

## **Что важно знать о мерах профилактики ВИЧ –инфекции!**

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) поражает клетки иммунной системы, которые помогают организму бороться с инфекциями. Однажды попав в организм человека, он остается там пожизненно, что может привести к СПИДу.

Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) — это термин, применяемый к самым последним стадиям ВИЧ-инфекции. Для СПИДа характерно появление каких-либо «оппортунистических инфекций», которые получили такое название из-за того, что пользуются ослабленным состоянием иммунной системы.

Источником ВИЧ-инфекции являются больные люди и вирусоносители.

ВИЧ содержится в биологических жидкостях (кровь, сперма, вагинальный секрет, грудное молоко) организма инфицированных людей и может передаваться следующими путями:

- половым (при незащищенном половом контакте с ВИЧ –инфицированным или больным СПИДом);
- парентеральным (в т.ч. при повторном использовании игл для пирсинга, при нанесении татуировки, татуажа и других процедур, связанных с иглами; при совместном использовании игл, шприцев, других приспособлений для инъекций);
- вертикальным (от ВИЧ-инфицированной матери ребенку в течение беременности, при родах или во время кормления грудью).

Преимущественным путем передачи является половой путь. Так, на протяжении 5 лет в среднем 67,7% составлял половой, а 26,7% парентеральный пути.

**Чтобы не заразиться ВИЧ нужно вести здоровый образ жизни, это главное правило!**

**Основные меры профилактики заключаются в следующем:**

- избегать беспорядочных и случайных половых связей, воздержание от половых контактов до вступления в брак или выбора постоянного партнера;
- отказ от употребления инъекционных наркотиков;
- отказ от употребления любых наркотиков, так как они повышают риск заражения ВИЧ;
- использование только стерильных медицинских инструментов при нарушении целостности кожных и слизистых покровов (например, при прокалывании ушей, пирсинге, татуировках);
- отказ от пользования чужими бритвенными принадлежностями, зубными щетками и другими предметами, которые могут повредить кожу или слизистую.

**Важно помнить, что профилактика ВИЧ – это ответственность каждого человека. Требуется только контролировать свои поступки, и быть внимательным к своему здоровью. Жизнь прекрасна! Стоит ли рисковать собой? Стоит ли рисковать здоровьем родных и близких, подставляя под удар тех, кто рядом?**

## ЧТО ТАКОЕ ВИЧ?

### Вирус Иммунодефицита Человека.

Если организм здорового человека благодаря иммунитету сопротивляется болезням и легко побеждает многие из них, то у человека, зараженного ВИЧ, иммунитет резко снижается, и на этом фоне организму трудно справиться даже с самой обычной болезнью.

## ЧТО ТАКОЕ СПИД?

Синдром Приобретенного Иммунодефицита - финальная стадия ВИЧ-инфекции, на которой любая болезнь может представлять смертельную опасность для человека.

### ВИЧ ПЕРЕДАЕТСЯ:

- при половых контактах с зараженным партнером без использования презерватива;
- при использовании общих с зараженным человеком шприца, иглы или раствора для инъекции;
- при переливании зараженной крови;
- от ВИЧ-инфицированной матери ребенку во время беременности, родов и грудного вскармливания.

### ПОЧЕМУ?

Потому что кровь, лимфа, сперма, вагинальный секрет - это биологические жидкости, которые содержат ВИЧ в достаточном для заражения количестве.

### ПОМНИ:

Под воздействием алкоголя или наркотиков человек теряет контроль над собой и над ситуацией, а значит, риск заражения резко возрастает.

**ВИЧ - ЭТО ПРОБЛЕМА, КОТОРАЯ НЕ ДОЛЖНА РАЗОБЩАТЬ ЛЮДЕЙ!**

## КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ ВИЧ-ИНФЕКЦИЯ

Симптомы ВИЧ-инфицирования мало чем отличаются от симптомов обычной простуды. Через несколько недель после заражения у человека повышается температура, увеличиваются лимфатические узлы, появляются боль в горле, красные пятна на теле, понос. Однако эти симптомы вскоре исчезают, а иногда и вовсе не проявляются.

### ТОЛЬКО АНАЛИЗ КРОВИ МОЖЕТ ПОКАЗАТЬ, ИНФИЦИРОВАН ЧЕЛОВЕК ИЛИ НЕТ

### ВИЧ НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ:

- при прикосновении и рукопожатии;
- при поцелуе;
- при массаже;
- при питье из одного стакана;
- при пользовании общей одеждой и постельным бельем;
- при пользовании общим туалетом.



## ПОЧЕМУ?

Потому что слезы, слюна, пот, моча, рвотные массы - это биологические жидкости, которые содержат ВИЧ в недостаточном для заражения количестве.

### ЭТО ЗНАЧИТ

Что если среди твоих близких и друзей оказался ВИЧ-инфицированный, - не отворачивайся от него. Будь с ним деликатен, но не стесняйся поговорить о его проблеме. Ему очень нужна твоя поддержка!

### ТЫ ПОСТУПАЕШЬ ПРАВИЛЬНО, ЕСЛИ:

- ответственно подходишь к принятию решения о начале своей сексуальной жизни;
- верен своему партнеру;
- при сексуальном контакте пользуешься презервативом, а когда тебе предлагают незащищенный секс, не теряешь голову и выбираешь здоровье;
- не употребляешь наркотики;
- в случае необходимости пользуешься только одноразовыми шприцами и иглами, а также стерильными растворами для инъекций;
- требуешь использования стерильных инструментов при обслуживании в поликлинике или салоне красоты.

**НИКОГДА И НИ ПРИ КАКИХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАХ НЕ ЗАБЫВАЙ О ТОМ, ЧТО ЕДИНСТВЕННЫЙ «РИСКОВЫЙ» СЛУЧАЙ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ РОКОВЫМ!**

# ПРОФИЛАКТИКА ВИЧ-инфекции

ЕДИНСТВЕННЫЙ СПОСОБ НЕ ЗАБОЛЕТЬ ВИЧ – инфекцией – ЭТО ПРЕДОХРАНИТЬ СЕБЯ ОТ ВОЗМОЖНОСТИ ЗАРАЖЕНИЯ