

Hari AIDS Sedunia diadakan pada tanggal 1 Desember setiap tahun dan merupakan kesempatan bagi orang-orang di seluruh dunia untuk bersatu dalam perang melawan HIV serta menunjukkan dukungan mereka untuk orang yang hidup dengan HIV AIDS.

Tema tahun ini untuk Hari AIDS Sedunia, yang akan menandai ulang tahun ke 30 adalah "**KENALI STATUS ANDA**".

Sejak 1988, perjuangan melawan AIDS mengalami kemajuan yang signifikan dan sekarang jutaan orang yang hidup dengan HIV memiliki kehidupan yang lebih sehat dan produktif. Tetapi perjuangan tersebut masih jauh dari kata berhasil, karena seperti yang ditunjukkan oleh laporan terbaru UNAIDS, bahwa salah satu tantangan yang tersisa adalah pengetahuan tentang status HIV.

Secara global ada sekitar 34 juta orang yang mengidap HIV, dan lebih dari 35 juta orang telah meninggal karena HIV atau AIDS, membuatnya menjadi salah satu virus paling merusak dalam sejarah.

UNAIDS memperkirakan bahwa lebih dari 9,4 juta orang yang hidup dengan HIV masih belum mengetahui status mereka. Stigma dan diskriminasi menghalangi orang untuk melakukan tes HIV. Akses untuk melakukan tes HIV yang rahasia tetap menjadi masalah yang memprihatinkan. Banyak orang melakukan tes HIV hanya setelah menjadi sakit dan memiliki gejala terpapar virus HIV sehingga menyebabkan pengobatan HIV yang dimulai terlambat. Padahal tes HIV awal sangat penting untuk menyegerakan pengobatan secepatnya.

Bagaimana Cara Melindungi Diri dari Penularan HIV?

Pelajari bagaimana HIV menyebar

HIV ditularkan saat darah, ASI, air mani atau cairan vagina yang terinfeksi terkena kontak langsung dengan luka di kulit atau selaput lendir yang terbuka (seperti mulut, hidung, vagina, rektum, bukaan penis). HIV dapat ditularkan melalui hubungan seks melalui vagina, oral atau anal, serta kontak antar darah dan kontak antar cairan tubuh.

Hindari alkohol dan obat-obatan terlarang

Obat-obatan tertentu, seperti obat via suntikan, juga dapat menyebabkan Anda terkena HIV dengan angka paparan yang lebih tinggi.

Lakukan hubungan seks yang aman

Bicarakan dengan pasangan Anda mengenai sejarah seksual Anda berdua. Mengetahui dan memahami benar tentang seluk beluk masing-masing sangat membantu Anda dan pasangan mencegah risiko penularan HIV

Jangan pernah berbagi jarum atau alat suntik

Jarum dan alat suntik dengan mudah membawa HIV dari satu orang ke orang lain. Jangan pernah menggunakan obat dengan jarum dan jarum yang bukan berasal dari dokter.

Hindari menyentuh darah dan cairan tubuh orang lain

hindari menyentuh darah orang lain sebisa mungkin dan hindari kontak langsung dengan cairan tubuh lain yang dapat menyebarkan HIV, **terutama** jika Anda memiliki luka terbuka di bagian manapun di tubuh

Lakukan perawatan medis jika Anda hamil

HIV dapat diturunkan dari ibu hamil ke bayi selama kehamilan, persalinan, atau menyusui. Terapi HIV selama kehamilan mengurangi risiko ditularkannya HIV ke bayi.