

СПИД - основная информация



Многие люди думают, что ВИЧ и СПИД - это одно и то же. Это не так. Вирус Иммунодефицита Человека (ВИЧ) известен с начала 80-х годов XX столетия. К настоящему времени определена его природа и структура, исследованы пути передачи и жизнеспособность вируса.

Когда человек заражается ВИЧ, вирус начинает разрушать иммунную систему, которая отвечает за защиту организма перед болезнями. Этот процесс не виден.

Человек, живущий с ВИЧ, может выглядеть и чувствовать себя хорошо на протяжении многих лет и даже не знать, что он инфицирован. Затем иммунная система слабеет, и человек становится уязвим для болезней, многих из которых обычно можно избежать.

Обнаружить ВИЧ в организме можно примерно через 25 дней - три месяца после заражения при помощи специального анализа крови, который выявляет антитела к вирусу. Этот период после заражения и до появления антител к ВИЧ в крови называется "периодом окна".

Человек, живущий с ВИЧ, со временем может начать болеть чаще, чем обычно. Диагноз СПИД (Синдром Приобретенного Иммунодефицита) обычно ставится спустя несколько лет после заражения ВИЧ, когда у человека развиваются одно или несколько очень серьезных заболеваний.

Таким образом, ВИЧ и СПИД - не одно и то же. ВИЧ - это вирус, который подавляет иммунную систему, а СПИД - это комплекс заболеваний, которые возникают у человека с ВИЧ на фоне низкого иммунитета.

Единственный способ выяснить присутствие ВИЧ в организме - сдать специальный анализ крови на ВИЧ.

Как же избежать заражения ВИЧ? В каких ситуациях существует вероятность заражения, и какие контакты с людьми, живущими с ВИЧ/СПИДом (ЛЖВС), безопасны?



Существует несколько путей заражения ВИЧ инфекцией:

- незащищенный (без презерватива) проникающий половой акт;
- совместное использование шприцев, игл и другого инъекционного инструментария;
- использование нестерильного инструментария для татуировок и пирсинга;
- использование чужих бритвенных принадлежностей, зубных щеток с видимыми остатками крови;

- передача вируса от ВИЧ-позитивной матери ребенку - во время беременности, родов и при кормлении грудью.

Таким образом, ВИЧ передается через кровь, сперму, влагалищные выделения и материнское молоко, но не через другие жидкости организма (такие как слюна, пот, слезы, моча и фекалии).



Употребляя алкоголь и наркотики, вы тоже рискуете

Употребление наркотиков может пагубно сказаться на вашем здоровье.

Самым опасным является инъекционное употребление наркотиков: именно так можно заразиться ВИЧ, вирусами [гепатитов В и С](#) и другими инфекционными заболеваниями. Инфекции могут попасть в кровь при совместном использовании инъекционного инструментария: через чужой шприц или иглу, а также через другой инструментарий для инъекций (фильтры, воду и посуду для приготовления растворов).

Очень высокий риск инъекционного заражения несут в себе растворы наркотиков, при приготовлении которых была использована кровь, так как она может содержать возбудителей опасных заболеваний.

Необходимо помнить, что алкоголь - это тоже наркотик, под его воздействием человек часто теряет контроль над ситуацией, что может привести к совершению необдуманных и рискованных поступков.

ВИЧ и СПИД вызывают страх и беспокойство, которые часто оказываются преувеличенными. Люди боятся заразиться ВИЧ при обычном бытовом контакте. На самом деле эти страхи необоснованны, и обычный контакт с людьми, живущими с ВИЧ/СПИДом, абсолютно безопасен. Все пути передачи ВИЧ хорошо исследованы и научно доказаны.

ВИЧ не передается:

- при рукопожатии или объятиях;
- через пот или слезы;
- при кашле и чихании;
- при использовании общей посуды или постельного белья;
- при использовании общих ванны и унитаза;
- при совместных занятиях спортом;
- при пребывании в одном помещении;
- в общественном транспорте;
- через животных или при укусах насекомых;
- при поцелуе / через слюну,

так как концентрации вируса в слюне недостаточно для инфицирования. За всю историю изучения ВИЧ/СПИДа не было зафиксировано ни одного случая заражения этим способом.

Затронув эту тему, нельзя не упомянуть о *людях, живущих с ВИЧ и СПИДом*. Не стоит забывать о том, какую важную роль играет для них поддержка общества и тех, кто находится рядом с ними.



Разные люди испытывают очень разные чувства в ситуациях, связанных с ВИЧ/СПИДом. Для кого-то это достаточно отвлекенная тема, и таких людей в основном интересует, насколько распространен и заразен вирус. Для других это разговоры и слухи, которые витают в кругу их общения, о малознакомых людях. А для кого-то это очень серьезный и насущный вопрос, потому что эта проблема коснулась близких: друга, коллегу, родственника или просто хорошего знакомого.

Есть некоторые моменты, объединяющие переживания всех людей, которым довелось общаться с людьми с ВИЧ/СПИДом. Сначала многие боятся заразиться сами. Это обычная ситуация: такой страх чаще всего вызван тем, что люди не знают о путях передачи ВИЧ. Как правило, вовремя полученная достоверная информация помогает преодолеть этот страх. Многие чувствуют себя легче, видя, как другие люди запросто и без опаски общаются с человеком, живущим с ВИЧ/СПИДом. Также бывает полезно поговорить с врачом, которому вы доверяете: профессионал сможет подтвердить или опровергнуть прочитанное в книгах или узнанное из средств массовой информации.

Некоторые говорят, что тревожные чувства при общении с ЛЖВС сродни неудобству, возникающему в незнакомом окружении: не знаешь, как себя вести, как пойти на контакт; о чем можно говорить, а о чем не следует; что может оскорбить или задеть человека. Однако в действительности общение с людьми, живущими с ВИЧ/СПИДом, не отличается от обычного общения с другими: главное, быть самим собой.

Если вы пока не можете принять своего знакомого или коллегу, живущего с ВИЧ/СПИДом, просто постарайтесь не причинять ему лишней боли осуждением и непониманием. Попробуйте получить как можно больше достоверной информации по этому вопросу и основывайте свои решения не на слухах и домыслах, а на реальных фактах.