

Seniorzy a HIV. Jak często dochodzi do zakażeń? Jak się kochać długo i zdrowo?

1 grudnia obchodzony jest Światowy Dzień AIDS. To jedno z najważniejszych wydarzeń dotyczących zdrowia publicznego, organizowane od 1988 roku z inicjatywy Światowej Organizacji Zdrowia. Tegoroczne hasło, ogłoszone przez ONZ-owski program UNAIDS, brzmi: „*Pokonywanie barier i zmiana podejścia w odpowiedzi na HIV i AIDS*” (ang. *Overcoming disruption, transforming the AIDS response - World AIDS Day 2025*). UNAIDS podkreśla, że aby do 2030 roku zakończyć epidemię AIDS, potrzebne są: silne przywództwo polityczne, współpraca między państwami oraz podejście oparte na poszanowaniu praw człowieka.

Początek zakażeń HIV - to głównie narkomanii, którzy używali wspólnego sprzętu - igieł, strzykawek. Ludzie mają określone stygmaty, stereotypy, że ich to nie dotyczy, że to jest problem innych osób. Nie mamy grup ryzyka, mamy tylko ryzykowne zachowania, to dotyczy również seniorów.

Badania pokazują, że wirusem HIV coraz częściej zakażają się osoby starsze. Czy seniorzy mają świadomość zagrożenia? Jaka jest ich wiedza na temat choroby?

Styl życia seksualnego Polaków bardzo się rozwija. Dzięki temu też ludzie mogą mieć te kontakty dłużej i bardziej satysfakcjonujące. Tematem tabu było przez lata, że osoby dojrzałe kontaktów seksualnych nie mają. Już nie myślą o kwestiach związanych z płodnością, bo mają świadomość, że są już po okresie menopauzy, a brak wiedzy powoduje, że nie kojarzą kontaktów seksualnych z możliwością chorób przenoszonych drogą płciową, jak rzeżączka, kiła, chłamydie, wirus HIV.

Statystyki pokazują, że odsetek zakażeń wirusem HIV wśród starszych Polaków rośnie. Już co dziesiąta osoba z nowo wykrytym wynikiem dodatnim ma ponad 50 lat. HIV jest wirusem niedoboru odporności. Uszkadza nasz układ odpornościowy. Przez wiele lat może nie dawać objawów, natomiast to, co powinno nas zaniepokoić i skłonić do tego, żeby się przetestować, to mogą być częste infekcje, nawracające, niepoddające się leczeniu. Sanatoria to miejsca, w których seniorzy nie tylko poprawiają swoje zdrowie, ale i nawiązują nowe znajomości oraz romanse. Wyjazdy kuracyjne, senioralne to nie tylko zabiegi. Życie prywatne, tańce, zabawy, przy odrobinie alkoholu sprzyjają rosnącej liczbie zakażeń, potrzebie testowania i stosowania zabezpieczeń.

AIDS to nie wyrok, należy przełamywać barierę wstydu, odchodzić od skłonności do oceniania moralności drugiego człowieka, kojarzenia używania prezerwatywy z okresem młodości i zabezpieczania się przed niepożądaną ciążą, mówienia intuicyjnego - jestem dojrzały/-a, mam



Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekłe Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl



Fundusze Europejskie
dla Małopolski



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



MAŁOPOLSKA

Projekt pn. „Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie” dofinansowany przez Unię Europejską z Programu Fundusze Europejskie dla Małopolski na lata 2021-2027, w ramach Priorytetu 6. Fundusze Europejskie dla rynku pracy, edukacji i włączenia społecznego, Działania 6.33 Wsparcie usług społecznych w regionie - ZIT

kontakt z kulturalną osobą celem poprawy nastroju, nie muszą używać prezerwatywy, nie muszą się badać, a przecież bakterie, pasożyty, wirusy nie znają limitu wieku.

Ważne jest m.in. to, by skutecznie walczyć z dyskryminacją i stygmatyzacją osób żyjących z HIV oraz zapewnić równe prawa i dostęp do opieki zdrowotnej wszystkim, zwłaszcza kobietom, dziewczętom i innym osobom narażonym na wykluczenie.

Od wdrożenia badań w 1985 r. do 31 grudnia 2024 r. stwierdzono zakażenie HIV u 35.175 obywateli Polski i u osób innego obywatelstwa przebywających na terenie Polski. Ogółem odnotowano 4.377 zachorowań na AIDS; 1.518 chorych zmarło. Codziennie w Polsce średnio ponad 5 osób dowiaduje się o swoim zakażeniu. Do zdecydowanej większości zakażeń dochodzi drogą kontaktów seksualnych. Na dzień 25.11.2025 r. leczeniem antyretrowirusowym (ARV) w Polsce objętych było ok. 21.819 pacjentów, w tym 128 dzieci. Leczenie jest prowadzone w ramach Rządowego Programu Polityki Zdrowotnej p.n. *„Leczenie antyretrowirusowe osób żyjących z wirusem HIV w Polsce”*

Światowy Dzień AIDS jest ważnym przypomnieniem o potrzebie ciągłej walki z HIV/AIDS oraz o znaczeniu edukacji, testowania i dostępu do leczenia dla wszystkich.

Tydzień testowania został zainicjowany w 2013 r. jako element wspólnych europejskich wysiłków na rzecz zwiększenia wykrywalności zakażeń HIV. Od tego czasu kampania cieszy się rosnącym zainteresowaniem i angażuje corocznie setki organizacji z całej Europy. Obecnie inicjatywa odbywa się cyklicznie dwa razy w roku – w maju oraz w listopadzie. W Polsce zachęcamy nie tylko testowania w kierunku HIV, ale również wirusowego zapalenia wątroby oraz innych chorób przenoszonych drogą płciową. Zakażenie HIV może dotyczyć każdego – niezależnie od wieku, płci, orientacji seksualnej czy stylu życia. Wiele osób nie decyduje się na wykonanie testu, często z powodu obaw, niewiedzy lub przekonania, że ich ryzyko jest niskie. Tymczasem test powinien wykonać każdy, kto choć raz miał zachowanie mogące wiązać się z ryzykiem zakażenia.

W Polsce test można wykonać:

1. W Punktach Konsultacyjno-Diagnostycznych (PKD): bezpłatnie, anonimowo, bez skierowania. W PKD dostępni są profesjonalni doradcy, którzy udzielają wsparcia, wyjaśnień oraz informacji o profilaktyce. Punkty działają we wszystkich województwach. Możesz również skorzystać z Telefonu zaufania HIV/AIDS 800 888 448* (czynny we wszystkie dni robocze w godzinach 9.00 – 21.00 *połączenie bezpłatne)
2. U lekarza podstawowej opieki zdrowotnej (POZ)

Od maja 2024 r. lekarze POZ mogą zlecać przesiewowe testy w kierunku HIV każdemu dorosłemu pacjentowi, bez dodatkowych formalności i bez ponoszenia kosztów przez pacjenta. Wczesne



Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekłe Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl



Fundusze Europejskie
dla Małopolski



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



MAŁOPOLSKA

Projekt pn. „Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie” dofinansowany przez Unię Europejską z Programu Fundusze Europejskie dla Małopolski na lata 2021-2027, w ramach Priorytetu 6. Fundusze Europejskie dla rynku pracy, edukacji i włączenia społecznego, Działania 6.33 Wsparcie usług społecznych w regionie - ZIT

rozpoznanie zakażenia HIV i szybkie włączenie terapii antyretrowirusowej (ARV) pozwala:

- zapobiegać rozwojowi AIDS u osoby zakażonej,
- chronić jej partnerów dzięki zasadzie N = N (niewykrywalny = niezakażający),
- umożliwić prowadzenie pełnego, zdrowego i aktywnego życia .

Zachęcamy do korzystania z dostępnych możliwości diagnostycznych, zarówno w PKD, jak i w POZ, oraz do aktywnego udziału w działaniach edukacyjnych i profilaktycznych. Testowanie ratuje zdrowie. Wczesna diagnoza daje szansę na skuteczne leczenie i ochronę osób najbliższych.

Czytaj więcej: 1. <https://www.unaids.org/en/2025-world-aids-day>

2. <https://www.unaids.org/en>

3. https://wwwold.pzh.gov.pl/oldpage/epimeld/hiv_aids/index.htm

Światowy Dzień AIDS 2025 - Krajowe Centrum ds. AIDS - Portal Gov.pl

<https://www.gov.pl/web/aids/jesienny-europejski-tydzien-testowania-17--24112025>



Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekłe Niepełnosprawnych oraz Niezależnych w Krakowie

ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl



Fundusze Europejskie
dla Małopolski



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



MAŁOPOLSKA

Projekt pn. „Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie” dofinansowany przez Unię Europejską z Programu Fundusze Europejskie dla Małopolski na lata 2021-2027, w ramach Priorytetu 6. Fundusze Europejskie dla rynku pracy, edukacji i włączenia społecznego, Działania 6.33 Wsparcie usług społecznych w regionie - ZIT