

AIDS

ВИЧ-инфекция и СПИД



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development

Что такое ВИЧ и что такое СПИД?

ВИЧ – (вирус иммунодефицита человека, *human immunodeficiency virus*) – это вирус, который снижает способность человеческого организма защищаться от болезней и вызывает СПИД – синдром хронического иммунодефицита (*AIDS – acquired immunodeficiency syndrome*). Из-за нанесенного вирусом вреда иммунной системе человек становится крайне восприимчивым к различным инфекционным заболеваниям, в том числе и к тем, которыми обычно болеют редко. Могут также начать развиваться редко встречающиеся опухоли.

СПИД – это конечная фаза ВИЧ-инфекции. СПИД не является отдельной болезнью, а проявляется в форме различных редко встречающихся инфекционных заболеваний и/или злокачественных опухолей. Хотя с момента инфицирования ВИЧ до развития фазы СПИД могут пройти десятки лет и даже более, вирус не исчезает из организма и постепенно ослабляет иммунную систему человека. Зараженный человек долгое время может хорошо себя чувствовать, но при этом он все время является инфекционно опасным.

Как распространяется ВИЧ?

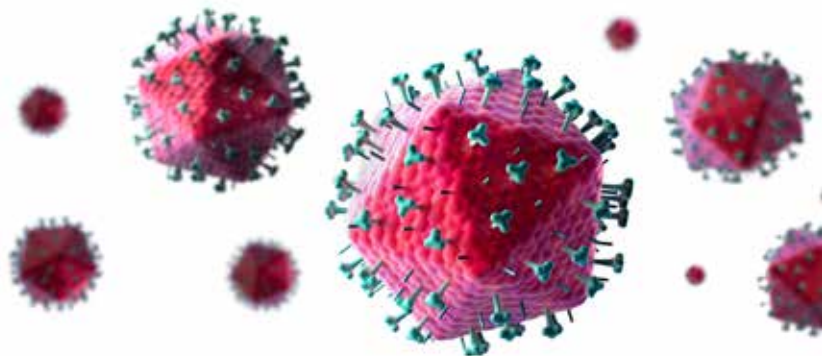
ВИЧ распространяется тремя основными способами:

- **Половым путем.** Незащищенный (без презерватива) секс с инфицированным человеком как при гомо-, так и при гетеросексуальных контактах – один из самых распространенных в мире путей заражения ВИЧ. Особенно велик риск при незащищенном вагинальном и анальном сексе. Долгое время оральный секс считался безопасным в плане ВИЧ, однако

многочисленные современные исследования показали, что получить инфекцию можно и таким путем.

- **Через кровь.** Вторым распространенный путь заражения ВИЧ – использование игл и шприцов, которыми ранее пользовались другие люди. ВИЧ можно заразиться также через колотые или рваные раны и в других ситуациях, когда в кровообращение неинфицированного человека попадает только что соприкоснувшийся с зараженным человеком острый инструмент или выделения организма ВИЧ-инфицированного человека. Особенно рискуют люди, которые вводят наркотики использованными другими людьми шприцами или иглами. Очень опасно делиться и другими приспособлениями для инъекций (например, пользоваться общим фильтром или заполнять шприц из общей емкости, а также использовать нестерильные предметы для нанесения татуировок и пирсинга).
- **От матери ребенку во время беременности, родов и кормления грудью.**

ВИЧ может настичь твоего лучшего друга, ребенка или спутника жизни. ВИЧ-инфицированным может быть и кто-то из твоих коллег или соседей. ВИЧ не спрашивает ни образования, ни доход человека, не зависит от пола, национальности или сексуальной ориентации. ВИЧ угрожает прежде всего тем людям, которые ведут незащищенную половую жизнь или употребляют инъекционные наркотики.



Как ВИЧ не распространяется?

ВИЧ не передается при разговоре, пении, кашле или чихании. Вирус не способен жить во внешней среде и очень быстро погибает при комнатной температуре. Вирус жизнеспособен только в человеческом организме. Невозможно заразиться ВИЧ в быту, общественном транспорте, занимаясь повседневными делами на работе или в школе. ВИЧ не передается при использовании общей одежды, полотенца, туалета или посуды. Нет вероятности заражения ВИЧ при рукопожатии, объятиях или поглаживаниях. ВИЧ не распространяется через воду или укусы насекомых: не нужно бояться плавания в общем бассейне или укуса комара. ВИЧ не передается через слюну: страстный поцелуй с языком с ВИЧ-инфицированным человеком безопасен, если на деснах и слизистой оболочке рта обоих партнеров нет ранок.

Вирус ВИЧ не передается бытовым путем.



Как выявить ВИЧ-инфекцию?

Наличие вируса ВИЧ в организме человека можно определить, исследуя его кровь. В ходе тестирования ищут входящие в состав вируса белки и борющиеся с ВИЧ антитела, которые производит организм, если он инфицирован ВИЧ. Для получения достоверного результата с момента заражения должно пройти от 2 до 4 недель. Анализ крови для тестирования на ВИЧ можно сдать во всех медицинских учреждениях, кабинетах тестирования и консультирования по ВИЧ и молодежных консультационных кабинетах по всей Эстонии. В консультационных кабинетах по ВИЧ тестирование вместе с консультацией занимает примерно 15 минут, услуга бесплатная и проводится анонимно. Как правило, человек узнает результаты своего теста в течение трех рабочих дней. При экспресс-тестировании ответ можно получить сразу, однако в этом случае с момента инфицирования должно пройти 10–12 недель, так как экспресс-тест определяет только наличие антител к ВИЧ. В случае положительного результата экспресс-тест перепроверяют с помощью анализа венозной крови.



Где можно сдать тест на ВИЧ?

- в кабинетах тестирования и консультирования по ВИЧ – анонимно и бесплатно;
- в молодежных консультационных центрах – бесплатно для людей в возрасте до 24 лет независимо от наличия медицинской страховки;
- у семейных врачей и врачей-специалистов.



Жизнь с ВИЧ

Наличие ВИЧ еще не означает, что человек болен. Вирус может годами жить в организме человека, не проявляя при этом каких-либо симптомов. Течение болезни во многом зависит от общего состояния здоровья человека и его образа жизни. Чем крепче организм и чем больше человек заботится о своем здоровье, тем дольше времени займет развитие стадии СПИДа. Поэтому крайне важно вести здоровый образ жизни.

Решение о необходимости лечения принимает врач-инфекционист, поэтому необходимо обязательно посещать врача в назначенное время. ВИЧ-инфицированным пациентам назначается антиретровирусное (АРВ) лечение. Время начала лечения зависит как от самочувствия человека, так и от показателей анализа крови. Лечение замедляет размножение вируса и препятствует уничтожению иммунной системы. В Эстонии советуют начать лечение сразу после диагностирования ВИЧ. Таким образом лечение может повысить ослабленную сопротивляемость организма.

Результатом лечения является падение числа клеток вируса в организме человека до такого уровня, что вирус больше не выявляется в лабораторных условиях. К сожалению, современные препараты не способны полностью избавить организм человека от вируса, однако они значительно уменьшают его влияние, продлевают пациентам жизнь и отдалают возникновение других инфекционных болезней. Вовремя начав лечение и сохраняя здоровый образ жизни, можно оставаться здоровым долгое время. Лечение также снижает эпидемиологическую опасность организма и вероятность передачи вируса партнеру.

Своевременное лечение ВИЧ обеспечивает долгие годы полноценной жизни.

Антиретровирусное лечение бесплатно для всех людей с ВИЧ, включая людей без медицинской страховки.

Как себя защитить?

- **Безопасный секс** защитит тебя и твоего партнера. Не допускай попадания спермы, крови или влагалищной жидкости в свой организм во время орального, вагинального или анального секса. Для этого всегда пользуйтесь защитными средствами: презервативами и/или защитной пленкой. Противозачаточные таблетки, пластырь, вагинальный колпачок или внутриматочная спираль конечно помогают избежать нежелательной беременности, но абсолютно не защищают от инфекций, передающихся половым путем. Прерванный половой акт не защищает ни от ВИЧ и других инфекций, передающихся половым путем, ни от нежелательной беременности.
- Если твой партнер когда-то употреблял инъекционные наркотики или у него было несколько сексуальных партнеров, то есть вероятность, что он может быть заражен ВИЧ. Также если заметишь на половых органах партнера подозрительную сыпь, ранки или выделения, то от секса с ним лучше воздержаться. Помни, что у многих инфекций, передаваемых половым путем, видимые симптомы могут совсем отсутствовать. Человек может выглядеть абсолютно

здоровым, но быть при этом носителем ВИЧ или другой инфекции, передающейся половым путем.

- Если ты нашел партнера, с которым решите заниматься сексом без презерватива, то можете вместе пройти тестирование на ВИЧ и другие распространенные инфекции, передающиеся половым путем, чтобы быть уверенными в безопасности друг друга. Для исключения ВИЧ следует все-таки пользоваться презервативом в течение месяца после



первого тестирования, и лишь после повторного теста, в зависимости от его результата, можно отказаться от использования презерватива.

- **Избегай алкоголя и наркотиков!** В алкогольном или наркотическом опьянении человек легче вступает в случайные половые контакты, во время которых использование презерватива часто кажется неважным.
- **Не употребляй инъекционные наркотики. Если ты не можешь без наркотиков, то пользуйся только стерильным шприцем.** Шприц, игла или другие приспособления для инъекций, использованные до этого другим человеком, очень опасны в отношении ВИЧ и других передающихся через кровь инфекций, (например гепатиты В и С). Никогда не вводи себе наркотики шприцем, которым кто-то пользовался до тебя!
- **Передачи ВИЧ-инфекции от матери ребенку можно избежать!** Если будущая мама будет во время беременности принимать антиретровирусное лечение, то можно снизить риск инфицирования новорожденного до 75%. К тому же ребенка нельзя кормить молоком ВИЧ-инфицированной матери. При необходимости новорожденные также получают антиретровирусное лечение. При выполнении всех этих мер безопасности риск инфицирования ребенка снижается до 1–2%.

Если человек, зараженный ВИЧ как следует лечится, то есть уровень вируса в его организме остается низким, а также ВСЕГДА использует презерватив во время полового контакта, то можно быть почти на 100 процентов уверенным, что инфекция не распространится дальше.

ВИЧ не спрашивает образования или доход человека, не зависит от пола, национальности или сексуальной ориентации. ВИЧ угрожает прежде всего тем людям, которые ведут незащищенную половую жизнь или употребляют инъекционные наркотики.



Более подробная информация:
www.hiv.ee

