

## PENGETAHUAN DASAR TENTANG HIV/ AIDS

Apakah HIV itu ?

HIV yang merupakan singkatan dari *HUMAN IMMUNODEFICIENCY VIRUS* adalah Virus Penyebab AIDS. Virus ini menyerang dan merusak sistem kekebalan tubuh sehingga kita tidak bisa bertahan terhadap penyakit-penyakit yang menyerang tubuh kita.

Sistem kekebalan tubuh Rusak atau Lemah mudah terserang penyakit yang ada di sekitar kita seperti TBC, Diare , Sakit kulit, dll.

- HIV terdapat di dalam cairan tubuh seseorang yang telah terinfeksi seperti didalam darah, Air Mani ( Cairan Sperma ) atau Cairan Vagina dan Air Susu Ibu.
- Sebelum HIV berubah menjadi AIDS, penderitanya akan tampak sehat dalam kurun waktu kira-kira 5 sampai 10 tahun.
- Walaupun tampak sehat, mereka dapat menularkan HIV pada orang lain melalui hubungan seks yang tidak aman, transfusi darah atau pemakaian jarum suntik secara bergantian.

Apakah AIDS itu ?

AIDS yang merupakan kependekan dari *ACQUIRED IMMUNE DEFICIENCY SYNDROME* adalah sindroma menurunnya kekebalan tubuh yang disebabkan oleh HIV.

- ❖ Orang yang mengidap AIDS amat mudah tertular oleh berbagai macam penyakit, karena sistem kekebalan di dalam tubuhnya telah menurun.
- ❖ Sampai sekarang belum ada obat yang dapat menyembuhkan AIDS.

- ❖ Agar dapat terhindar dari HIV/ AIDS, anda harus tahu bagaimana cara penularan dan pencegahannya.

Bagaimana HIV ditularkan ?

HIV dapat didapat ditularkan melalui 4 cara, yaitu :

- Hubungan seks ( Anal, Oral, Vaginal ) yang tidak terlindung dengan orang yang telah terinfeksi HIV.
- Penggunaan jarum suntik atau jarum tindik secara bergantian dengan orang yang terinfeksi HIV.
- Ibu hamil penderita HIV kepada bayi yang dikandungnya.
- Kontak darah / luka dan transfusi darah yang sudah tercemar virus HIV.

HIV tidak menular melalui :

- Gigitan nyamuk
- Orang bersalaman
- Berciuman
- Orang berpelukan
- Makan bersama / piring dan gelas
- Tinggal serumah

Bagaimana mengetahui tanda atau gejala AIDS ?

Biasanya tidak ada gejala khusus pada orang-orang yang terinfeksi HIV dalam waktu 5-10 tahun. Setelah itu, AIDS mulai berkembang dan menunjukkan tanda-tanda atau gejala –gejala seperti berikut :

- Kehilangan berat badan secara drastis
- Diare yang berkelanjutan
- Pembengkakan pada leher dan/ atau ketiak
- Batuk terus menerus

Jika ada orang yang menunjukkan salah satu dari gejala diatas bukan berarti terinfeksi HIV. Untuk memastikan hubungi segera layanan kesehatan terdekat untuk mendapatkan pemeriksaan tes darah HIV.

Bagaimana mengetahui orang yang sudah terinfeksi HIV ?

Hanya melalui penglihatan, anda tidak bisa tahu apakah seseorang sudah terinfeksi HIV atau tidak.

- Pada kenyataannya, pengidap HIV terlihat sangat sehat.
- Satu – satunya cara untuk mengetahui hal ini adalah melalui tes darah HIV.
- Di Indonesia, terdapat cukup banyak LSM ( Lembaga Swadaya Masyarakat ) yang dapat membantu anda untuk mendapatkan pelayanan tes darah.

Penyakit HIV Stadium I

- Biasanya tanpa gejala (dapat limfadenopati generalisata yang persisten—PGL)

- Mampu melawan infeksi dengan baik
- Pelan-pelan, jumlah CD4 semakin rendah
- Kehidupan sehari-hari tampak normal

### **Penanganan**

- ✓ Pola hidup yang positif dan sehat (olahraga 20 menit setiap hari, makan teratur)
- ✓ Pemeriksaan dokter berkala, skrining IMS, tes Pap, vaksinasi, seks lebih aman

### Penyakit HIV Stadium II

- Infeksi ringan lebih sering daripada biasa: ruam, infeksi kulit, seraiawan, demam, infeksi saluran pernapasan atas yang kambuhan
- Umumnya kehilangan berat badan di bawah 10 persen
- Dapat meneruskan kehidupan sehari-hari seperti biasa

### **Penanganan**

- ✓ Sama seperti Stadium I (pola hidup yang positif dan sehat, pemeriksaan, skrining, seks lebih aman, vaksinasi)
- ✓ Pengobatan dini untuk infeksi
- ✓ Pertimbangkan profilaksis (kotrimeksazol)

### Penyakit HIV Stadium III

- Infeksi oportunistik (IO) yang lebih parah, mis. pneumonia, meningitis, kandidiasis mulut
- Diare kronis, demam terus-menerus, TB paru
- Kehilangan berat badan lebih dari 10 persen
- Kesulitan melakukan kegiatan sehari-hari

### **Penanganan**

- ✓ Sama seperti Stadium I (pola hidup yang positif dan sehat, pemeriksaan, skrining, seks lebih aman, vaksinasi)
- ✓ Terapi antiretroviral (ART)
- ✓ Pengobatan dini untuk infeksi
- ✓ Profilaksis (kotrimoksazol)

### Penyakit HIV Stadium IV

- IO yang lebih parah, mis. PCP, diare parah, limfoma, TB luar paru, tokso, CMV, meningitis kriptokokkus, sarkoma Kaposi, ensefalopati HIV, kandidiasis saluran makan
- Kehilangan berat badan parah/*wasting*
- Sering sakit parah, terbaring pada tempat tidur

### **Penanganan**

- ✓ Mengobati IO
- ✓ ART
- ✓ Perawatan rumah sakit atau di rumah
- ✓ Profilaksis (kotrimoksazol)

## AIDS

(Acquired Immunodeficiency Syndrome)

artinya :

kerusakan atau kemunduran sistim kekebalan tubuh seseorang secara didapat → dengan segala akibatnya





## RESIKO TINGGI

- Senggama vaginal / anal tanpa kondom
- Fellatio dengan ejakulasi
- Cunilingus waktu menstruasi
- Kontak oral - anal

## KELOMPOK RESIKO TINGGI

- Pria homoseksual

- Pecandu obat bius iv.
- Penerima transfusi darah/komponen darah sebelum tahun 1986
- Wanita & pria tuna susila
- Pria & wanita dengan banyak mitra seksual
- Mitra seksual dari kelompok diatas

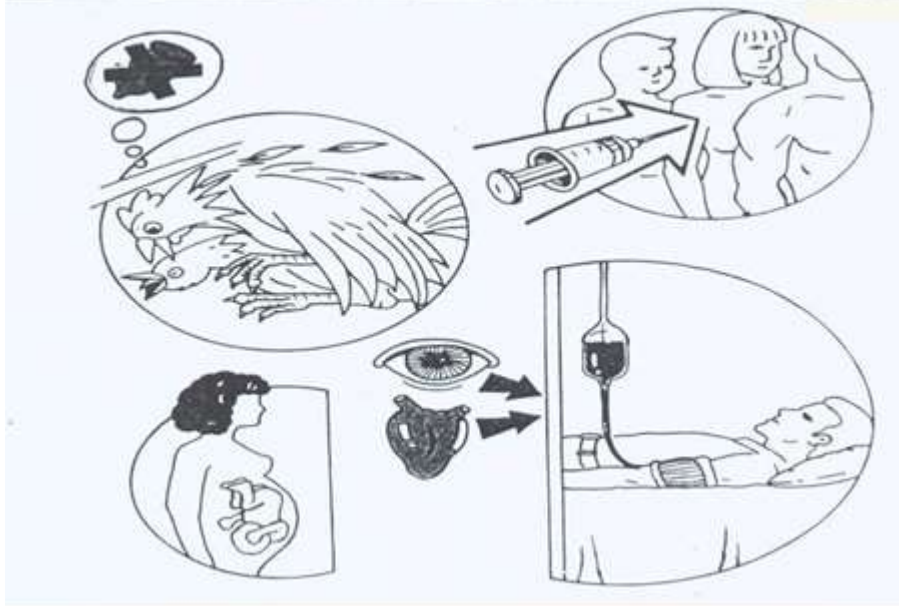


#### TIDAK TERBUKTI TERJADI PENULARAN

- Jabat tangan
- Pergaulan : kantor, sekolah, rumah
- Toilet umum, kamar mandi, kolam renang, handuk
- Pesawat telpon, perabot, alat tulis
- Tempat duduk umum : Bis, KA, pesawat
- Lalat dan gigitan nyamuk

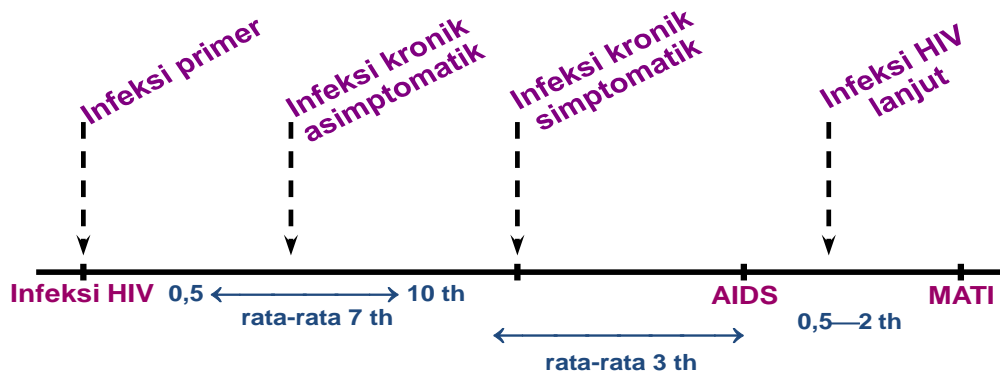


## SIAPA YANG MUDAH TERSERANG HIV ?

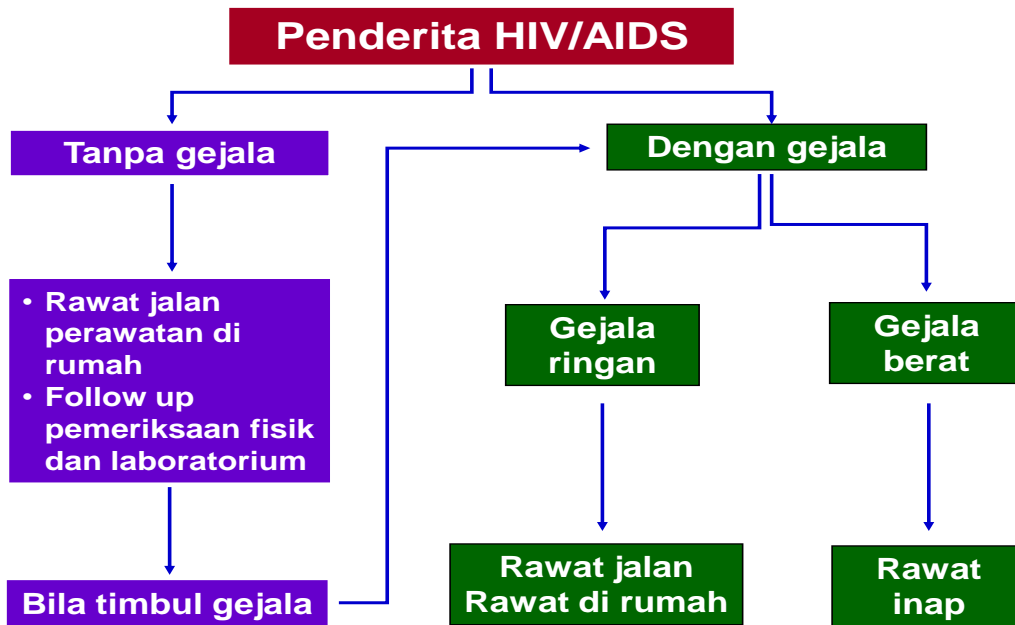


### PENCEGAHAN INFEKSI HIV

- Menghindari hubungan seksual diluar nikah
- Senggama pakai kondom
- Tansfusi darah/komponen darah → bebas HIV
- Jarum suntik, akupunktur, tindik dll → steril
- Ibu dengan HIV :
  - o Jangan hamil
  - o Bila melahirkan → jangan menyusui



**Obat- obat anti retroviral HAART** → **Harapan hidup >> Quality of life >>**

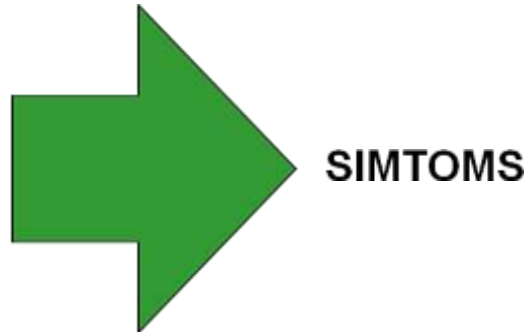


**Sebagian besar waktu sakit** → **Rawat jalan (home care)**

## PEMERIKSAAN FISIK

Tanda vital : BB, Temp, Pernafasan, Nadi dan tekanan darah.

- Kulit
- Mata
- Kelenjar limfa
- Oso faring
- Paru
- Saluran pencernaan
- Traktus uro-genital
- Muskulo-skeletal
- Neurolis
- Psikiatris



## EVALUASI LABORATORIUM

### 1. Tes dasar (*baseline laboratory test*)

- Darah lengkap
- CD4; CD8
- Serum elektrolit
- Fungsi ginjal, hati
- Serologis untuk hepatitis, sifilis, toksoplasma
- Tes tuberkulin

- Foto thorak

## 2. Tes rutin *follow up*

DL: Asintomatik; CD4>400;tiap 6-12 bln

Simtomatik; CD4<400;tiap 2-6 bln

Minum obat myelotoksik; 1-2 bln

CD4 :

>600            Tiap 6 bulan

500    - 600    Tiap 3 bulan

200    - 500    Tiap 3 bln (bila tak ada indikasi lain)

50      - 200            Antisipasi infeksi oportunistik

<50            Optional

Panel kimia : Tiap tahun ( >sering bila minum obat

Anti virus/ada infeksi op./keganasan)

Albumin    : Pada penyakit yg sdh lanjut;tiap3-6 bln

PPD : Tiap tahun

Serologi toksoplasma/sifilis : Tiap tahun

Foto : Setiap diperlukan

### 3. Tes laboratorium tambahan :

Digunakan untuk evaluasi gejala yang spesifik, tidak diperlukan untuk follow up rutin

## NUTRISI

Sangat penting → prioritas utama setiap hari

- Mempertahankan sistem imunitas
- Mempertahankan kekuatan otot
- Mempertahankan berat badan
- Mempertahankan sistem saraf, ketahanan mental / memori

Nutrisi suplemen → menggantikan makanan padat

## DUKUNGAN KELUARGA DAN MASYARAKAT

- Dukungan moral
- Dukungan finansial
- Perlu KIE terhadap masyarakat luas

Dukungan kelompok masyarakat peduli AIDS

Rumah tinggal sementara

