

Что надо знать о ВИЧ-инфекции.

ВИЧ-инфекция – это инфекционное заболевание, вызываемое вирусом иммунодефицита человека. Попадая в организм и размножаясь в нем, ВИЧ поражает клетки иммунной системы. Количество таких клеток постепенно уменьшается и человек становится более уязвим для различных заболеваний, с которыми здоровая иммунная система эффективно справляется.

ВИЧ-инфекция развивается медленно и часто бессимптомно. В течение многих лет она может никак не тревожить человека и не проявлять себя. Но это не значит, что вирус дремлет и не наносит вред организму.

При отсутствии лечения (антиретровирусной терапии – АРТ) у человека, живущего с ВИЧ, может развиваться последняя терминальная стадия ВИЧ-инфекции. Она характеризуется развитием так называемых сопутствующих или оппортунистических заболеваний. Эти инфекционные и другие заболевания возникают на фоне ослабленной иммунной системы, именно они являются причиной смерти людей, живущих с ВИЧ, не получающих АРТ.

Заражение ВИЧ-инфекцией возможно только при попадании биологической жидкости человеческого организма, содержащей вирус, в кровотоки или на слизистые оболочки другого человека.

Поэтому выделяют **3 пути передачи ВИЧ-инфекции:**

- ✓ через инфицированную кровь (чаще всего это случается при употреблении инъекционных наркотиков);
- ✓ при незащищенном (без использования презерватива) половом контакте;
- ✓ ВИЧ-инфицированная женщина в отсутствии лечения может передать вирус ребёнку во время беременности, родов и кормления грудным молоком.

Ситуации, связанные с риском инфицирования ВИЧ:

- ✓ незащищенный (без использования презерватива) половой контакт с ВИЧ-положительным партнером.
- ✓ попадание крови, содержащей ВИЧ, непосредственно в кровотоки или на поврежденную кожу. Чаще всего это случается при внутривенном употреблении наркотиков (через зараженные иглы, шприцы, другие изделия и материалы). Есть риск при пирсинге, нанесении татуировки, и других процедурах, при которых происходит нарушение целостности кожных покровов (через нестерильные иглы, инструменты).

Слюна, пот и моча не содержат достаточного для инфицирования количества вируса. Поэтому невозможно инфицироваться ВИЧ при бытовых контактах – в том числе, при использовании общей посуды, полотенец и других бытовых предметов. Нет никакой опасности в совместных водных процедурах (например, в душе или бассейне). ВИЧ не передается во время объятий, поцелуев, рукопожатий. Невозможно заразиться

через укусы комаров и других кровососущих насекомых, а также от животных.

Этих знаний вполне достаточно, чтобы понять, **что индивидуальные меры профилактики ВИЧ-инфекции это:**

- ✓ предпочтение сексуальных контактов с постоянным взаимоверным половым партнером;
- ✓ использование презервативов – самый простой и эффективный способ защиты от ВИЧ-инфекции и от других инфекций, передающихся половым путем;
- ✓ использование персональных или стерильных инструментов для бритья, маникюра, нанесения татуировок, пирсинга и других инструментов, нарушающих целостность кожных покровов.
- ✓ полный отказ от наркотиков и их введения в виде инъекций.

Важно знать, что человек способен передавать ВИЧ-инфекцию практически с того времени, как вирус попал в его организм. Острая стадия ВИЧ-инфекции (которая часто никак не проявляется), несмотря на ее короткую продолжительность, дает 10-50% всех новых случаев передачи ВИЧ.

Единственный способ узнать ВИЧ-статус – **своевременная диагностика.**

Для предварительной самостоятельной диагностики можно приобрести в аптеке наборы экспресс-анализа на ВИЧ по слюне. Бесплатно и анонимно пройти тестирование можно в государственных учреждениях здравоохранения.

Консультацию по любым вопросам, связанным с профилактикой ВИЧ-инфекции, можно получить по телефону **«горячей линии»** для населения **8 (0232) 50 74 12** в будние дни с 8.00 до 16.00.