

## Бояться не нужно. Нужно знать!



Несмотря на то, что ситуация в отношении ВИЧ-инфекции сегодня изменилась в лучшую сторону: **существуют эффективные методы диагностики и лечения**, благодаря чему болезнь можно выявить на ранней стадии и не допустить ее пагубного воздействия на организм. **Однако СПИД по-прежнему остается угрозой для общественного здравоохранения.** По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), за время своего существования **СПИД унес около 40 миллионов жизней во всем мире.** По данным Юнейдс общемировое число людей, живущих с **ВИЧ**, в 2021 г. составило 38,4 млн. человек, **число новых случаев инфицирования ВИЧ** в 2021 г. составило 1, 5 млн. человек, **число людей, умерших от связанных со СПИДом болезней** в 2021 г., составило 650 тыс. человек. По данным государственного доклада «О состоянии санитарно-эпидемиологического благополучия населения в Российской Федерации в 2021 году», было зарегистрировано 61 098 новых случаев болезни, вызванной вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).

**Что нужно знать о ВИЧ/СПИД, чтобы защитить себя? ВИЧ-инфекция** (вирус иммунодефицита человека) - это неизлечимое инфекционное заболевание, поражающее клетки иммунной системы (CD4+ и Т-лимфоциты), что приводит к ее ослаблению и повышает вероятность развития таких заболеваний, как туберкулез, др. инфекционных болезней и некоторых видов онкологических заболеваний. Источник инфекции - больной человек в любой стадии болезни. **СПИД** - это конечная стадия ВИЧ - инфекции. С момента заражения ВИЧ до развития СПИДа может пройти в среднем от 2 до 15 лет. ВИЧ содержится во всех биологических жидкостях человеческого организма. Однако достаточное для инфицирования количество ВИЧ может содержаться только в крови, сперме, предэякуляте, вагинальном секрете и грудном молоке, соответственно **инфекция передается:** при незащищенном половом акте, через кровь, использовании заражённых игл, а также вертикальным путем – от ВИЧ-инфицированной женщины ребенку во время беременности, родов и кормления грудью. **Вопреки распространенным страхам ВИЧ не передается** при рукопожатиях и объятиях, кашле и чихании, пользовании общей посудой и столовыми приборами, полотенцами, постельным бельем, туалетами и ванными комнатами, плавании в бассейнах и водоемах, в общественных местах, через укусы животных и насекомых, пот и слезы. **На сегодняшний день лекарства, излечивающего от ВИЧ-инфекции, нет.** Однако, **благодаря эффективному лечению антиретровирусными препаратами (АРВ),** вирус можно контролировать и предотвращать его передачу другим людям, таким образом качество и продолжительность жизни ВИЧ - положительных людей ничем не отличается от ВИЧ - отрицательных. **Самый лучший и надежный способ обезопасить себя от заражения ВИЧ/СПИДом – это избегать беспорядочных половых связей, при половом контакте пользоваться качественными презервативами, использовать одноразовый/стерильный инструментарий при медицинских и косметологических манипуляциях (не пользоваться многоразовыми иглами, чернильницами при нанесении татуировки), а также ведение здорового образа жизни! Не употреблять алкоголь и наркотики. Они снижают критическую оценку, что может послужить причиной рискованного поведения!** ВИЧ-инфекция долгое время может протекать бессимптомно, поэтому важно знать свой ВИЧ-статус. Тестирование на ВИЧ можно пройти совершенно бесплатно и по желанию анонимно, сдать кровь можно в поликлиниках по месту жительства, Центрах по профилактике и борьбе со СПИД или др. медицинских учреждениях. **Необходимо помнить, что человек заражается ВИЧ в результате своих безответственных действий и необдуманных поступков. А потому, пока не поздно, стоит задать себе вопрос: «А всё ли я делаю для того, чтобы защитить себя и окружающих от ВИЧ?»**

Филиал ФБУЗ «ЦГиЭ в РО» в г. Ростове-на-Дону

