

## Как снизить риск заражения

### При употреблении наркотиков

Как уже сказано, чаще всего вирус попадает в организм при совместном или повторном использовании игл и/или шприцев, а также другого инъекционного инструментария, поэтому инъекционный способ употребления наркотиков является наиболее опасным из всех возможных. Самое разумное – прекратить употреблять наркотики. Если это невозможно, лучше не колоться. Если ты все-таки вводишь наркотики в вену или мышцу, используй каждый раз одноразовый инструментарий.

Если и это невозможно, то пользуйся только своими шприцами и иглами, фильтрами, водой и посудой для приготовления растворов. Если возможности пользоваться только своими шприцами и иглами нет, то перед использованием их необходимо дезинфицировать: промыть холодной водой, а затем кипятить (стеклянные) не менее 15 минут, промывать 70%-ным спиртом или 5%-ной хлоркой.

### При половых контактах

При половом контакте с ВИЧ-инфицированным партнером без использования презерватива имеется риск заражения ВИЧ! Для заражения иногда достаточно одного сексуального контакта с ВИЧ-инфицированным партнером. Поэтому при сексуальных контактах с партнером с неизвестным ВИЧ-статусом или инфицированным ВИЧ рекомендуем всегда пользоваться презервативами, они являются защитой от заражения не только ВИЧ-инфекцией, но и венерическими болезнями.



Материалы разработаны по заказу Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека Открытым Институтом Здоровья в рамках «Приоритетного национального проекта в сфере здравоохранения» в 2007 году.

# ВИЧ СПИД

Риск заражения

## Что такое ВИЧ, СПИД?

ВИЧ – это сокращенное название вируса иммунодефицита человека.

**В** Вирус – это микроорганизм, который может размножаться только внутри клеток живого организма.  
**И** Иммунодефицит – это нарушение нормальной работы иммунной (защитной) системы организма, приводящее к тому, что организм теряет способность эффективно бороться с некоторыми заболеваниями.  
**Ч** Человека – этот вирус поражает только людей.

**С** Синдром – это ряд признаков и симптомов, отличающих отдельные заболевания и состояния (страдающий от СПИДа может иметь широкий спектр различных заболеваний и сопутствующих инфекций).  
**П** Приобретенный – т. е. не врожденный, а полученный в течение жизни.  
**И** Иммуно- – т. е. относящийся к иммунной системе человека, которая обеспечивает защиту от различных болезнетворных бактерий, вирусов и грибков.  
**Д** Дефицит – т. е. недостаток чего-либо.

**ЛЖВ** – люди, зараженные ВИЧ, называются «ВИЧ-положительными», «ВИЧ-инфицированными», «людьми, живущими с ВИЧ».

Итак, ВИЧ – это вирус, который заражает людей, а СПИД – это болезнь, которая может развиваться у ВИЧ-положительного.



## Как ВИЧ передается?

Существуют только три пути передачи ВИЧ-инфекции:

Половой путь – незащищенный (т. е. без презерватива) оральный, вагинальный и анальный секс.

Парентеральный путь – через зараженную кровь. Это происходит при попадании зараженной ВИЧ крови в организм человека, чаще всего это случается при использовании нестерильных инструментов для инъекций наркотиков.

Вертикальный путь – передача ВИЧ от матери ребенку. ВИЧ-положительная мать может передать вирус своему ребенку во время беременности, во время родов и при кормлении младенца грудным молоком.

### **ВИЧ-инфекция не передается**

контактно-бытовым путем при:

- поцелуях,
- рукопожатиях,
- коллективных занятиях спортом,
- пользовании общей посудой, столовыми приборами, полотенцами,
- укусах насекомых.

В слюне, слезной жидкости и моче концентрация вируса невысока, поэтому заражение через эти биологические жидкости также невозможно.

## Как определить заражен человек ВИЧ или нет?

В начале заболевания человек не ощущает никаких признаков болезни. Поэтому если ты когда-либо употреблял наркотики, имел незащищенный секс, если тебе безразлично твое здоровье и здоровье твоих близких, то тебе необходимо пройти тестирование на ВИЧ.

На анализ берется небольшое количество крови из вены.

Анализ поможет определить наличие антител к вирусу. Антитела – это белки плазмы крови, которые организм вырабатывает в ответ на проникновение чужеродного вещества – вируса.

Тест на антитела к ВИЧ можно сдать в Центрах профилактики и борьбы со СПИД и других медицинских учреждениях. Тестирование на ВИЧ не займет у тебя много времени. Оно проводится бесплатно, конфиденциально (о результате будешь знать только ты и лечащий врач в центре СПИД) или анонимно (в этом случае не нужно называть имя).

### **Серонегативное окно**

Нет смысла делать тест на ВИЧ сразу же после контакта, связанного с риском инфицирования. С момента заражения ВИЧ до появления антител (при наличии которых ставится диагноз ВИЧ-инфекция) должно пройти время (чаще всего три месяца).

В этот период особенно необходимо соблюдать меры предосторожности при внутривенном употреблении наркотиков и при половых контактах, чтобы избежать возможного инфицирования (если ты еще не заразился), а также исключить риск инфицирования других людей, если вирус уже попал в твой организм.

## Лечение ВИЧ-инфекции

При отсутствии лечения у большинства ВИЧ-положительных людей состояние здоровья рано или поздно начинает ухудшаться. С каждым годом вирус все интенсивнее ослабляет иммунную систему человека, что приводит к развитию различных заболеваний, которые еще называют вторичными заболеваниями — пневмоцистная пневмония, тяжелые формы туберкулеза, грибковые инфекции (кандидоз), саркома Капоши, некоторые виды рака, а также другие заболевания.

Препараты, которые используют для лечения ВИЧ-инфекции, называют антиретровирусными (АРВ), а само лечение ВИЧ-инфекции этими препаратами — антиретровирусной терапией (АРВТ). Для лечения ВИЧ-инфекции используют три и более АРВ-препарата. Такое лечение носит название высокоактивной антиретровирусной терапии (ВААРТ).

ВААРТ не уничтожает вирус, но очень эффективно препятствует его проникновению в клетки человека и размножению внутри клеток, воздействуя на три основные стадии жизненного цикла ВИЧ:

- препятствует процессу соединения вируса с иммунной клеткой человека (CD4).
- препятствует проникновению вируса вовнутрь клетки (в ДНК).
- препятствует процессу воспроизводства (репликации) вируса внутри клетки.

Тем самым уменьшается количество вирусов в организме или, другими словами, снижается вирусная нагрузка. Чем больше в организме здоровых иммунных клеток, тем меньше ВИЧ, тем эффективнее иммунная система защищает организм от других болезней, и тем лучше чувствует себя человек.

Воздействие на несколько этапов размножения вируса объясняет необходимость приема не менее трех АРВ-препаратов. С их помощью можно полностью остановить размножение ВИЧ.

Необходимо помнить, что лечение ВИЧ-инфекции начинают не тогда, когда она выявлена, а тогда, когда есть показания, которые определяют лечащий врач. Следует помнить, что с началом терапии лекарства нужно принимать постоянно, поскольку перерывы могут негативно отразиться на состоянии иммунной системы и ее возможности в дальнейшем реагировать на лечение.

Особенно важно вовремя обратиться к врачам ВИЧ-положительным женщинам, готовящимся стать матерями. Если ты будешь регулярно принимать назначенные специальные медицинские препараты (профилактическую АРВТ), риск передачи вируса ребенку снизится до 2% и менее!

В России препараты ВААРТ успешно принимает большое число ВИЧ-положительных людей, в том числе и те, кто употребляет (или когда-либо употреблял) наркотики.

Главное то, что встав на учет в центр СПИД по ВИЧ-инфекции, ты сможешь бесплатно получать лечение, которое существенно улучшит твое здоровье.