

# **ПАМЯТКА**

## **ВИЧ/СПИД**

### **Что мы должны знать о ВИЧ/СПИД?**

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ), попадая в организм, постепенно истощает иммунную систему, защищающую нас с Вами от различных негативных факторов (вирусы, бактерии, простейшие и т.д.). В результате этого постепенно присоединяются различные заболевания, от которых и погибают больные на фоне резкого снижения иммунитета. ВИЧ-инфицированный человек может прожить годы, прежде чем произойдет ухудшение его здоровья и инфекция перейдет в стадию СПИДа. Наибольшее количество вируса содержится в крови, выделениях гениталий (сперма, вагинальный секрет), грудном молоке. В начале человек может выглядеть и чувствовать себя совершенно здоровым, даже не зная о наличии у него заболевания, но при этом уже являться источником инфицирования других людей.

Свыше 40% населения России считают, что проблема СПИДа не может их затронуть, около 70% россиян не обладают достаточной информацией о ВИЧ, путях его передачи и лечении.

### **Как ВИЧ передаётся?**

1. Половым путём.

2. Через кровь:

- при совместном приготовлении и употреблении инъекционных наркотиков;
- при использовании нестерильных хирургических инструментов, шприцев, игл;



- при переливании инфицированной крови или её компонентов, пересадки донорских органов, не прошедших тестирование на ВИЧ.

3. От матери к ребёнку:- во время беременности, родов и кормления грудью.

## Как избежать заражения?

- повышение уровня знаний по проблеме ВИЧ/СПИД и навыков безопасной жизнедеятельности.
- ведение здорового образа жизни, который включает и безопасный секс, исключающий попадание биологических жидкостей инфицированного в организм другого человека;
- выявление и лечение болезней, передающихся половым путем;
- использование одноразового инструментария при татуировке, бритье и других манипуляциях, связанных с повреждением кожи и слизистых оболочек.



***Помните! На сегодняшний день специфических мер профилактики и радикальных методов лечения ВИЧ-инфекции нет. Человек заражается ВИЧ в результате своих безответственных действий и поступков.***

### ***ВИЧ не передается в быту.***

*Вирус иммунодефицита – очень неустойчив, он живет только в организме человека и быстро погибает во внешней среде. Поэтому невозможно заразиться ВИЧ в бассейне, при занятиях спортом, а также через укус насекомого или общение с животными.*

*Важно знать и помнить о том, что слюна, пот, слезы, и прочие биологические жидкости ВИЧ-положительного (кроме крови, спермы, влагалищного секрета, грудного молока) не представляют опасности. Вирус может там находиться, но в очень незначительном количестве.*

## Как можно обнаружить ВИЧ?

Чтобы определить инфицирован человек или нет, необходимо сдать анализ крови. Это можно сделать в любом медучреждении, где есть процедурный кабинет, в том числе анонимно.

На сегодняшний день самым распространенным способом узнать, инфицирован ли человек ВИЧ, является тест на наличие антител к вирусу иммунодефицита. Антитела - это специальные белки, которые вырабатываются в организме в ответ на проникновение вируса. Положительный результат теста означает, что у человека обнаружены антитела к ВИЧ. Это дает основание полагать, что человек ВИЧ - инфицирован. Отрицательный результат теста означает, что антитела к ВИЧ не обнаружены.

