



БУ4:

4ТО НУЖНО ЗНАТЬ

ВИЧ - РЕАЛЬНОСТЬ, XXI ВЕК:

- сегодня в мире с ВИЧ живет более 40 миллионов людей.
- в Челябинске диагноз «ВИЧ-инфекция» официально поставлен более, чем 10 тысячам человек.
- большинство ВИЧ-положительных людей не знают о том, что они инфицированы.
- ежедневно происходит инфицирование нескольких тысяч людей.



ВИЧ/СПИД: ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

ВИЧ расшифровывается как

В – вирус

И – иммунодефицита

Ч – человека

Заболевание, которое вызывает ВИЧ, называется «**ВИЧ-инфекция**».

СПИД является стадией ВИЧ-инфекции. Эта аббревиатура расшифровывается так:

С – синдром

П – приобретенного

И – иммунного

Д – дефицита

ВИЧ – необычный вирус. Попадая в организм человека, он остается там на всю жизнь. ВИЧ-положительные люди многие годы могут не знать о своем заболевании. Это объясняется тем, что ВИЧ-инфекция не имеет ярко выраженных внешних признаков, в отличие, например от ветрянки. Кроме того, долгое время после инфицирования, человек может чувствовать себя абсолютно здоровым.

Но, несмотря на отсутствие внешних проявлений, заболевание постепенно развивается в организме. ВИЧ разрушает клетки иммунной системы, которые отвечают за борьбу с болезнями. Для людей, живущих с ВИЧ, любые заболевания представляют большую опасность.

Стадия СПИДа наступает, когда организм особенно сильно ослаблен ВИЧ-инфекцией. На этом этапе любая болезнь может представлять для человека смертельную опасность.

На сегодняшний день, ВИЧ-инфекция является неизлечимым заболеванием. Но, соблюдая рекомендации врача, человек может замедлить развитие болезни и сохранить свое здоровье на долгие годы.



КАК ПЕРЕДАЕТСЯ ВИРУС?

Когда мы говорим о передаче вируса, необходимо помнить, что она связана с определенным поведением. Его называют рискованным.

Вирус иммунодефицита содержится практически во всех биологических жидкостях организма. Но инфицирование может произойти только при контакте с четырьмя из них. Это:

- **Кровь.**
- **Сперма.**
- **Влагалищный секрет.**
- **Материнское молоко.**

ВИЧ передается только тремя путями:

1. **Контакт «кровь с кровью»:** прямой контакт крови ВИЧ-инфицированного человека с кровью неинфицированного.

Передача вируса, в частности, возможна:

- При использовании нестерильного медицинского инструментария, в том числе, игл и шприцев для введения наркотических веществ.
- Во время использования нестерильных игл для прокалывания ушей, пирсинга, нанесения татуировок.

2. **Половой контакт.**

Передача вируса возможна:

- Во время полового контакта любого вида без презерватива.



3. **Вертикальный:** инфицирование младенца от ВИЧ-положительной матери.

Передача вируса возможна:

- Во время беременности;
- Во время родов;
- Во время кормления грудью.

Важно учитывать, что при своевременно начатом и правильно проведенном лечении ВИЧ-положительные женщины рожают здоровых, не инфицированных детей. По данным Всемирной организации здравоохранения, при проведении профилактических мероприятий риск передачи заболевания от матери ребенку можно снизить до 1% и менее.

КАК НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ ВИРУС?

- Через слюну: при поцелуе, кашле, чихании и т.д.
- При рукопожатии и объятиях.
- Через пот и слезы.
- Через насекомых (в том числе кровососущих) и животных.
- Через пищу, приготовленную ВИЧ-положительным человеком, общую посуду и столовые приборы.
- Через мочу и кал, в частности, во время совместного пользования туалетом или душем.
- Во время совместных занятий спортом, посещения бассейна.
- Через постельное белье.

КАК МОЖНО ОБНАРУЖИТЬ ВИЧ?



Выявить вирус в организме можно только с помощью специального анализа крови – теста на антитела к ВИЧ.

После попадания вируса в кровь, организму человека требуется от 25 дней до 6 месяцев для выработки такого количества антител, которое позволит обнаружить их при анализе. Соответственно, около полугода после инфицирования анализы могут давать ложно отрицательный результат на ВИЧ-инфекцию.

Поэтому **очень важно** сдать анализы на антитела к ВИЧ несколько раз: через 25 дней и через полгода после возможного инфицирования.

ВИЧ и СЕКСУАЛЬНАЯ ЖИЗНЬ.

Сегодня существует множество мифов о том, что большинство контрацептивов предохраняют от ВИЧ-инфекции. Это большое заблуждение. Внутриматочная спираль, диафрагмы, прерванный половой акт и т.д. смогут, в самом лучшем случае, предотвратить наступление нежелательной беременности. Но от ВИЧ-инфекции и венерических заболеваний, к сожалению, не спасут. Одним из способов избежать их является использование качественного презерватива, который предотвратит попадание в организм чужой спермы, влагалищного секрета и крови. Причем презерватив необходим в течение всего полового акта, вне зависимости от его вида.



ВИЧ и НАРКОТИКИ



ВИЧ передается при совместном использовании с инфицированным ранее человеком шприцев и игл.

Человеку, который употребляет наркотики, нужно остановиться. Если какое-то время этого не удастся сделать, необходимо, по крайней мере, отказаться от инъекций. В случае, когда от инъекций невозможно отказаться, следует использовать только стерильные, новые иглы и шприцы – это в определенной степени снизит риск ВИЧ-инфицирования. Нужно также учитывать, что вирус может содержаться и в общей посуде для приготовления наркотика, в готовой дозе. Обезопасить себя от ВИЧ может только сам человек. И лучший способ сделать это – не употреблять наркотические вещества.



ВИЧ и Алкоголь.

Алкоголь, как и наркотики, неизбежно влияет на решения, принимаемые человеком. Под его воздействием люди хуже контролируют свои действия, пренебрегают необходимыми мерами предосторожности и более склонны к рискованному поведению. Поэтому от употребления алкоголя, равно как и от употребления наркотиков, следует воздерживаться.



НЕ ЗАБЫВАЙ!



С ВИЧ-инфекцией связано множество ложных представлений. Как правило, их порождает ложная информация о заболевании или отсутствие каких-либо сведений вообще. Природой в человеке заложено стремление оградить себя от любой опасности, в том числе, и от инфицирования ВИЧ. Но предпринимаемые для этого «меры предосторожности» зачастую оказываются не только бездейственными, но и тяжелыми для окружающих. Так, многие стараются избегать любого контакта с ВИЧ-положительными людьми. Перестают здороваться, общаться, а иногда и откровенно дискриминируют. Нередко приходится сталкиваться с мнением, что людям с ВИЧ «нет места в «нормальном» обществе».

Такое поведение трудно понять. По крайней мере, по двум причинам. Первая состоит в том, что инфицированию ВИЧ потенциально подвержен каждый. В Челябинской области на сегодняшний день диагноз «ВИЧ-инфекция» официально поставлен более, чем 23 000 человек. Это маленькие дети, взрослые мужчины и женщины, занимающие разное социальное положение,

с разным достатком, разных религиозных взглядов и вообще с разными взглядами на жизнь. Опыт каждого из них – свидетельство тому, что ВИЧ-инфекция может затронуть жизнь каждого. И если сегодня эта проблема для кого-то из представителей «нормального» общества не актуальна, то это не означает, что завтра ее значимость для конкретного человека не вырастет в несколько десятков раз.

Вторая причина заключается в том, что, за редким исключением, рискованные в плане передачи ВИЧ ситуации каждый человек создает для себя сам. Избежать инфицирования достаточно легко. Для этого зачастую требуется просто преодолеть собственную лень и предпринять элементарные меры профилактики: использовать презерватив, следить за чистотой медицинских инструментов и т.д.

Поэтому очень важно помнить одну простую истину: за свое здоровье любой человек несет личную ответственность. И в интересах каждого – предпринимать адекватные, а не надуманные, меры профилактики. Только они имеют право на присутствие в нашей повседневной жизни.

ДАТЬ КРОВЬ НА ВИЧ МОЖНО:

В областном Центре по профилактике и борьбе со СПИД
ул. Пекинская, д. 7, тел.: 720-21-20, 735-28-67.

В городском Центре по профилактике и борьбе со СПИД
ул. Черкасская, д. 2, тел.: 721-53-80, 726-90-91, 726-02-77.

В любой поликлинике по месту жительства.

БЕСПЛАТНЫЕ АНОНИМНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ ПО ВОПРОСАМ, СВЯЗАННЫМ С ВИЧ:

Центр профилактического сопровождения «Компас»
ул. Переселенческий пункт, д. 10, тел.: 261-42-42, 261-44-95.

Центр «Есть мнение»
ул. Переселенческий пункт, д. 10, тел.: 270-34-09.



Авторский коллектив:

- С.А. Авдеев, врач-инфекционист, директор муниципального учреждения «Центр профилактического сопровождения «Компас».
- Е.А. Борискина, психолог муниципального учреждения «Центр профилактического сопровождения «Компас».

Рецензент:

Л.А. Глазырина, начальник отдела воспитания и дополнительного образования Министерства образования и науки Челябинской области.

При подготовке данной брошюры использовались следующие источники:

1. «10 вопросов о СПИДе». – Челябинск, Городской центр медицинской профилактики, 2007 г.
2. «Жизнь прекрасна, когда защищена!». – М.: Фонд «ФОКУС-МЕДИА», «СПИД Фонд Восток– Запад», 2006 г., -28 стр.
3. «Защити себя и тех, кого ты любишь». – М.: «СПИД Фонд Восток– Запад», 2005 г., -20 стр.
4. «Мне дорог каждый ребенок, а вам?». – М.: ЮНИСЕФ, 2007 г. – 12 стр.

Данная брошюра распространяется бесплатно с целью профилактики ВИЧ-инфекции. Ограничения по возрасту: от 16 лет.

Издание осуществлено муниципальным учреждением «Центр профилактического сопровождения «Компас» при поддержке Управления по делам молодежи Администрации города Челябинска и Челябинской городской общественной организации «Независимый исследовательский центр «Есть мнение» в 2009 г.