

НЕ ДАЙ ШАНСА ВИЧ



Что такое ВИЧ и СПИД

ВИЧ-инфекция развивается в результате проникновения в организм вируса иммунодефицита человека (ВИЧ). Долгие годы вирус может не давать о себе знать. Однако, постепенно он разрушает иммунную систему, которая защищает человека от различных негативных воздействий. Когда иммунитет значительно ослабевает, организм уже не может эффективно бороться с заболеваниями, которые он достаточно легко побеждает при здоровой иммунной системе.

Со временем развивается синдром приобретенного иммунодефицита – СПИД. Это последняя стадия ВИЧ-инфекции, когда иммунная система практически не функционирует и человек страдает от различных тяжело протекающих заболеваний, которые поражают весь организм.

На сегодняшний день не существует средства, которое могло бы полностью победить вирус, но есть лекарства, которые могут приостановить развитие ВИЧ-инфекции и позволяют человеку жить полноценной жизнью.

Особенности ВИЧ

В окружающей среде ВИЧ не устойчив – быстро погибает под воздействием спирта; при кипячении; разрушается на поверхности неповрежденной кожи.

В то же время он может довольно долго сохранять жизнеспособность в крови вне организма человека.

ВИЧ способен быстро мутировать (изменяться), что затрудняет поиск вакцин и лекарства, полностью излечивающего ВИЧ-инфекцию.

Как происходит инфицирование?

Необходимое условие инфицирования – проникновение вируса в кровь. Это может произойти, если в организм человека (непосредственно в кровоток либо на слизистые оболочки) попадает биологическая жидкость с высокой концентрацией ВИЧ.

ВИЧ-инфекция передается через:

- кровь
- сперму
- вагинальную жидкость
- грудное молоко

Существует только 3 пути передачи ВИЧ:

Половой. Инфицироваться можно при любом половом контакте (вагинальном, анальном, оральном) без использования презерватива. При незащищенном половом контакте всегда существует риск заражения, поскольку партнер может быть инфицирован ВИЧ и не знать об этом. Женщины биологически более уязвимы к ВИЧ, вероятность передачи ВИЧ от мужчины к женщине в 2 – 3 раза выше, чем от женщины к мужчине. Риск заражения возрастает, если на слизистых половых органов, рта, прямой кишки есть микротравмы. Например, если у одного из партнеров (или у обоих) есть инфекции, передающиеся половым

путем, либо имело место изнасилование, а также сексуальные практики, связанные с риском травмирования.

Из всех зарегистрированных в Беларуси случаев ВИЧ-инфекции 48,7% приходится на половой путь передачи. За пять месяцев 2011 года 75% инфицировались половым путем.

Парентеральный (через кровь) – при использовании общих инструментов (игл, шприцев, посуды для приготовления наркотических средств) при внутривенном введении наркотиков; применении нестерильных медицинских инструментов, колющих и режущих предметов (бритвенных лезвий, маникюрных принадлежностей и т.п.). Вирус также может попасть в организм человека при переливании инфицированной донорской крови. В нашей стране вся донорская кровь и ее препараты проходят обязательное тестирование, что сводит риск заражения ВИЧ при переливании к минимуму.

Вертикальный (от матери ребенку). ВИЧ-инфицированная беременная женщина может передать вирус своему ребенку во время беременности, родов и при грудном вскармливании. Будущий ребенок может заразиться ВИЧ только от матери, вирус не передается непосредственно от отца.

В большинстве случаев ВИЧ-инфицированная женщина может родить здорового ребенка. Если не предпринимать никаких специальных мер, ребенок инфицируется от матери в 25 – 50% случаев.

Сегодня существуют эффективные методы снижения риска до 2%. Но для этого женщина должна знать свой ВИЧ-статус, принимать специальные препараты (антиретровирусную терапию), не кормить ребенка грудным молоком и соблюдать все рекомендации врача.

ВИЧ содержится и в других жидкостях организма: слюне, слезах, поте и т. д., — но в недостаточной для инфицирования концентрации.

ВИЧ не передается бытовым и воздушно-капельным путем. Невозможно заразиться при прикосновении, рукопожатии, поцелуях, использовании общего постельного белья и посуды, при кашле и чихании, при укусах насекомых.

Как человек может узнать, есть ли у него ВИЧ?

Никаких видимых признаков наличия в организме человека ВИЧ не существует. Только специальный анализ крови может определить наличие инфекции (так называемый ВИЧ-статус).

Как проводится тестирование на ВИЧ?

Процедура обследования на наличие ВИЧ состоит из нескольких этапов:

1. Дотестовая консультация. Это беседа с врачом, цель которой – предоставить пациенту необходимую информацию о ВИЧ/СПИДе; о том, как будет проходить тестирование и что означает тот или иной результат; помочь оценить личный риск инфицирования и понять, как можно его снизить в будущем.

2. Забор крови из вены. Эта процедура безопасна и занимает всего несколько минут.

3. Исследование крови в лаборатории. Кровь исследуется на наличие антител к ВИЧ. Когда ВИЧ проникает в организм, иммунная система начинает вырабатывать специфические антитела для борьбы именно с этим вирусом. Наличие в крови антител к ВИЧ говорит о том, что человек инфицирован.

Результат теста может быть:

Положительным.

Это значит, что в крови обнаружены антитела к ВИЧ. В этом случае назначается еще одно, дополнительное исследование крови для подтверждения диагноза.

Важно помнить, что ВИЧ-инфекция – это еще не СПИД! Даже без специального лечения люди живут и чувствуют себя здоровыми много лет. Человек находится под наблюдением врача, состояние его иммунной системы контролируется с помощью специальных анализов. И как только иммунная система перестает работать эффективно, человеку назначается антиретровирусная терапия, которая позволяет:

- Снизить количество вирусов в крови
- Восстановить иммунную систему
- Повысить способность организма противостоять инфекциям.

Все это становится возможным только при своевременном обнаружении ВИЧ-инфекции.

Отрицательным.

Это означает, что антител к ВИЧ в крови не обнаружено.

Такой результат может быть в двух случаях – если человек не инфицирован ВИЧ либо если человек заразился совсем недавно, и его иммунная система еще не успела выработать достаточное количество антител, чтобы тест смог их «увидеть». У большинства период накопления антител длится до трех месяцев от момента заражения, редко – до полугода.

Это время называется «периодом окна». Если в «периоде окна» получен отрицательный результат, это не значит, что человек не инфицирован ВИЧ. Более того, если ВИЧ все-таки есть, человек с большой вероятностью может передать вирус другим (одним из трех путей, о которых мы говорили выше).

Именно поэтому рекомендуется проходить обследование на ВИЧ через 3 месяца после ситуации риска, например, после незащищенного полового контакта.

Иногда результат теста может быть сомнительным (неопределенным). В этом случае врач рекомендует повторить обследование.

4. Послетестовая консультация. Врач сообщает результат теста, разъясняет его значение, при необходимости назначает новое исследование. Во время этой встречи также обсуждаются пути снижения риска инфицирования в будущем. Если результат теста оказался положительным, врач объясняет, как себя вести в дальнейшем, куда можно обратиться за помощью и поддержкой.

В некоторых случаях используются экспресс-тесты, которые позволяют определить наличие антител к ВИЧ в крови либо в слюне в период до получаса. Но результат такого теста является предварительным и требует дополнительной проверки.

В Республике Беларусь тестирование на ВИЧ проводится на основе прин-

ципов добровольности и конфиденциальности. Принцип добровольности означает, что человек сам принимает решение, проходить ли тестирование, и если проходить, то когда. Принцип конфиденциальности гарантирует неразглашение информации о ВИЧ-статусе человека без согласия. В некоторых случаях анализ может быть платным.

Почему важно знать свой ВИЧ-статус?

Получение результата теста на ВИЧ позволит избежать неопределенности и тревоги.

При отрицательном результате:

- можно снизить риск заражения в будущем за счет изменения своего поведения на более безопасное;
- можно быть уверенным в том, что не заразишь своего сексуального партнера или будущего ребенка (для женщин).

Ранее выявление ВИЧ позволяет:

- сохранить свое здоровье за счет своевременного обращения за консультацией и лечением. Лечение ВИЧ/СПИДа в нашей стране доступно и бесплатно для пациента.
- снизить риск инфицирования своего полового партнера;
- спланировать беременность и значительно снизить риск передачи вируса будущему ребенку (для женщин).

Экстренная профилактика ВИЧ-инфекции

Любой контакт поврежденной кожи или слизистых оболочек (даже неповрежденных!) с кровью или иными выделениями организма другого человека, содержащими кровь, следует считать потенциально опасным.

Если такой контакт произошел, необходимо промыть место контакта большим количеством воды, обработать антисептиком в низкой концентрации (3% перекись водорода и т.п.) и обратиться за консультацией в медицинское учреждение. Использование концентрированных антисептиков (йод, спирт) не рекомендуется из-за их повреждающего воздействия на кожу и слизистые.

Если вы предполагаете, что могли быть в контакте с вирусом иммунодефицита человека при выполнении своих профессиональных обязанностей, в результате несчастного случая или незащищенного сексуального контакта – необходимо немедленно (лучше в течение 1-2 часов, но не позднее 48-72 часов) обратиться в медицинское учреждение по месту жительства или временного пребывания к врачу-инфекционисту. При его отсутствии к – любому другому врачу.

Вам помогут оценить риск инфицирования и при необходимости назначат курс антиретровирусных препаратов для его снижения.

Как снизить риск инфицирования ВИЧ?

- **Воздержание.** Этот способ полностью исключает половой путь передачи, но...
- **Верность одному половому партнеру.** Способ менее надежный, поскольку даже если партнеры верны друг другу, не исключено, что один из них

может быть инфицирован через кровь.

- **Правильное использование качественного презерватива** при каждом половом контакте (правила использования презерватива см. далее).

- **Отказ от наркотиков и алкоголя.** Хотя употребление алкоголя и инъекционных наркотиков непосредственно не связано с риском инфицирования ВИЧ, человек, находящийся под воздействием этих веществ, не способен в полной мере контролировать свои действия и склонен пренебрегать мерами защиты.

- **Использование индивидуальных и/или стерильных инструментов** для проведения медицинских манипуляций, маникюра, пирсинга, нанесения татуировок, бритья и т.д.

- **Соблюдение личной гигиены.**

- **Своевременное обследование и лечение ИППП.**

Когда презерватив надежно защищает от ВИЧ?

Многочисленные исследования подтверждают, презервативы являются высокоэффективным средством профилактики ВИЧ-инфекции. Но важно помнить, что только правильное использование презерватива при каждом половом контакте может защитить от ВИЧ.

При покупке презерватива важно обращать внимание на:

- срок годности

- упаковку (упаковка должна быть неповрежденной и непрозрачной). Если упаковка не повреждена, то при нажатии на нее можно почувствовать находящийся внутри воздух

- материал, из которого изготовлен презерватив (это должен быть латекс!).

Только латексный презерватив предохраняет от заражения ВИЧ.

Презервативы нельзя хранить под прямыми солнечными лучами, так как они разрушаются.

Правила использования презерватива:

Прежде, чем использовать презерватив, проверьте целостность упаковки.

Открывая презерватив, не пользуйтесь колющими и режущими предметами, зубами, ногтями, так как можно его повредить. На упаковке презерватива есть специально обозначенные места для отрыва.

Прежде чем открывать упаковку, необходимо сдвинуть презерватив в сторону, противоположную линии отрыва.

Затем презерватив нужно аккуратно выдавить из упаковки, чтобы не повредить о края.

Надевать презерватив нужно на половой член в возбужденном состоянии.

Прежде чем надевать презерватив, необходимо выдавить воздух из спермоприемника, сжав его двумя пальцами.

Презерватив нужно раскатать по всей длине полового члена до самого основания.

После полового акта презерватив необходимо стянуть с полового члена, придерживая его за спермоприемник и противоположный конец презерватива, завязать на узел и выбросить в мусорную корзину.

**ТЕЛЕФОНЫ «ГОРЯЧИХ ЛИНИЙ» В ОТДЕЛАХ ПРОФИЛАКТИКИ ВИЧ/СПИД
ОБЛАСТНЫХ ЦЕНТРОВ ГИГИЕНЫ, ЭПИДЕМИОЛОГИИ
И ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ**

г. Минск – тел. 227 48 25
г. Витебск – тел. 223 80 82
г. Гомель – тел. 74 71 40
г. Могилев – тел. 24 27 06, 27 08 26

**ПОЛУЧИТЬ КОНСУЛЬТАТИВНУЮ ПОМОЩЬ ПО ВОПРОСАМ ВИЧ/СПИД,
НАРКОМАНИИ, ИНФЕКЦИЙ, ПЕРЕДАВАЕМЫМ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ
ВЫ МОЖЕТЕ ПО СЛЕДУЮЩИМ АДРЕСАМ И ТЕЛЕФОНАМ:**

Минский городской наркологический диспансер:
ул. Гастелло, 16, тел. 203 56 98, 235 14 01;
Минский областной психоневрологический диспансер:
ул. Пономаренко, 5, тел. 251 41 70, 207 68 18;
Брестский областной наркологический диспансер:
ул. 17 сентября, 20, тел. 26 52 51;
Витебский областной психоневрологический диспансер:
ул. Гагарина, 10А, тел. 24 98 91, 24 66 90, 24 63 10;
Гомельский областной наркологический диспансер:
ул. Д. Бедного, 26, тел. 55 92 51, 55 96 32;
Гродненский областной наркологический диспансер:
пр-т Космонавтов, 60/6, тел. 75 67 48, 75 67 60;
Могилевский областной наркологический диспансер:
ул. Сурганова, 41, тел. 27 92 83.

**Республиканский центр гигиены, эпидемиологии
и общественного здоровья**

Отдел профилактики СПИД: Минск, ул. Ульяновская, 3, тел. 227 79 11, 227 18 38

**Областные центры гигиены, эпидемиологии
и общественного здоровья. Отделы профилактики СПИД:**

г. Брест, тел. 23 67 00;
г. Гомель, тел. 74 71 40;
г. Могилев, тел. 24 27 07;
г. Гродно, тел. 75 57 48, 75 54 14;
г. Витебск, тел. 21 00 21.
Минский городской кожно-венерологический диспансер:
ул. Прилукская, 46-а, тел. 270 91 14, 270 91 01;
Минский областной кожно-венерологический диспансер:
ул. П. Бровки, 7, тел. 233 97 04, 232 31 02;
Брестский областной кожно-венерологический диспансер:
ул. Медицинская, 5, д. Вычулки Брестской области, тел. 97 70 22;
Витебский областной кожно-венерологический диспансер:
ул. Б.Хмельницкого, 9, тел. 27 10 73, 37 38 62;
Гомельский областной кожно-венерологический диспансер:
ул. Медицинская, 10, тел. 45 88 97, 45 95 57;
Гродненский областной кожно-венерологический диспансер:
ул. Домбровского, 39А, тел. 39 02 94, 78 23 84;
Могилевский областной кожно-венерологический диспансер:
Ул. Сосновая, 4, тел. 42 89 61, 42



Вклад в наше будущее
Глобальный фонд
для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией

Министерство
здравоохранения
Республики
Беларусь



UN
DP

Беларусь