

## **Профилактика ВИЧ/СПИДа**

Ученые единодушны в том, что **СПИД (Синдром Приобретенного Иммунного Дефицита)** вызывается вирусом.

**Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ)** проникает в организм и постепенно разрушает иммунную систему, одной из функций которой является защита от инфекций.

О людях, инфицированных ВИЧ, говорят, что они «ВИЧ- положительные», или «ВИЧ- позитивны».

С момента, когда было обнаружено, что заболевание СПИД вызвано вирусом, была поставлена цель - найти вакцину, которая предохраняла бы от заражения этим вирусом. Ежегодно во всем мире на исследования и разработку вакцины против ВИЧ расходуется около 300 миллионов долларов.

В настоящее время не разработано эффективное средство для полного излечения от ВИЧ (СПИДа), как и вакцины для профилактики заражения вирусом. Несмотря на то, что пока не разработано лекарство для полного излечения от ВИЧ (СПИДа), существуют лекарства от ВИЧ, которые позволяют значительно улучшить состояние здоровья, добиться замедления процесса перехода от ВИЧ к СПИДу и, тем самым, продлить жизнь, что позволяет человеку эффективно трудиться, растить детей.

### **Пути передачи ВИЧ:**

Для передачи ВИЧ необходим тесный контакт с инфицированной кровью или физиологическими жидкостями организма (семенной жидкостью, секретами женских половых органов и предстательной железы, грудным молоком). Поэтому существует три основных пути передачи инфекции:

1. Сексуальный;
2. непосредственный контакт с инфицированной кровью;
3. от инфицированной матери к ребенку.

#### **Сексуальный путь передачи.**

При незащищенном (без презерватива) сексуальном контакте с ВИЧ-инфицированным партнером ВИЧ может попасть в кровоток незараженного человека через половые органы. В большинстве случаев, вы не знаете, есть ли ВИЧ у вашего партнера. У вашего партнера может быть много причин промолчать о том, что у него ВИЧ. Не перекладывайте на него ответственность за свою безопасность.

Как обезопасить себя в этом случае? Используйте презерватив, который защитит и вас и партнера не только от ВИЧ, но и других венерических заболеваний. И дело тут не в доверии или недоверии. Просто нельзя отдаваться на волю случая. Секс должен быть безопасным.

#### **При попадании в организм инфицированной крови.**

Многочисленное использование медицинских шприцев без стерилизации может приводить к передаче малого количества крови от одного человека к другому и, следовательно, к заражению ВИЧ. Таким способом ВИЧ распространяется среди потребителей наркотиков, пользующихся общим шприцем. С любым использованным шприцем, не подвергнутым

стерилизации, вирус может быть передан от зараженного человека следующему, кто будет пользоваться шприцем. Не имеет значения, чем был наполнен шприц. Опасность представляет кровь, которая могла остаться в шприце или игле. 80% ВИЧ-инфицированных - наркоманы, заразившиеся через грязную иглу. Инфицированная кровь может быть не только на иглах или в шприцах, но и других приспособлениях для приготовления наркотика и даже в самом наркотике. Употребление инъекционных наркотиков в компании - это игра в «русскую рулетку». Использование общей иглы даже единственный раз может привести к заражению ВИЧ-инфекцией. Возможна передача ВИЧ при попадании инфицированной крови в ранку на теле незаражённого человека.

ВИЧ также может передаваться через заражённую кровь, оставшуюся на инструментах для прокалывания ушей, нанесения татуировок и т.д. Иглы, используемые для этих целей, также должны стерилизоваться после каждого употребления. Следует также избегать пользования общими зубными щётками и бритвами, хотя риск заражения таким путём минимален. Заражение ВИЧ при переливании донорской крови маловероятно вследствие обязательной проверки на наличие антител к ВИЧ. Однако люди, имевшие возможность заразиться, не должны быть донорами, чтобы не подвергать даже минимальной опасности заражения людей, которым будет сделано переливание. Совершенно исключена возможность заражения ВИЧ при сдаче донорской крови, так как при этом всегда используется стерильное оборудование.

#### **От инфицированной матери к ребёнку.**

Передача вируса от инфицированной матери к ребёнку может произойти во время беременности или в процессе родов. По статистике, риск заражения составляет в среднем 25-50%. Передача вируса от матери к ребёнку может произойти при грудном вскармливании. Ранняя постановка на учёт по беременности поможет провести раннее тестирование, чтобы узнать инфицирована ли она. Если женщина инфицирована ВИЧ, она в обязательном порядке, бесплатно, получает профилактическое лечение в течение 28 недель до родов, а затем в родах. Только что родившийся ребёнок также получает профилактическое лечение. Всё это позволяет снизить вероятность заражения ребёнка от ВИЧ-инфицированной матери с 25-50% до 2%.

#### **Что происходит в организме человека после заражения?**

В скором времени после инфицирования человек может испытывать кратковременное недомогание (слабость, потеря аппетита, припухание лимфоузлов). Однако симптомы часто отсутствуют вообще, и человек, как правило, не догадывается о своём инфицировании. Таким образом, в отсутствии всяких симптомов заболевания человек, не зная, что он инфицирован, уже на этом этапе способен заражать других. Следует к этому заметить, что по внешнему виду невозможно определить, инфицирован ли ВИЧ тот или иной человек. По мере развития заболевания может отмечаться потеря веса, приступы лихорадки, ночная потливость. Некоторые люди жалуются на чрезмерную утомляемость. Однако эти симптомы довольно характерны для многих других заболеваний и не могут служить основой для постановки диагноза ВИЧ-инфекции. Рано или поздно у человека, инфицированного ВИЧ, развивается СПИД. Обычно это происходит через 5-10 лет и более. Однако этот период может варьироваться у разных людей.

#### **Как ВИЧ НЕ передается?**

- При проживании в одном доме (комнате) с больным СПИДом.
- При пользовании одними и теми же личными вещами или бытовыми предметами (посудой, полотенцами, постельными принадлежностями и т.д, тем не менее, следует

избегать того, что может увеличить вероятность контакта с кровью инфицированных ВИЧ, например, использование общих бритвенных принадлежностей или пользование общей зубной щёткой).

- При прикосновении и объятиях с инфицированным или больным СПИДом.
- При посещении мест общего пользования (санузел, сауна, при плавании в одном бассейне, реке или пруду с ВИЧ -инфицированным).
- При езде в переполненном транспорте, если рядом находится инфицированный ВИЧ или больной СПИДом человек.
- Если больной ВИЧ/СПИД случайно чихнул или кашлянул в твою сторону.
- При контакте с продуктами потоотделения и слезами.
- При уходе за больным СПИДом с соблюдением элементарных гигиенических правил.
- При оказании первой медицинской помощи с соблюдением мер предосторожности.
- Не имеется данных о переносе инфекции насекомыми.
- Передается ли ВИЧ при поцелуе? При обычном «сухом» поцелуе опасности не существует. При глубоком поцелуе вероятность заражения имеется в том случае, если повреждены кожные покровы или слизистые оболочки рта и ротовой полости (кровоточивость десен, язвочки, ссадины) и происходит попадание крови ВИЧ-инфицированного человека в кровяное русло его партнера. Что касается слюны, то она не содержит ВИЧ в достаточном для заражения количестве.

## **Профилактика.**

Риск не в том, что вы принадлежите к той или иной группе, а в том, что вы совершаете поступки, при которых существует опасность заражения ВИЧ. Дело не в том, кто вы. Дело в том, как вы поступаете.

В целях профилактики ВИЧ следует избегать поступков, результатом которых может стать контакт незараженного человека с инфицированной кровью, семенной жидкостью, секретом женских половых органов.

- Практикуйте безопасный секс. Всегда пользуйтесь презервативами (презервативы являются единственным средством контрацепции, которые при правильном и постоянном использовании, позволяют предотвратить распространение инфекций, передающихся половым путём (ИПП), включая ВИЧ).
- Сократите число сексуальных партнёров до минимума.
- Расспросите партнера (партнёров) об их прежнем сексуальном опыте.
- Воздержитесь от употребления алкоголя и наркотиков, в результате которых снижается оценка реальности и подрывается иммунная система.
- Не пользуйтесь одними и теми же иглами для внутривенных инъекций, шприцами, посудой, ватой, ложками, пипетками с другими людьми, если вы принимаете наркотики.
- Не пользуйтесь чужими личными вещами, такими как зубные щётки, лезвия, товары сексуальной индустрии, которые могут содержать инфицированную кровь, семенную жидкость и секрет женских половых органов.

## **Что делать, если подозреваете у себя ВИЧ-инфекцию?**

Выяснить, инфицированы вы или нет, можно с помощью тестирования на ВИЧ. Тест определяет наличие специфических антител к ВИЧ в крови человека.

### **Где можно пройти тест?**

В поликлинике КБ № 51 кабинет дерматовенеролога, а так же, в инфекционном отделении, обратившись в консультативно-диагностический кабинет (центральный вход, 2 эт.), по адресу: г. Железнодорожск, ул. Кирова, д. 7А.

Не позволяйте эмоциям брать верх над рассудком.

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ! ВЫБИРАЙТЕ СЧАСТЛИВОЕ  
НАСТОЯЩЕЕ И БУДУЩЕЕ!**