

Общее число зарегистрированных ВИЧ-больных среди граждан России по данным за март 2017 года составило 1 103 150 человек, из них 869 998 живёт с ВИЧ (по данным формы мониторинга Роспотребнадзора «Сведения о мероприятиях по профилактике ВИЧ-инфекции, гепатитов В и С, выявлению и лечению больных ВИЧ»).

Как и другие заболевания, вирус иммунодефицита человека лучше предупредить, чем потом лечить. Ведь на данный момент, к сожалению, не изобретено лекарство от этой болезни, позволяющее излечиться полностью. Поэтому важно знать все существующие способы и основные меры профилактики заражения ВИЧ-инфекцией.

ВИЧ-инфекция: пути передачи и меры профилактики у населения

Известные способы заражения:

1. Попадание крови инфицированного человека в кровь здорового.
2. Незащищенный половой контакт.
3. От зараженной матери младенцу (внутри утробы, во время родов или грудного кормления).

Первый путь передачи распространен больше среди работников медицинской сферы, т.к. они большую часть времени контактируют с кровью пациентов.

Стоит отметить, что под незащищенным сексом подразумеваются также анальный и оральный виды полового контакта. При этом риску заражения больше подвержены женщины, чем мужчины, потому что в женский организм попадает большое количество семенной жидкости с концентрированным содержанием вирусных клеток.

При передаче ВИЧ от матери ребенку плод заражается примерно на 8-10 неделе беременности. Если инфицирования так и не произошло, очень велика вероятность заражения во время родов из-за соприкосновения крови матери и младенца.

Методы профилактики ВИЧ-инфицирования:

1. **Информационные сообщения.** Чем чаще в СМИ будут звучать предупреждения о риске заражения, тем больше об этом будут задумываться люди, особенно молодежь. Особые усилия следует направить на пропаганду здорового образа жизни и межполовых отношений, отказа от наркотиков.
2. **Барьерная контрацепция.** На сегодняшний день презерватив обеспечивает более 90% защиты от попадания генитальных жидкостей в тело человека. Поэтому следует всегда иметь при себе барьерные средства контрацепции.
3. **Стерилизация.** Инфицированным женщинам не рекомендуется иметь детей, так как риск передачи вируса младенцу очень высок и врачи не всегда могут спасти его от заражения. Поэтому желательно, чтобы женщина с ВИЧ сознательно пошла на такой серьезный шаг и отказалась от возможности продолжать род.

Профилактика профессионального заражения ВИЧ у медработников

Врачи и медсестры, а также лабораторные работники неизбежно контактируют с биологическими жидкостями пациентов (лимфа, кровь, генитальные выделения и другие). Особенно актуальна профилактика ВИЧ-инфекции в хирургии и стоматологии, т.к. в этих отделениях происходит наибольшее количество операций и повышен риск заражения.

Предпринимаемые меры:

- максимально безопасно оборудовать рабочее место при работе с пробами крови, инструментами;
- использовать удобные и тщательно продезинфицированные медицинские приспособления;
- работать только в одноразовых резиновых перчатках;
- при появлении на коже ран, ссадин или язв заклеивать поврежденные места лейкопластырем;
- пользоваться спецодеждой и другими средствами индивидуальной защиты;
- грязное белье и отходы с биологическими жидкостями сортировать в специальном



- помещении, надев халат, перчатки и маску;
- при возникновении ситуаций, несущих опасность заражения (порез, прокол перчатки, попадание крови на слизистые и т.д.) нужно выдавить кровь из ранки и обработать пораженные ткани антисептическим раствором;
 - если риск передачи заболевания сильно повышен, проводится постконтактная профилактика ВИЧ-инфекции. Она подразумевает прием антиретровирусных препаратов, которые применяются для лечения ВИЧ. Такую профилактику следует начать в первые 24 часа после возможного инфицирования, и не позднее, чем спустя 72 часа. Принимать медикаменты необходимо в течение 4-х недель.

Профилактика от заражения ВИЧ инфекции

Предотвратить заражение иммунодефицитом намного легче, чем поддерживать жизнь после выявления болезни. Действенной вакцины, которая полностью излечивает больного, не изобретено. Профилактика ВИЧ становится основной линией всех учреждений здравоохранения, образования и социальной сферы. Санитарное просвещение, особенно школьников и студентов, неотъемлемая часть работы всех субъектов системы профилактики. Эпидемиология ВИЧ инфекции с каждым годом становится информативнее. Ученые-медики стремятся передать эти знания, чтобы предотвращение распространения инфекции было более эффективным.

Способы предотвращения ВИЧ заражения

Профилактика ВИЧ, в первую очередь, направлена на информирование людей о способах передачи инфекции и мерах предосторожности. Каждый человек должен иметь представление о том, как предохраняться от СПИДА.

ВИЧ: КАК СДЕЛАТЬ ТАК, ЧТОБЫ ЕГО НЕ БЫЛО

ПОМНИТЕ О ПУТЯХ ПЕРЕДАЧИ:

- ЧЕРЕЗ КРОВЬ
- ОТ МАТЕРИ РЕБЕНКУ
- ПРИ НЕЗАЩИЩЕННОМ СЕКСУАЛЬНОМ КОНТАКТЕ

СОБЛЮДАЙТЕ ВАЖНЕЙШИЕ МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ ВИЧ:

- сохраняйте верность партнеру и не допускайте случайных половых связей
- всегда используйте презерватив
- откажитесь от употребления наркотиков
- не наносите татуировок, не делайте пирсинга вне специализированных учреждений
- пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены

РЕГУЛЯРНО ПРОХОДИТЕ ТЕСТИРОВАНИЕ НА ВИЧ

Где? В любом учреждении здравоохранения по месту жительства, в кабинетах психосоциального консультирования и Центрах профилактики и борьбы со СПИДом.

Когда? Важно пройти тестирование, если:
– у вас в жизни были ситуации, когда повышен риск заражения ВИЧ;
– вы планируете иметь детей или уже беременны.

Важно! Эксперты рекомендуют регулярно проходить тестирование каждому из нас. Желательно делать это ежегодно.

Как? Тестирование на ВИЧ проводится бесплатно и при желании анонимно.

СПИД ЦЕНТР

Пути передачи ВИЧ инфекции изучены и широко распространены:

- Распространенным способом передачи вируса является секс. **После незащищенного акта** интимной близости риск заражения вирусом возрастает в разы. Таким же последствиям подвержен здоровый партнер при анальном и **оральном сексе**.
- ВИЧ может передаваться через медицинские инструменты, иглы и **маникюрные инструменты**. Не обращайтесь в непроверенные и малоизвестные салоны тату. Все инструменты, контактирующие с кровью, должны быть подвержены обработке. Не стоит стесняться просить мастера обработать специальным раствором приборы, которые способны контактировать с кожей и нанести травмы. Если клетки вируса иммунодефицита человека попали на инструмент мастера, то при несоблюдении правил обязательно попадут в организм здорового клиента.
- Инфицированные лица могут непреднамеренно распространить вирус. Будьте настороже.

Первые признаки заражения не проявляются достаточно долго. Сохранить свое здоровье – задача каждого человека.

Первичная профилактика

Первичная профилактика СПИДа заключается в информировании. Сексуальная культура и основы правильного полового поведения предотвращают распространение вируса. Все мероприятия, принимаемые по профилактике ВИЧ инфекции, направлены на здоровье каждого человека в отдельности.

Доконтактная профилактика ВИЧ инфекции заключается в приеме препаратов лицом, не имеющим вирус в организме. Такие лекарства позволяют существенно снизить риск заражения.

НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ ВАКЦИНА ИЛИ ПРИВИВКА, КОТОРЫЕ ЗАЩИЩАЛИ БЫ ОТ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ, НЕ СОЗДАНЫ. ЧТОБЫ ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ЗАРАЖЕНИЯ, ВАЖНО СОБЛЮДАТЬ ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА:

- ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПРЕЗЕРВАТИВ ПРИ КАЖДОМ ПОЛОВОМ КОНТАКТЕ
- ВОЗДЕРЖИВАТЬСЯ ОТ ПОЛОВЫХ КОНТАКТОВ (БЕЗ ПРЕЗЕРВАТИВА)
- НИКОГДА НЕ УПОТРЕБЛЯТЬ ИНЪЕКЦИОННЫЕ НАРКОТИКИ

ВСЕ ВОЗРАСТНЫЕ ГРУППЫ ПОДВЕРЖЕНЫ ЗАРАЖЕНИЮ

200 СЛУЧАЕВ ЗАРАЖЕНИЯ ЕЖЕДНЕВНО

БОЛЕЕ **40%** СЛУЧАЕВ ЗАРАЖЕНИЯ ПРОИСХОДИТ ПОЛОВОМ ПУТЕМ

ВИЧ В РОССИИ

СЕГОДНЯ ВИЧ-ИНФЕКЦИЯ — ЭТО ХРОНИЧЕСКОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ, Т.К. ЛЕЧЕНИЕ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ И НЕ ДАЕТ ВИРУСУ РАЗВИВАТЬСЯ.

ВАЖНО ОТМЕТИТЬ! БРАК И ПОСТОЯННЫЕ ОТНОШЕНИЯ ЗАЩИЩАЮТ ОТ ЗАРАЖЕНИЯ ВИЧ ТОЛЬКО ЕСЛИ ОБА ПАРТНЕРА ПРОШЛИ ТЕСТИРОВАНИЕ НА ВИЧ И ХРАНЯТ ВЕРНОСТЬ ДРУГ ДРУГУ.

ЗАЧЕМ СДАВАТЬ ТЕСТ НА ВИЧ-ИНФЕКЦИЮ?

НЕЗНАНИЕ ВИЧ-СТАТУСА ПАРТНЕРА УВЕЛИЧИВАЕТ РИСК ЗАРАЖЕНИЯ

КОМУ НЕОБХОДИМО СДАТЬ АНАЛИЗЫ?

ЛЮБОМУ ЧЕЛОВЕКУ, КОТОРЫЙ ХОТЯ БЫ РАЗ В ЖИЗНИ ВСТУПАЛ В ПОЛОВОЙ КОНТАКТ БЕЗ ПРЕЗЕРВАТИВА ИЛИ ИМЕЛ ОПЫТ УПОТРЕБЛЕНИЯ ИНЪЕКЦИОННЫХ НАРКОТИКОВ.

ОПРЕДЕЛИТЬ НАЛИЧИЕ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ ПО ВНЕШНИМ ПРИЗНАКАМ НЕВОЗМОЖНО. ТЕСТ НА ВИЧ — ЕДИНСТВЕННЫЙ ДОСТОВЕРНЫЙ СПОСОБ УЗНАТЬ, ЕСТЬ ВИРУС В КРОВИ ИЛИ НЕТ.

ТЕСТ ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО СДАТЬ ТЕМ ПАРАМ, КОТОРЫЕ РЕШИЛИ НАЧАТЬ ИНТИМНУЮ ЖИЗНЬ, ИЛИ — РЕШИЛИ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ПРЕЗЕРВАТИВА.

ТЕСТ ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО СДАТЬ ПРИ ПЛАНИРОВАНИИ БЕРЕМЕННОСТИ. ТОЛЬКО ЭТО ПОЗВОЛЯЕТ ЗАЩИТИТЬ БУДУЩЕГО РЕБЕНКА ОТ ЗАРАЖЕНИЯ.

ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ЗАРАЖЕН ВИЧ-ИНФЕКЦИЕЙ, ОЧЕНЬ ВАЖНО НАЧАТЬ ЛЕЧЕНИЕ СВОЕВРЕМЕННО. ЛЕЧЕНИЕ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ В РОССИИ БЕСПЛАТНО.

БЕСПЛАТНЫЙ ТЕСТ НА ВИЧ-ИНФЕКЦИЮ

Цель первичной профилактики — создать такие условия, при которых попадание вируса в организм человека будет максимально затруднено. Информирование о группе риска школьников и студентов способствует осознанию степени ответственности перед самим собой. Особенно важна в этом роль старших наставников. Молодежь подвержена соблазнам больших городов, таких как развлекательные и увеселительные заведения. Зачастую в них практикуется **незащищенные половые акты** и возможность попробовать психотропные вещества.

***Напоминаем!** Вирус ВИЧ находится практически во всех биологических жидкостях организма. Велика концентрация в сперме и слизистых женских половых органов.*

Использование презерватива не дает полной гарантии от заражения при контакте с ВИЧ-положительным партнером. Однако **защищенный половой акт** существенно снижает возможность проникновения частиц вируса в здоровый организм. Нередко в клубной жизни молодого человека встречается партнер, у которого протекает инкубационный период ВИЧ. При постоянной ночной жизни, сдача крови на анализ не входит в расписание таких людей. Поэтому узнать о своем статусе возможно уже будет поздно. При этом человек не может назвать точного количества партнеров, с которыми он ступал в половые отношения.

*Чтобы избежать негативных для здоровья последствий всегда используйте **средство индивидуальной защиты**.*

*Верным способом профилактики ВИЧ-инфекции становится отказ от **незащищенного секса с малознакомым человеком**.*

Пробуя легкие психотропные препараты, человек подвергает себя заблуждению, что в любой момент он сможет остановиться и прекратить прием наркотиков. Это не так. На

находятся в группе риска. Препараты сложны в схеме приема. Многие препараты имеют широкий спектр побочных явлений, что требует их прием только под надзором врача.

Беременность является стресс-фактором для организма. Организм перестраивается так, чтобы сохранить плод. Беременные женщины обязаны несколько раз сдать кровь на анализ. Возможно, партнер был инфицирован и не знал об этом. Тогда у женщины вирус обнаружит себя при повторном анализе. Если выявлен ВИЧ, то по наступлению времени родов будет применено кесарево сечение. Это позволит снизить риск передачи инфекции от матери к ребенку. В дальнейшем высокоактивная терапия новорожденного позволит блокировать вирус в его организме.

Третичная ступень защиты населения.

Третичная профилактика направлена на мотивирование уже инфицированного населения на медицинское сопровождение и антиретровирусной терапии. Подтверждение диагноза не повод поддаваться панике. Меры профилактики ВИЧ инфекции на данном этапе сводятся к поддержке пациентов, которые проходят курс терапии. Медикаментозное вмешательство снижает риск возникновения вторичных заболеваний и уменьшает вирусную нагрузку на организм. Важна и психологическая поддержка тех людей, которым недавно поставили неутешительный диагноз. Неспецифическая профилактика позволит донести нужную и важную информацию для самого больного и людей из ближайшего окружения. Жизнь пациентов не сводится к ограничению его жизненной активности. Меняется ее характер. Важно донести до пациента, что отсутствие медицинской помощи приводит к развитию синдрома приобретенного иммунодефицита. Посещение СПИД-центров позволит вовремя и верно оценить вирусную нагрузку. Это позволит скорректировать антиретровирусную терапию.

Роль государства в борьбе с ВИЧ инфекцией.

Главная роль в профилактике ВИЧ инфекции принадлежит государству. В нашей стране существует государственная программа профилактики ВИЧ инфекции. Она поддерживается всеми средствами массовой информации. Регулярно по городам России ездят специальные **мобильные лаборатории, в которых анонимно и быстро определяют ваш ВИЧ статус.** В учреждениях здравоохранения распространяются буклеты и листовки, рассказывающие о способах заражения ВИЧ.

Помимо перечисленного в задачи государства входит и борьба с наркотрафиком. Это напрямую связано с распространением ВИЧ инфекции.

Борьба с проституцией нацелена не только на поддержку моральной стороны развития гражданина. Многочисленные партнеры женщин легкого поведения не всегда распространяются о наличии у себя половых и вирусных заболеваний – поэтому риск заражения велик. Отсутствие контакта с представительницами древней профессии существенно облегчит жизнь мужчине.

Сдать анализ и проверить себя на ВИЧ, можно в больнице «ГБУЗ №4 г. Миасс».