Hari AIDS Sedunia



Tanggal 1 Desember diperingati sebagai Hari AIDS Sedunia, momen itu dilahirkan untuk menumbuhkan kesadaran semua orang terhadap penyakit *Acquired Immunodeficiency Syndrome* (AIDS) yang disebabkan oleh *Human Immunodeficiency Virus* (HIV) yang menyerang sistem kekebalan tubuh pada manusia. Pertama kali diidentifikasi pada tahun 1981, HIV adalah

penyebab salah satu epidemi paling mematikan pada umat manusia.

Seperti yang banyak orang ketahui, tubuh manusia memiliki sel darah putih (limfosit) yang berguna sebagai pertahanan tubuh dari serangan virus maupun bakteri. Virus HIV yang masuk kedalam tubuh manusia dapat melemahkan bahkan mematikan sel darah putih dan memperbanyak diri, sehingga melemahkan sistem kekebalan tubuhnya dan membuat seseorang lebih rentan terhadap infeksi dan penyakit lain. Dalam kurun waktu 5-10 tahun setelah terinfeksi HIV, seseorang dengan HIV positif jika tidak minum obat anti retroviral (ARV), akan mengalami kumpulan gejala infeksi opportunistik yang disebabkan oleh penurunan kekebalan tubuh akibat tertular virus HIV, yang disebut AIDS.

Mengenal Tanda dan Gejala HIV/AIDS

Gejala HIV bervariasi tergantung pada stadium infeksi. Meskipun orang yang hidup dengan HIV cenderung paling menular dalam beberapa bulan pertama setelah terinfeksi, banyak yang tidak menyadari status mereka sampai tahap selanjutnya. Dalam beberapa minggu pertama setelah infeksi awal orang dengan HIV mungkin tidak mengalami gejala atau penyakit seperti influenza termasuk demam, sakit kepala, ruam atau sakit tenggorokan. Ketika infeksi semakin melemahkan sistem kekebalan, mereka dapat mengembangkan tanda dan gejala lain, seperti pembengkakan kelenjar getah bening, penurunan berat badan, demam, diare dan batuk. Tanpa pengobatan, mereka juga dapat mengembangkan penyakit parah seperti tuberkulosis (TB), meningitis kriptokokus, infeksi bakteri parah, dan kanker seperti limfoma dan sarkoma Kaposi.

Bagaimana penularan AIDS?

HIV dapat ditularkan melalui pertukaran berbagai cairan tubuh dari orang yang terinfeksi, seperti darah, ASI, air mani dan cairan vagina. HIV juga dapat ditularkan dari ibu ke anaknya selama kehamilan dan persalinan. Tidak hanya itu, berbagi jarum suntik yang terkontaminasi, alat suntik dan peralatan suntik lainnya serta larutan obat saat menyuntikan obat menerima suntikan yang tidak aman, dan transfusi darah juga dapat menularkan HIV. Individu tidak dapat terinfeksi melalui kontak biasa sehari-hari seperti berjabat tangan, atau berbagi benda pribadi, makanan atau air.

Pencegahan infeksi dan penularan HIV/AIDS

Risiko infeksi HIV dapat dikurangi yaitu dengan cara pertahankan perilaku aman dengan tidak melakukan perilaku seks beresiko dan menggunakan narkoba . Jika bertemu ODHA, bersikap wajar dan jangan mendiskriminasi atau memberikan cap negatif, tapi beri dukungan dan jika berinteraksi dengan ODHA, jangan takut tertular, karena virus HIV tidak menular baik itu melalui sentuhan, keringat, maupun berbagi makanan. HIV hanya menular melalui cairan kelamin dan darah.

Upaya pencegahan dan pengendalian HIV/AIDS bertujuan untuk mewujudkan target Three Zero pada 2030, antara lain tidak ada lagi penularan infeksi baru HIV, tidak ada lagi kematian akibat AIDS, dan tidak ada lagi stigma dan diskriminasi pada orang dengan HIV/AIDS (ODHA).