

DABAS MĀTES LĀSTS?

(XII PASAULES AIDS konference,
Ženēva, 1998)

AIDS pēc Tibetas medicīniskās sistēmas nav nekas negaidīts – jau gadsimtiem senos tekstos ir paredzēts šis “Dabas Mātes lāsts”. Tibetiešu medicīna arī norāda, ka ar zālēm vien nepietiek – jāmaina uz labo pusi arī mūsu deformētās **morālās vērtības** (dr Neshar, Indija).

Par svarīgu metodi dažādu ārstēšanas kursu efektivitātes noteikšanai pacienti uzskata **dzīves kvalitātes** rādītājus (fiziskās spējas, sāpju sajūtas, nogurums, sabiedriskā darbība, izzināšanas spējas, seksuālā dzīve, jūtas/emocijas (ieskaitot depresiju, nemieru, uztraukumu, bailes, dusmas, nedrošību par nākotni), sabiedriskās un intīmās attiecības, darbs, brīvā laika pavadīšana un pašcieņa). (ASV pētījums).

Interesi izraisa pētījumi par **ilgdzīvotājiem** (min.6 gadi bez simptomiem un bez antiretrovirālās terapijas, saglabājot stabilu CD4 šūnu skaitu virs 500) un **lēni progresējošiem** (tas pats, bet CD4 nokritis zem 500). Izrādījies, ka ilgdzīvotāji ir jaunāki par lēni progresējošiem, turklāt viņu ienākumi ir lielāki. 40% no viņiem lieto komplementārās terapijas. (Šveices pētījums).
Konstatēts, ka serokonversijas brīdī ilgdzīvotāju CD4 ir bijis augstāks, nekā pārējiem, vidēji par 100 šūnām. (Itālijas pētījums).

Mūsdienu plašajā AIDS medikamentu izvēlē būtiska ir individuāla pieeja, tos nozīmējot. Ja parasti 6% gadījumu tiek parakstītas kļūdainas kombinācijas, tad pēc **datorizētā medicīniskā protokola** ADDIS ieviešanas – 0%.(Francija).

Pret bīstamo **AIDS svarzudes sindromu** pētnieki iesaka cilvēka augšanas hormonu (šai gadījumā – “Serostim”), kas arī pazemina vīrusu slodzi un paaugstina CD4 skaitu. (ASV).

Tāpat tiek ieteikti anabolie steroīdi kompleksā ar vingrojumiem un proteīna, kā arī vitamīnu/antioksidantu papilddevu. Šāda pieeja antiretrovirālās kombinācijas lietojošiem pacientiem radīja muskuļu masas (par 14%), CD8 (par 66%), CD4 (par 20%) paaugstināšanos. Šie pētnieki (ASV) liecina, ka neesot novērojuši kaitīgas blakusparādības.

Savukārt smēķēšana ietekmē ķermeņa svara samazināšanos HIV gadījumā. (ASV).

No **lipodistrofijas** (ķermeņa tauku uzkrāšanās vienās un iespējams zaudējums citās vietās) pētījumiem var pieminēt sejas atrofijai veltīto (Ķīna). Pacientiem, kuri lieto Sakvinovīru un Ritanovīru, tā netika novērota. Savukārt tā piemeklēja 24%

pacientu, kuri ilgāk par 3 mēnešiem bija lietojuši Indinavīru. Izskaidrojums šai parādībai nav atklāts.

Par alternatīvajiem paņēmieniem cīņā ar AIDS.

Holistiskā pieeja: pat tikai veselīgs dzīvesveids (pozitīva attieksme, jogas vingrinājumi, balansēta diēta; nesmēķēšana, nedzeršana + vitamīnu papildinājums) arī attālina AIDS progresiju un vairumam (75%) pat palielina ķermeņa svaru bez antiretrovirālo terapiju lietojuma. (Indija).

Dabiskajiem ārstniecības līdzekļiem, kā parasti, veltīti tikai daži pētījumi.

Gliciricīnam (aptiekās pieejamais lakricas saknes ekstrakts) tiek piedēvētas arī pretvēža īpašības Latvijas inficēto vidū izplatītās Candida albicans infekcijas gadījumā. (Japāna).

Augs **ehinaceja** (echinacea angustifolia) savukārt uzrādījis ievērojamu “killer” šūnu aktivitātes kāpinājumu cīņā pret HIV. Tas nav izraisījis blaknes un ir lēts. (ASV).

Uztura jomā par veselīgu HIV-inficētajiem tiek uzskatīts šāds raciona sadalījums:

- 50% - pilngraudu produkti,
- 30% - dārzeņi (īpaši zaļie, baltie, dzeltenie),
- 15% - pākšaugi,
- 5% - viss pārējais.

Jāēd pēc iespējas dabiskāki produkti (piemēram, ja rīsi – tad neslīpētie), izbēgot no “dražām” (“junk food”) – industrializētās pasaules rafinētajiem, safasētajiem vai ātri pagatavojamiem ražojumiem.

Jauns atklājums ir **kokosriekstu** spēja mazināt vīrusa slodzi un uzlabot imūnsistēmu. Katru dienu lietojot kokosriekstus panākta pat vīrusa slodze zem nosakāmības robežas. Taču neizbēgama šai gadījumā esot caureja. Tāpēc kā kompromisu varētu lietot kokosriekstu sviestu.

HIV-inficēto psihosociālo problēmu risināšanā iesaistās dažādas aģentūras. Piemēram, Polijā UNDP palīdz risināt viņu **izmitināšanu** – uz īsāku vai ilgāku laiku.

Indijā atklāts **iepazīšanās birojs** HIV-inficētajiem. Tā ir pirmā šāda veida iniciatīva pasaulē. 3 gadu laikā ar tā starpniecību radušās 7 ģimenes.

Arī HIV-inficēto **seksuālajām problēmām** veltīta rinda pētījumu.

Piemēram,

- 23% inficēto izjūt seksuālās intereses zudumu, bet
- 62% - grūtības ar erekciju. (Anglija).

Ārziemēs potences uzlabošanai patlaban populārs medikaments ir “Viagra”, kuru gan nekādā gadījumā nedrīkst lietot kopā ar “poppers”, jo gala iznākums var būt nāvi nesošs.

Drošam seksam vēl arvien netiek pievērsta pietiekama uzmanība.

Piemēram, Pēterburgā neviens no aptaujātajiem prostitutām- padsmītniekiem un viņu klientiem netika lietojis prezervatīvus.

Iemesli nedrošā seksa praktizētājiem minami dažādi:

- uzskats, ka partneris ir drošs (abpusējs HIV vai monogāms gadījums) (39%),
- narkotiku/alkohola ietekme (37%),
- fiziskā bauda (24%),
- uzskats par savu neievainojamību (22%),
- kontroles zaudēšana attiecīgajā brīdī (20%),
- neuzstājīgums (16%),
- vēlme izpatikt partnerim (12%),
- spiediens no partnera puses (10%),
- ziņķārība (10%),
- prezervatīvu iztrūkums (10%).

(ASV pētījums homoseksuālu jauniešu vidū).

Tādēļ Francijā uzsākta prezervatīvu erotizēšanas kampaņa – pieci ievērojami mākslas filmu režisori izveidojuši unikālas erotiskas profilaktiskas filmas izrādīšanai seksa klubos un video.

Kā alternatīva HIV profilakses metode homoseksuāliem vīriešiem uzskatāma sieviešu prezervatīvu lietošana anālā sakara gadījumā, kas pakāpeniski iegūst popularitāti ASV.

A.Kalniņš,
AGIHAS

FINANCED BY THE EUROPEAN COMMUNITY