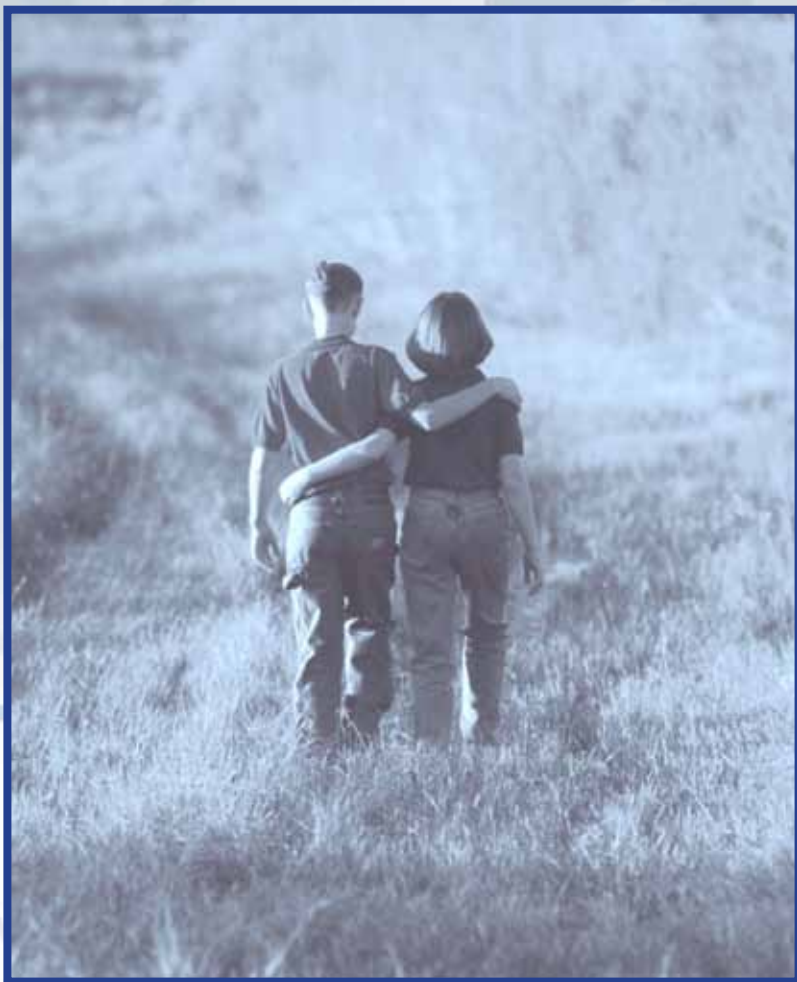


# **ВИЧ и СПИД – ВОПРОСЫ и ОТВЕТЫ**



**Институт Здоровья Семьи**

## Почему проблема ВИЧ и СПИД стала настолько серьезной?



### **ЭТО ВАЖНО!**

*Чтобы молодые люди могли защитить себя от ВИЧ-инфекции, им необходимо как можно больше знать о болезни и наиболее эффективных способах предотвращения заражения.*

Многие юноши и девушки ошибочно полагают, что с проблемой ВИЧ и СПИД могут столкнуться только гомосексуалисты, наркоманы или люди, ведущие беспорядочную половую жизнь. Это неверно. Эпидемия давно уже вышла за пределы групп риска и охватила буквально все слои населения.

Любой человек, вне зависимости от возраста, места проживания, образования или социального статуса, может заразиться ВИЧ. Особенно уязвима молодежь – более 80% всех зарегистрированных случаев ВИЧ-инфекции приходится на молодых людей в возрасте от 15 до 30 лет.

О масштабах распространения эпидемии ВИЧ свидетельствуют такие факты: в настоящее время на планете насчитывается около 60 миллионов человек, живущих с ВИЧ. В нашей стране официально зарегистрировано более 500 тысяч ВИЧ-инфицированных людей. Каждый час не менее шести россиян узнают о том, что инфицированы ВИЧ.

Эпидемия ВИЧ/СПИДа, охватившая все страны и континенты, уже унесла жизни более 25 миллионов людей. И эта цифра продолжает расти.

## Что такое ВИЧ и СПИД?

**ВИЧ – вирус иммунодефицита человека.** Попав в организм, он вызывает нарушение функций или разрушение иммунной системы организма.

**ВИЧ-инфекция – заболевание, которое возникает при заражении человека вирусом иммунодефицита.**

**СПИД – синдром приобретённого иммунного дефицита – последняя стадия ВИЧ-инфекции.**

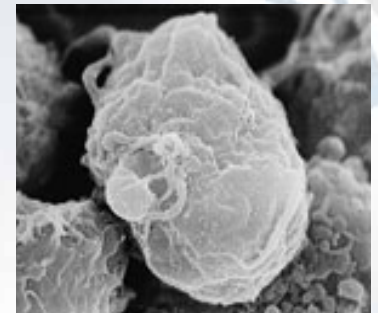
На стадии СПИДа защитные силы человека истощены настолько, что у него одновременно возникает несколько заболеваний – различные опухоли, туберкулез. Жизнь человека заканчивается тогда, когда организм уже не способен бороться с болезнями.

Попав в организм человека, ВИЧ остается там на всю жизнь. Коварство инфекции заключается в том, что люди в течение многих лет считают себя здоровыми, а вирус тем временем постепенно разрушает иммунную систему, лишая ее возможности противостоять болезням. Человек, не зная об инфекции, передает ее другим.

Человек, заразившийся ВИЧ, – не «больной СПИДом», а носитель вируса. Через сколько лет у него разовьется СПИД, зависит от многих факторов, главный из которых – приверженность к лечению, то есть строгое соблюдение правил приема лекарств в соответствии с рекомендациями врача.

### **ПОМНИТЕ:**

*можно заразиться ВИЧ, не подозревая этого; можно передать ВИЧ другим, не зная об этом. 9 из 10 инфицированных ВИЧ узнают о своем диагнозе при случайном медицинском обследовании*



*Фотография ВИЧ на клетке крови, сделанная с помощью электронного микроскопа*

## Как происходит заражение ВИЧ?



Пути передачи ВИЧ-инфекции от человека к человеку давно известны и хорошо изучены. В количестве, достаточном для заражения, вирус содержится в жидкостях организма:

- крови;
- влагалищных выделениях;
- сперме;
- грудном молоке.



А это значит, что **ВИЧ передается**:

- прямым попаданием в кровоток **при совместном использовании нестерильных игл и шприцев** в процессе употребления инъекционных наркотиков;
- **при переливании непроверенной на ВИЧ крови;**
- **при любых сексуальных контактах** с зараженным партнером без использования презерватива, включая оральный секс (особенно опасен он при наличии ранок в полости рта или кровоточивости десен);
- **от ВИЧ-инфицированной матери ребенку** во время беременности и родов (если не проводится профилактика противовирусными препаратами) или кормления грудью;
- **при использовании нестерильного медицинского инструментария**, в том числе для татуажа и пирсинга;

**Нельзя заразиться ВИЧ:**

- при рукопожатиях, объятиях, поцелуях;
- через слезы, пот, при кашле и чихании;
- при совместном приеме пищи;
- при пользовании общей посудой, полотенцами и постельным бельем;
- при посещении туалета, душа, бани, бассейна;
- при укусах насекомых и животных.

### **ВНИМАНИЕ!**

*Многие подростки считают, что «от одного раза ничего не будет». Это не так! Риск заразиться ВИЧ существует и при одном половом акте с инфицированным партнером, и при одной внутривенной инъекции наркотика зараженной иглой.*

## Можно ли защитить себя от ВИЧ-инфекции?

Защищать себя и своих близких от ВИЧ-инфекции можно и нужно. Для этого надо избегать ситуаций, при которых есть риск заражения. Соблюдайте **«законы самосохранения»**:

**Не торопитесь заниматься сексом!** Любовь – это не только секс. Даже если вы сильно влюблены и уверены в своем партнере, помните: при сексуальных контактах всегда есть риск заразиться ВИЧ или другой инфекцией, передаваемой половым путем. Выразить свои чувства и получить удовольствие помогут поцелуи, объятия, ласки.

Если вы решили, что секс вам нужен, **используйте презерватив!** Не стесняйтесь говорить своему другу или подруге о необходимости использования презерватива. Если вашу «вторую половину» не беспокоят возможные последствия незащищенного секса, подумайте: а нужна ли вам такая любовь? **Избегайте беспорядочных половых связей!** **Храните верность своему партнеру!**

**Не используйте наркотики!** Это единственный способ избежать заражения ВИЧ при их употреблении.

**При нанесении татуировки или пирсинге** обязательно следите за тем, чтобы мастер использовал **стерильный инструментарий!** Поинтересуйтесь, какие меры предосторожности принимаются для предупреждения заражения ВИЧ и другими инфекциями.

**Не попадайте под влияние, если вас пытаются убедить в обратном!**  
**Берегите здоровье и жизнь!**



### **СЛЕДУЕТ ПОМНИТЬ!**

*Использование презерватива при каждом половом акте на 95% снижает риск заражения ВИЧ, сифилисом, гонореей, гепатитом В и другими заболеваниями.*



## Как узнать, что у человека ВИЧ?



По внешним признакам определить ВИЧ невозможно. Симптомы заболевания могут не проявляться годами.

**Единственный способ узнать о заражении – сдать анализ крови (пройти тест) на ВИЧ.** Только тест позволяет выявить в крови человека антитела – специфические белки, которые борются с бактериями и вирусами, попавшими в организм. При этом следует знать: для точного диагноза одного теста будет недостаточно.

У вируса иммунодефицита человека есть важная особенность — его невозможно обнаружить в крови сразу после заражения. В первые два месяца после заражения тест на ВИЧ часто оказывается отрицательным – антитела к ВИЧ в крови не обнаруживаются, хотя человек уже способен заражать ВИЧ-инфекцией других. Это время называется «периодом окна». **Достоверные результаты теста при обследовании на ВИЧ можно будет получить в среднем через 3 месяца после заражения.**

Человеку, у которого есть вирус в крови, необходимо как можно раньше узнать об этом, чтобы вовремя получить лечение. Если у вас возникли опасения по поводу случайного полового контакта или сомнительной инъекции, **не стесняйтесь обратиться к врачу.**

### **СИГНАЛ ТРЕВОГИ**

*Обратитесь к врачу, если длительное время беспокоят:*

- снижение веса;*
- высокая температура тела;*
- жидкий стул;*
- кашель;*
- высыпания на коже;*
- высыпания, жжение и язвочки во рту.*

*Возможно, эти симптомы не связаны с ВИЧ, но лучше это проверить.*

## Как проходит обследование на ВИЧ?

Каждого пациента, решившего провериться на ВИЧ, врач или медсестра попросят подтвердить свое согласие на обследование, дадут полную информацию о ВИЧ-инфекции, а также о процедуре обследования. После этого возьмут кровь на анализ.

Любое обследование на ВИЧ **конфиденциально**. Это значит, что персональная информация (фамилия, имя, диагноз, адрес и т.п.) не разглашается, она известна только тем медицинским работникам, кто непосредственно оказывает медицинскую помощь. Разглашение этой информации является нарушением врачебной тайны.

При **анонимном тестировании** можно не сообщать своего имени, обследуемому присваивается номер, по которому можно узнать результат анализа на ВИЧ.

Если вы моложе 16 лет, при обследовании потребуются присутствие родителей и их согласие на проведение теста.

В некоторых клиниках результаты теста можно узнать в тот же день, в других - придется подождать около недели. Если тест покажет **отрицательный** результат – значит, антитела в крови отсутствуют. Если тест на ВИЧ окажется **положительным** – значит, выявлены антитела к ВИЧ. Это свидетельствует о ВИЧ-инфекции.



### **ВРАЧЕБНАЯ ТАЙНА**

*Медицинские работники, которым стало известно о ВИЧ-положительном статусе пациента, несут дисциплинарную, административную и уголовную ответственность за разглашение сведений, составляющих врачебную тайну.*

## Что делать, если обнаружен ВИЧ?

### **ЭТО ВАЖНО!**

*В настоящее время лечение ВИЧ-инфекции доступно всем без исключения.*

*Лечение ВИЧ-инфицированных людей осуществляется бесплатно.*

### **Цель лечения:**

*продлить жизнь инфицированного человека, поддержать его здоровье и работоспособность, обеспечить возможность семейной жизни и рождения здоровых детей.*

Если у человека обнаружен ВИЧ, ему следует обязательно сообщить об этом всем, с кем занимался сексом или пользовался одной иглой. Им тоже необходимо будет сдать анализ на ВИЧ. Конечно, сказать такое может быть очень сложно. Не каждый человек способен на такой поступок. Поэтому нередко врачи сами приглашают на прием тех, у кого был риск заразиться ВИЧ.

Не следует возмущаться и протестовать, если врач, попросит назвать имена, телефоны или адреса людей, с кем был половой контакт. Посягательство на личную жизнь здесь не при чем. Это делается для того, чтобы пригласить людей, у кого есть потенциальный риск заражения, для добровольного консультирования, обследования и, если потребуется, лечения.

**Лечащий врач обязательно расскажет пациенту о том, как дольше сохранить свое здоровье. Попросит сдать еще несколько анализов крови, если будет необходимо, назначит лекарства, которые следует принимать в строгом соответствии с его рекомендациями.**

## Как долго может прожить человек с ВИЧ?

Без лечения человек, зараженный ВИЧ, может прожить около 10 лет. За это время его организм окончательно теряет возможность сопротивляться болезням. Даже самое обычное заболевание для зараженного человека может стать смертельным.

Зачастую бывает трудно определить, когда человек заразился ВИЧ, поэтому промежуток времени между обнаружением ВИЧ-инфекции и развитием СПИДа у пациентов существенно различается.

И все же сегодня ВИЧ – это не смертный приговор. Грамотное лечение, своевременно назначенные противовирусные препараты, точная диагностика, неукоснительное соблюдение рекомендаций врача, ответственное отношение к собственному здоровью способны замедлить течение болезни и продлить жизнь на долгие годы.

**При этом следует помнить и избегать всего, что вредно для здоровья, — алкоголя, курения, наркотиков, некачественного питания, беспорядочных половых контактов. Все это способствует разрушению иммунной системы и существенно ухудшает течение заболевания.**



### **ЭТО ВАЖНО!**

*В настоящее время нет лекарств, способных уничтожить ВИЧ, и нет вакцины, способной предотвратить заражение.*



## **Трудно ли жить человеку с диагнозом ВИЧ?**



**1 декабря - Всемирный день борьбы со СПИДом**

*В этот день во всех странах мира традиционно проводятся просветительские акции и благотворительные концерты, звучат призывы к помощи ВИЧ-положительным людям.*

**Символ Всемирного дня борьбы со СПИДом – красная ленточка**

Для любого человека диагноз «ВИЧ-инфекция» – серьезное потрясение. Люди, пережившие это, говорят: «Шок, отчаяние и чувство страха проходят только со временем, наступает период принятия происшедшего. Не следует думать, что диагноз «ВИЧ» ставит крест на жизни. Жизнь продолжается, а какой она будет, во многом зависит от самого человека и его окружения».

В центре по профилактике и борьбе со СПИД окажут всю необходимую медицинскую и психологическую помощь. Сообщат контакты организаций, оказывающих поддержку людям, живущим с ВИЧ.

Бывает, что информация о заражении человека ВИЧ-инфекцией приводит к тому, что близкие отказываются от общения с ним, начинают опасаться за свое здоровье. Это связано с отсутствием у них знаний о ВИЧ-инфекции, бытующих мифах и заблуждениях об этом заболевании. Поэтому близким ВИЧ-положительного человека также будет полезно пообщаться со специалистом центра по профилактике и борьбе со СПИД, вместе сходить на прием к врачу.

**Главное, в чем нуждаются люди, живущие с ВИЧ, – это понимание и поддержка. Им важно знать, что кто-то рядом и готов помочь.**

## **Куда обратиться за помощью в Тюмени?**

Круглосуточный «телефон доверия» по проблеме ВИЧ и СПИД  
**8(3452) 44-42-48**

Тюменский областной Центр по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями:

ул. Комсомольская, 6.  
**8(3452)44-42-07**

ул. Новая, 2, 7 этаж.  
**8(3452) 34-39-50**

ул. Магнитогорская,  
**8(3452) 30-83-36**

# **ВИЧ и СПИД – ВОПРОСЫ и ОТВЕТЫ**

Буклет предназначен для информирования юношей и девушек 16 лет и старше о методах предупреждения заражения вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Он разработан Институтом здоровья семьи при поддержке Департамента здравоохранения, Департамента образования и науки и Центра по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями Тюменской области. Буклет протестирован в качественном исследовании методом фокус-группы. Буклет рецензирован Тюменским областным государственным институтом развития регионального образования.

Создание и тиражирование буклета осуществлено в рамках государственного контракта по проведению комплекса мероприятий, направленных на противодействие распространению ВИЧ-инфекции в Тюменской области, заключенного Департаментом здравоохранения Тюменской области с ИЗС в 2010 г.



*Любые предложения и замечания по поводу настоящего буклета просим высылать*

*в адрес Института Здоровья Семьи:*

*119049, Москва, ул. Коровий вал, дом 7, офис 175*

*Тел. (495) 937 3623*

*Факс (495) 937 3680*

*Адрес в Интернете [www.ifhealth.ru](http://www.ifhealth.ru)*



**Институт Здоровья Семьи**