

# Nasze środowisko

Dodatek do miesięcznika „Ziemia Parczewska” poświęcony sprawom ekologii

nr 9/2003

Ukazuje się przy wsparciu finansowym Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Lublinie

Nie żadne tam gruszki na wierzbie, lecz najprawdziwsze ekologiczne źródło energii! Ciągłe jeszcze niewiele osób wie o wierzbie energetycznej – roślinie rosnącej jako krzew, która z powodzeniem może zastępować tradycyjne paliwa węglowe w piecach kaflowych czy kuchniach, a także służyć jako dodatek w kotłach energetycznych.

Wierzba energetyczna jest rośliną niewymagającą. Rośnie szybko (przyrost roczny do 2,5-3m metrów), na gruntach IV i V klasy, także nieużytkach. Raz zaszczepiona zapewnia zbiory przez 30 lat. Doskonale utylizuje jako nawóz uciążliwe odpady z oczyszczalni ścieków. Utrzymanie plantacji wierzby nie wymaga kosztownych zabiegów pielęgnacyjnych. Jest ona odporna na choroby, przy czym najlepiej rośnie na gruntach o dużej wilgotności, a także terenach podmokłych lub zalewowych, gdzie inne uprawy są niemożliwe bądź nieopłacalne. Zbiory nie wymagają kosztownego sprzętu, muszą być jednak prowadzone zastosowaniu odpowiednich maszyn. Z obsadzonego wierzwą 1 ha można pozyskać rocznie do 30 ton paliwa „wierzbowego”, stanowiącego energetyczny ekwiwalent 10 ton węgla kamiennego.

Po założeniu plantacji trzeba do pierwszego zbioru poczekać 3 lata, tyle bowiem trwa cykl „pierwszego wzrostu”. Po uzyskaniu dojrzałości – wierzba nadaje się do corocznego zbioru.

Pomysł uprawiania wierzby jako ekologicznego taniego paliwa zrodził się w Ogólnopolskiej Izbie Gospodarczej Towarzystw Budownictwa Społecznego, która stara się o oszczędną eksploatację (także energetyczną) wybudowanych i admini-

strowanych zasobów mieszkaniowych. Oczywiście, zastosowanie paliwa wierzbowego nie ogranicza się do opalania domów TBS. Po odpowiednim skonfekcjonowaniu wierzwą palić można w tradycyjnych piecach kaflowych, które ciągle jeszcze dominują na wsi i w małych miastach, w paleniskach kuchennych opalanych drewnem lub węglem, a także w odpowiednich kotłach centralnego ogrze-

## Paliwo na wierzbie

wania. Doświadczenia Ogólnopolskiej Izby Gospodarczej Towarzystw Budownictwa Społecznego, która posiada już własne plantacje wierzby energetycznej wskazują, że koszt założenia plantacji na powierzchni 1 ha nie przekracza 15 tys. złotych. A roczny koszt utrzymania uprawy na 1 ha wynosi około 5 tys. zł. uwzględniając amortyzację zainwestowanych środków w ciągu 27 lat (550 zł z 1 ha) można obliczyć, że tona paliwa wierzbowego będzie kosztować plantatora nie więcej niż 200 zł.

Sposób palenia wierzwą energetyczną, a zwłaszcza ilość tego paliwa jako dodatku do tradycyjnych paliw węglowych, zależy od kierunku zastosowania. W niektórych zastosowaniach wierzba całkowicie eliminuje węgiel – w innych (kotły c-o) może być dodawana w stosunku 1:2. Wierzba jest więc paliwem bardzo opłacalnym w każdym rodzaju zastosowania.

Przytoczone informacje stanowią sygnał dla potencjalnych plantatorów i użytkowników paliwa wierzbowego, że istnieją możliwości uprawy, konfekcjonowania i użytkowania tego ekologicznego oraz taniego paliwa. Wszystkich, którzy byliby zainteresowani założeniem plantacji, pozyskaniem sadzonek z istniejących już mateczników, zapoznaniem się z „technologią” prowadzenia upraw, a zwłaszcza technika zbiorów i ich konfekcjonowaniem – kierujemy do Ogólnopolskiej Izby Gospodarczej Towarzystw Budownictwa Społecznego. Izba może pomóc w założeniu pilotowych plantacji sadzonek, podjąć się nadzoru nad funkcjonowaniem plantacji, zorganizowania dostawy gotowego paliwa wierzbowego do instytucjonalnych odbiorców (np. TBS), zorganizowania grup producenckich plantatorów wierzby i jej odbiorców itp.

Pomysł wykorzystania wierzby energetycznej jako paliwa (ale także na inne cele, jak maty do stabilizacji dróg, ekrany dźwiękochłonne, wikliniarstwo) wart jest rozważenia przez samorządy terytorialne, a także indywidualnych właścicieli nieużytków rolnych, których zagospodarowanie mogłoby stanowić podstawę dla uzyskania dopłat z funduszy strukturalnych Unii Europejskiej.

Podajemy dane ogólnopolskiej Izby Gospodarczej Towarzystw Budownictwa Społecznego, która udziela zainteresowanym wszelkich informacji:

**00-519 Warszawa, ul. Wspólna 25**  
**tel. (22) 629 61 89, tel/fax (22) 629 40 34**  
**e-mail: [biuro@izbatbs.pl](mailto:biuro@izbatbs.pl)**

*Opr. na podst. art. Jerzego Bolkowski*  
*„Inwestycje Komunalne”, w: Przegląd Zamówień*  
*Publicznych nr 8, sierpień 2003*

Najlepiej poznana grupa zwierząt są ptaki. Aż siedemnaście lęgowych gatunków należy do grupy zagrożonych wyginięciem. W PPN największą ostoją ptaków wodno-błotnych jest bagno Bubnów, gdzie występuje 87 gatunków ptaków, między innymi bardzo rzadkie w Polsce i Europie, jak: kulik wielki, dubelt, brodziec krwawodzioby, rycyk, wodnik, błotniaki: łąkowy, zbożowy i stawowy, sowa błotna, cietrzew. Bagno jest ostoją wodniczki – małego, bardzo rzadkiego ptaka śpie-

### Parki narodowe w Polsce

## Zwierzęta Poleskiego Parku Narodowego

wającego, związanego ze środowiskiem otwartych bagien. 430 śpiewających samców tworzy jedną z największych populacji w Polsce i w Europie. Herbowym

ptakiem parku jest żuraw, któremu szczególnie odpowiada tutejsza mozaika bagien, lasów i łąk. Żurawie pojawiają się tu dużymi stadami w okresie przelotów. W obrębie parku znajduje się kilka stawów rybnych, na których można spotkać czaple białe. Jeziora, które zasiedlają duże ilości kaczek i lusek, stanowią tereny łowieckie dla orła przedniego, orlika grubodziobego i orła bielika gnieźdzących się poza granicami parku narodowego.

*dokończenie na str. 11*



## // Zalecenia PZŁ na sierpień i wrzesień

### Sierpień

Kończymy budowę i remont paśników. Oczyszczamy rejon paśników ze starej karmy. Gromadzimy na zimę karmę objętościową (owies w snopkach, siano z mieszanek itp.) i ziarno. Pasze objętościowe gromadzimy w paśnikach-magazynach oraz w bardzo praktycznych brogach. Na poletkach wysiewamy oziminy (rzepak, pszenżyto, żyto). Rzekap siejemy w pierwszej połowie sierpnia, aby mógł wykształcić dużą rozetę, chętnie spożywaną przez jeleniowate zimą. Po zbiorze zbóż na poletkach produkcyjnych wykonujemy orki i siejemy poplony. Na poletkach łowieckich wysiewamy kapustę pastewną, rzepę ścierniskową, jarmuż. Rozgradzamy poletka przeznaczone na zgryzanie (zwierzyna przestaje żerować na polach w związku ze żniwami i zbiorami i powraca do lasu). W tym okresie łatwo jest dostać posład i inne nasiona dla kuropatw i bażantów – robimy zapasy. Dokonujemy sprzętu siana z łąk śródleśnych przed zakwitnięciem traw (trawa do jesieni zdąży odrosnąć). Intensywnie ochraniajemy plantacje ziemniaków i kukurydzy. Na pasy zaporowe w lesie wysypujemy co parę dni ziarno kukurydzy. Uzupełniamy lizawki. Wypuszczamy do łowiska (w

### Zwierzęta Poleskiego Parku Narodowego

dokończenie ze str. 1

Park jest największą w Polsce i jedną z większych w Europie ostoi żółwia błotnego. Żółwie bardzo lubią płytkie i ciepłe zbiorniki wodne z dużą ilością mułu oraz roślinnością wodną, w której są mało widoczne. Konieczne są także wilgotne, ale nie zalewane wodą brzegi, bo tylko wtedy rozwijają się złożone w ziemi jaja. Takie warunki panują w większości parkowych jezior i torfianek.

Największym ssakiem spotykanym w parku jest łoś. Na Polesiu, jak prawie wszędzie w Polsce po II wojnie światowej, nie było bobrów. Zostały one ponownie wprowadzone do parku w 1992 roku. Największym drapieżnikiem jest wilk, do ciekawszych drapieżników należą związane ze środowiskami wodnymi i wilgotnymi: wydry, gronostaje, jenoty i rzęsortki rzeczki, jedyne w Polsce jadowite ssaki. Rzęsortki są drapieżnikami wielkości myszy, żyją nad brzegami wód. Dzięki jadowi polują nawet na większe od siebie żaby.

P.F.

którym wcześniej zredukowaliśmy ilość drapieżników) zakupione bażanty. Zwracamy uwagę na kłusujące psy i koty i staramy się je wyeliminować. Powinniśmy zadbać o wodopoje, kąpieliska i bobrzyńska, jak również o urządzenia łowieckie, ambony, zwyżki i ścieżki podchodowe.

### Wrzesień

**Zagopodarowanie łowiska.** W łowiskach, do których wypuszczono bażanty należy ustalić miejsca gdzie skupiła się większa ilość tych ptaków i tam przede wszystkim prowadzić dokarmianie i inne zabiegi ochronne. Prawidłowo i systematycznie prowadzone prace związane z hodowlą bażantów w łowisku spowodują powodzenie tej kosztownej akcji. W łowiskach leśnych kontynuować należy letnie dokarmianie dzików, na pasach i poletkach zaporowych nie może zabraknąć karmy. Lizawki zarówno w łowiskach leśnych jak i polnych należy oczyścić i uzupełnić solą. Na poletkach produkcyjnych przystępujemy do zbioru roślin okopowych. Bezpośrednio po zbiorze trzeba zadbać o prawidłowe przechowanie ziemiopłodów. Bulwy i korzenie roślin okopowych najkorzystniej jest przechowywać w kopcach. Na początku miesiąca należy przystąpić do remontu urządzeń łowieckich.

**Polowania.** Od miesiąca września wolno polować na wszystkie dziki, należy jednak oszczędzać duże osobniki, szczególnie lochy, a nastawić się na odstrzał warchlaków. Od 11 września rozpoczyna się sezon na kuropatwy. Z uwagi na duży spadek populacji tego ptaka, polowania prowadzone są tylko w nielicznych łowiskach. Należy bezwzględnie przestrzegać zasady, że z jednego stadka można pozyskać tylko kilka sztuk. Stadka liczące małą liczbę osobników zostawiamy w spokoju. Do końca września możemy polować na rogacze. Teraz, gdy zakończyła się ruja, możemy spokojnie wybrać się na łownego rogacza. W miesiącu tym czekają nas również wspaniałe przeżycia podczas rykowiska jeleni. W miesiącu wrześniu z uwagi na częsty wysyp grzybów, zwracamy szczególną uwagę na bezpieczeństwo przy wykonywaniu polowania, gdyż las w tym czasie jest pełen grzybiarzy.

**Sprawy organizacyjne.** We wrześniu bierzemy czynny udział w akcji „Sprzątanie świata”, najlepiej z udziałem młodzieży z lokalnych szkół. Zarządy kół organizują szkolenia przed okresem polowań zbiorowych. Opracowane plany polowań zbiorowych wysyłamy do władz gmin, nadleśnictw, Zarządów Okręgowych PZŁ oraz do wszystkich członków koła.

K.K.

## A mnie jest szkoda lata...

*Tak brzmią słowa romantycznej piosenki. Wprawdzie tegoroczne lato jeszcze trwa, ale mnie już go szkoda. A to dlatego, że coraz bardziej kojarzy mi się ono nie tylko z dłuższym wypoczynkiem, lecz przede wszystkim – z wielkim marnotrawstwem! Tu i ówdzie na polach zalegają jeszcze sterty zeszłorocznej słomy, obok nich teraz ustawiono nowe kopy, które też będą sobie „spokojnie” gniły. A przecież energotwórcze wykorzystanie biomasy nie jest już nowością, ani trudnością...*

*Na naszym pięknym – i wietrznym! – wybrzeżu energetyczne „wiatraki” wciąż są prawie nieobecne (w szumnych zapowiedziach – owszem)...*

*Po rześzystych ulewach wzbierają polskie rzeki, ale n ich drodze nie stają nowe elektrownie, które z pożytkiem – liczoną w megawatach – mogłyby okiełznać wodne żywioły...*

*Ale już najbardziej żal mi jest letniego słońca!... Niestety, większość rodaków wciąż kojarzy się ono jedynie z opalenizną lub, w gorszej wersji, z udarem. Tymczasem promieniowanie słoneczne jest wszakże podstawowym, największym (ba, niewyobrażalnym) i najtańszym źródłem energii dla naszej planety! Jednak najbardziej ekscytuje to, że tę energię potrafimy już bez technicznych problemów zaabsorbować, skumulować i wykorzystać – również w domowej mikroskali. Ot, choćby do podgrzewania ciepłej wody, potrzebnej nawet podczas upałów. Przemierzając Polskę podczas służbowych czy letnich wojaży odruchowo (i zawodowo) spoglądam na dachy mijających budynków. Niestety kolektory czy panele fotowoltaiczne – które można instalować na rozmaitych obiektach – to u nas wciąż taka rzadkość, jak rodzynki w lichym cięście. Zwłaszcza gdy porównamy to – choćby „na oko” z liczbą kolektorów czy paneli fotowoltaicznych u naszych zachodnich sąsiadów czy innych krajach bliskiej już (przynajmniej kalendarzowo) Unii.*

*Sporo się mówi i pisze, że wiek XXI będzie należał do energii ze źródeł odnawialnych. Ba, oby i u nas! Póki co, mamy na starcie duże opóźnienie. No, ale mamy też nadzieję, że mozolnie przygotowywane ustawy i rozporządzenia nadadzą stosowne tempo naszej energetyczno-ekologicznej pogoni za europejską czołówką. Tym bardziej, że „kij” unijnych norm, kar i dyrektyw może nas srodze doświadczyć. Czyżby więc żal miał się zamienić w optymizm?...*

Urszula Wojciechowska  
Czysta Energia Nr 7/8 (23/24)/2003



Mieszkaniec Parczewa i pracownik miejscowej Huty Szkła Zdzisław Trochonowicz, ur. w 1965r. w rodzinie o dużych tradycjach myśliwskich jest znanym pasjonatem myślistwa i sztuki.

Pan Zdzisław od 1995r. należy do Polskiego Związku Łowieckiego, a od 2000 r. jest członkiem Komisji Rewizyjnej Koła PZŁ „Jeleń” w Parczewie. Uprawia strzelectwo myśliwskie i jest reprezentantem Koła w tej dyscyplinie. W 2001r. zajął II miejsce w okręgowych zawodach w Balach.

Wielką pasją Zdzisława Trochonowicza jest sztuka, szczególnie malarstwo i rzeźba. Nie trudno zgadnąć, że wiodącym tematem jego twórczości jest przyroda i łowiectwo. Dużym sukcesem p. Zdzisława była wystawa malarstwa w Parczewie w 1997r. pn. „Pejzaże i płaskorzeźby o tematyce łowieckiej” podczas której prezentował prace: „Sowa”, „Orzeł”, „Łoś”, „Głowa daniela”, „Papież”, „Św. Hubert”. W



Z. Trochonowicz wyróżniany podczas obchodów 40- lecia Koła PZŁ „Jeleń”

## Zdzisław Trochonowicz – myśliwy i artysta

Dorobek malarski Z. Trochonowicza



Cyganie, którzy byli specjalistami w wyszukiwaniu dogodnych miejsc koczowania, przez dziesiątki lat rozbijali swoje obozy przy traktach handlowych. Ich tabory posiadały mnóstwo pięknych wozów mieszkalnych, kunsztownie zdobionych i malowanych w bajeczne motywy kolorystyczne. Okienka zasłonięte były misternie tkanymi firankami. Z tyłu podzwaniał dobytek, a z przodu wysunięty daszek świadczył o zamożności. Za najładniejszy wóz cygański król wyznaczał nagrodę. Chlubą mężczyzn były dorodne i wypie-

## Z cygańskim taborem

łęgnowane konie. Wypasano je na gospodarskich łąkach. Cyganki wróżyły i zajmowały się ziołolecznictwem. Najpierw chodziły po sąsiadach i wypytywały, potem przychodziły i wróżyły. Cyganie byli specjalistami w rzemiośle. Naprawiali duże,

2002r. po raz pierwszy wziął udział w I Plenarze Rzeźbiarskim Twórców Ludowych Lubelszczyzny im. A. Zamoyskiego w Jabłoni, a efektem jego pracy był monument „Oszczepnik i Niedźwiedź” wzorowany na obrazie Fałata. Na II Plenarze Rzeźbiarskim w Jabłoni w br. wykonał pracę „Pijacki troll”. Z okazji 40-lecia Koła Łowieckiego Nr 76 „Jeleń” w Parczewie wyrzeźbił kapliczkę, którą ustawiono w stacji myśliwskiej w Milanowie

Zdzisław Trochonowicz od 1984r. uprawia ponadto sztukę walki viet vo Dao (wietnamskie kung fu). Posiada trzeci dan, jest instruktorem – prowadzi szkołę walki w Parczewie, w której wychował już pięciu instruktorów z czarnym pasem. Jego uczniowie odnoszą spore sukcesy na arenie krajowej, m.in. dwa razy z rzędu zajęli II miejsce.

Oprac. K. Sternik

miedziane konwie i garnki w sobie tylko znany sposób, nakładając cienką warstwę cyny i prędzej konwie się rozpadły, niżeli załatana dziura. Cyganie byli bardzo dumni ze swojego sposobu zarabiania. Tak na przykład tajemnica wyrobu ich patelni i kotłów do gotowania na ognisku nie jest znana do dziś. Mieli też swój objazdowy cyrk, dający wspaniałe przedstawienia, w których występowały małpki, niedźwiadki i papugi, a nieraz wrzeszczały nasmarowane dziegiem dzieciaki.

dokończenie na str. IV



## Z cygańskim taborom

dokończenie ze str. III

Z niedźwiadkiem chodzili po mieście – niedźwiedź tańczył w rytm muzyki wygrywanej przez Cygana na skrzypcach, na tamburynie grała małpka, a papuga wyciągała losy chcącym poznać przyszłość. Kiedyś dowiedzieli się, że padła świnia o wadze 200 kg. Wykopali ją i przewieźli do obozu, gdzie wyrabiano nad nią jakieś egzorcyzmy. Sprawiając mięso świni – opalali szczecinę tak, aż skwierczą pękała skóra. Wtedy ją zeskrobali, pokroili na kawałki mięso i smażyli, posypując pachnącymi ziołami.

Taborcy cygańskie jeszcze w latach 60-tych XX w. przemierzały Polskę wzdłuż i wszerz. Budziły i ciekawość i niechęć. Dziś młodszy nie bardzo mogą sobie wyobrazić, jak taki tabor wyglądał, Cyganie nie mieszkali na stałe. Przejeżdżali swoimi taborami i po paru dniach znikali, a ludzie mieli przynajmniej przez długi czas co opowiadać. Wielokrotnie zjeżdżali do lasu podparczewskiego, zw. Łapy. Kiedyś urządzili tam cygańskie wesele. Mówiono, że był na nim król cygański ubrany w płaszcz i koronę.

Cyganie w wyglancowanych butach, w surdutach ze skóry nabijanej cekinami tańczyli tak, że aż kolanami dobijali do ziemi (wszystko odbywało się wokół ogniska rozlokowanego na obszernej polanie w głębi lasu w otoczeniu taboru. Z byle

powodu popadali w wielki gniew, a wtedy w ich rękach pojawiały się długie bicze, którymi okładali się nawzajem (szczególnie agresywni stawali się wieczorem, gdyż dobrze byli podchmieleni). Z kolei Cyganki poubierane w bajecznie kolorowe, świecące stroje, tańczyły swoje tańce. A wszystkiemu towarzyszyła ognista skrzypcowa muzyka. Stare Cyganichy gotowały jedzenie w kociołkach rozwieszonych nad ogniskami. A pomiędzy nimi kręciła się chmara półnagich cyganiątek.

Na skwerku śródmiejskim w Parczewie Cyganki chętnie przynaglały siedzących na ławkach, ażeby „sobie powróżyć”. Skorzystałem z takiej oferty – po latach spora część wróżby „sprawdziła się”. Opowiedziała mi, iż odprawiali chrzciny. Około południa bawiący zaczęli mówić o czymś z ogromnym ożywieniem, a stara Cyganka nakreśliła na środku placu polanki koło, do którego wepchnięto kilkunastoletniego chłopca i dziewczynę. Para ta ukłękła, z pokorą schyliła głowy, a wszyscy obecni Cyganie zaczęli na nich z nienawiścią pluć. Otóż młody chłopak niedawno zaręczył się z dziewczyną, a tymczasem podczas zabawy zniknął z inną na dłuższy czas. Cyganie taki czyn potępiają i dlatego wymierzili mu karę.

Pewien Cygan zakochał się nad życie. Dziewczyna go jednak nie chciała, wtedy Cygan w porywie szału odgryzł jej nos. Musiała jednak wyjść za niego za mąż, bo straszył, że ją zabije, jeśli tego nie uczyni.

Cyganie z Parczewa i Radzyna wyjechali do Szydłowca w Kieleckie. Niedawno w Lublinie „zгадаłem się” z młodą Cyganką urodzoną w Parczewie, mieszkającą w starym dworcu węglińskim, w otoczeniu parku.

W Lasach Parczewskich w taborze cygańskim rozlokowanym w Attamie w 1946 r. (między Białką a Tyśmienicą) urodził się porą letnią w rodzinie wodza taboru synek, który był czwartym z kolei dzieckiem. Dano mu na imię Stan. Rodzina cygańska lata okupacji spędziła w pobliżu Hajnówki. Po II wojnie osiedlili się w Białymstoku. Rodzice ucywilizowali się, podjęli pracę, zaś swe dzieci wysłali do szkół polskich. Ich syn, Stan podjął po szkole średniej – „ogólniaku” – studia muzyczne w Warszawie, opanował grę na instrumentach, specjalizował się w kompozytorstwie i dyrygenturze.

Stan (Stanisław) Stankiewicz od kilkunastu lat jest prezesem (królem) Cyganów – Romów w Polsce i wiceprezesem organizacji światowej Cyganów.

W Suwałkach od dwóch lat działa szkoła podstawowa dla nacji cygańskiej. Dyrektorem tej szkoły jest Cygan – muzyk z wykształcenia.

Stan Stankiewicz w Białymstoku jest redaktorem czasopisma dla Romów, które zamieszcza artykuły o ich problematyce i są redagowane w kilku narzeczach cygańskich.

*Lechosław Płowaś*

Minęło 15 lat od kiedy pierwszy raz opisano nową chorobę – AIDS. Prawie tyle, ile minęło od Twoich urodzin. To kawał czasu. Dla Ciebie był to okres zdobywania różnych doświadczeń potrzebnych w życiu dorosłym. Twoje pokolenie jest w gorszej sytuacji niż Twój rówieśnicy 15 lat temu. Wtedy w wielu regionach świata AIDS był rzadkością. Dzisiaj wirus HIV, który wywołuje AIDS, rozprzestrzenił się bardzo szeroko. Od początku epidemii AIDS wiadomo, że istnieją trzy drogi zakażenia HIV. Zakażenie HIV może zostać przeniesione poprzez krew, kontakty seksualne i z matki na jej dziecko. W krajach rozwiniętych, także w Polsce, każda porcja krwi oddawana w stacjach krwiodawstwa jest badana w kierunku obecności przeciwciał anti-HIV. Od wielu lat nie zdarzyło się w naszym kraju przeniesienie zakażenia HIV poprzez transfuzję krwi. Aby doszło do przeniesienia zakażenia HIV wystarczy tyle krwi, ile zostaje w świetle igły i końcówce strzykawki. To powoduje, że infekcja HIV łatwo szerzy się wśród osób, stosujących dożylnie środki odurzające, pożyczających strzykawki od innych narkomanów. Możli-

## Nie daj szansy AIDS

we jest także zakażenie HIV podczas wykonywania pracy zawodowej, przede wszystkim w służbie zdrowia. HIV może wnikać do organizmu poprzez zakłucie się (skaleczenie) igłą do iniekcji lub ostrym narzędziem zanieczyszczonym krwią, zawierającą wirus. Ryzyko zakażenia się w takiej sytuacji nie jest duże, wynosi średnio 0,3%.

Wywołujący AIDS wirus przenosi się nie tylko w kontaktach homoseksualnych, ale także w heteroseksualnych, czyli damsko-męskich. Dowiedziono, iż znacznie łatwiej zakażenie przenosi się z mężczyzny na kobietę, niż z kobiety na mężczyznę. Udowodniono również, że konsekwentne stosowanie prezerwatyw w kontaktach seksualnych znacznie zmniejsza ryzyko zakażenia. Zakażenie HIV jest nieuleczalne. Organizm ludzki nie umie pozbyć się wirusów HIV. Także medycyna nie zna jeszcze sposobu na zabicie wirusów w ciele człowieka. Oznacza to, że prędzej czy później stan bezobjawowy zakażenia HIV zamienia się w stan choro-

bowy nazywany AIDS. Nie wiadomo czy i kiedy powiodą się próby wynalezienia lekarstwa lub szczepionki przeciwko HIV.

Bezpieczne jest przebywanie z osobą zakażoną i kontakt z nią poprzez podanie ręki a nawet całowanie. Nie ma ryzyka zakażenia w przypadkach korzystania z ubikacji publicznych, basenów kąpielowych, sauny, pralni, jedzenie w stołówkach, barach czy restauracjach, korzystania z usług fryzjerów, manicurzystek, kosmetyczek. Nie są groźne również ukąszenia komarów.

Z zakażeniem HIV można żyć wiele lat, średnio 10-12, bez żadnych objawów. W tym czasie wirus niszczy wolno i systematycznie układ odpornościowy. Jeżeli osoba zakażona HIV wie o swoim zakażeniu, możliwe jest wczesne objęcie jej opieką lekarską i rozpoczęcie leczenia, zanim HIV zniszczy układ odpornościowy i przestanie chronić przed tak zwanymi infekcjami oportunistycznymi, które zwykle nie zagrażają osobom zdrowym. Dlatego warto wiedzieć, czy jest się zakażonym wirusem HIV wykonując odpowiedni badanie, czyli odpowiedni test.