



Tietoa hiv-infektiosta ja sen lää- kityksestä sairaanhoitajaopis- kelijoille

Cecilia Mikkonen

OPINNÄYTETYÖ
Toukokuu 2024

Sairaanhoitajan tutkinto-ohjelma

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Sairaanhoitajan tutkinto-ohjelma
Sisätauti-kirurginen hoitotyö

MIKKONEN, CECILIA:

Tietoa hiv-infektiosta ja sen lääkityksestä sairaanhoitajaopiskelijoille

Opinnäytetyö 29 sivua, joista liitteitä 2 sivua
Toukokuu 2024

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa tietoa hiv-infektiosta ja sen lääkityksestä sairaanhoitajaopiskelijoille. Opinnäytetyön tehtävänä oli tuottaa tietoa hiv-infektiosta, hiv-infektion hoidosta ja sen lääkityksestä. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä tietoisuutta hiv-sairaudesta ja vähentää ennakkoluuloja sitä sairastavien kohtaamisessa. Opinnäytetyön tehtävänä oli muodostaa kootun teorian pohjalta oppimateriaali sairaanhoitajaopiskelijoille. Aineistoa kerättiin kotimaisista ja suomalaisista lähteistä.

Hiv on virus, joka tuhoaa ihmisen immunitetin osalta keskeisiä soluja ja näin vaikuttaa ihmisen puolustusjärjestelmään. Vuonna 2022 Suomessa todettiin 274 uutta hiv-tartuntaa. Suomessa on maailman alhaisin esiintyvyys HI-viruksessa. HI-virukseen on olemassa tehokkaita lääkkeitä, jotka ovat Suomessa ilmaisia ja turvallisia käyttäjälleen.

Kerätyn tiedon perusteella Suomessa esiintyy edelleen stigmaa ja ennakkoluuloja hiv-potilaita kohtaan. Sairaanhoitajat tarvitsisivat lisää koulutusta ja tietoa liittyen HI-virukseen, jotta ennakkoluulot ja stigma vähenisivät. On myös tärkeää terveydenhuollon ammattilaisena osata ohjata asiakasta.

Jatkokehittämissuhteena sairaanhoitajaopiskelijoiden tietämystä tulisi testata tulevaisuudessa erillisellä Moodle-tentillä, joka on rakennettu tämän opinnäytetyön ja tehdyn diaesityksen pohjalta. Diaesitys on tehty muokattavaksi ja sitä voi muokata tiedon lisääntyessä tai muuttuessa.

Asiasanat: hiv, infektio, testaus, hoito, lääkitys, stigma

ABSTRACT

Tampereen Ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree Programme in Nursing and Health Care
Medical-Surgical Nursing

MIKKONEN, CECILIA:
Information on HIV infection and Its Treatment for Nursing Students

Bachelor's thesis 29 pages, appendices 2 pages
May 2024

The purpose of the thesis was to provide information on HIV infection and its treatment for nursing students. The task of the thesis was to produce information on HIV infection, its treatment, and medication. The objective of the thesis was to increase awareness of HIV and reduce prejudices in encounters with those affected. The task of the thesis was to create learning materials for Nursing students based on the compiled theoretical knowledge. The data was collected from domestic and Finnish sources.

HIV is a virus that destroys key immune cells in humans, thus affecting the human defense system. In 2022, 274 new HIV infections were reported in Finland. Finland has the lowest prevalence of HIV in the world. There are effective medications available for HIV, which are free and safe for users in Finland.

Based on the collected information, stigma and prejudice against HIV patients still exist in Finland. Nurses would require more education and information regarding HIV to reduce prejudices and stigma. It is also important for healthcare professionals to be able to guide clients.

As a suggestion for further development, the knowledge of nursing students should be tested in the future with a separate Moodle exam, which is built based on this thesis and the presentation made. The presentation is designed to be editable and can be modified as knowledge increases or changes.

Key words: hiv, infection, testing, treatment, medication, stigma

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	TARKOITUS, TEHTÄVÄ JA TAVOITE	7
3	TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT	8
	3.1 Hiv-infektio sairautena.....	8
	3.1.1 Hiv-infektion tarttuminen ja suojautuminen.....	8
	3.1.2 Hiv-stigma.....	10
	3.2 Hiv-infektion oireet	12
	3.3 Miten hiv-infektion todetaan.....	13
	3.4 Hiv-infektion hoito ja lääkitys.....	14
4	MENETELMÄLLISET LÄHTÖKOHDAT	18
	4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö.....	18
	4.2 Hyvä itseopiskelumateriaali.....	18
	4.3 Opinnäytetyön prosessi.....	19
5	POHDINTA	21
	5.1 Pohdintaa tuotoksesta.....	21
	5.2 Eettisyys ja luotettavuus.....	22
	5.3. Johtopäätökset ja kehittämissuhteet.....	23
	LÄHTEET	24
	LIITTEET	28
	Liite 1. Opinnäytetyön sähköinen posterit	28
	Liite 2. Kuvakaappaus opinnäytetyön tuotoksena laaditusta diaesityksestä	29

ERITYISSANASTO

Hiv	Hiv-infektio eli ihmisen immuunikatovirus eli HI-virus. Se tarttuu suojaamattomassa yhdynnässä, veren välityksellä tai raskaana olevasta äidistä lapseen raskauden tai synnytyksen aikana.
Aids	Aids on hoitamattoman hivin viimeinen vaihe, jossa immuunijärjestelmä on tuhoutunut tai on hyvin heikko. Ihminen sairastuu vakavasti ilman lääkitystä.
HAART-hoito	Hivin hoitoon käytettyä yhdistelmähoitoa kutsutaan antiretroviraalilääkitykseksi tai toiselta nimeltään HAART-hoidoksi, eli highly active antiretroviral therapy.

1 JOHDANTO

Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa tietoa hiv-infektiosta ja sen lääkityksestä sairaanhoitajaopiskelijoille. Opinnäytetyön tehtävänä on tuottaa tietoa hiv-infektiosta, hiv-infektion hoidosta ja sen lääkityksestä. Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoisuutta hiv-sairaudesta ja vähentää ennakkoluuloja sitä sairastavien kohtaamisessa.

Hiv-infektion aiheuttaa ihmisen immuunikatovirus. Hiv tarttuu suojaamattomassa yhdynnässä, raskaana olevasta äidistä lapseen raskauden tai synnytyksen aikana tai veren välityksellä. (Kivelä 2021) Arkipäivän kontakteissa hiv ei tartu. Tartuntaa ei voi saada halaamisesta, kättelystä tai ruoan ja juoman välityksellä. (Hiv 2023) Hiv-infektio voi olla useita vuosia oireeton. Osalle tartunnan saaneista kehittyy tavanomaisen flunssaoireiden kaltaisia oireita yhdestä kuuteen viikon kuluessa. (Perustiedot hivistä n.d)

1990-luvun lopusta asti hiviin on ollut olemassa tehokas lääkitys. Lääkityksen avulla tartunnan saaneet pysyvät oireettomina ja estää hiviä tarttumasta eteenpäin. Kokonaan hiviä poistavaa ja parantavaa lääkitystä ei ole onnistuttu kehittämään. (Tietoa hivistä 2024)

Hiv-tartunnan saaneita oli vuonna 2022 maailmalla noin 39 miljoonaa (Global HIV & AIDS statistics - Fact sheet n.d). YK:n aids-ohjelman pääjohtaja Michael Sidibé on Suomen vierailullaan kertonut, että on olemassa edelleen maita, joissa tartunnan saaneet eivät voi kertoa tartunnastaan. Osa tartunnan saaneista suljetaan yhteiskunnan ulkopuolelle. Hiv ja aids ovat ihmisoikeuskysymyksiä. (Einola-Head 2011)

Tämän opinnäytetyön aiheena on tuottaa tietoa hiv-infektiosta ja sen lääkityksestä sairaanhoitajaopiskelijoille. Tein aiheesta itseopiskelumateriaalina diaesityksen sairaanhoitajaopiskelijoille tartuntatautien tunneille. Tässä työssä käsiteltiin hiv-infektiota sairautena, sen toteamista, suojautumista ja hoitoa. Tärkeänä osana toin mukaan myös ennakkoluulot ja stigman, joka valitettavasti liittyy joidenkin hiv-positiivisten elämään. Työssä keskityttiin aikuisiin hiv-tartunnan saaneisiin ja rajasin suurimmaksi osaksi pois aidsin.

2 TARKOITUS, TEHTÄVÄ JA TAVOITE

Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa tietoa hiv-infektiosta ja sen lääkityksestä sairaanhoitajaopiskelijoille.

Opinnäytetyön tehtävänä on tuottaa

1. tietoa hiv-infektiosta
2. hiv-infektion hoidosta ja sen lääkityksestä

Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoisuutta hiv-sairaudesta ja vähentää ennakkoluuloja sitä sairastavien kohtaamisessa.

3 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

3.1 Hiv sairautena

Hiv eli human immunodeficiency virus on suomeksi ihmisen immuunikatovirus. Hiv on virus, joka tuhoaa ihmisen immunitetin osalta keskeisiä soluja ja näin vaikuttaa ihmisen puolustusjärjestelmään. Hoitamattomana hiv johtaa aidsiin eli immuunikato oireyhtymään. (Tietoa hivistä 2024)

Nykyisen lääkeytyksen ansioista hiv-tartunta ei lyhennä elinikää. Kokonaan virusta ei pystytä poistamaan. (HIV ja AIDS n.d)

Hiv on löydetty 1980-luvun alussa Yhdysvalloissa. Perusterveet, nuoret miehet alkoivat saamaan samanlaisia oireita keskenään ja vakavasti sairastuivat. Hiv tartuntoja todettiinkin tuolloin homo- ja bi-miesten kesken. (Tietoa hivistä 2024) HI-viruksen tarttuminen suojaamattoman seksin välityksellä on edesauttanut leviämistä ja tehnyt siitä maailmanlaajuisesti esiintyvän. (Hirvinen, Mäkinen & Salo 2017)

Vuonna 2022 hiv-infektion saaneita oli 39 miljoonaa maailmassa. (Tietoa hivistä 2024) Vuonna 2022 Suomessa todettiin 274 uutta hiv-tartuntaa. Se on yli sata tapausta enemmän kuin vuonna 2021. Tapauksista yli puolet on raportoitu Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirissä. Tartuntojen suurta määrää on selitetty ulkomaalaisilla todettujen tapausten osuuden ja määrän kasvu. Taustalla on suuri määrä Ukrainan sotaa paenneita. Enemmistö maahan muuttaneista tiesi tartunnastaan jo ennen Suomeen tuloa. (Liitsola, Brummer-Korvenkontio & Löflund 2023) Suomessa on silti maailman alhaisin esiintyvyys HI-viruksessa (Tietoa hivistä 2024). Keski-ikä tartunnan saaneilla toteamishetkellä on Suomessa 39,5 vuotta ja mediaani 39 vuotta (Liitsola ym. 2023)

3.1.1 HIV-infektion tarttuminen ja suojautuminen

Kun hiv tarttuu ihmiseen, HI-virus kiinnittyy CD4-soluun. Ihmisen immuunijärjestelmän tärkeä osa on CD4-solut. Kun HI-virus on kiinni solussa, solu tuhoutuu ja virukset jatkavat seuraaviin soluihin. Kun tämä jatkuu, ihmisen immuunijärjes-

telmä heikentyy. Ihmiskeho alkaa tuottamaan vasta-aineita. Jos HI-virusta ei hoideta, kestää muutamista vuosista jopa kymmeneen, että immuunijärjestelmä vaurioituu vaikeasti. Monet tekijät kuten ikä, ihmisen perusterveys tai perimä vaikuttaa siihen, miten tartunta jatkuu ilman lääkityksen aloittamista. HI-viruslääkitys estää HI-virusta jatkamasta seuraaviin soluihin, pitää virusmäärän matalana ja estää virusta tuhoamasta immuunijärjestelmää. (Tietoa hivistä 2024)

Hiv voi tarttua suojaamattomassa seksissä anaali- ja emätinyhdynnässä, suuseksissä, veri- ja elinsiirroissa, jaetuissa pistoshuumeiden käyttövälineissä. Omien pistosvälineiden käyttö on tärkeää ehkäisemään tartuntoja pistoshuumeita käytettäessä. (Miten hiv voi tarttua ja miten ei 2024) Suomessa luovutettu veri testataan aina hivin ja muiden tarttuvien sairauksien osalta. Luovutetun veren kautta ei ole Suomessa tullut hiv tartuntaa vuoden 1985 jälkeen. (Hirvinen ym. 2017) Hiv voi tarttua äidistä lapseen raskauden, synnytyksen tai imetyksen aikana. (Hirvinen ym. 2017) Hiv-lääkitys estää tehokkaasti HI-viruksen tarttumisen lapseen. (Tietoa hivistä 2024) Yhdistämällä keinot, joilla vähennetään tarttumista, on lapsen tartuntariski pienentynyt alle yhteen prosenttiin. Suomessa jos äidin hiv-tartunta on ollut tiedossa ennen synnytystä, ei yksikään lapsi ole saanut tartuntaa. (Aho & Kaijomaa 2020)

Vuonna 2022 heteroseksissä saatuja tartuntoja raportoitiin 70 ja miesten välisessä seksissä 46. Huumeiden pistoskäytön kautta saatuja tartuntoja raportoitiin 28. Äidistä lapseen siirtyneitä tartuntoja raportoitiin kaksi. Lapsista toinen syntyi Suomessa ja toinen ulkomailla. (Liitsola ym. 2023)

Näistä yleisimmin hiv tarttuu seksissä. Niistä helpoiten anaaliseksiässä, sillä peräsuolen seinämän limakalvot ovat hauraat ja rikkoutuvat helpommin. Erilaiset haavaumat ja muut sukupuolitaudit voivat lisätä mahdollisuutta tartunnan saamiseen. Suojaamattomassa suuseksissä tartunnan mahdollisuus on pieni. Riski pienenee, jos varoo ottamasta emätineriteitä tai siemennestettä suuhun. (Hirvinen ym. 2017) Sillä osapuolella, jonka sukuelimiä tai genitaalialuetta hyväillään suulla ei ole hiv-tartunnan riskiä, sillä syljestä ja suusta ei voi saada hiv-tartuntaa. (Miten hiv voi tarttua ja miten ei 2024)

Kun seksi on turvallista ei eritteitä pääse limakalvoille. Tehokkaasti suojaava kondomi suojaa HI-virukselta ja muilta seksitaudeilta. Silikonipohjaiset tai vesiliukoi-

set liukuvoiteet estävät kondomia rikkoutumasta, suojaavat limakalvoja. Anaalihydynnässä on todella tärkeää liukuvoiteen käyttö. Suuseksin aikana voi käyttää suuseksisuoja. (Miten hiv voi tarttua ja miten ei 2024)

HI-viruksesta suojautumiseen on myös olemassa prep ennaltaehkäisylääkitys, pre-exposure prophylaxis. Lääke otetaan jo ennen HI-virukselle altistumista. Prep lääkitystä suositellaan hiv-negatiivisille, joilla on huomattava riski saada tartunta, esimerkiksi seksityöntekijät. Oikein käytettynä se estää tehokkaasti tartuntoja. Suomen julkisessa terveydenhuollossa lääkitys on ilmainen. (Prep – Hivin ennaltaehkäisylääke 2023)

Tärkeää olisi tietää, mistä hiv ei tartu ja ehkäistä vääriä kuvitelmia. Hiv ei tartu esimerkiksi ruoan tai juoman kautta, erilaisilta pinnoilta esimerkiksi saunan lauteilta tai uimahallista. HI-virus ei myöskään tartu halaamalla tai koskettamalla toista. Happi tuhoaakin viruksen hyvin nopeasti. HI-virus ei säily ihmisen elimistön ulkopuolella tartuttavana. (Miten hiv voi tarttua ja miten ei 2024)

3.1.2 Hiv-stigma

THL:n mukaan stigma tarkoittaa ihmiseen tämän olemuksen, toiminnan, sairauden tai taustan takia liitettyä negatiivista mielikuvaa. Stigma voi ilmetä esimerkiksi syyllistämisenä, epäoikeudenmukaisuutena, syrjivänä kohteluna tai erilaisina ennakkoluuloina. (Stigma ja syrjintä 2024)

Hiv-stigma on ennakkoluuloja, negatiivisia asenteita ja vääriä uskomuksia hiv-positiivisia ihmisiä kohtaan. Ennakkoluulot liittyvät yksilön leimaamisen ryhmään, jonka uskotaan olevan sosiaalisesti hyväksymätöntä. Tällaisia ovat esimerkiksi ajatukset siitä, että vain tietyt ihmisryhmät voivat saada hiv-tartunnan tai, että tiettyjen valintojen takia on jopa ansaittavaa saada hiv-tartunta. (Hiv stigma and discrimination 2021) Stigma voi johtaa siihen, että hiv-positiiviset ihmiset hylätään, heitä loukataan, heistä juoruillaan tai heidät suljetaan erilaisista sosiaalisista aktiviteeteista pois. (Pebody 2021) Terveystieteiden ammattilainen saattaa kieltäytyä antamasta hoitoa ja palveluja hiv-positiiviselle tai kosketusta halutaan välttää. (Hiv stigma and discrimination 2021) Pahimmillaan stigma voi johtaa fyysiseen väkivaltaan. (Pebody 2021)

Hiv-stigma ja syrjintä vaikuttavat hiv-positiivisten emotionaaliseen ja psyykkiseen terveyteen. Stigman ja syrjimyksen vuoksi hiv-positiiviset voivat alkaa kehittämään negatiivista minäkuvaa. Se saattaa aiheuttaa pelkoa siitä, että heitä syrjitään tai

arvostellaan. (Hiv stigma and discrimination 2021) Stigma, jonka ihminen kokee tai havaitsee itse, voi muuttua sisäistetyksi käsitykseksi omista mahdollisuuksista, oikeuksista tai omasta itsestään. Sisäistettyyn stigmaan voi kuulua häpeän tunteita. Sisäistetty stigma voi aiheuttaa vetäytymisen sosiaalisista yhteyksistä. (Stigma ja syrjintä 2024) Tällainen stigma saattaa aiheuttaa sen, että ihminen ei halua hakeutua testeihin tai haluaa lopettaa hoitonsa kokonaan. (Hiv stigma and discrimination 2021)

Hiv-stigma on saanut alkunsa pelosta. Monien käsitykset hivistä perustuvat ensimmäisiin tietoihin hivistä 1980-luvun alussa. Tämän vuoksi on edelleen paljon väärinkäsityksiä siitä, miten hiv tarttuu ja mitä sen kanssa eläminen on. (Hiv stigma and discrimination 2021)

Kun tieto hivistä saapui Suomeen, alkoi kiertämään huhuja tappavasta taudista, joka leviäisi erityisesti miesten välisessä seksissä. Suomen ensimmäinen aids-tartunta löytyi vuonna 1983. Tällöin ihmisiin iski paniikki ja erilaisten lehtien etusivuille ilmestyi karmeita otsikoita. Syrjivät asenteet yhteiskunnassa heijastuivat seksuaalivähemmistöjen kohteluun mediassa, terveydenhuollossa ja politiikassa. (Tauriainen 2022) Koska tällöin ei tiedetty taudin aiheuttajaa, tartuntatapaa tai hoitomuotoa ihmiset alkoivat välttämään esimerkiksi yhteisten aterimien ja juomalasien käyttöä, myös yleisten vessojen käyttöä välteltiin. (Himberg 2023) Seta eli sateenkaari-ihmisten ihmisoikeus- ja kansalaisjärjestö sai tappouhkauksia homoja ja heidän työntekijöitään kohtaan. Tuohon aikaan Seta ilmoitti kuudesta eri pommiuhkauksesta poliiseille. Setan työntekijän yrittivät puhua medialle rauhoittaen tilannetta. Se oli kuitenkin vaikeaa. (Tauriainen 2022) Vuonna 1984 taudin aiheuttajaksi löytyi HI-virus. Euroopassa ensimmäisenä maana Suomi sai tietää hiv-vasta-ainetulokset potilaistaan. (Himberg 2023) Lehtien kirjoitusten pahentumassa Seta alkoi tuottaa informaatiota itse tilanteen rauhoittamiseksi. Tukiryhmä, jonka Seta muodosti, oli Aids-tukikeskus. Aids-tukikeskus on nykyiseltä nimitään Hivpoint, joka on toiminnassa edelleen. (Tauriainen 2022)

Vuonna 1986 Yhdysvalloissa Atlantassa järjestettiin konferenssi liittyen Aidsiin. Konferenssissa todettiin, ettei HI-virus tartu helposti, eikä ihmisten syrjintä ole oikein. Konferenssi esitettiin myös Suomen televisiossa, joka rauhoitti tilannetta ja erilaisia pelkoja. Samana vuonna Maailman terveysjärjestö WHO aloitti ison kansainvälisen aids-ohjelman. Ohjelman tarkoituksena oli estää tartuntoja, paniikkia, syrjintää ja pelkoa. (Tauriainen 2022)

Stigmaa voidaan estää avoimella keskustelulla, joka voi auttaa normalisoimaan aihetta. Avoin keskustelu tarjoaa mahdollisuuksia korjata väärinkäsityksiä ja auttaa muita oppimaan lisää. (Hiv stigma and discrimination 2021)

3.2 Hiv-infektion oireet

Jos hiv on hoitamaton, kuuluu siihen kolme erilaista vaihetta: mahdolliset ensioireet, oireeton vaihe ja aids-vaihe. On hyvin yksilöllistä millaisia oireita ja kuinka voimakkaita oireet ovat. Jos HI-virus todetaan tartunnan alkuvaiheessa ja lääkitys ehditään aloittamaan pian diagnoosin saamisen jälkeen, ei oireina ole kuin mahdolliset ensioireet. Kuitenkin vain osa tartunnan saaneista saa ensioireita. (Tietoa hivistä 2024)

Ensioireina osa ihmisistä saa tavallisia flunssan oireita yhdestä kuuteen viikon kuluessa hiv-tartunnasta. Ensioireet ovat merkki kehon reaktiosta HI-virusta vastaan. Tavallisimpia ensioireita voi olla esimerkiksi kuume, kurkkukipu, lihaskivut, päänsärky ja kaularauhasten turvotus. Kaikki nämä ovat tyypillisiä virusinfektion oireita, joten pelkkien oireiden perusteella ei voi tehdä hiv-diagnoosia. (Perustiedot hivistä n.d) Hiv-vasta-aineet voivatkin näyttää vielä negatiivista osalla ihmisistä tässä vaiheessa. (Hirvinen ym. 2017) Oireet voivat kestää muutaman viikon ja ovat noin kuukaudessa ohi. Tässä vaiheessa hiv tarttuu hyvin herkästi. (Tietoa hivistä 2024)

Oireeton vaihe eli tartunnan toinen vaihe ja voi kestää muutamista vuosista yli kymmeneen vuoteen. Ilman lääkitystäkin tartunnan saanut on usein oireeton tai vähäoireinen. Oireettomassakin vaiheessa hiv voi tarttua, vaikkakin vähemmän kuin kahdessa muussa vaiheessa. (Tietoa hivistä 2024) Immunitetin heikentyessä osalla ihmisistä saattaa alkaa esiintyä erilaisia yleisoireita esimerkiksi laihutumista, yöhikoilua, ripulia, vyöruusua tai laajaa herpesä. (Kivelä 2021)

Aids-vaiheessa eli viimeisessä vaiheessa HI-virus on jo tehnyt vakavia tuhoja ihmisen immuunijärjestelmään. Aids-vaiheessa elimistö ei enää pysty puolustautumaan taudinaiheuttajia vastaan. Tämä johtaa ihmisen vakavaan sairastumiseen tai jopa kuolemaan, jos lääkitystä ei aloiteta. (Tietoa hivistä 2024) Aidsin toteamisen jälkeen ihmisen elinaika on keskimäärin yhdestä kahteen vuotta ilman lääkettä. (Hirvinen ym. 2017)

3.3 Miten hiv-infektio todetaan

Hiv-testiin pääsy ei edellytä lääkärillä käyntiä ja lääkärin arviota tai lähetettä. Ohjauksen ja neuvonnan testiä varten voi tehdä kuka vain koulutettu terveydenhuollon ammattilainen. (Hirvinen ym. 2017) Hiv-testeihin voi hakeutua esimerkiksi omalle terveysasemalle, opiskelijaterveydenhuoltoon, työterveyshuoltoon, yksityisille lääkäriasemille tai kolmannen sektorin toimijoille kuten Hivpointille. Hivin testaaminen ja hoito on maksutonta, paitsi jos asiakas haluaa käyttää yksityisen lääkäriaseman palveluita. Julkisessa terveydenhuollossa on myös mahdollista päästä testiin nimettömänä. Tämä tapahtuu yleensä niin, että asiakkaalle luodaan väliaikainen henkilötunnus testiä varten. (Hiv testaus 2024)

Hiv-tartunta todetaan aina vasta-ainetestillä verestä. (Hiv 2023) Hiv voidaan testata myös hiv-pikatestillä tai kotona tehtävällä hiv-testillä. (Hiv-testaus 2024)

Hiv-testaukseen suositellaan ensisijaisesti S-HIVAgAb antigeenivasta-aineyhdistelmätestiä. Testi otetaan suoniverinäytteenä, joka otetaan yleensä kyynärtaipeesta. Suoniverinäytteen vastauksessa menee yleensä muutamista päivistä viikkoon. (Hiv-testaus 2024) Kahdesta kahdeksaan viikossa elimistöön alkaa kehittyä vasta-aineita, joskus S-HIVAgAb-testillä voidaan tartunta löytää jo kolmen viikon kuluttua. Ihmisen keho pyrkii pääsemään eroon viruksesta kehittämällä vasta-aineita. Vasta-aineita muodostuu vain, jos on saanut hiv-tartunnan. Nämä vasta-aineet eivät häviä kehosta ikinä. Ei edes hiv-lääkityksellä. Antigeenit taas voidaan varhaisimmillaan todeta alle viikossa. Kaikille ei kuitenkaan kehity tartunnan alkuvaiheessa tarpeeksi mitattavia määriä hiv-antigeeniä. Antigeenin määrä vähenee ja voi olla mittaamattomissa jo kahden kuukauden jälkeen tartunnan saamisesta. (Hirvinen ym. 2017)

Jos antigeeni on positiivinen, mutta vasta-aineet negatiiviset, viittaa se äskettäin saatuun tartuntaan. Antigeeni-positiivisuus ei kuitenkaan yksin riitä varmistamaan tartuntaa, vaan lopullinen vastaus saadaan, vasta kun vasta-aineet muuttuvat myös positiiviseksi. (Brummer-Korvenkontio, Hiltunen-Back, Liitsola & Salminen 2010)

taan erilaisia verikokeita. Käynnillä selvitetään yleensä CD4-solumäärä, HI-virusmäärä, mahdolliset lääkeresistenssit ja muita perusverikokeita. Verikokeilla selvitetään infektion tilanne ja asiakkaan terveydentilaa yleisesti. Lääkäri selvittää esikäynnillä, asiakkaan motivoituneisuuden ja sitoutuneisuuden lääkehoidon toteuttamiseen. (Hivin hoito n.d) Jokaiselle on tarkoitus löytää paras itselleen mahdollinen lääkehoito ja siksi on tärkeää selvittää asiakkaan elämäntilanne ja päivärytmi. Naisten kohdalla on tärkeää huomioida asiakkaan halu tulla raskaaksi. Tällöin on erityisen tärkeää valita lääkitys, joka on turvallinen myös sikiölle. (Hivin hoito n.d) Hiv-lääkitys estää hivin tarttumisen sikiöön raskauden ja synnytyksen aikana (Hivin hoito 2024). Kun lääkitys on toimiva, voi seurannassa käydä kahdesti vuodessa. Seurannoissa tarkistetaan lääkkeen toimivuus ja tarkkaillaan yleistä terveydentilaa. (Hivin hoito n.d)

Hivin hoitoon on käytössä nykypäivänä yli 30 lääkettä. Näiden lääkkeiden joukossa on seitsemän eri ainetta, jotka estävät HI-viruksen lisääntymisen elimistössä. Tarjolla olevista lääkettä valitaan kahdesta kolmeen eri lääkettä. Lääkitys voidaan yleensä toteuttaa ottamalla yhdestä kahteen tablettia vuorokaudessa. Nykyiset lääkkeet ovat hyvin siedettyjä ja sivuoireita esiintyykin harvoin. (Hivin hoito 2024) Lääkitys on käyttäjälleen maksutonta (Kivelä 2021).

Lääkeyhdistelmä estää viruksen lisääntymisen ja laskee HI-viruspitoisuuden veressä mittaamattomalle tasolle. Suomessa on käytössä erittäin herkkä mittari. (Hivin hoito n.d) Kun lääkitys aloitetaan, tehoa seurataan alkuun tiheämmin, jotta voidaan nähdä, että veren HI-viruspitoisuus laskee ja sopii käyttäjälle. (Kivelä 2021) Muiden sairauksien hoitoon käytettävien lääkkeiden yhteensopivuus hiv-lääkkeiden kanssa pitää tarkistaa hoitavalta lääkäriltä. Näin voidaan välttyä haitallisilta yhteysvaikutuksilta. Hiv-lääkkeiden ja muiden lääkkeiden yhteisvaikutuksista on kerätty tietokanta Liverpoolin yliopiston nettisivuille. Tietokanta on englanninkielinen. (Hivin hoito n.d)

Hiv-infektion toteamisen jälkeen lääkehoito aloitetaan mahdollisimman pian. Lääkehoidon aloitus tehdään hiv-infektion vaiheesta riippumatta (Hivin hoito 2024). Lääkitys on elinikäinen ja vaatii sitoutumista. Tartunnan saaneen täytyy olla valmis sitoutumaan jokapäiväiseen ja lopun elämää kestävään lääkitykseen. Lääkkeet täytyy ottaa säännöllisesti päivittäin, jottei synny resistenttejä HI-viruskantoja. Resistenttejä viruskantoja voi syntyä, jos lääkkeitä otetaan epäsäännöllisesti. (Hivin hoito n.d)

Uusimpana markkinoille on tullut pistettäviä ja pitkävaikutteisia hiv-lääkkeitä. Pistettävän lääkkeen lääkehoito aloitetaan ensin tablettihoitolla. Tablettihoito aloitetaan samoilla vaikuttavilla aineilla, kuin pistettävä lääkehoito. Pistettävään lääkehoitoon voidaan siirtyä, kun tablettihoiton siedettävyyden on varmistettu. Ensimmäinen ja toinen pistos annetaan kuukauden välillä, minkä jälkeen pistos annetaan kahden kuukauden välein. (Hivin hoito n.d) Lääke annetaan kahtena eri pistoksena. Pistokohta on pakarassa ja sen voi antaa vain terveydenhuollon ammattilainen. Pistettävästä lääkkeestä on hyötyä, jottei päivittäin tarvitse huolehtia muistaa ottaa tabletteja. Tämän on koettu parantavan elämänlaatua. Pistettävä lääke on myös hyvä esimerkiksi paljon matkustaville. Pistoshoidon esteenä on raskaus tai suunnitelmat siitä. (Hivin hoito n.d)

Erilaisissa useissa tutkimuksissa on todettu, että hiv-lääkitys on tehokas tapa estää HI-viruksen tarttuminen. Vuonna 2008 sveitsiläisessä tutkimuksessa asiantuntijat kertoivat, että hiv ei tartu seksin välityksellä, kun hiv-positiivinen on lääkityksellä ja hänen HI-virustasonsa on mittaamattomissa. (Miten hiv voi tarttua ja miten ei voi 2024)

Vuosina 2016 ja 2019 tehdyt PARTNER1 ja PARTNER2 tutkimukset seurasivat homopareja. Tutkimuksessa toinen parista oli hiv-positiivinen, jolla oli lääkitys, joka toimii ja toisella parista ei ollut tartuntaa. (PARTNER-tutkimusten tulos: hiv-lääkitys estää hivin leviämisen 2024) Tutkimus toteutettiin 14 eri Euroopan maassa ja keskimääräinen seuranta-aika oli noin kaksi vuotta. (Rodger, Cambiano, Bruun, Vernazza, Collins, S, Degen, Corbelli, Estrada, Geretti, Beloukas, Raben, Coll, Antinori, Nwokolo, Rieger, Prins, Blaxhult, Weber, Eeden, Brockmeyer, Clarke, Guerrero, Raffi, Bogner, Wandeler, Gerstoft, Gutiérrez, Brinkman, Kitchen, Ostergaard, Leon, Ristola, Jessen, Stellbrink, Phillips & Lundgren 2019.) PARTNER1 tutkimuksessa seurattiin 888:aa homo- ja heteroparia. Nämä raportoivat yhteensä 58 000 suojaamatonta seksikertaa. PARTNER2 oli jatkotutkimus, jossa seurattiin pelkästään homopareja. Jatkotutkimukseen osallistui 782 homoparia. Jatkotutkimuksessa raportoitiin 76 000 suojaamatonta anaaliyhdyntää. (PARTNER-tutkimusten tulos: hiv-lääkitys estää hivin leviämisen 2024) 288 hiv-negatiivisesta miehestä kertoi olevan kondomitonta seksiä suhteen ulkopuolella. 15 uutta hiv-tartuntaa ilmeni tutkimuksen aikana, mutta yhtäkään näistä ei voitu yhdistää parien välisiin tartuntoihin. (Rodger ym. 2019) Tutkimus osoitti, että testaamisella ja aikaisella hoitoon pääsillä on suuri merkitys ehkäistäessä uusia hiv-

tartuntoja ja estää leviäminen. (PARTNER-tutkimusten tulos: hiv-lääkitys estää hivin leviämisen 2024) Hiv ei tarttunut tutkimuksen aikana lääkitystä käyttävältä hiv-positiiviselta kumppanilta hiv-negatiiviselle osapuolelle. (Miten hiv voi tarttua ja miten ei voi 2024)

4 MENETELMÄLLISET LÄHTÖKOHDAT

4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Yksi ammattikorkeakoulujen opinnäytetyötapa sekä tutkimuksellisesti kehittävä tapa on tuottaa toiminnallinen opinnäytetyö. Toiminnallisella opinnäytetyöllä voidaan näyttää ammatillinen asiantuntijuus. Tämä tehdään tekemällä tutkimuksellisesti ja kehittäväällä tavalla teksti, jonka opinnäytetyön tekijä kirjoittaa akateemisesti. Asiantuntijuutta kehittävä toiminta ja siihen perustuva toiminta pitää olla aina perusteltua, harkittua, järjestelmällistä ja tarkkaan dokumentoitua. (Vilkkä & Airaksinen 2022) Lopputuotoksena tehdään usein esimerkiksi tapahtuma, peli, koodi, ohjeistus, tuote tai suunnitelma. Tuotoksen lisäksi opinnäytetyö sisältää opinnäytetyöraportin, jossa arvioidaan ja dokumentoidaan toiminnan kehittäminen. (Opinnäytetyö ohje opiskelijalle 2024) Toiminnallisella opinnäytetyöllä on yleensä ulkopuolinen toimeksiantaja. (Karelia 2024)

Opinnäytetyön tavoitteena on, että opiskelija kehittyi itsenäisessä tiedon hankinnassa ja oppii analysoimaan kriittisesti lukemaansa. Opinnäytetyötä tekemällä kehittyi myös ongelmanratkaisu-, päättely ja argumentaatiotaito. (Opinnäytetyö ohje opiskelijalle 2024)

4.2 Hyvä itseopiskelumateriaali

Oppiminen tapahtuu yksin tai yhdessä ja on itsessään tapahtuma. Oppimistyylejä on monia ja olemme oppijoina erilaisia. Yleensä syyt miksi haluamme oppia, voi perustua innostukseen ja haluun oppia. Joskus oppiminen voi olla pakollista ja siitä saa ulkoisen palkkion. Ilman kiinnostusta oppiminen voi olla vaikeaa. Myös asenne, sinnikkyys, sitoutuminen ja itsekuri vaikuttaa oppimisen laatuun. (Heleinius, Korhonen & Mäkelä 2017)

Oppimistilanteen tulisi antaa tilaa omalle ajattelulle ja toiminnalle. Hyvä oppimateriaali tukee tällaista. Se ohjaa ja työstää käyttämään opittua tietoa eteenpäin. Hyvä oppimateriaali osaltaan voi auttaa ymmärtämään, miten tietoa tuotetaan. Tieto on aina joltain perustalta ja johonkin tarkoitukseen tehtyä, se ei ole olemassa varmana ja muuttumattomana. Tieto syntyy ihmisten vuorovaikutuksessa ja sen perustana on esimerkiksi ihmisten sosiaalinen ja kulttuurinen tausta,

aiempi tietämys ja osaaminen. Hyvä oppimateriaali voi ohjata vertailemaan erilaisia asioita, hakemaan erilaisia yhteyksiä ja ymmärtämään keskeneräisyys asioissa. (Ilomäki 2012, 47)

Laadukasta e-oppimateriaalia voidaan käyttää joustavasti jokaisen osaamisen tason, kiinnostuksen ja tarpeiden mukaan. Laadukas e-oppimateriaali tukee pitkäkestoista ja yhteisöllistä työskentelyä. Sen tarkoituksena on aktivoida oppijan ajattelua ja tukea oppimisen taitojen kehittymistä. (Ilomäki 2012, 11) Laadukkuutta tukee myös tiedon lähteen esille tuominen. Tiedon lähteen esille tuominen korostaa ja tukee opiskelijan käsitettä konkretian tasolla esitetyn tiedon taustalla olevia erilaisia näkemyksiä asiasta. (Ilomäki 2012, 47–48)

4.3 Opinnäytetyön prosessi

Opinnäytetyön aihe valikoitui keväällä 2023 ja sitä on aloitettu kirjoittamaan loppuvuodesta 2023. Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa tietoa hiv-infektiosta ja sen lääkityksestä sairaanhoitajaopiskelijoille. Opinnäytetyön tehtävänä on tuottaa tietoa hiv-infektiosta, hiv-infektion hoidosta ja sen lääkityksestä. Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoisuutta hiv-sairaudesta ja vähentää ennakkoluuloja sitä sairastavien kohtaamisessa.

Opinnäytetyön aiheena kiinnosti paljon ja alun perin tarkoituksena oli lähteä esittämään stigmaa ja ennakkoluuloja hivin ympärillä. Aiheesta oli kuitenkin vähemmän tietoa saatavilla, edes Euroopan sisällä, joten aihe rajautui yleiseen tietoon.

Opinnäytetyö prosessin aikana tapasimme opinnäytetyöohjaajan kanssa muutamman viikon välein, joka motivoi tekemään opinnäytetyötä ja pitämään aikataulusta kiinni. Tapaamisilla kirjasimme muistiinpanoja, joista pystyi tarkistamaan sovittuja asioita.

Opinnäytetyön aiheesta löytyä tietoa kotimaisista ja ulkomaisista lähteistä hyvin. Tärkeimpinä nettisivuina toimivat kotimaiset nettisivut Hivpoint ja Positiiviset. Molemmilla sivuilla on kattavasti tietoa HI-viruksesta, sen hoidosta ja lääkityksestä. Sivuilla tarjotaan myös vertaistukea, neuvontaa ja tietoa miten hiv-testaukseen

on mahdollista hakeutua. Tiedonhaussa on käytetty eri tietokantoja kuten: CINAHAL ja Medic. Opinnäytetyötä tehdessä on myös käytetty juurihakua. Etsin teoriatietoa koko opinnäytetyöprosessin ajan.

5 POHDINTA

5.1 Pohdintaa tuotoksesta

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli toiminnallisen tuotoksen avulla lisätä sairaanhoitaja opiskelijoiden tietämystä HIV-infektiosta, sen tarttumisesta, toteamisesta ja hoidosta erityisesti lääkkeellisesti. Opinnäytetyö vastaa suunniteltuihin tavoitteisiin. Opinnäytetyö on ollut alusta asti mielenkiintoista toteuttaa.

Opinnäytetyön tavoitteena oli luoda laadukas ja luotettava materiaali sairaanhoitajaopiskelijoille. Tavoitteena on, että mahdollisimman moni saisi uutta tietoa, oppisi aiheesta työni avulla ja joka vähentäisi ennakkoluuloja sairauden ympärillä. Ensimmäisestä päivästä alkaen on ollut selvää, että opinnäytetyö on toiminnallinen. Tuotoksena toiminnalliseen opinnäytetyöhön syntyi diaesitys. Tein diaesityksestä mahdollisimman selkeän, jotta sitä on helppo lukea ja ymmärtää. Värit ovat hillittyjä ja teksti selkeästi näkyvää ja loogisesti etenevää. Diaesitystä on mahdollisuus muokata tulevaisuudessa tiedon muuttuessa ja lisääntyessä. Diaesitykset sisältävät tiedon siitä mikä on hiv, miten se tarttuu ja todetaan. Viimeisenä käydään läpi hoitoa ja lääkitystä. Yhtenä diaesityksen osana on stigma, jota on käsitelty myös tässä opinnäytetyössä. Tavoitteena on, että opiskelija pystyisi käyttämään opittua tietoa käytännön hoitotyössä.

Diaesityksestä on liitettynä kuva liitteissä.

Haasteiltakaan opinnäytetyön kanssa ei ole selvitty. Suurimmat haasteet olivat aikataulut ja luottamus omaan tekemiseen, varsinkin kun työtä on tehnyt yksin. Osittain työtä on ollut helppo tehdä yksin, koska on saanut suunnitella työn alusta loppuun asti yksin ja tehdä siitä omannäköinen. Suurin tuki on tullut opinnäytetyötä ohjaavalta opettajaltani.

Teoriatietoa hivistä on saatavilla paljon suomenkielisistä ja englanninkielisistä lähteistä. Tietoa löytyy lähivuosilta ja isoja tutkimuksia on tehty 2010-luvulla. Halusin pitää opinnäytetyön yksinkertaisena ja että sen eteneminen olisi loogista.

5.2. Eettisyys ja luotettavuus

Eurooppalaisen tutkimuseettisen ohjeistuksen mukaan hyviä tieteellisen käytännön peruseriaatteita on rehellisyys, arvostus, luotettavuus ja vastuunkanto (Keiski, Hämäläinen, Karhunen, Löfström, Näreaho, Varantola, Spoof, Tarkkainen, Kaila & Aittasalo 2023).

Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto tarjoaa muistilistan ammattikorkeakoulujen opiskelijoille, joista voi tarkistaa opinnäytetyön eettisyyteen liittyviä kysymyksiä. Esimerkiksi ennen opinnäytetyön aloittamista tulee ensimmäisenä selvittää esteellisyys. Tämä tarkoittaa sitä onko opinnäytetyön tekijä puolueeton tekemään aiheesta opinnäytetyötä. Opinnäytetyötä tehdessä, pitää myös perehtyä aiheeseen tarpeeksi. Eri kouluilla ja koulutusaloilla on erilaisia ohjeita ja suosituksia, missä vaiheessa opintoja korkeakouluopiskelijalla on tarpeeksi osaamista, jotta voi aloittaa opinnäytetyön tekemisen. Opinnäytetyön aihe valitaan aihealueelta, joille ammattiopinnot ovat painottuneet. Aihe voi myös ylittää koulutusalat ja olla monialainen. (Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry n.d.)

Opinnäytetyö on ensisijaisesti opiskelijan oma oppimisprosessi. Se edistää opiskelijan ammatillista kehittymistä ja työelämätaitoja. Ohjaajan tehtävä on toimia kannustajana ja laadunvarmistajana. (Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry n.d.)

Tieteellisessä toiminnassa vilppi vääristää tutkittua tietoa. Vilppi heikentää tieteellisen työn tulosten ja tuotoksen arvoa. (Keiski ym. 2023) Plagiointi on luvaton lainaamista eli toisen henkilön tuotannon vilpillistä käyttöä ilman, että mainitaan alkuperäistä lähdettä. Plagiointi on kielletty tekijänoikeuslaissa ja on yleisin tutkimusvilppi (Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry n.d.).

Tässä opinnäytetyössä on huomioitu eettisyys jokaisessa opinnäytetyön vaiheessa. Opinnäytetyötä tehdessä on käyty keskustelua opinnäytetyöohjaajan kanssa. Keskustelu on ollut avointa ja rehellistä molemminpuolisesti. Opinnäytetyö prosessissa on toimittu mahdollisimman esteettömästi ja läpinäkyvästi. Opinnäytetyössä lähteisiin on viitattu Tampereen Ammattikorkeakoulun kirjallisen raportoinnin ohjeiden mukaisesti.

5.3 Johtopäätökset ja kehittämissuhteet

Prosessin alussa oli selkeää, että opinnäytetyö tulee käsittelemään hiv-infektiota, sen hoitoa ja lääkitystä. Alussa isommassa roolissa oli tarkoituksena olla ennakkoluulot ja stigma, mutta työtä tehdessä se jätettiin alkuun kokonaan pois. Lopussa kuitenkin päätin lisätä sen vielä mukaan. Työn alussa tuli ilmi, että edellisenä vuonna oli tehty opinnäytetyö hivistä ja siihen kuuluvasta pep- ja prep-lääkityksestä. Se rajasi omaa opinnäytetyötä.

Materiaali tehtiin Tampereen ammattikorkeakoulun kurssille itseopiskelumateriaaliksi opiskelijoille. Tämä antaa opiskelijoille uusia näkökulmia työhön ja ennakkoluuloihin. Tiedonhaussa oli haastavaa rajata tieto niin, että se on helposti ymmärrettävää. Tarkoituksena on tuottaa mahdollisimman helposti ymmärrettävä, mutta laadukas materiaali. Tulevaisuudessa olisi mukava tietää miten opiskelijat materiaalin ovat kokeneet ja olisiko tulevaisuudessa mahdollista tuottaa aiheesta tai tämän opinnäytetyön pohjalta Moodle tentti.

Opinnäytetyön tekeminen on antanut paljon uutta tietoa hiv-infektiosta ja siitä kuinka raakaa 1980-luvun uutisointi ja stigma on ollut. Olisikin mielenkiintoista tietää kuinka paljon työ herättää ihmisiä ajattelemaan omia ennakkoluulojaan ja käyttäytymistään hoitotyössä. Lisääntynyt tieto todennäköisesti vähentäisi ennakkoluuloja.

LÄHTEET

Aho, I. & Kaijomaa, M. 2020. HIV-positiivisen naisen raskaus ja synnytys. Duodecim. Verkkosivu. Viitattu 25.2.2024. <https://www.duodecimlehti.fi/duo15765>

Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry. n.d. Opinnäytetyön eettiset ohjeet: Opiskelijan muistilista. Viitattu 12.3.2024. <https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Opinn%C3%A4ytety%C3%B6prosessin%20eettiset%20suositukset%20muistilistat%20opiskelijalle%20ja%20ohjaajalle.pdf>

Brummer-Korvenkontio, H., Hiltunen-Back, E., Liitsola, K. & Salminen, M. 2010. Hiv-testauksen periaatteita. Suositus perusterveydenhuollon toimipisteille ja matalan kynnyksen palvelupisteille. Helsinki: Yliopistopaino. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/79951/a94c748d-3b0a-487f-a5b9-2ae07fbcce37.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Centers for Disease Control and Prevention. 2021. Hiv stigma and discrimination. Verkkosivu. Viitattu 3.4.2024. <https://www.cdc.gov/hiv/basics/hiv-stigma/index.html>

Helenius, J., Korhonen, U., Mäkelä, M. 2017. Mun elämä. E-kirja. Opetushallitus. Viitattu 8.3.2024. <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/mun-elama/oppimisen-aidot/mina-oppijana>

Himberg, P. 2023. Kun aids tuli Suomeen. Yle 27.11.2023. Viitattu 3.4.2024. <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2012/11/30/kun-aids-tuli-suomeen>

Hirvinen, S., Mäkinen, H. & Salo, S. 2017. Hiv-hoitotyön käsikirja. 4. uud. painos. Helsinki: Grano Oy. <https://hivpoint.fi/wp-content/uploads/2016/12/Hiv-hoitoty%C3%B6n-k%C3%A4sikirja-2018.pdf>

Hivpoint. 2024. Hivin hoito. Verkkosivu. Viitattu 28.2.2024. <https://hivpoint.fi/hivin-hoito/>

Hivpoint. 2023. Hiv-testaus. Verkkosivu. Viitattu 6.1.2024. <https://hivpoint.fi/hiv-testaus/>

Hivpoint. 2023. Miten hiv voi tarttua (ja miten ei voi). Verkkosivu. Viitattu 5.1.2024. <https://hivpoint.fi/miten-hiv-voi-tarttua-ja-miten-ei-voi/>

Hivpoint. 2024. PARTNER-tutkimusten tulos: hiv-lääkitys estää hivin leviämisen. Verkkosivu. Viitattu 7.3.2024. <https://hivpoint.fi/uusin-tutkimustieto-hivista/partner-tutkimusten-tulos-laakitty-hiv-ei-tartu/>

Hivpoint. 2023. Prep – hivin ennaltaehkäisyväike. Verkkosivu. Viitattu 5.1.2024. <https://hivpoint.fi/prep-hivin-ennaltaehkaisyvaike/>

Hivpoint. 2023. Tietoa hivistä. Verkkosivu. Viitattu 5.1.2024. <https://hivpoint.fi/tietoa-hivista/>

Ilomäki, L. 2012. Laatus e-oppimateriaaleihin. E-kirja. Opetushallitus. Viitattu 8.3.2024. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/144415_laatus_e-oppimateriaaleihin_2.pdf

Karelian opinnäytetyöryhmä. 2024. Karelian opinnäytetyön ohje: opinnäytetyön eri muodot. Karelia University of Applied Sciences. Viitattu 8.3.2024. <https://libguides.karelia.fi/c.php?g=679019&p=4901221>

Keiski, R., Hämäläinen, K., Karhunen, M., Löfström, E., Näreaho, S., Varantola, K., Spoof, S-K., Tarkiainen, T., Kaila, E. & Aittasalo, M. 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan HTK-ohje 2023. 1. painos. Helsinki. Viitattu 12.3.2024. https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf

Kivelä, P. 2021. HIV-infektio ja AIDS. Terveyskirjasto. Verkkosivu. Viitattu 7.3.2024. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01190>

Liitsola, K., Brummer-Korvenkontio, H. & Löflund, J-E. 2023. Hivin ja aidsin esiintyvyys. THL. Verkkosivu. Viitattu 23.4.2024. <https://thl.fi/aiheet/infektiotaudit-ja-rokotukset/taudit-ja-torjunta/taudit-ja-taudinaiheuttajat-a-o/hiv/hivin-ja-aidsin-esiintyvyys>

Mehiläinen. n.d. HIV ja AIDS. Verkkosivu. Viitattu 29.4.2024. <https://www.mehilainen.fi/ihotaudit/hiv-ja-aids>

Pebody, R. 2024. What is HIV stigma? Aidsmap. Verkkosivu. Viitattu 3.4.2024. <https://www.aidsmap.com/about-hiv/what-hiv-stigma>

Positiiviset. n.d. Hivin hoito. Verkkosivu. Viitattu 29.2.2024. <https://www.positiiviset.fi/tietoa/positiivisille/hivin-hoito/>

Positiiviset. n.d. Perustiedot hivistä. Verkkosivu. Viitattu 5.1.2024 <https://www.positiiviset.fi/tietoa/perustiedot-hivista/#mita-oireita>

Rodger, A., Cambiano, V., Bruun, T., Vernazza, P., Collins, S., Degen, O., Corbelli, G., Estrada, V., Geretti, A., Beloukas, A., Raben, D., Coll, P., Antinori, A., Nwokolo, N., Rieger, A., Prins, J., Blaxhult, A., Weber, R., Eeden, A., Brockmeyer, N., Clarke, A., Guerrero, J., Raffi, F., Bogner, J., Wandeler, G., Gerstoft, J., Gutiérrez, F., Brinkman, K., Kitchen, M., Ostergaard, L., Leon, A., Ristola, M., Jessen, H., Stellbrink, H-J., Phillips, A. & Lundgren, J. 2019. Risk of HIV transmission through condomless sex in serodifferent gay couples with the HIV-positive partner taking suppressive antiretroviral therapy (PARTNER): final results of a multicentre, prospective, observational study. The Lancet. Viitattu 7.3.2024. <https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S0140-6736%2819%2930418-0>

TAMK. 2024. Opinnäytetyö (ohje opiskelijalle, TAMK). Verkkosivu. Viitattu 7.3.2024. <https://www.tuni.fi/fi/opiskelijan-opas/kasikirja/tamk/opiskelu-0/opinnaytetyot/opinnaytetyo-ohje-opiskelijalle-tamk>

Tauriainen, R. 2022. Ensimmäinen tartunta muutti kaiken. Iltalehti 13.8.2022. Viitattu 3.4.2024. <https://www.iltalehti.fi/kotimaa/a/3f1f4d93-3b23-47b5-b2f0-d4ad9cc5bf9f>

THL. 2023. Hiv. Verkkosivu. Viitattu 6.1.2024. <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/taudit-ja-torjunta/taudit-ja-taudinaiheuttajat-a-o/hiv>

THL. 2024. Stigma ja syrjintä. Verkkosivu. Viitattu 3.4.2024. <https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/stigma-ja-syrjinta>

UNAIDS. n.d. Global HIV & AIDS statistics - Fact sheet. Verkkosivu. Viitattu 10.4.2024. <https://www.unaids.org/en>

Vilka, H., Airaksinen, T. & Kostamo, P. 2022. Kirjoita itsesi asiantuntijaksi: opas toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Helsinki: Art House.

LIITTEET

Liite 1. Opinnäytetyön sähköinen posterit

Cecilia Mikkonen - Opinnäytetyö 2024

Tietoa hiv-infektiosta ja sen lääkityksestä sairaanhoitajaopiskelijoille

Mikä on hiv?
Hiv on ihmisen immuunikatovirus. Hiv on virus, joka tuhoaa ihmisen immunitetin osalta keskeisiä soluja ja näin vaikuttaa ihmisen puolustusjärjestelmään. Vuonna 2022 hiv-infektion saaneita oli 39 miljoonaa maailmassa. Suomessa esiintyvyys on maailman alhaisinta.

Miten hiv tarttuu?
Hiv voi tarttua suojaamattomassa seksissä anaali- ja emätinyhdynnässä, suuseksissä, veri- ja elinsiirroissa ja jaetuissa pistoshuumeiden käyttövälineissä. Hiv voi tarttua äidistä lapseen raskauden, synnytyksen tai imetyksen aikana.
Suomessa jos äidin hiv-tartunta on ollut tiedossa ennen synnytystä, ei yksikään lapsi ole saanut tartuntaa. Hiv ei tartu esimerkiksi ruoan tai juoman kautta, erilaisilta pinnoilta esimerkiksi saunan lauteilta tai uimahallista. HI-virus ei myöskään tartu halaamalla tai koskettamalla toista.

Suojautuminen ja läikehoito
Tehokkaasti suojaava kondomi suojaa hiviltä ja muilta seksitaudeilta.
Tarjolla olevista lääkeaineista valitaan kahdesta kolmeen eri lääkeainetta. Lääkitys voidaan yleensä toteuttaa ottamalla yhdestä kahteen tablettia vuorokaudessa. Lääkeyhdistelmä estää viruksen lisääntymisen.

Ennakkoluulot ja stigma
Hiv-stigma on ennakkoluuloja, negatiivisia asenteita ja vääriä uskomuksia hiv-positiivisia ihmisiä kohtaan. Stigma voi johtaa siihen, että hiv-positiiviset ihmiset hylätään, heitä loukataan, heistä juoruillaan tai heidät suljetaan erilaisista sosiaalisista aktiviteeteista pois. Pahimmillaan stigma voi johtaa fyysiseen väkivaltaan. Stigmaa voidaan estää avoimella keskustelulla, joka voi auttaa normalisoimaan aihetta. Avoin keskustelu tarjoaa mahdollisuuksia korjata väärinkäsityksiä ja auttaa muita oppimaan lisää.

Liite 2. Kuvakaappaus opinnäytetyön tuotoksena laaditusta diaesityksestä.

- Yleisimmin hiv tarttuu seksin välityksellä. Niistä helpoiten anaaliseksiässä, sillä peräsuolen seinämän limakalvot ovat hauraat ja rikkoutuvat helpommin.
- Tehokkaasti suojaava kondomi ja suuseksisuoja suojaa HI-virukselta ja muilta seksitaudeilta.
- Liukuvoiteet estävät kondomia rikkoutumasta, suojaavat limakalvoja.
 - Anaalihdynnässä on todella tärkeää liukuvoiteen käyttö.
- Hiv ei tartu esim. ruoan tai juoman välityksellä, erilaisilta pinoilta kuten saunan lauteita tai uimahallista. Hiv ei tartu myöskään halaamalla tai koskettamalla toista.
- Happi tuhoaa viruksen nopeasti eikä HI-virus säily ihmisen elimistön ulkopuolella tartuttavana.
- HI-virukselta suojautumiseen on myös olemassa prep ennaltaehkäisy lääkitys. Lääke otetaan jo ennen HI-virukselle altistumista.
 - Prep lääkitystä suositellaan hiv-negatiivisille, joilla on huomattava riski saada tartunta, esim. seksityöntekijät.



