

사람 면역 결핍 바이러스 Human Immunodeficiency Virus(HIV)

사람 면역 결핍 바이러스(HIV)는 몸의 면역계를 표적으로 삼는 바이러스입니다. 혈액과 체액(정액, 쿠퍼액, 애액, 항문액, 모유/젖)으로 전염됩니다.

HIV는 항바이러스 약으로 관리할 수 있습니다.

원인 Causes

HIV는 질과 항문을 통한 성적 접촉으로 전염됩니다. 여기에는 삽입 성교는 물론 체액 교환이 있는 성활동도 포함됩니다. HIV가 구강성교를 하거나 성인용품을 사용할 때 전염될 가능성은 매우 낮습니다.

그러나 HIV는 주사 바늘 같은 약물 장비를 공유해도 전염될 수 있습니다.

HIV는 몸 밖에서 오래 생존하지 않습니다. HIV가 있는 사람과의 평범한 접촉(예: 키스, 술잔 공유)으로는 전염되지 않습니다.

HIV가 있으면 증상이 없어도 다른 사람들에게 옮길 수 있습니다.

증상 Symptoms

흔히 증상을 전혀 느끼지 못하거나 HIV 증상을 다른 질병으로 오인합니다. 초기 증상이 있다면 성적 접촉 후 2-4주 사이에 나타날 가능성이 가장 큼니다. HIV 감염의 일반적인 초기 증상을 혈청 전환병이라고 합니다. 증상은 다음과 같습니다.

- 발열
- 인후통
- 두통
- 근육통과 관절통
- 분비샘의 부기

검사와 진단 Tests and Diagnosis

HIV 검사는 혈액 검체로 합니다. 검사로 항체나 소량의 바이러스 자체를 찾습니다. HIV 항체는 면역계가 만들며 바이러스에 맞서 싸웁니다.

HIV 검사 방법은 다음을 포함하여 여러 옵션이 있습니다.

- 팔에서 혈액 검체를 채취하여 검사실로 보내 검사합니다.

Korean

- 손가락에서 한 방울의 혈액을 채취하여 결과를 몇 분 후에 확인합니다. 이를 진료 현장(point of care)(POC) 검사 또는 신속 검사라고 합니다. 이 검사는 미검출기가 더 깁니다. 이는 시간이 더 걸려야 결과가 정확하다는 뜻입니다. POC 검사는 대개 선별 검사로 사용되므로 혈액 검체도 채취하여야 합니다.

누구나 평생 한 번 이상 HIV 검사를 받아야 합니다. 얼마나 자주 받아야 하는지 의료 제공자와 상의하세요. 일반적으로, 다음 경우 HIV 검사를 받는 것이 가장 좋습니다.

- 증상이 있음
- HIV 검사 결과 양성인 성관계 파트너가 있음
- 주사 바늘 같은 약물 장비를 공유한 적이 있음
- STI 에 대한 일상 선별 검사를 하고 있음
- 임신 중임

BC 주에서는 실명을 사용하지 않고 HIV 검사를 받을 수 있습니다. 거주지 클리닉에 연락하여 어떤 옵션이 있는지 알아보세요. BC 주에서는 제한된 수의 클리닉에서 익명 HIV 검사를 제공합니다.

미검출기(Window Period)(검사 대기 기간)

HIV 검사의 종류는 다양합니다. 사용 검사 종류에 따라 대부분 검사 결과는 HIV 접촉 후 3 주가 지난 시점이 정확하지만, 길게는 3 개월까지 걸릴 수 있습니다. BC 주에서는 대부분 검사 결과가 10 일 후에 나옵니다.

치료 Treatment

HIV 는 고효성 항레트로바이러스 요법(Highly Active Antiretroviral Therapy)(HAART)이라고 하는 처방 바이러스 억제 약으로 관리합니다. 약 복용은 지난 몇 년 사이에 훨씬 쉬워졌습니다. 새 치료법에는 한 알에 2-3 개 약을 결합한 것도 있습니다. HIV 감염자 중에는 하루에 한두 개 알약만으로 치료받는 사람들이 많습니다.

성관계 파트너 Sexual Partners

HIV 진단을 받았다면 성관계 파트너도 검사를 받아야 합니다. HIV 를 파트너에게 전염시킬 가능성은 몸 안에 있는 HIV 수준(HIV 바이러스 부하), 노출의 종류, 콘돔 사용 여부 등 여러 요인에 따라 다릅니다.

파트너에게 말하는 방법이 몇 가지 있습니다. 본인이 직접 또는 익명으로 파트너에게 말하면 됩니다. 어떻게 하는 것이 좋은지 의료 제공자와 상의하세요.

캐나다 HIV/AIDS 법률 네트워크는 HIV 에 관한 최신 법률 정보의 좋은 공급원입니다.

합병증 Complications

HIV 를 조기 치료하면 다른 건강 문제가 생길 가능성이 적습니다. 조기 치료는 면역계를 건강하게 유지하는 데 도움이 됩니다. 약을 조기에 복용해도 HIV 를 다른 사람들에게 옮길 가능성이 낮아집니다.

그러나 치료 없이 방치하면 HIV 때문에 심각한 합병증이 생길 수 있습니다.

면역계가 HIV 탓에 약해지면 면역계가 튼튼한 사람들이 드물게 걸리는 감염이나 암에 더 쉽게 걸립니다. HIV 가 있다고 해서 AIDS 에 걸렸다는 뜻은 아닙니다. AIDS 는 면역계가 HIV 로 심하게 약해졌을 때 걸립니다. 치료를 받지 않아도 HIV 가 AIDS 로 진행되기까지 시간이 오래 걸리며, 대개 10~12 년이 걸립니다.

임신: 임신 중이면 HIV 선별 검사를 받아야 합니다. HIV 는 출산 도중 및 모유 수유로 아기에게 전염될 수 있습니다.

예방 Prevention

HIV 감염 예방에 도움이 될 수 있는 방법은 다음과 같습니다.

- 콘돔 사용
- 노출 전 예방법(PrEP) 고려
- 노출 후 예방법(PEP) 고려
- 약물 사용 시 주사 바늘, 빨대 등 약물 장비 공유 금지
- 약물 사용 시 매번 새 약물 장비 사용
- 다른 성 매개 감염(STI) 검사 받기(HIV 감염(또는 전염) 가능성이 커질 수 있기 때문)

STI 검사를 정기적으로 받는 것이 좋습니다. 성관계 파트너가 새로 생기거나 여러 사람과 교제하는 경우에는 특히 그렇습니다. 파트너와 더 안전한 성관계에 관해 대화하면 상대방이 기대하는 것을 서로 확실히 알게 됩니다. 콘돔이 괜찮다면 아주 좋은 방법입니다. 콘돔을 올바르게 사용하면 HIV 감염과 전염 가능성이 줄어듭니다.

정보와 자료 Resources

HealthLink BC – 여러 언어로 제공되는 HIV 관련 정보
<https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/hiv>

SmartSexResource – HIV 가 걱정되거나 불안한 경우
<https://smartsexresource.com/topics/worry-and-anxiety>

TransCareBC – 성별을 확증하는 성 및 생식 건강 정보

<http://www.phsa.ca/transcarebc/care-support/access-care/sexual-hlth>

CATIE - HIV and emotional wellness: HIV 감염자를 위한 소책자

<http://www.catie.ca/sites/default/files/pg-emo-wellness-en-07032018b.pdf>

HALCO & CATIE – HIV disclosure: 캐나다의 남성 동성애자를 위한 법률 안내서

<http://library.catie.ca/PDF/ATI-20000s/26081.pdf>

SexandU – HIV 와 AIDS 정보(캐나다)

<http://www.sexandu.ca/stis/hiv/>

The Body – HIV 와 AIDS 정보(미국)

<http://www.thebody.com/>

BC **주 HIV 단체** HIV Organizations in BC

AIDS Vancouver – BC 주 HIV 예방 및 지원

<http://www.aidsvancouver.org/>

AIDS Vancouver Island – HIV 및 C 형 간염 감염자 교육과 지원

<http://avi.org/>

Vancouver Island Persons with AIDS Society – HIV 감염자를 대상으로 하는 동료 지원

<http://www.vpwas.com/>

Heart of Richmond AIDS Society – HIV 로 영향을 받은 사람들을 위한 지역 서비스 및 지원

<http://heartofrichmond.com/>

Living Positive Resource Center – 중부 오카나간 거주민을 위한 지원 및 권익 대변 서비스

<http://lprc.ca/>

Positive Living Fraser Valley – HIV, C 형 간염, 결핵(TB) 감염자 대상 지원 및 봉사 활동

<https://www.plfv.org/>

Oak Tree Clinic – HIV 양성 임부를 위한 BC 여성 병원 외래 진료

<http://www.bcwomens.ca/our-services/specialized-services/hiv-care-for-women-families>

Positive Living Society of British Columbia – HIV 양성자 지원

<https://positivelivingbc.org/>

BC Center for Excellence in HIV/AIDS – BC 주 HIV 및 AIDS 연구

<http://www.cfenet.ubc.ca/>

BC **보건공단 서비스** BC Health Authority Services

Island Health Authority – 아일랜드 보건공단 관할 지리적 지역 거주민에게 HIV 서비스 제공

<http://www.viha.ca/mho/disease/hiv-aids>

Korean

Fraser Health Authority – 프레이저 보건 공단 관할 지리적 지역 거주민에게 HIV 서비스 및 리소스 제공

<https://www.fraserhealth.ca/health-topics-a-to-z/sexual-health/hiv#.XKKrzslKhaQ>

Interior Health Authority – 내륙 보건 공단 관할 지리적 지역 거주민에게 HIV 서비스 및 리소스 제공

<http://www.myhealthissexy.com/>

Northern Health Authority – 북부 보건 공단 관할 지리적 지역 거주민에게 HIV 서비스 및 리소스

제공

<http://hiv101.ca/>