|  |
| --- |
| **Это  должен  знать  каждый**  **ВИЧ – это вирус иммунодефицита человека. Вирус не живет в окружающей среде, попадая в открытый воздух, погибает в течение нескольких секунд, однако в использованных не стерилизованных шприцах вирус может сохранять жизнеспособность в течение нескольких дней, за счет находящихся внутри иглы остатков крови или другой жидкости.**  При попадании в кровоток человека ВИЧ поражает иммунные клетки: Т-лимфоциты и макрофаги, проникая внутрь этих клеток, он начинает размножаться, сокращая срок жизни лимфоцитов, снижая способность организма противостоять различным болезням. Если не предпринимать мер для борьбы с ВИЧ, то через 5-10 (иногда и до 20) лет развивается СПИД, синдром приобретенного иммунодефицита. Человек оказывается уязвим для многих инфекций, которые приводят его к гибели. На сегодняшний день существует ряд препаратов, которые помогают ВИЧ-положительному человеку сохранять нормальный уровень иммунной защиты, предотвращая наступление стадии СПИДа на протяжении длительного времени.  СПИД - это обратимое состояние: при применении антиретровирусной терапии концентрация вируса в крови уменьшается, число иммунных клеток увеличивается и состояние человека переходит в бессимптомную стадию, так же снижается риск передачи вируса. Таким образом, ВИЧ-положительный человек может жить долгой и полноценной жизнью.  ВИЧ не передается при бытовых контактах между людьми, через рукопожатия и объятия, слюну, поцелуй, мочу, кал, пот, слезы - неповрежденная кожа является непреодолимым барьером для вируса. ВИЧ не передается при совместном пользовании ванной и туалетом, при совместном использовании столовых приборов, посуды, а также через укусы насекомых.  ВИЧ и СПИД – это абсолютно разные, но взаимосвязанные явления. СПИД – это состояние, вызываемое вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Поэтому неверно говорить о любом ВИЧ-положительном человеке как о больном СПИДом. ВИЧ – это причина, а СПИД – следствие. С разработкой антиретровирусной терапии ВИЧ-инфекция стала хроническим заболеванием, с которым люди в определенных случаях могут жить долгие годы, как, например, с сахарным диабетом, только сахарный диабет контролируется инъекциями инсулина, а ВИЧ принятием специальных препаратов. На сегодняшний день все меньше людей достигают стадии СПИДа.  **Лучше горькая правда**  Человек может не подозревать, что у него в крови есть ВИЧ, и таких случаев достаточно много. Ситуация неведения очень опасна тем, что они не могут защитить от передачи вируса своих близких и не могут позаботиться о своем здоровье, то есть вовремя начать принимать специальную терапию. Знать свой ВИЧ-статус – это так же естественно, как знать о других своих хронических болезнях. Зная правду, пусть порой и горькую, человек сможет позаботиться о себе, будет регулярно наблюдаться у врача и при необходимости принимать бесплатную терапию, а также                сможет защитить окружающих его людей.  **Самые распространенные пути передачи ВИЧ**  Употребление инъекционных наркотических средств (попадание вируса через кровь при неоднократном использовании шприца), а так же совместное неинъекционное употребление кокаина (проникновение через слизистую оболочку носа). Половой путь передачи ВИЧ при незащищенном сексуальном контакте. Предотвратить передачу вируса можно, отказавшись от сексуальных контактов с различными партнерами, незащищённом сексуальном контакте. Передача ВИЧ во время беременности. Кровь ребенка и матери не смешиваются, но между организмами постоянно происходит обмен различными веществами. Обычно вирус не может проникнуть через плацентарный барьер, однако бывают исключения при различных патологиях. Современная терапия позволяет снизить риск заражения ребенка и у ВИЧ-инфицированной матери может появиться вполне здоровый ребенок. Передача ВИЧ при родах. Проходя через родовые пути матери, ребенок контактирует со слизистыми оболочками родовых путей. Вирус, содержащийся в вагинальном секрете и крови, выделяемой из разрывов, может попасть в организм новорожденного. Поэтому необходимо использовать определенные методы родовспоможения, с назначением специальных противовирусных средств матери непосредственно во время родов и ребенку в течение 72 часов после рождения. Передача через грудное молоко. К сожалению, чтобы избежать передачи вируса младенцу, необходимо перейти на полное искусственное вскармливание.  Получить достоверную информацию о том, передался или нет ребенку ВИЧ, можно будет получить только к достижению ребёнка 1,5 лет, когда антитела матери заменяются собственными антителами ребенка. До этого срока обычно используется количественный или качественный тест ПЦР на выявление ВИЧ в крови младенца. Через 4 недели после родов ПЦР достоверен на 90%, а в возрасте 6 месяцев егодостоверность - около 99%. Хотя были случаи ложноотрицательных ПЦР среди детей, отрицательный результат ПЦР через 6 месяцев говорит о том, что, скорее всего, у ребенка нет ВИЧ.  **Как узнать свой ВИЧ-статус**  Узнать свой ВИЧ-статус можно добровольно (если ты сам хочешь узнать свой статус) и обязательно (например, при решении стать донором).  Пройти тестирование на ВИЧ можно практически в каждом городе нашей страны. Российское законодательство гарантирует каждому гражданину возможность бесплатно сдать тест на ВИЧ.  Пройти тестирование на ВИЧ или нет - решать Вам, но иногда люди ошибочно полагают, что у них в жизни не было ситуаций, в которых могла произойти передача вируса.  **Симптомы ВИЧ**  ВИЧ-инфекция не имеет специфических симптомов. Иногда в первое время после попадания вируса в кровь у человека может наблюдаться повышение температуры, увеличение лимфоузлов, диарея и другие недомогания, но все эти признаки бывают присущи и другим заболеваниям. Узнать о наличии вируса в организме можно лишь сдав кровь на анализ.  **Группы риска по ВИЧ/СПИД**  Юноши и девушки моложе 30 лет - самая уязвимая группа. Их доля в общем числе людей, живущих с ВИЧ в России, превышает показатель в 80%. При этом в этой группе преобладают женщины.  **Какие пути передачи ВИЧ наиболее распространены?**  Основным путем передачи ВИЧ на сегодня остается употребление инъекционных наркотиков. Однако в 2001 году ситуация в России начала изменяться и число случаев передачи ВИЧ половым путем стало расти. Если в 2001 году доля такого пути передачи составляла 6%, то к 2004 году она увеличилась в пять раз и составила 30%. В 2004 году в 43 регионах страны процент передачи вируса половым путем превысил процент передачи ВИЧ при употреблении инъекционных наркотиков.  **Защитите себя!**  Практически во всех случаях ВИЧ-инфицирования заражение можно было предотвратить. Все возможные пути и механизмы передачи вируса давно определены, но люди продолжают собственными ошибками подвергать себя опасности. Защитите себя, узнайте о ВИЧ больше, поймите, ВИЧ может коснуться лично Вас, Ваших друзей и близких, независимо от того, какой образ жизни Вы ведете.  Узнав о вирусе, обсудите этот вопрос со своими близкими. В доступной форме расскажите подросткам о СПИДе и о безопасном поведении, возможно это окажет влияние на всю их будущую жизнь и спасет их.  Помните - легче избежать болезнь, чем потом всю жизнь выбирать против неё средства. |