

# *Это важно знать!*

## *1 декабря - Всемирный День борьбы со СПИД*

### *Профилактика СПИД*

Сейчас в России заражено ВИЧ более миллиона человек (в мире – около 40 миллионов, в Смоленской области – более 3400 человек), при этом большое число инфицированных это молодые люди в возрасте до 30 лет, свыше 8000 – это дети до 15 лет. В подростковом и молодом возрасте трудно поверить, что тебе может угрожать смертельная болезнь. Да и вообще, когда человек молод, ему кажется, что с ним ничего не может случиться, он ещё ни за кого не в ответе и чувство самосохранения напрочь отсутствует. Детям кажется, что болеют и умирают только старые люди. Но со СПИД всё иначе. СПИД – это смертельная болезнь, с которой приходится сейчас сталкиваться миллионам людей разных возрастов во всём мире. Поэтому очень важно знать, как избежать заражения, чтобы оградить себя и своих близких от многих серьёзных проблем сейчас и в будущем.

### *Заразиться можно:*

- При сексуальных контактах без презерватива. Вирус может передаваться при разных формах сексуальных контактов как разнополых, так и однополых партнёров.
- Через кровь. Чаще всего сейчас этот путь реализуется при внутривенном введении наркотиков, когда используются общие шприцы и иглы.
- ВИЧ может передаваться от инфицированной матери ребёнку во время беременности, при родах и во время кормления грудью.

### *СПИД и ВИЧ*

**СПИД** – синдром приобретённого иммунодефицита. Синдром – это набор определённых проявлений болезни – симптомов. **СПИД** развивается у людей, заразившихся **ВИЧ** – инфекцией, и является конечной стадией этой болезни. **ВИЧ** – вирус иммунодефицита человека, он поражает разные клетки организма человека, в первую очередь – иммунной системы. Люди, заражённые **ВИЧ**, называются «**ВИЧ – инфицированными**». С момента заражения **ВИЧ** до развития **СПИД** может пройти от 5

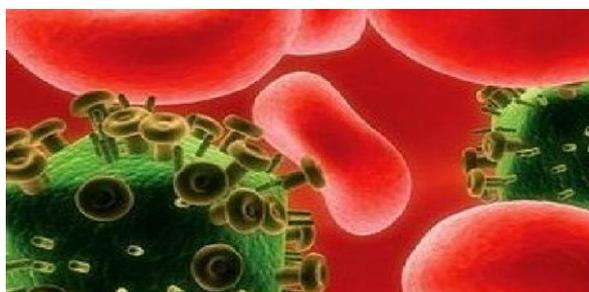
до 15 лет. Пока **ВИЧ** – инфекция не перешла в стадию **СПИД**, инфицированный человек может чувствовать себя хорошо, выглядеть здоровым и даже не подозревать, что заражён. Только сдав специальный анализ можно определить, что человек заражён.

Независимо от давности заражения инфицированный человек может передавать ВИЧ другим людям.



## *Как происходит заражение ВИЧ*

ВИЧ – передаётся только через определённые жидкости организма. Это:



- *Кровь*
- *Вагинальный секрет*
- *Сперма*
- *Грудное молоко*

Основной механизм передачи вируса – кровоконтактный.

Пути передачи - естественные и искусственные.

К естественным путям передачи относятся:

- **половой** - от инфицированного человека половому партнёру (от мужчины - женщине, от женщины - мужчине, от мужчины - мужчине);
- **вертикальный** - от инфицированной матери к ребёнку, через плаценту при внутриутробном питании плода, в процессе родов и грудного вскармливания.

**Искусственный путь передачи** – парентеральный – через повреждённую кожу или слизистые оболочки при лечебно – диагностирующих манипуляциях (переливание крови и её препаратов, трансплантация органов и тканей, инъекции, операции, эндоскопические процедуры и т.д.), при искусственном оплодотворении, при внутривенном введении наркотиков, при выполнении татуировок и обрядовых манипуляций.

**Запомните! Для любых инъекций следует пользоваться только одноразовым шприцем, при нанесении татуировок или при проведении маникюра и педикюра нужно быть уверенным, что инструменты тщательно обработаны и**

*стерильны, а лучше всего для маникюра иметь индивидуальный набор инструментов.*

## ***ВИЧ не передаётся при обычных бытовых контактах:***

- при рукопожатиях, объятиях, дружеских поцелуях, при пользовании общей посудой, туалетом, бассейном, баней, постельным бельём;
- при разговоре, кашле, чихании;
- через пот и слёзы;
- через продукты питания и воду;
- при укусах насекомых.

## ***Как можно себя защитить от ВИЧ?***

Самый лучший и надёжный способ обезопасить себя от заражения ВИЧ – инфекции это:

- иметь одного надёжного и проверенного полового партнёра;
- отказаться от беспорядочных половых связей, но если это невозможно, то всегда нужно помнить о защите. Презерватив, способен защитить вас не только от ВИЧ – инфекции, но и от массы других не менее опасных заболеваний.
- отказаться от употребления наркотиков, и знайте, они убьют Вас раньше чем ВИЧ.

## ***Как диагностируется ВИЧ?***

Так как ВИЧ – инфекция может протекать бессимптомно, а проявляющиеся симптомы являются общими для многих заболеваний, основными методами диагностики данного заболевания являются лабораторные методы. В настоящее время наиболее широко используют методы, направленные на обнаружение антител к ВИЧ в крови заражённого человека, которые вырабатываются организмом в ответ на присутствие в организме вируса.

*Любой сомневающийся человек может провериться на ВИЧ-носительство в кабинете добровольного (анонимного) обследования на СПИД. Такие кабинеты работают во всех областных городах. Дополнительные сведения по различным вопросам ВИЧ/СПИД можно получить на сайте Смоленского центра СПИД:*

**[www.spidsm.net](http://www.spidsm.net)**

***и в ОГБУЗ «Смоленский центр профилактики и борьбы со СПИД»***

*АДРЕС:  
214006, г. Смоленск, ул. Фрунзе, д. 40  
Тел. 8(4812) 27-10-35*

***Все специалисты мира сходятся во мнении, что самым важным средством борьбы с ВИЧ является***

***ПРОФИЛАКТИКА!*** Не стоит только считать такой путь самым лёгким способом борьбы с эпидемией СПИД. Именно потому он и труден, что вместо приёма лекарств, предусматривает добровольный отказ от излишеств и вредных привычек, организацию здорового образа жизни и, прежде всего, гигиену половой жизни.

Таким образом, основной мерой предупреждения СПИД должно служить негативное отношение и неприятие половой распущенности и случайных незащищённых половых связей.

***Верная супружеская жизнь – идеальный рецепт от полового заражения ВИЧ.***

***Каждый здравомыслящий человек всегда должен помнить, что его здоровье находится, прежде всего, в его собственных руках. Так живите, сами и дайте жить другим!***

Кабинет медицинской профилактики 2017г.