СПИД/ВИЧ и его профилактика

**ВИЧ (вирус иммунодефицита человека)  — необычный вирус: человек может быть инфицирован много лет и казаться при этом абсолютно здоровым. Попав в организм, вирус по­степенно разрушает иммунную систему, убивая клетки крови, которые являются частью иммунной (защитной) системы организма.**

Если человек инфицирован, еще не значит, что у него сразу разовьется СПИД. Вирус может находиться в организме десять и более лет, прежде чем человек почувствует какие-либо симптомы заболевания. В течение всего периода он может выглядеть и чувствовать себя абсолютно здоровым и при этом передать этот вирус другим. Можно получить ВИЧ, не подозревая этого, и можно передать ВИЧ другим, не зная об этом.

Заражение может произойти только при попадании инфицированной биологической жидкости в кровь неинфицированного человека непосредственно или через слизистые оболочки (в основном, слизистые половых органов). Биоло­гических жидкостей, концентрация вируса в которых достаточна для заражения, всего четыре: кровь, сперма, вагинальный секрет и грудное молоко. Вирус может попасть в организм при сексуальном контакте без презерватива, при использовании нестерильных инструментов для инъекций и других манипуляций, предусматривающих нарушение целостности кожных покровов.

**Известны три пути передачи ВИЧ:**

\* половой — при незащищенном половом контакте с ВИЧ-инфицированным или больным СПИДом;

\* парентеральный — при попадании крови ВИЧ-инфицированного или больного СПИДом в организм здорового человека;

\* вертикальный — ВИЧ-инфицированная беременная женщина может передать вирус ребенку во время беременности, в процессе родов, при грудном вскармливании ребенка.

**Нельзя заразиться ВИЧ через:**

– пот, слюну, слезы, кашель;

– рукопожатия, объятия, поцелуи;

– укусы насекомых;

– общую посуду и пищу:

– общие вещи: деньги, книги, клавиатуру компьютера, бытовые предметы;

– воду (при пользовании общим бассейном, ванной, душем, туалетом).

Известно, что с момента инфицирования до появления первых симптомов собственно СПИДа может пройти не один год. Однако темпы прогрессирования болезни зависят от самых разных факторов: штамма вируса, генетических особенностей больного, его психологического состояния, уровня жизни и других причин. В целом, можно достаточно точно выделить 5 стадий СПИДа симптомами которого является:

* резкое ухудшение самочувствия – проявляется через два-три месяца с момента заражения. У пациентов повышается температура, появляются головные боли, увеличиваются лимфоузлы, наблюдается сыпь на теле. Эта стадия обычно длится около 3- недель;
* период носительства вируса – протекает практически бессимптомно и нередко продолжается до 10 лет. Признаки СПИДа проявляются лишь незначительными симптомами, например, увеличением лимфоузлов;
* стадия генерализованной лимфаденопатии – характеризуется сильным увеличением лимфатических узлов, но длится недолго – около трех месяцев;
* период СПИД — ассоциированного комплекса – симптомы выражены достаточно ярко. Больные СПИДом страдают от резкого снижения массы тела, непрекращающейся диареи, лихорадки, сильного кашля, разнообразных кожных расстройств;
* окончательное формирование СПИДа – признаки инфекции проявляются постоянно и быстро прогрессируют, приводя, в конце концов, к летальному исходу.

Основой первичной профилактикой должно стать осознание каждым человеком личной ответственности, за свою жизнь и здоровье. Каждый должен знать о путях передачи ВИЧ-инфекции и личных мерах профилактики.

Для предупреждения заражения ВИЧ при половом контакте следует:

– избегать беспорядочных и случайных половых связей;

– при любом половом контакте пользоваться презервативом высокого качества. Следует помнить, что из противозачаточных средств только презерватив препятствует проникновению ВИЧ и при правильном использовании защищает от заражения ВИЧ-инфекцией на 98 %.

**Профилактика парентерального пути передачи ВИЧ требует:**

– отказаться от употребления наркотических веществ;

– подвергать обработке, в т. ч. с использованием дезинфицирующих средств многоразовые инструменты для маникюра/педикюра/пирсинга/татуажа;

– при попадании чужой крови на раневую поверхность необходимо промыть рану проточной водой, обработать 3 % раствором перекиси водорода или спиртосодержащим раствором (70 %), после обработки закрыть рану пластырем;

– при попадании крови на слизистую глаза промыть глаза водой и закапать глазными каплями, обладающими слезоотделительным и дезинфицирующим эффектом (например, 20 % раствором альбуцида);

– при попадании крови на слизистую оболочку полости рта — прополоскать рот 70 % этиловым спиртом;

– для оказания первой медицинской помощи при кровотечениях необходимо использовать резиновые перчатки и защищать открытые участки кожи и слизистые глаз от попадания крови, любые загрязнения кровью должны рассматриваться как потенциально опасные.

**Для профилактики вертикального пути передачи ВИЧ важно помнить, что с**огласно действующему законодательству каждая беременная женщина может пройти обследование на ВИЧ-инфекцию. При обнаружении вируса в организме ей для профилактики внутриутробного инфицирования назначают специальные лекарственные препараты.

Пройти обследование на ВИЧ-инфекцию можно анонимно и бесплатно в любом лечебно-профилактическом учреждении, в центрах по профилактике и борьбе со СПИД.

В настоящее время нет лекарства, способного уничтожить ВИЧ в организме человека, нет вакцины, способной предотвратить заражение. Никто не застрахован от заражения ВИЧ. Любой человек в любом возрасте вне зависимости от места проживания и религиозных убеждений может заразиться. Только знания (о путях передачи и профилактике ВИЧ-инфекции) и поведение конкретного человека в «опасных» ситуациях способны защитить его от заражения. Каждый сам принимает решения и несет ответственность за свои поступки, за свою жизнь.