

С **ВИЧ** можно жить!

КАК НЕЛЬЗЯ ИНФИЦИРОВАТЬСЯ ВИЧ?

- при пользовании общим туалетом, душем, посудой, постельным бельем;
- при плавании в бассейне, любом водоеме; при посещении бани, сауны;
- при занятиях спортом, в т.ч. при занятии контактными видами спорта (борьба, бокс), совместном пользовании тренажерами;
- при совместном проезде в общественном транспорте, разговоре, рукопожатии, кашле, чихании;
- через еду, приготовленную ВИЧ-положительным человеком;
- через укусы насекомых, животных;
- при поцелуях;
- при совместном обучении в школе, ВУЗе, при посещении детского сада.

Люди боятся инфицироваться ВИЧ при обычном бытовом контакте. На самом деле эти страхи сильно преувеличены и общение с ВИЧ-положительными людьми безопасно. ВИЧ не приспособлен к выживанию в окружающей среде и вне организма быстро погибает.

ВИЧ не передается бытовым путем!



МОЖНО ЛИ ЗАРАЗИТЬСЯ ВИЧ В САЛОНАХ КРАСОТЫ ПРИ МАНИКЮРЕ, ПЕДИКЮРЕ, ПИРСИНГЕ, НАНЕСЕНИИ ТАТУРОВКИ?

Инфицирование возможно в случае, если инструментарий в салоне не дезинфицируется. Необходимо убедиться, что все инструменты обрабатываются дезинфицирующими средствами и проходят через сухожаровой шкаф. Не стоит делать маникюр, педикюр, татуировки и т.д. на дому, т.к. трудно убедиться в том, что инструменты стерильны.

МОЖНО ЛИ ЗАРАЗИТЬСЯ ВИЧ ВО ВРЕМЯ ДРАКИ?

Если кровь попала на неповрежденную кожу, то нет риска инфицирования ВИЧ, так как кожа является надежным барьером, в отличие от слизистых оболочек. Если кожа повреждена, инфицирование возможно. Необходимо как можно быстрее убрать кровь! Для этого следует обработать кожу спиртом (70%), затем промыть загрязненный участок кожи проточной водой с мылом и

вновь обработать спиртом. Ни в коем случае нельзя тереть щеткой. Если кожа повреждена, нужно обработать повреждение 5% спиртовой настойкой йода.

РАСПРОСТРАНЯЮТ ЛИ ВИЧ-ИНФЕКЦИЮ КРОВСОСУЩИЕ НАСЕКОМЫЕ?

Когда комар кусает человека, он впрыскивает не кровь предыдущей жертвы, а свою слюну. Такие заболевания, как желтая лихорадка и малярия, передаются через слюну некоторых видов комаров, поскольку возбудители этих болезней способны жить и размножаться в слюне комара. Но ВИЧ не способен размножаться в организме комара или любого другого кровососущего насекомого, поэтому, даже попадая в организм насекомого, не выживает и не может никому передаваться.

ЗАЧЕМ НУЖНО ЗНАТЬ СВОЙ ВИЧ-СТАТУС?

- Знание о своем положительном ВИЧ-статусе может помочь людям вовремя получить медицинскую помощь, которая способна предотвратить серьезные и угрожающие жизни заболевания. Так, при наличии ВИЧ важно следить за своим иммунным статусом и другими показателями, что позволяет во время назначить необходимое противовирусное лечение и предотвратить развитие СПИДа.
- Знание об отсутствии ВИЧ – инфекции может помочь человеку принять решение о том, как сделать свое поведение наиболее безопасным в отношении ВИЧ. Также знание своего ВИЧ-статуса важно для тех, кого волнует безопасность сексуального партнера.
- Своевременная диагностика ВИЧ – инфекции позволяет предотвратить передачу ВИЧ – инфекции во время беременности.

ВЫСОКАЯ СТЕПЕНЬ ЗАЩИТЫ ОТ ВИЧ: ПРЕЗЕРВАТИВ

Любой незащищенный контакт с партнером, ВИЧ-статус которого неизвестен, может привести к инфицированию ВИЧ:

- у партнера в прошлом могли быть незащищенные сексуальные отношения или опыт употребления наркотиков;
- партнер может не знать о том, что он живет с ВИЧ – инфекцией, поскольку **«годами заболевание протекает бессимптомно»**.
- у партнера могли быть случайные незащищенные сексуальные связи, о которых он предпочитает умалчивать.

Только обоюдное знание ВИЧ- статуса и сохранение верности может стать причиной отказа от презерватива.

Бытует мнение, что презерватив не защищает от инфицирования не только ВИЧ, но и ИППП. Сторонники этой точки зрения утверждают, что «поры латекса гораздо больше, чем вирус, и поэтому вирус все равно попадает в организм человека». На самом деле они правы лишь в одном: размер вируса ничтожно мал, измеряется в микронах, и меньше, чем поры латекса. Но вирус является паразитом клетки и без клетки не существует в живой природе. У ВИЧ-инфицированных людей вирус находится в клетках биологических жидкостей организма (кровь, сперма, вагинальный секрет,

грудное молоко), а для жидкости презерватив непроницаем. Латекс, из которого сделан презерватив, надежно защищает от попадания вышеперечисленных биологических жидкостей на слизистые половых органов партнеров, а стало быть, и от попадания вируса. Вот почему использование презерватива – способ для снижения риска передачи ВИЧ, а также других инфекций, передающихся половым путем. Презерватив предотвращает передачу ВИЧ в 98% случаев, оставшиеся 2 % вероятности передачи относятся к неправильному использованию презервативов или использованию низкокачественных презервативов. Если бы латекс не создавал непроницаемый барьер для вирусов и бактерий, то медики бы инфицировались при оказании хирургической и иной помощи различными вирусными инфекциями, так как медицинские перчатки делаются также из латекса, с таким же размером пор, что и у презервативов.

СКОЛЬКО МОЖНО ПРОЖИТЬ С ВИЧ?

Ответить на этот вопрос можно только одной фразой: «Никто не знает». Иногда называют «сроки» жизни с ВИЧ (15, 10 и даже 5 лет), на самом деле эти данные не верны, они основаны на усредненной статистике, к тому же зачастую устаревшей. Продолжительность жизни конкретного человека с ВИЧ невозможно измерить, так как: – эпидемия ВИЧ-инфекции началась чуть более 30 лет назад. Есть люди, которые живут с ВИЧ все это время, и, очевидно, они проживут еще больше. Так что точно известно только то, что с ВИЧ можно жить более 30 лет, но это не предел, а время существования эпидемии;

– около 15 лет назад появились эффективные методы лечения, которые останавливают развитие ВИЧ-инфекции и обращают ее вспять (антиретровирусная терапия). Люди даже на стадии СПИДа с помощью современных препаратов возвращали здоровье и снова начинали жить обычной жизнью.

Многие ученые работают над созданием новых методов лечения ВИЧ – инфекции. Вполне возможно, что через несколько лет появятся новые, более совершенные и радикальные препараты, которые смогут полностью избавлять человека от вируса. Даже если у человека есть ВИЧ, это не значит, что срок его жизни «отмерен». ВИЧ-инфекция – это серьезное и потенциально опасное для жизни хроническое заболевание, но с ним можно жить многие годы. И только от человека зависит, насколько полноценной и насыщенной будет его жизнь.

ЧТО ТАКОЕ АНТИРЕТРОВИРУСНАЯ ТЕРАПИЯ?

Существует единственный метод лечения, который может остановить развитие ВИЧ-инфекции и предотвратить стадию СПИДа - это антиретровирусная терапия, ее также называют высокоактивной антиретровирусной терапией (ВААРТ). Данная терапия состоит из нескольких препаратов, которые принимаются ежедневно. Эти препараты действуют на вирус, блокируя вещества (ферменты), которые нужны ему для размножения. Если ВААРТ действует эффективно, ее принимают постоянно, без перерывов.

Современная ВААРТ не может уничтожить ВИЧ в организме полностью, но она сохраняет людям с ВИЧ жизнь и здоровье, не давая вирусу вредить иммунной системе. При приеме антиретровирусной терапии вирусная нагрузка становится неопределяемой

и остается такой, пока человек принимает ВААРТ. При этом ВИЧ-инфекция оказывается «обезвреженной» и иммунный статус перестает снижаться. К сожалению, если человек прекращает принимать терапию, вирусная нагрузка сразу начинает повышаться.

Поэтому ВААРТ предназначена для того, чтобы принимать ее постоянно. При назначении ВААРТ очень важно не пропускать прием препаратов и вовремя их принимать. В противном случае, уровень препаратов в крови может стать ниже оптимального, вирус снова начнет размножаться. Выживут разновидности вируса, которые стали резистентны (устойчивы) к данным препаратам, и терапия перестанет действовать.

ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ ПРОВОДЯТСЯ БЕСПЛАТНО, ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ ГОСУДАРСТВА!

Более подробно об антиретровирусных препаратах можно узнать на <http://arvt.ru/>

МОГУТ ЛИ ЛЮДИ, ЖИВУЩИЕ СО СТАТУСОМ ВИЧ ИМЕТЬ ЗДОРОВЫХ ДЕТЕЙ?

Наличие ВИЧ-инфекции у беременной женщины не должно являться ключевым аргументом в пользу принятия решения об аборте. На сегодняшний день медицина знает достаточно много о том, как предотвратить передачу ВИЧ от матери ребенку. ВИЧ-положительные женщины могут рожать здоровых, не инфицированных детей.

По данным Всемирной организации здравоохранения, риск передачи ВИЧ от матери ребенку без какого-либо вмешательства составляет 20–45%, в то время как при проведении профилактических мероприятий этот риск можно снизить до 1 - 2%.

Профилактика передачи ВИЧ от матери ребенку заключается в приеме ВИЧ-положительной беременной женщиной специальных препаратов, уменьшающих концентрацию ВИЧ в крови женщины, что, в свою очередь, приводит к уменьшению риска передачи вируса малышу (во время беременности и родов). Во время беременности каждой женщине предлагается дважды пройти тест на ВИЧ. Если результат тестирования оказывается положительным, назначается профилактическая химиотерапия.

Пройти обследование на ВИЧ должен и партнер беременной женщины. Женщина может быть не инфицирована, а партнер может иметь положительный ВИЧ-статус и не знать об этом. Если оба партнера пройдут обследование на ВИЧ, это может предотвратить инфицирование будущего ребенка. После рождения малыша ВИЧ-положительной женщине придется отказаться от грудного вскармливания, вирус может быть передан ребенку через микротрещины на слизистой оболочке ротовой полости младенца.