

## HIV

또한 인체 면역 결핍 바이러스, HIV/AIDS 로도 알려짐

인체 면역 결핍 바이러스 (HIV)는 면역 체계를 공격하여 인체가 감염과 싸우기 힘들게 만듭니다. HIV 는 대개 콘돔 없는 성관계 혹은 주사 기구 공유를 함으로써 감지 가능한 바이러스 양을 가진 HIV 보유자의 체액 (혈액, 정액, 질액 및 항문액 등)을 통해 감염될 수 있습니다.

### 간단한 사실 자료

- HIV 는 혈액, 정액, 질 체액, 항문 점액과 모유에서 발견됩니다.
- HIV 는 콘돔 없는 성관계 시에 혹은 약물 주사 장비를 공유할 때 전파될 수 있습니다
- 어떤 사람은 발열, 인후통, 이하선 붓기 및 근육통, 통증 등 독감 같은 증상이 있습니다.
- HIV 에 걸린 사람이 건강하게 지낼 수 있는 매우 효과적인 치료가 가능합니다
- HIV 를 위한 완치는 없지만 고위험군의 사람들을 위해 HIV 감염을 예방하기 위한 약품 (PrEP)과 위험 이후의 감염 예방 약품(PEP)이 있습니다.

### 이것이 무엇인가요? (What is this?)

HIV 는 AIDS 와 동일한 것이 아닙니다. 치료하지 않으면 HIV 가 AIDS 를 초래할 수 있습니다. 하지만 현재 가능한 매우 효과적인 HIV 치료를 이용함에 따라 AIDS 는 이제 호주에서 극히 드물게 되었습니다.

### 어떻게 걸리게 되나요? (How do you get it?)

HIV 테스트에 양성 반응이 나온 사람과 콘돔 없는 성관계를 가지거나 약물 주사 장비를 공유할 경우 HIV 에 걸릴 수 있습니다.

HIV 는 아래 경로를 통해 전파될 수 있습니다.

- 콘돔 없이 질 혹은 구강 성교
- 약물 주사 장비 공유
- 임신, 출산 혹은 모유 수유 (어머니 혹은 모유 수유하는 부모가 HIV 를 보유하는 경우)
- 주사에 찔린 상처 (주로 의료 종사자들)

HIV 는 **아래 경로를 통해서**는 드물게 전파됩니다.

- 콘돔이 올바르게 사용된 경우, 질 혹은 항문 성교
- 콘돔 없이 구강 성교
- HIV 에 감염된 체액이 피부에 떨어짐

HIV 는 **아래 경로를 통해서** 감염되었다는 보고는 결코 없었습니다.

- 키스 혹은 껴안기
- 악수 혹은 사교적 접촉
- 칼, 포크, 컵 혹은 잔을 공유
- 화장실 변기
- 모기 혹은 기타 곤충

### 증상이 무엇인가요? (What are the symptoms?)

HIV 에 감염되었을 때 모든 사람이 증세를 보이는 것은 아닙니다. 증상 중 많은 것이 다른 질병과 유사하므로 HIV 양성이라는 것을 아는 것이 아주 어렵습니다.

증세의 예:

- 콧물, 코막힘, 인후통, 기침, 발열 등 독감 같은 증상
- 지속적인 극도의 무기력
- 열, 오한 및 식은땀
- 식욕 감소 및 빠른 체중 감소
- 목 안, 겨드랑이 혹은 사타구니의 이하선 붓기
- 지속적인 기침 혹은 마른 기침
- 설사

HIV 에 노출되었을 수도 있고 증상 중 하나 이상이 있을 경우 의사를 만나보십시오. 이들 증상은 HIV 에 노출된지 대개 일주 내지 삼주 사이에 발생합니다.

### 어떻게 테스트를 하나요? (How do you test for it?)

혈액 검사를 통해 HIV 감염되었는지 여부를 파악할 수 있습니다.

*HIV 항체 테스트*라고 하는 이 테스트는 여러분의 신체가 감염과 싸우는 항체를 형성했는지 여부를 발견합니다.

HIV 에 대한 노출 이후에 HIV 혹은 그 항체를 발견하기 위한 테스트가 가능하게 되기까지 짧은 기간이 있습니다. 이는 잠복기라고 하며 대개 감염 후 6 주입니다. 일부 경우에는 잠복기가 감염 이후 2 주에서 12 주 사이가 될 수 있습니다.

### 테스트 결과 (Test results)

HIV 테스트 결과 음성 반응

HIV 테스트 결과 음성 반응은 아래 둘 중 하나에 해당됩니다.

- HIV 에 감염되지 않았음
- HIV 에 최근 감염되었지만 (지난 6 주 이내에) 신체가 감염과 싸울 항체를 아직 형성하지 않았음

신체가 아직 항체를 형성하지 않은 경우 잠복기에 있을 가능성이 가장 크고 몇 주 후에 다시 테스트를 받을 수 있습니다.

### HIV 테스트 결과 양성 반응

HIV 테스트 결과 양성 반응은 HIV 항체가 발견되었고 HIV에 감염되었음을 의미합니다.

양성 반응 결과로 인해 스트레스와 쇼크를 받고 분노와 걱정 우울증에 빠질 수 있습니다. 스트레스 관리를 돕기 위해 HIV 테스트를 제공하는 모든 의료 서비스는 테스트 전후에 상담을 제공합니다.

사람들은 호주에서 HIV와 더불어 잘 살아갈 수 있습니다. 우리는 아주 효과적인 HIV 치료를 이용할 수 있는데 이 치료는 HIV에 걸린 사람들을 위한 삶의 질과 생명을 극적으로 향상시킵니다. 우리는 또한 HIV와 더불어 살아가는 사람들을 위해 가능한 많은 효과적인 지원 서비스도 보유하고 있습니다.

### 결론을 내지 않은 HIV 테스트 결과

가끔 테스트는 양성도 음성도 아닙니다. 이것을 *결론을 내지 않은 HIV 테스트 결과*라고 합니다.

결론을 내지 않은 테스트 결과를 받은 사람은 모두 다시 테스트를 받습니다. 테스트 결과 검토 예약일에 의사 혹은 간호사가 반복 테스트를 추천할 것입니다.

최근 고위험에 노출된 사람들이 받은 결론을 내지 않은 테스트 결과는 이들이 종종 감염의 잠복기에 있음을 의미합니다. 몇 주 후의 반복 테스트에서 음성 혹은 양성 결과를 받게 될 것입니다.

HIV 위험이 낮은 사람들에게 결론을 내지 않은 테스트 결과는 종종 *거짓 양성*입니다. 임신, 수혈, 바이러스 감염 혹은 자가 면역 질환 등의 요인들은 결론을 내지 않은 테스트 결과의 요인이 될 수 있습니다.

### 어떻게 치료하나요? (How is it treated?)

HIV 치료는 바이러스가 증식(자기 복제)하지 못하도록 하는 의약품입니다. 이를 통해 신체 내 바이러스의 양을 줄입니다. 이것을 *항레트로바이러스 치료*라고 합니다.

항레트로바이러스 치료는 HIV를 당뇨병 혹은 고혈압처럼 만성적으로 관리 가능한 상태로 변형시켰습니다. 이 치료는 이 바이러스를 지닌 사람들이 오래 건강한 삶을 살도록 지원합니다.

치료를 통해 신체 내에 있는 바이러스의 양을 감지될 수 없는 수준으로 줄일 수 있는데 이는 그 사람이 HIV를 다른 사람에게 전파할 수 없음을 의미합니다.

HIV 양성 진단 후 가능한 빨리 치료를 시작하면 치료를 더 효과적이 되게 하고 건강과 웰빙을 보호하며 감지될 수 없는 바이러스 수준으로 좀더 빨리 이르도록 도울 것입니다.

기억하실 사항:

- HIV 를 가진 사람을 차별하는 것은 호주 및 빅토리아주 법규 하에서 불법입니다. 검사 결과는 엄격하게 비밀 유지가 됩니다.
- 테스트를 받는 어떤 사람이나 HIV 에 걸린 사람에 대한 정보를 본인의 명시적인 허가 없이 누구에게든 공개하는 것은 불법입니다.
- 빅토리아 주의 법률에 따르면 누구든지 HIV 를 포함하여 어떤 전염병으로 다른 사람을 부지 중에 혹은 부주의하게 감염시키지 않아야 합니다.
- 일부 국가에서는 HIV 를 가지고 사는 사람들에게 생명 보험 및 비자가 제한될 수 있습니다.

치료하지 않을 경우 합병증이 생기나요? (Are there any complications if not treated?)

치료하지 않으면 HIV 가 AIDS 를 초래할 수 있습니다.

하지만 현재 매우 효과적인 HIV 치료가 가능함에 따라 AIDS 는 이제 호주에서 극히 드물게 되었습니다.

치료 후에 재발할 가능성이 있나요? (Is it likely to come back after treatment?)

HIV 에는 아직 완치가 없지만 매일 항레트로바이러스 치료를 하면 바이러스를 효과적으로 관리할 수 있습니다.

어떻게 자신을 보호할 수 있을까요? (How can I protect myself?)

HIV 로부터 자신을 보호하는 방법은 여러 가지가 있습니다. 귀하는 자신과 성관계 파트너에게 맞는 올바른 예방 방법 혹은 복합적인 방법을 찾아야 합니다.

콘돔 (Condoms)

콘돔 사용이 HIV 감염을 예방하는 가장 손쉽고 좋은 방법 중하나입니다.

콘돔은 약국과 슈퍼마켓 그리고 성 보건소 혹은 가족 계획 클리닉에서 손쉽고 광범위하게 구할 수 있습니다. 콘돔은 다른 STI 를 예방하는 추가적인 이점이 있습니다.

#### PrEP

PrEP (노출전 예방)는 HIV 를 갖지 않은 사람들을 위해 하루 한 번 복용하는 약품이며 HIV 에 감염될 위험을 줄입니다.

**i** StaySTIFree ([staystifree.org.au](http://staystifree.org.au))에서 PrEP 에 대해 더 자세히 알아보세요.

PAN ([pan.org.au](http://pan.org.au))에서 PrEP 를 구할 수 있는 장소를 찾아보세요.

#### PEP

PEP (노출후 예방)는 HIV 를 예방하기 위해 항 HIV 약품을 이용하는 다른 방법입니다. 이는 HIV 에 노출된 것을 알았거나 의심한 후에 복용합니다. PEP 는 28 일 동안 복용하며 HIV 에 노출된지 72 시간 이내에 시작해야 합니다.

**i** StaySTIFree ([staystifree.org.au](http://staystifree.org.au))에서 PEP 에 대해 더 자세히 알아보세요.

Get PEP ([getpep.info](http://getpep.info))에서 PEP 를 구할 수 있는 장소를 찾아보세요.

#### 규칙적인 테스트 (Regular testing)

HIV 및 STI 를 위한 규칙적인 테스트를 통해 감염을 좀더 일찍 찾을 수 있습니다. 이는 감염을 더 일찍 치료하고 감염이 다른 사람에게 전파되는 것을 방지할 수 있음을 의미합니다.

**i** StaySTIFree ([staystifree.org.au](http://staystifree.org.au))에서 테스트를 받을 수 있는 장소를 찾아보세요.

#### 감지될 수 없는 바이러스 양 (Undetectable viral load)

HIV 에 걸렸을 경우 항레트로바이러스 치료 약을 매일 복용함으로써 파트너를 보호할 수 있습니다.

치료를 통해 신체 내에 있는 바이러스의 양을 감지될 수 없는 수준으로 줄일 수 있는데 이는 그 사람이 HIV 를 다른 사람에게 전파할 수 없음을 의미합니다.

어디서 도움을 받을 수 있나요? (Where can I get help?)

- 가까운 성보건 서비스를 방문합니다
- 지역 의사를 방문합니다
- 지역 커뮤니티 보건 센터를 방문합니다

StaySTIFree ([staystifree.org.au](http://staystifree.org.au))에서 성 보건 서비스를 찾아 보세요

#### 법적 면제 조항 (DISCLAIMER)

이 안내 자료는 일반적인 성 보건 정보를 제공하며 귀하의 의사와 필수 검진을 대체할 의도는 없습니다.

귀하의 건강에 대한 우려사항이 있을 경우 의사의 조언을 구해야 합니다.

긴급한 치료가 필요한 경우 가까운 응급실로 가거나 000 에 전화해야 합니다.