mocos o lágrimas.

Las jeringuillas esterilizadas que se usan en hospitales, por los médicos y en los centros de asistencia sanitaria no conllevan ningún riesgo en la transmisión del VIH o de otras enfermedades que se contagien a través de la sangre. Por ello, no se corre ningún riesgo al donar sangre.

Noruega tiene restricciones en la donación de sangre. Éstas incluyen, entre otras, a hombres que tengan relaciones sexuales con hombres, a consumidores de drogas por vía intravenosa, así como, a personas que hayan nacido o estado durante largo tiempo en países fuera del Norte de Europa.

Behandling

Det finnes ingen vaksine mot hiv som beskytter mot smitte. Det finnes heller ikke medisiner som fjerner viruset fra kroppen.

Det finnes medisiner som kan hemme formeringen av viruset i blodet. Når det er små mengder virus i kroppen tar det lengre tid å svekke kroppens motstandskraft. Kroppens motstandskraft kalles immunforsvar, og ved bruk av medisiner tar nedbrytingen av immunforsvaret lengre tid. Behandlingen så langt har gitt positive resultater.

Bruken av disse medisinene krever regelmessig oppfølging hos lege. Det er viktig at hiv blir oppdaget så tidlig som mulig slik at behandling med de rette medisiner kan begynne straks det er nødvendig.

Hvis det har oppstått infeksjoner p.g.a. et svekket immunforsvar finnes det medisiner til behandling av mange av disse infeksjonene.

Personer med hiv vil få oppfølging og råd av helsetjenesten og behandling av eksperter på hivinfeksjon.

Når det gjelder medisiner og levesett som vil virke inn på sykdommen, er det viktig at den som har hiv samarbeider med de som har erfaring og kunnskap om behandling. Med godt samarbeid mellom pasient og behandler er det store muligheter for at en med hivinfeksjon kan leve som frisk i mange år.

Tratamiento

No existe vacuna alguna contra el VIH que proteja del contagio. Tampoco existen medicamentos que eliminen el virus del cuerpo.

Existen medicamentos que pueden detener la reproducción del virus en la sangre. Cuando las cantidades del virus en el cuerpo son pequeñas, las defensas del cuerpo tardan mucho más en debilitarse. Estas defensas se llaman sistema inmunológico y, con el uso de medicinas, retrasamos la destrucción del mismo. Hasta el momento, el tratamiento ha dado resultados positivos

El uso de estas medicinas exige un seguimiento regular por parte de un médico. Es importante que el VIH sea descubierto lo antes posible, de manera que, el tratamiento con las medicinas adecuadas pueda comenzar en cuanto sea necesario.

En caso de que hayan aparecido infecciones debidas al debilitamiento del sistema inmunológico, existen medicinas para el tratamiento de muchas de estas infecciones.

Las personas portadoras del VIH recibirán seguimiento y consejo por parte de los servicios de salud, además de tratamiento por parte de los expertos en infección por VIH.

En cuanto a las medicinas y a la forma de vida que afectan a la enfermedad es importante que aquellas personas portadoras del VIH colaboren con aquellas otras que tienen experiencia y conocimientos sobre el tratamiento. Con una buena colaboración entre el paciente y la persona que lo trata hay grandes posibilidades para que la persona infectada por VIH pueda vivir sana durante muchos años.

Hivtest

Smitte med hiv fører til at kroppen danner angrepsstoffer, såkalte antistoffer for å ødelegge viruset. En hivtest tas som en blodprøve i armen. Den viser om det finnes hiv antistoffer i blodet. Man kan finne antistoffer i blodet tre til seks uker etter smitte. Det tar ca. en uke å få svar på hivtesten. På enkelte steder er det også mulig å ta en hurtigtest hvor man får resultatet etter 20 minutter. Man kan velge å være anonym når man tar en hivtest.

Det er bare hivtesten som kan gi svar på om man er smittet. Alle som tror de har vært i en risikosituasjon bør derfor teste seg. Testen er gratis og kan tas hos hvilken som helst lege. Legen skal ikke gi opplysninger om testresultat til andre uten samtykke fra den det gjelder. Dette gjelder så lenge den smittede ikke utsetter andre for smittefare.

Hivtesten er frivillig. Det betyr at ingen kan testes mot sin vilje, og alle som testes skal være informert om hva testen innebærer. Gravide får tilbud om test i forbindelse med svangerskapskontroll. Det stilles ikke krav om hivtest i forbindelse med søknad om oppholdstillatelse i Norge. Avgjørelsen i slike søknader skal ikke være knyttet til hivtesten.

La prueba del VIH

La infección por VIH lleva al cuerpo a crear un tipo de sustancias para destruir el virus llamadas anticuerpos. Una prueba del VIH se hace como un análisis de sangre en el brazo. Esta muestra si se encuentran anticuerpos del VIH en la sangre. Los anticuerpos se pueden detectar en el cuerpo de tres a seis semanas después del contagio. Los resultados de la prueba del VIH tardan aproximadamente una semana en conseguirse. En algunos sitios es posible también hacerse una prueba rápida cuyos resultados se consiguen en 20 minutos. Cuando uno se hace una prueba del VIH puede elegir si quiere mantenerse en el anonimato.

La prueba del VIH es la única forma que hay de saber si uno está infectado. Todos aquellos que crean haber estado en una situación de riesgo deberían hacerse una prueba. La prueba es gratis y cualquier médico puede realizarla. El médico no dará a otros información sobre el resultado de la prueba sin el consentimiento de la persona en cuestión, siempre y cuando el infectado no exponga a otros a ningún peligro de contagio.

La prueba del VIH es voluntaria, es decir, a nadie se le puede hacer la prueba en contra de su voluntad y todos aquellos que se sometan a ella serán informados sobre lo que ésta implica. A las mujeres embarazadas se les ofrece la posibilidad de hacerse la prueba en los controles de embarazo.

No se requiere una prueba del VIH a la hora de solicitar la residencia en Noruega. La decisión que se tome en dichas solicitudes no estará vinculada a la prueba del VIH.

Når hivtesten er negativ

En negativ hivtest betyr at det ikke kan påvises antistoffer i blodet. Sannsynligvis er du ikke smittet. Men kroppen trenger tid for å danne antistoffer etter at smitten har funnet sted. Blir testen tatt før antistoffene er dannet vil det gi et negativ resultat selv om viruset er i kroppen. Hvis du vet at du har utsatt deg for smitte de siste tre månedene bør du ta en ny test etter 6-8 uker.

Er du smittet uten at det ennå er dannet antistoffer kan du smitte andre.

Husk at et negativt resultat ikke betyr at du ikke kan bli smittet i fremtiden. Unngå derfor risikoadferd som ubeskyttet sex og deling av sprøyter.

Cuando la prueba del VIH es negativa:

Una prueba del VIH negativa significa que no se han encontrado anticuerpos en la sangre. Probablemente no estés infectado, pero el cuerpo necesita tiempo para formar anticuerpos una vez que el contagio haya tenido lugar. Si se realiza la prueba antes de que los anticuerpos hayan sido formados, el resultado será negativo, aunque el virus esté ya en el cuerpo. Si sabes que has estado expuesto a contagio durante los últimos tres meses deberías hacerte una nueva prueba después de 6-8 semanas.

Si estás infectado, aunque todavía no se hayan formado los anticuerpos, puedes contagiar a otros. Recuerda que un resultado negativo no significa que no puedas ser contagiado en el futuro. Por lo tanto, evita comportamientos de riesgo, como sexo sin protección o compartir jeringuillas.

Når hivtesten er positiv

En positiv hivtest betyr at en er smittet og dermed kan smitte andre. Selv om kroppen danner antistoffer klarer de ikke å uskadeliggjøre viruset.

Når man får vite at man har en alvorlig smittsom sykdom vil det for de fleste melde seg mange spørsmål.

Når hivtesten er positiv blir man henvist til leger og sykepleiere som er spesialister på hiv og aids. Her vil du få svar på de spørsmålene du har, og de vil kunne gi deg råd for hvordan du kan planlegge livet ditt.

De aller fleste kan jobbe eller studere som de gjorde før de fikk vite at de var hivpositive, og det er kun på enkelte områder i livet det er nødvendig å gjøre forandringer. De største forandringene vil være at man alltid må ta hensyn risikoen det er for å smitte andre. Man må også forholde seg til helsevesenet på en måte som er ny for de fleste. Faste besøk og nært samarbeid med legen er viktig.

Cuando la prueba del VIH es positiva:

Una prueba del VIH positiva significa que uno está infectado y que, por lo tanto, puede contagiar a otros. Aunque el cuerpo forme anticuerpos, estos no consiguen destruir el virus.

A la mayoría de las personas que descubren que tienen una enfermedad contagiosa grave se le vienen a la cabeza muchas preguntas.

Cuando la prueba del VIH es positiva, la persona en cuestión será dirigida a médicos y enfermeros especialistas en VIH y sida. Ellos responderán a las preguntas que tengas y te podrán aconsejar sobre cómo puedes planificar tu vida.

La mayoría de estas personas puede trabajar o estudiar como lo hacían antes de saber que eran seropositivos y, solamente en ciertas circunstancias, deberán hacer algunos cambios. El cambio más grande será que uno siempre deberá tener en consideración el riesgo de contagiar a otros. También se deberá relacionar con los servicios de salud de una manera que es nueva para la mayoría. Las visitas regulares al médico y una cercana colaboración con él son importantes.

Ordliste

Immunforsvar

Kroppens eget forsvar mot bakterier, virus og sopp. Immunforsvaret skal hindre at vi blir syke av alle smittestoffene vi kommer i kontakt med.

Smittestoffer

Bakterier, virus eller sopp som kan lage sykdommer. Smittestoffene kommer inn i kroppen gjennom luften vi puster, gjennom det vi drikker og spiser eller gjennom seksuell kontakt og gjennom blod.

Virus

Smittestoff som trenger kroppens levende celler for å kunne formere seg.

Bakterier

Smittestoff som kan gi sykdom hos mennesker. De fleste sykdommer som skyldes bakterier kan behandles med antibiotika.

Sopp

Smittestoff som kan gi sykdommer, spesielt hos mennesker med dårlig immunforsvar.

Infeksjon

Sykdom fremkalt av bakterier, virus eller sopp.

Antistoffer

Stoffer som kroppen lager for å uskadeliggjøre smittestoffer som kommer inn i kroppen. Kroppen lager egne antistoffer for hvert enkelt av de ulike smittestoffene. For eksempel lager kroppen sitt eget antistoff mot hiv.

Terminología

Sistema inmunológico

La propia defensa del cuerpo contra bacterias, virus y hongos. El sistema inmunológico impedirá que enfermemos a causa de todos aquellos organismos infecciosos con los que entramos en contacto.

Organismos infecciosos

Bacterias, virus u hongos que pueden provocar enfermedades. Los organismos infecciosos entran en el cuerpo a través del aire que respiramos, de lo que bebemos y comemos, del contacto sexual y de la sangre.

Virus

Organismo infeccioso que necesita de las células vivas del cuerpo para reproducirse.

Bacterias

Organismo infeccioso que puede causar enfermedades a las personas. La mayoría de las enfermedades debidas a las bacterias se puede curar con antibióticos.

Hongos

Organismo infeccioso que provoca enfermedades especialmente en personas con un sistema inmunológico muy debilitado.

Infección

Enfermedad provocada por bacterias, virus u hongos.

Anticuerpos

Sustancias que el cuerpo crea para destruir los organismos infecciosos que entren en el cuerpo. El cuerpo crea determinados anticuerpos para cada uno de los diferentes organismos infecciosos. Por ejemplo, el cuerpo crea un determinado anticuerpo contra el VIH.

”Información sobre VIH y sida”
Publicado por Statens institutt for folkehelse
(instituto nacional para la salud pública)
en colaboración con Statens helsetilsyn
(autoridades sanitarias).
Nueva edición revisada 2001

"Fakta om hiv og aids"
Utgitt av Statens institutt for folkehelse
i samarbeid med Statens helsetilsyn.
Ny revideret utgave 2001

Informasjonstelefonen om aids: 810 03 200



Postboks 4404 Nydalen
N-0403 Oslo, Norway
Internett: www.folkehelse.no



Statens helsetilsyn

Trykksakbestilling:
Tlf.: 22 24 88 86 - Faks: 22 24 95 90
E-post: trykksak@helsetilsynet.dep.no
Internett: www.helsetilsynet.no