

ЗНАЙТЕ, ЧТОБЫ ПРОТИВОСТОЯТЬ

В большей степени, чем любое другое заболевание, вирус иммунодефицита человека (ВИЧ), способный вызвать синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД), является болезнью, с которой связано множество домыслов. Одни считают, что риску подвержены только гомосексуалисты и лица, вводящие наркотики внутривенно, другие полагают, что лучше и вовсе не знать свой ВИЧ-статус. Множество людей верят в разные вещи, связанные с этим смертельно опасным вирусом. Далеко не многие знают факты.

Согласно данным ЮНЭЙДС, Объединенной программы Организации Объединенных Наций по ВИЧ/СПИДу, более 33 миллионов человек во всем мире живут с этим вирусом. Еще 6800 заражаются ежедневно. Некоторые люди, несмотря на то, что знают все об инфекции, сознательно подвергают себя риску. Еще большее число людей заражаются из-за недостаточного понимания того, как ВИЧ передается от человека к человеку.

После того, как вирус попал в организм человека, может пройти до 15 лет, прежде чем появятся явные физические симптомы. Если не проводить лечение, ВИЧ неуклонно разрушает иммунную систему заразившегося человека и переходит в конечную стадию заболевания, которую называют СПИДом. В этом состоянии человек может с большой долей вероятности умереть от инфекций, с которыми легко справляется организм здорового пятилетнего ребенка. Ежедневно в мире от заболеваний, связанных со СПИДом, умирает 5700 человек.

Излечить ВИЧ-инфекцию и СПИД невозможно. Интенсивная терапия препаратами и безопасный здоровый образ жизни могут обеспечить человеку, заразившемуся ВИЧ, достойное качество и довольно высокую продолжительность жизни. Однако 95% людей, живущих с ВИЧ, проживают в развивающихся странах, и многие из них не могут позволить себе ни покупку препаратов, ни отпуск, чтобы дать отдых своей уязвимой иммунной системе.

Единственным спасением является профилактика. Для обеспечения более широкого охвата населения профилактическими мерами каждый человек на планете должен иметь свободный доступ к фактам о ВИЧ/СПИДе. Тем, кто уже живет с ВИЧ, в том числе 2,1 миллион детей, необходимы сочувствие и поддержка. ВИЧ/СПИД не только губит здоровье людей, но и разрушает семьи: 14 миллионов детей осиротели вследствие этого заболевания.

Мировые лидеры признали необходимость согласованных действий на международном уровне, когда приняли Декларацию о приверженности делу борьбы с ВИЧ/СПИДом в 2001 году и одобрили Цели в области развития, сформулированные в Декларации тысячелетия в 2000 году, одна из которых призывает «остановить к 2015 году распространение ВИЧ/СПИДа и положить начало тенденции к сокращению заболеваемости». В Докладе ЮНЭЙДС об эпидемии СПИДа говорится: уверенность придает прогресс, благодаря которому стабилизировались показатели заболеваемости и постепенно упрощается доступ к медицинскому обслуживанию и санитарному просвещению. Однако в 2009 году от СПИДа умерло около 2 миллионов человек, и это свидетельствует о том, что человечеству еще многое предстоит сделать.

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ СО СПИДОМ 2010

(Предоставлено офисом ЮНЭЙДС в Республике Беларусь)

Впервые Всемирный день борьбы со СПИДом отметили в 1988 году.

Этот день дает возможность повысить осведомленность об эпидемии, отдать дань уважения тем, кто умер, сосредоточить внимание на вопросах, которые имеют ключевое значение для успешного ответа на эпидемию. Этот день вдохновляет организации и людей на активные действия.

Тема Всемирного дня борьбы со СПИДом на 2009-2010 годы "Всеобщий доступ и права человека". Генеральный секретарь ООН Пан Ги Мун во время выступления на Генеральной Ассамблее ООН подчеркнул важность прав человека в ответ на эпидемию СПИДа. Он отметил, что ограничение доступа к необходимой информации о ВИЧ, к средствам профилактики, лечению и услугам происходит во многих странах в результате принятия таких законов и политики, которые несовместимы с обязательствами этих стран в области прав человека. Он подчеркнул, что там, где права людей, живущих с ВИЧ, и представителей других уязвимых групп, обеспечиваются в полной мере, наблюдается уменьшение случаев заражения ВИЧ, меньший спрос на антиретровирусное лечение и меньшее количество смертей.

О ВИЧ-ИНФЕКЦИИ

(материал к использованию для организации и проведения урока-часа «Узнай больше о ВИЧ-инфекции»)

ВИЧ в мире

В конце 70 – начале 80-х годов прошлого века в Соединенных Штатах Америки и некоторых странах Европы, Южной и Центральной Африки было зарегистрировано несколько десятков случаев необычного развития некоторых инфекционных и онкологических заболеваний. Все они протекали на фоне сильного истощения иммунной системы и привели к смерти заболевших.

В 1982 году для обозначения данного болезненного состояния организма человека был предложен термин «синдром приобретенного иммунодефицита», или сокращенно СПИД.

Исследуя причины развития этого синдрома, в 1983 году сразу двое ученых – Люк Монтанье во Франции и Роберт Галло в США открыли вирус, который в 1986 году был назван «вирус иммунодефицита человека» (ВИЧ). Заболевание, вызываемое ВИЧ, стали называть ВИЧ-инфекцией.

За более чем четверть века ВИЧ распространился по всему миру. На сегодняшний день в мире инфицировано ВИЧ более 33 млн человек, в том числе 15,7 млн. женщин и 2,1 млн. детей в возрасте до 15 лет.

Две трети всех взрослых и детей с ВИЧ в мире живут в странах Африки, расположенных к югу от Сахары. Эпидемия ВИЧ в значительной степени охватила страны Южной и Юго-Восточной Азии, Латинской Америки и Карибского бассейна.

С середины 1990-х годов эпидемия ВИЧ-инфекции с новой силой стала разворачиваться в странах Восточной Европы и в наибольшей степени поразила Россию и Украину.

Масштабы и тяжесть последствий эпидемии равно привлекли внимание мировой общественности, политических и религиозных лидеров. В 1988 году 1 декабря было объявлено Всемирным днем борьбы со СПИДом, а в 1996 году была создана Объединенная программа ООН по ВИЧ/СПИДу (ЮНЭЙДС).

В 2001 году главы правительств стран – членов ООН на специальной сессии Генеральной Ассамблеи приняли Декларацию о приверженности делу борьбы с ВИЧ/СПИДом.

С 2002 года Глобальный фонд для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией выделяет значительные средства для противодействия этим тяжелым заболеваниям, и в первую очередь на профилактику, диагностику и лечение ВИЧ-инфекции в различных странах мира.

СТАТИСТИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ ПО ПРОБЛЕМЕ ВИЧ/СПИДА

Глобальная эпидемия СПИДа

- ✚ С момента начала эпидемии ВИЧ заразились почти **60 миллионов человек** и **25 миллионов человек умерли** от заболеваний, связанных с ВИЧ.
- ✚ В 2008 году **число людей, живущих с ВИЧ**, составляло около **33,4 [31,1–35,8] миллиона человек**, **число новых инфекций** около **2,7 [2,4–3,0] миллиона** и **2 [1,7–2,4] миллиона человек умерли** от заболеваний, связанных со СПИДом.
- ✚ В 2008 году примерно **430 000 [240 000-610 000] детей родились с ВИЧ**, в результате общее число детей моложе 15 лет, живущих с ВИЧ, составило **2,1 [1,2– 2,9] миллиона человек**.
- ✚ Во всем мире на **молодых людей** приходится около **40%** всех новых ВИЧ-инфекций, регистрируемых среди взрослых (старше 15 лет).
- ✚ **Африка к югу от Сахары** остается наиболее затронутым регионом: здесь **проживает 67% всех людей, живущих с ВИЧ**, и зарегистрирован **91% всех новых случаев инфекции среди детей**.
- ✚ В результате эпидемии **более 14 миллионов детей** в Африке к югу от Сахары стали сиротами.

Восточная Европа и Центральная Азия: Последние эпидемиологические тенденции

В 2008 году оценочное число взрослых и детей, живущих с ВИЧ в Восточной Европе и Центральной Азии, увеличилось до **1,5 [1,4–1,7] миллиона человек**, что на **66% больше** по сравнению с 2001 годом, когда это число составляло **900 000 [800 000–1,1 миллиона] человек**.

Показатель распространенности ВИЧ в регионе по-прежнему растет, причем особенно сильный рост эпидемии наблюдается в **Украине и Российской Федерации**. Самый высокий уровень распространенности в Европе отмечен в Украине, где в 2007 году показатель распространенности ВИЧ среди взрослого населения составил **1,6% [1,1–2,0%]**.

Показатель распространенности ВИЧ превышает **1%** в трех странах региона (Российской Федерации, Украине и Эстонии).

Динамика развития эпидемии в регионе

Основным путем передачи ВИЧ в регионе остается употребление инъекционных наркотиков. С учетом роста передачи инфекции среди половых партнеров потребителей наркотиков можно отметить, что во многих странах региона наблюдается переход от эпидемии, в основном концентрирующейся среди потребителей наркотиков, к эпидемии, которая характеризуется ростом передачи инфекции половым путем.

В 2007 году 57% новых диагностированных случаев ВИЧ в Восточной Европе было обусловлено использованием зараженного инструментария для употребления инъекционных наркотиков. По оценкам, в настоящее время в регионе инъекционные наркотики употребляют 3,7 миллиона человек, причем считается, что примерно четвертая часть из них заражена ВИЧ.

В 2007 году в Восточной Европе гетеросексуальными контактами было обусловлено 42% новых ВИЧ-инфекций.

Поскольку лица, занятые в секс-бизнесе, обычно употребляют инъекционные наркотики, это способствует распространению ВИЧ в регионе. По данным исследований, проведенных в **Российской Федерации**, более 30% работников секс-бизнеса употребляют инъекционные наркотики. В **Украине** показатель распространенности ВИЧ среди работников секс-бизнеса колеблется от 13,6% до 31,0%.

На половые контакты между мужчинами приходится относительно небольшая доля новых инфекций в Восточной Европе и Центральной Азии. В 2007 году лишь 0,4% новых случаев ВИЧ в Восточной Европе было обусловлено половыми контактами между мужчинами.

Тем не менее, показатель распространенности ВИЧ среди мужчин, имеющих половые контакты с мужчинами, составляет 5,3% в **Грузии**, 6% в **Российской Федерации** и от 10–23% в **Украине**.

Одним из заметных достижений в осуществлении мер в ответ на СПИД в регионе стал высокий уровень охвата услугами по профилактике передачи ВИЧ от матери ребенку. В декабре 2008 года охват услугами по профилактике передачи от матери ребенку в Восточной Европе и Центральной Азии превысил 90%.

Эпидситуация по ВИЧ-инфекции в Республике Беларусь и Могилевской области на 01 октября 2010 года.

1 Декабря - Всемирный день борьбы со СПИДом. Всемирный день проводится с целью выразить солидарность с людьми, живущими с ВИЧ, информировать и мобилизовать общество, заставить задуматься о том, что эпидемия ВИЧ/СПИДа может коснуться каждого из нас.

ВИЧ/СПИД, по оценкам, унес жизни более 25 миллионов человек во всем мире и вызвал определенные демографические изменения в наиболее затронутых странах. Каждый день в мире более 6800 человек инфицируются ВИЧ, и более 5700 - умирают от СПИДа. Оценочное число людей, живущих с ВИЧ, во всем мире составило более 33 миллионов человек.

По данным официальной статистики, в Республике Беларусь на 1 октября 2010 года зарегистрировано **11476** человек, живущих с ВИЧ (показатель распространенности составил 98,5 на 100 тысяч населения). За 9 месяцев текущего

года выявлено **786** ВИЧ-инфицированных (9 месяцев 2009 года – 810). Темп снижения составил 3,0%. Показатель заболеваемости – 8,3 на 100 тысяч населения.

Подавляющее число ВИЧ-инфицированных – это молодые люди в возрасте от 15 до 29 лет. Общее количество случаев ВИЧ-инфекции в этой возрастной группе составляет **7453** (удельный вес в общей структуре ВИЧ-инфицированных – 64,9%).

Удельный вес лиц в возрастной группе 15-19 лет в общей структуре ВИЧ-инфицированных за 9 месяцев 2010 года составил 2,0% (9 месяцев 2009 года – 3,2%).

По данным анализа с 1987 года по 01.10.2010 года парентеральным путем (при внутривенном введении наркотических веществ) инфицировалось 5790 человек - 50,5%. В то же время, за 9 месяцев 2010 г. на его долю пришлось 19,6% от общего числа поставленных на учет.

В целом по республике удельный вес женщин из общего числа ВИЧ-инфицированных составляет 38,0% (4370 чел.), мужчин - 62,0% (7106 чел.). За 9 месяцев 2010 г. удельный вес женщин - 47,8%, мужчин - 52,2%.

С 1987 по 01.10.2010 г. от ВИЧ-инфицированных матерей родилось **1 793** ребенка, в том числе в 2010 г. - 156. Диагноз «ВИЧ-инфекция» подтвержден **171** ребенку. Всего в республике среди детей в возрастной группе от 0 до 14 лет зарегистрировано **186** случаев ВИЧ-инфекции.

По абсолютному числу выявленных ВИЧ-инфицированных Могилевская область занимает 5-ое место (из 7-ми), по распространённости ВИЧ-инфекции – 4-ое.

В Могилевской области на 1 октября 2010 года зарегистрировано **623** случаев ВИЧ-инфекции (показатель распространённости составил 48,9 на 100 тысяч населения). За 9 месяцев 2010 года выявлено **49** ВИЧ-инфицированных пациентов (9 месяцев 2009 г. - 68).

За весь период наблюдений удельный вес женщин из общего числа ВИЧ-инфицированных составляет 43,7%, за 9 месяцев 2010 года – 53,1%, доля мужчин соответственно, 56,3% и 46,9%.

В целом складывается следующая тенденция:

- По причинам заражения превалирует половой путь. За весь период наблюдений – 61,7% человек инфицировались половым путем, за 9 месяцев 2010 года – 85,7%. При наркопотреблении за 9 месяцев 2010 года инфицировалось 12,3% человек.

- Среди инфицированных, поставленных на учет за 9 месяцев 2010 года рабочие составляют 34,7%, служащие – 14,3%

- Растет количество инфицирования в возрасте старше 30 лет. 55,1% от общего количества инфицированных поставленных на учет в 2010 году – зрелые люди.

- В возрастных группах 15 – 29 лет женщины составляют – 13 человек – 61,9% от числа этой группы, (за весь период – 46,7 %), старше 29 лет – 13 человек – 48,2% (за весь период – 39,1%). Данный факт определяет рост числа детей рожденных от ВИЧ-инфицированных мам.

Всего в Могилевской области родилось 93 ребенка от ВИЧ-инфицированных матерей, в т.ч. в 2008 г. – 12 детей, в 2009 г. – 15, за 9 мес. 2010 - 13. Всего с учета снято 53 ребенка, в том числе в 2010 году – 7 детей.

Всего в области проживает 9 ВИЧ-инфицированных детей (из них 1 ребенок приезжий из другого региона), 5 из них получают АРВ-терапию.

ВИЧ, ВИЧ-инфекция и СПИД

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) является возбудителем хронического длительно текущего инфекционного заболевания, называемого ВИЧ-инфекцией. ВИЧ-инфекция проходит в своем развитии несколько стадий. Поздние стадии ВИЧ-инфекции характеризуются состоянием организма, которое принято называть синдромом приобретенного иммунодефицита (СПИД).

Вирус иммунодефицита человека отличается крайней неустойчивостью во внешней среде, то есть вне организма человека очень быстро теряет жизнеспособность и гибнет. ВИЧ может жить исключительно в биологических жидкостях человека. Он не сохраняется ни в сухой крови, ни в высохших сперме или грудном молоке. ВИЧ быстро погибает при нагревании, обработке любым дезинфицирующим средством, в том числе 70%-м спиртом, перекисью водорода, йодом, хлорсодержащими или азотсодержащими веществами в обычных концентрациях.

Вирус иммунодефицита человека поражает только определенные клетки организма человека – в основном это клетки иммунной системы и в определенной степени центральной нервной системы.

Попав в организм человека, ВИЧ может проникнуть только в те клетки, которые имеют на поверхности своих оболочек специфическую белковую молекулу – CD4 (в русском произношении «си ди четыре»). Клетки с такой белковой молекулой на своей оболочке называются CD4-клетками и имеются в организме каждого человека.

Функцию иммунной системы человека в значительной степени обеспечивают определенные клетки крови, в первую очередь Т-лимфоциты. Большинство из них имеют на своей оболочке белковую молекулу CD4, поэтому их часто называют также CD4-лимфоцитами, или Т(CD4)-лимфоцитами.

CD4-лимфоциты отвечают за организацию иммунного ответа организма человека на внедрение в него возбудителей различных инфекционных заболеваний. Таким образом, CD4-лимфоциты можно образно сравнить с «генералами» или «генеральным штабом иммунной армии» человека. ВИЧ поражает CD4-лимфоциты, что приводит к полной дезорганизации иммунного ответа, ослаблению функции иммунной системы и в конечном счете к полному ее разрушению.

Это в свою очередь сказывается на способности организма сопротивляться различным инфекциям. Человек становится беззащитным перед любыми инфекциями – возбудителями пневмонии, туберкулеза, желудочно-кишечных инфекций, грибковых и онкологических заболеваний и др. На поздних стадиях ВИЧ-инфекции у больного развивается состояние истощения иммунной системы – СПИД, на фоне которого даже неопасные для человека с нормально функционирующей иммунной системой заболевания (так называемые оппортунистические инфекции) приобретают тяжелый, практически не поддающийся излечению характер. Развившиеся вследствие истощения иммунной системы инфекционные и/или онкологические заболевания и являются причиной смерти ВИЧ-положительных людей, находящихся на поздних стадиях заболевания.

Поражение ВИЧ CD4-клеток центральной нервной системы может привести к развитию энцефалопатий (слабоумия), задержке психического и физического развития детей и другим болезненным состояниям центральной нервной системы.

ВИЧ разрушает организм человека довольно медленно и постепенно. От момента инфицирования ВИЧ до развития СПИДа может пройти много времени (в среднем 12-15 лет без применения специального лечения и несколько десятков лет при правильном лечении). Как правило, инфицированный ВИЧ человек долгие годы может чувствовать себя хорошо, сохраняя трудоспособность и все основные биологические и социальные функции (состояние носительства вируса). Он может даже не догадываться о том, что является носителем ВИЧ. Установить диагноз в этот период можно только с помощью специального теста на наличие в крови антител к ВИЧ и его белкам.

Однако внешне здоровый, но инфицированный ВИЧ человек является источником инфекции с момента заражения и до конца своей жизни.

Пути передачи ВИЧ-инфекции

ВИЧ передается только тремя путями:

- *«кровь в кровь» - при использовании нестерильных игл, шприцев, растворов для инъекций, инфицированной донорской крови;*
- *половым – при любом незащищенном (без презерватива) половом контакте;*
- *от матери ребенку – во время беременности, в родах и при грудном вскармливании.*

Пути передачи ВИЧ-инфекции изучены очень тщательно. Достоверно известно, что ВИЧ передается только от человека человеку через кровь, сперму, влагалищные выделения и грудное молоко. В этих биологических жидкостях концентрация вируса может достигать уровня, достаточного для заражения другого человека. Максимальной она бывает в самом начале заболевания, когда человек только что инфицировался и вирус начал активно размножаться, и на последних стадиях ВИЧ-инфекции.

Следы присутствия ВИЧ обнаруживаются также в моче, слюне, мокроте, слезах и поте инфицированного человека, но в таком малом количестве, что заражение при контакте с этими биологическими жидкостями невозможно ни при каких обстоятельствах.

Чтобы человек инфицировался ВИЧ, необходимы определенные условия: вирус в объемах, достаточных для инфицирования, должен попасть непосредственно в кровоток здорового человека.

Эти условия возникают при инъекционном введении инфицированной крови прямо в кровоток здорового человека (как правило это происходит при проведении инъекционных манипуляций немедицинского характера, то есть при употреблении наркотиков) или при попадании инфицированного биологического материала (крови, спермы, влагалищного отделяемого) в поврежденную кожу или слизистые оболочки здорового человека (например, при половом контакте).

Таким образом, ВИЧ может попасть в организм человека через кровеносные сосуды и/или половые органы.

Этим объясняется тот факт, что более 90% всех случаев инфицирования ВИЧ приходится всего на две ситуации:

использование нестерильных инъекционных растворов и/или игл, шприцев (в подавляющем большинстве это происходит при употреблении инъекционных наркотиков);

незащищенный (без использования презерватива) половой акт.

«Кровь в кровь»

Как сказано выше, заразиться ВИЧ можно через загрязненные инфицированной кровью иглы, шприцы и другой инструментарий, а также через нестерильные инъекционные растворы. Совместное использование игл и шприцев для внутривенного введения наркотиков привело к резкой вспышке эпидемии ВИЧ в среде их потребителей.

Высокий риск инфицирования существует при переливании донорской крови и пересадке органов. Поэтому донорская кровь обязательно дважды – при сдаче крови и шесть месяцев спустя – обследуется на ВИЧ.

При половом контакте

Инфицирование ВИЧ может произойти во время любого незащищенного полового контакта при проникновении спермы, влагалищных выделений, крови инфицированного человека в организм его партнера.

Женщины при половом контакте биологически более восприимчивы к ВИЧ, чем мужчины. Передача инфекции от мужчины женщине во время незащищенного полового акта происходит в 3-5 раз чаще, чем от женщины мужчине. Культурные, социальные, религиозные традиции сексуальных взаимоотношений зачастую значительно усиливают уязвимость женщин к ВИЧ. Таким образом, распространение ВИЧ через половые контакты приводит к феминизации эпидемии.

От матери ребенку

Природа позаботилась о том, чтобы большинство детей, рожденных ВИЧ-положительными матерями, были здоровы. При применении современных методов профилактики риск инфицирования новорожденного ВИЧ можно снизить до 1%.

Вероятность попадания вируса из крови ВИЧ-положительной матери в кровь ребенка во время беременности при здоровой и нормально функционирующей плаценте практически отсутствует (здоровая плацента пропускает в кровоток плода только материнские антитела к ВИЧ, но не сам вирус). Однако риск инфицирования ребенка значительно возрастает при повреждении плаценты. Кроме того, ВИЧ может проникнуть в организм ребенка с грудным молоком матери.

Как невозможно инфицироваться ВИЧ

ВИЧ не передается:

- *при рукопожатии или объятиях;*
- *при поцелуе/через слюну;*
- *через пот или слезы;*
- *при кашле или чихании;*
- *при использовании общей посуды;*
- *через постельное белье;*
- *при совместном пользовании ванной, туалетом, в бассейне;*
- *через контакты с животными и укусы насекомых.*

? Можно ли инфицироваться ВИЧ через рукопожатие или объятия?

Нет! Неповрежденная кожа является естественным непреодолимым барьером для вируса. Вероятность проникновения вируса через незажившие царапины и ссадины ничтожно мала и может возникнуть только при длительном активном втирании довольно большого количества инфицированной крови в поврежденную кожу неинфицированного человека (в реальной жизни подобная ситуация может быть создана только искусственно!). При более глубоких ранениях, сопровождающихся кровотечением, инфицированию ВИЧ препятствует то обстоятельство, что кровь с поверхности кожи внутрь не всасывается, а истекает из раны, не давая возбудителям инфекционных заболеваний (в том числе и ВИЧ) проникнуть внутрь.

? Можно ли инфицироваться ВИЧ при поцелуе?

Нет! Во-первых, при поцелуях нет условий, необходимых для инфицирования (инфицированный биологический материал не поступает прямо в кровоток другого человека, нет и длительного механического втирания достаточного для заражения количества биологической жидкости с высокой концентрацией ВИЧ). Во-вторых, в слюне содержатся ферменты, снижающие способность ВИЧ поражать CD4-лимфоциты.

? Можно ли инфицироваться ВИЧ воздушно-капельным путем?

Нет! Концентрация вируса в слюне (равно как и в слезах, поте, моче) настолько мала, что заразиться ВИЧ от кашляющего и чихающего ВИЧ-положительного человека невозможно. Именно поэтому не происходит передачи вируса при пользовании общей посудой, столовыми приборами, игрушками и т.д.

? Можно ли инфицироваться ВИЧ через одежду, постельное белье?

Нет! Даже если на одежду или белье попали капельки инфицированной крови, спермы или влагалищных выделений, вирус быстро погибает на воздухе.

? Можно ли инфицироваться ВИЧ в бассейне, ванне, туалете?

Нет! При попадании жидкости, содержащей ВИЧ, в воду вирус погибает. Неповрежденная кожа не позволяет вирусу проникнуть в организм, даже если капельки инфицированной крови, спермы или влагалищных выделений оказались, например, на сидении унитаза. При этих обстоятельствах также отсутствуют необходимые условия для инфицирования ВИЧ.

? Можно ли инфицироваться ВИЧ через укусы насекомых или контакте с животными?

Нет! ВИЧ может жить и размножаться только в человеческом организме, поэтому животные и кровососущие насекомые, такие как комары, передавать вирус не могут.

? Можно ли инфицироваться ВИЧ у стоматолога или делая маникюр?

Нет! Такие случаи не зарегистрированы. Обычной дезинфекции маникюрных и стерилизации стоматологических инструментов достаточно для предотвращения инфицирования ВИЧ.

Профилактика ВИЧ-инфекции среди взрослых и подростков

В настоящее время вакцины от ВИЧ-инфекции не существует, как нет и лекарств, полностью излечивающих от нее.

Для того чтобы не допустить инфицирования ВИЧ, необходимо:

- *не употреблять инъекционные наркотики;*
- *всегда использовать только стерильные (желательно одноразовые) медицинские инструменты для инъекций и других манипуляций;*
- *избегать половых контактов со многими партнерами, особенно с людьми, употребляющими наркотики, занимающимися коммерческим сексом;*
- *иметь одного верного сексуального партнера и сохранять ему верность;*
- *практиковать только защищенный секс (с использованием презерватива) при любых сексуальных контактах с любым партнером;*
- *знать и уметь применять на практике универсальные меры профилактики.*

По статистике ВИЧ-инфекция чаще встречается у молодых людей в возрасте до 29 лет. Однако ВИЧ может поражать людей любого возраста. В распространении ВИЧ-инфекции решающую роль играет модель жизненного поведения человека (насколько рискованный в плане инфицирования ВИЧ образ жизни человек ведет).

Ранние, множественные половые связи, незащищенные сексуальные контакты способствуют распространению не только ВИЧ, но и других инфекций, передаваемых половым путем (ИППП). Высокому риску заражения ВИЧ и ИППП подвергают себя и молодые люди, и люди более старшего возраста, не использующие презерватив и часто меняющие половых партнеров.

Особенно высока вероятность инфицирования ВИЧ у потребителей инъекционных наркотиков, работников коммерческого секса, детей и подростков, живущих на улице, пробующих наркотики и вступающих в половые отношения часто по принуждению или в обмен на еду, защиту или кров.

Профилактика передачи ВИЧ от матери ребенку

Достижения современной медицины позволяют ВИЧ-положительным родителям иметь здоровых детей. Для профилактики передачи ВИЧ от матери ребенку беременной женщине, у которой выявлена ВИЧ-инфекция, назначают специальные лекарства – антиретровирусные (АРВ) препараты.

Диагностика ВИЧ-инфекции

У человека, инфицированного ВИЧ, внешние признаки заболевания долгое время могут отсутствовать. Поэтому стандартным способом выявления ВИЧ-инфекции является анализ крови на наличие антител к ВИЧ и его белкам.

Антитела начинают вырабатываться в крови человека уже через 12 часов после инфицирования ВИЧ, но у большинства людей необходимой для лабораторной диагностики концентрации они достигают не ранее чем через 1-3 месяца после инфицирования (как правило, при заражении путем «кровь в кровь») или через 4-6 месяцев (при половом пути заражения).

Период от момента инфицирования до момента возможного лабораторного определения в крови антител называется **периодом «окна»**. В этот период

обнаружить ВИЧ у инфицированного человека стандартным способом лабораторной диагностики или при врачебном осмотре невозможно. Обследование в это время может дать отрицательный результат даже при наличии вируса в организме. Для того чтобы быть уверенным в отрицательном результате лабораторного теста, необходимо повторить исследование крови через 3 и/или 6 месяцев после ситуации, в которой могло произойти инфицирование ВИЧ.

Результаты теста крови на наличие антител к ВИЧ и его белкам могут быть:

- *положительными* (ВИЧ имеется в крови, человек инфицирован);
- *отрицательными* (либо ВИЧ отсутствует, либо ВИЧ имеется, но в данный момент человек находится в периоде «окна»). Возможно, необходим повторный анализ по истечении 3-6 месяцев (необходимость повторного исследования и его сроки определяет врач-инфекционист)

Кроме выявления антител к ВИЧ и его белкам, диагностировать ВИЧ-инфекцию можно и методом полимеразной цепной реакции (ПЦР), с помощью которого определяется наличие или отсутствие в крови человека генетического материала самого вируса. Это обследование дает достаточно достоверные результаты уже через 10 дней после возможного заражения. Однако ПЦР-диагностика носит предварительный характер, и в дальнейшем диагноз должен быть лабораторно подтвержден стандартными тестами на антитела к ВИЧ и его белкам.

В настоящее время методом ПЦР широко пользуются для ранней предварительной диагностики ВИЧ-инфекции у детей, родившихся у ВИЧ-положительных матерей.

Если нужно срочно получить результаты анализа, например, при экстренной операции или при поступлении на роды беременной с неизвестным ВИЧ-статусом, используют экспресс-тесты. В дальнейшем этот результат также должен подтверждаться проведением стандартных исследований на определение антител.

Течение ВИЧ-инфекции

ВИЧ-инфекция имеет несколько этапов развития и на каждом из них проявляется по-разному. С момента инфицирования вирус начинает активно размножаться в организме. Острый начальный период, в который человек может чувствовать себя совершенно здоровым или испытывать легкое короткое недомогание, часто протекающее по типу гриппа, острой респираторной или желудочно-кишечной инфекции, довольно быстро переходит в хроническую стадию. Человек в этот период продолжает чувствовать себя здоровым, но уровень CD4-лимфоцитов снижается, и его организм становится более уязвимым к различным инфекциям. Однако иммунная система еще способна справляться с проблемами – течение возникающих инфекционных заболеваний на данном этапе развития ВИЧ-инфекции, как правило, довольно благоприятное, они хорошо поддаются лечению обычными средствами в обычных дозах.

Со временем истощенная бурно размножающимся вирусом иммунная система организма перестает справляться с возбудителями инфекционных заболеваний. Развивается состояние приобретенного иммунодефицита: начинают прогрессировать бактериальные, грибковые и вирусные поражения слизистых и кожных покровов, поражения внутренних органов приобретают множественный и генерализованный характер, могут возникнуть тяжелые онкологические

заболевания. Часто отмечаются такие болезненные состояния, как потеря веса, лихорадка, длительная диарея (жидкий стул), сильные боли.

Постепенно даже самая интенсивная терапия становится неэффективной. Наступает терминальная стадия, и через несколько месяцев больной погибает.

Течение ВИЧ-инфекции зависит как от свойств вируса (встречается несколько его типов и большое многообразие штаммов), так и от состояния организма человека. Примерно в 10% случаев инфекция прогрессирует быстро. На скорость прогрессирования заболевания и его тяжесть могут влиять такие факторы, как возраст и генетические особенности, наличие других заболеваний, употребление алкоголя, наркотиков, курение, характер питания и т.д.

Лечение ВИЧ-инфекции

В 1996 году появились лекарства, способные эффективно подавлять распространение вируса в организме. Это перевело ВИЧ-инфекцию из разряда смертельных в число хронических, хотя пока и неизлечимых заболеваний.

К сожалению, сегодня нет таких способов лечения ВИЧ-инфекции, которые бы привели к полному избавлению организма от вируса. Современные лекарственные препараты могут лишь подавлять активность вируса, препятствовать его размножению в организме человека. Однако при строгом соблюдении режима приема лекарств и здоровом образе жизни такое лечение значительно продлевает жизнь ВИЧ-положительному человеку и на длительное время сохраняет ее качество.

Целью лечения ВИЧ-инфекции (так называемого **антиретровирусного лечения**) является максимальное снижение вирусной нагрузки и обеспечение относительно высокого иммунного статуса, чтобы заболевший человек чувствовал себя нормально, не был уязвим к различным инфекциям, мог вести обычную жизнь.

Для лечения ВИЧ-инфекции используются антиретровирусные препараты (АРВ-препараты) в определенной дозировке и комбинации. Стандартом лечения является **высокоактивная антиретровирусная терапия (ВААРТ)** – комбинация трех и более АРВ-препаратов.

ВААРТ направлена на подавление способности вируса к размножению. С течением времени общее количество вирусов в крови человека снижается. При этом иммунная система начинает восстанавливаться.

ВААРТ назначают не всем больным ВИЧ-инфекцией, а только тем, у кого появились клинические симптомы истощения иммунной системы и/или у кого низкий уровень CD4-лимфоцитов в крови и высокая вирусная нагрузка.

Если ВААРТ была назначена, она должна применяться пожизненно. Это значит, что человек, болеющий ВИЧ-инфекцией, ни при каких обстоятельствах не должен прерывать лечение даже на один день.