

Профилактика ВИЧ – инфекции и пропаганда здорового образа жизни



СПИД – вирусная инфекция человека, сопровождающаяся глубокими нарушениями иммунной системы организма, который оказывается беззащитным перед болезнетворными микробами. Проникнув в организм человека, вирус поражает иммунную систему, которая в результате поражения ослабевает до такой степени, что обычный насморк может привести к серьезным последствиям. СПИД – это завершающая стадия хронической инфекции, вызываемой вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).

Заражение может произойти:

1. При незащищенном половом контакте, даже если он был единственным. Риск заражения возрастает у людей:

- имеющих многочисленные половые связи, особенно случайные или с малознакомыми партнерами;
- уже болеющих венерическими заболеваниями, что облегчает проникновение ВИЧ.

2. При переливании зараженной крови или через загрязненные кровью инструменты, в том числе при инъекциях, что характерно для наркоманов, употребляющих наркотики внутривенно.

3. Возможна передача вируса от матери ребенку во время беременности, в процессе родов, при грудном вскармливании ребенка.

Нельзя заразиться ВИЧ через:

- пот, слюну, слезы, кашель;
- рукопожатия, объятия, поцелуи (если не повреждены слизистые оболочки рта и ротовой полости);

- укусы насекомых;
- общую посуду и пищу,
- общие вещи: деньги, книги, клавиатуру компьютера, бытовые предметы;
- воду (при пользовании общим бассейном, ванной, душем, туалетом).

Профилактика СПИДа:

- избегать беспорядочных и случайных половых связей;
- при любом половом контакте пользоваться презервативом высокого качества (при правильном использовании защита от заражения ВИЧ-инфекцией на 98 %);
- отказаться от употребления наркотических веществ;
- подвергать обработке, в т.ч. с использованием дезинфицирующих средств многоразовые инструменты для маникюра/педикюра/пирсинга/татуажа;
- при попадании чужой крови на раневую поверхность необходимо промыть рану проточной водой, обработать 3 % раствором перекиси водорода или спиртосодержащим раствором (70 %), после обработки закрыть рану пластырем;
- при попадании крови на слизистую глаза промыть глаза водой и закапать глазными каплями, обладающими слезоотделительным и дезинфицирующим эффектом (например, 20 % раствором альбуцида);
- при попадании крови на слизистую оболочку полости рта — прополоскать рот 70 % этиловым спиртом;
- для оказания первой медицинской помощи при кровотечениях необходимо использовать резиновые перчатки и защищать открытые участки кожи и слизистые глаз от попадания крови, любые загрязнения кровью должны рассматриваться как потенциально опасные;
- согласно действующему законодательству каждой беременной женщине необходимо пройти обследование на ВИЧ-инфекцию. При обнаружении вируса в организме ей для профилактики внутриутробного инфицирования назначают специальные лекарственные препараты.

Помните! На сегодняшний день специфических мер профилактики и радикальных методов лечения ВИЧ-инфекции нет. Человек заражается ВИЧ в результате своих безответственных действий и поступков.



Что нужно знать о ВИЧ и СПИДе



Что такое ВИЧ и СПИД?

ВИЧ — это вирус, который приводит к повреждению иммунной системы организма. А иммунная система, как известно, защищает организм от различных инфекций. Когда иммунная система работает плохо, человек не может бороться со многими серьезными заболеваниями.

О людях с ВИЧ говорят, что у них СПИД, когда их иммунная система значительно повреждена и их организм не может сопротивляться даже самым простым болезням.

Как проявляется ВИЧ?

Пока развиваются симптомы, могут пройти годы, поэтому многие люди просто не знают, что у них ВИЧ. И все это время они способны, не осознавая этого, передавать вирус другим людям. Большинство зараженных ВИЧ выглядят вполне здоровыми, поэтому вы не можете сказать, просто глядя на человека, есть у него эта инфекция или нет. Анализ крови — это единственный достоверный способ диагностирования ВИЧ.

Как распространяется ВИЧ?

ВИЧ может передаваться следующими способами:

- через незащищенный половой акт с человеком, который имеет ВИЧ, причем независимо от пола — мужчины и женщины распространяют вирус одинаково;
- через контакт с кровью ВИЧ-инфицированного человека — при использовании одного шприца или иглы, или любого другого колющего предмета содержащего кровь;
- ребенок может инфицироваться от матери во время беременности, родов, при грудном вскармливании.

Как ВИЧ не передается?

Вирусом нельзя заразиться:

- поздоровавшись или обнявшись с человеком с ВИЧ;
- сидя рядом или играя с человеком с ВИЧ;
- употребляя пищу, приготовленную человеком с ВИЧ;
- используя стаканы, посуду или тарелки совместно с человеком с ВИЧ;
- совместно с человеком с ВИЧ используя ванную или плавая в бассейне.
- через: воздух; укусы насекомых (в том числе укусы комаров); системы при сдаче крови.





ВИЧ - вирус иммунодефицита человека. ВИЧ поражает защитную систему организма - человек становится ВИЧ-инфицированным.

Носители ВИЧ могут даже не подозревать, что инфицированы, и передать вирус другим людям практически сразу с момента инфицирования. Большинство людей - носителей ВИЧ **выглядят здоровыми и чувствуют себя хорошо** в течение продолжительного времени после заражения (иногда до 10 лет). **СПИД** является следствием воздействия ВИЧ на организм человека. СПИД развивается у людей с ВИЧ, когда иммунная система разрушена.

Обнаружить ВИЧ в организме можно примерно **через 3-6 месяцев** после заражения только с помощью специального анализа крови.



1 **Половым** - при сексуальных контактах без презерватива - через сперму и влагалищные выделения.

2 **Через кровь** - при попадании в организм инфицированной крови - при использовании нестерильных игл и шприцев при введении наркотиков, нестерильных инструментов для пирсинга и татуажа, при совместном с ВИЧ-инфицированным использовании бритв и бритвенных лезвий.

3 **От матери к ребенку** - во время беременности, при прохождении через родовые пути, при кормлении грудью.

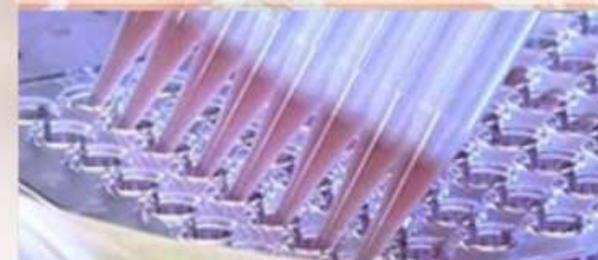


Принято считать СПИД болезнью социальной, ее распространение определяется отношениями между людьми в обществе.



ВИЧ не передается:

- Через слезы, слюну, пот, мочу, при кашле;
- Через укусы насекомых;
- Через бытовые предметы, посуду, одежду, пищу;
- При пользовании общим туалетом, баней, душем, бассейном;
- В транспорте, при рукопожатии, разговоре.



В России в настоящее время стандартной процедурой лабораторной диагностики ВИЧ-инфекции является обнаружение антител к ВИЧ с последующим подтверждением их в реакции иммунного блотинга.

ВИЧ/СПИД – ЧТО ЭТО?

ВИЧ-инфекция – это неизлечимое инфекционное заболевание, вызываемое вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).

СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита) – последняя стадия ВИЧ-инфекции, которая развивается в среднем через 10-12 лет после заражения и сопровождается разрушением иммунной системы.

Если инфицированный ВИЧ не прошел тестирование на ВИЧ, то он не начинает своевременно получать антиретровирусную терапию и неизбежно погибает от СПИД.

В России более **800 тысяч человек** живут с ВИЧ, более **200 тысяч** больных умерли.

Эти 5 ШАГОВ помогут ТЕБЕ защитить себя:

- 1. УЗНАЙ**, как передается ВИЧ!
- 2. ВЫБЕРИ** безопасное поведение и **СЛЕДУЙ** выбранной позиции!
- 3. ПРОЙДИ** тестирование на ВИЧ
- 4. Поговори** со своим партнёром!
- 5. БЕРЕГИ СЕБЯ** соблюдай правила безопасного сексуального поведения



1. УЗНАЙ как передается ВИЧ!

- ✓ Через кровь: чаще всего при употреблении наркотиков, но может передаваться так же при использовании нестерильного медицинского инструментария, переливании компонентов крови, нанесении татуировок зараженным инструментом, использовании чужих бритвенных и маникюрных принадлежностей.
- ✓ При сексе без презерватива. Даже один - единственный контакт может привести к заражению.
- ✓ От матери к ребенку во время беременности, при родах и кормлении грудным молоком.

ДРУГИХ ПУТЕЙ ПЕРЕДАЧИ ВИЧ НЕ СУЩЕСТВУЕТ
ЗНАЙ: ВИЧ НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ БЫТОВЫМ ПУТЕМ!

2. ВЫБЕРИ безопасное поведение и СЛЕДУЙ выбранной позиции!

- ✓ Когда ты будешь знать, что безопасно, а что нет, - придет время выбирать.
- ✓ Многие люди не защищают себя, потому что считают, что ВИЧ их не коснется.
- ✓ Поверь, более 800 тысяч ВИЧ-инфицированных, живущих в России, до заражения думали также.
- ✓ Займись собой. Ты заслуживаешь того, чтобы быть здоровым. Прими решение, как ты будешь защищаться от ВИЧ.
- ✓ Поделись с близкими и родителями. Обсуди ВИЧ-инфекцию с друзьями, которым ты доверяешь.
- ✓ Будь последователен. Чтобы остановить ВИЧ-инфекцию, ты должен вести себя безопасно в любой ситуации. Пообещай это себе. Даже если все вокруг рискуют заразиться.

СЛЕДУЙ выбранной позиции

Ты выбираешь следующее:

- ✓ Быть верным одному сексуальному партнеру, который, в свою очередь должен быть верным тебе.
- ✓ Всегда использовать презерватив при сексуальном контакте, если точно не знаешь ВИЧ-статус партнера. Это не символ «легкомысленности», а знак ответственного отношения к себе.
- ✓ Никогда не употреблять наркотики!



3. ПРОЙДИ тестирование на ВИЧ!

- ✓ Узнать, есть ли у человека ВИЧ, можно только одним способом – пройти тестирование на ВИЧ. Определить по внешнему виду, инфицирован человек или нет, невозможно.
- ✓ Пройди тест на ВИЧ до сексуального контакта. Попроси своего партнера сделать то же самое.
- ✓ Тестирование на ВИЧ можно пройти совершенно бесплатно и по желанию анонимно. Сдать кровь на ВИЧ можно в поликлинике по месту жительства, Центрах по профилактике и борьбе со СПИД или других медицинских учреждениях.



4. Поговори со своим партнером!

- ✓ Разговор о ВИЧ позволит тебе и твоему партнеру поделиться друг с другом важной информацией. В первую очередь задай вопросы самому себе. Что ты сам знаешь о ВИЧ и как ты относишься к проблеме ВИЧ-инфекции?
- ✓ Выбери удобное время и место. Подумай, о чём ты будешь говорить.
- ✓ Поделись информацией о ВИЧ. Убедись, что ты и твой партнёр знаете, как ВИЧ передается. Поддержите друг друга в решении выбрать безопасное поведение.
- ✓ Будь откровенен. Если у тебя ВИЧ или ты подозреваешь его наличие, скажи об этом партнеру до сексуального контакта.
- ✓ Спроси своего партнера, прошел ли он тест на ВИЧ. Вы можете принять решение пройти его вместе.
- ✓ Зайди на сайт: <http://o-spide.ru/> и узнай о ВИЧ-инфекции.

5. БЕРЕГИ СЕБЯ - соблюдай правила безопасного сексуального поведения!

- ✓ Дорожи отношениями с близким человеком.
- ✓ Заботься о своем здоровье и здоровье своих близких.



ОСТАНОВИМ СПИД ВМЕСТЕ!

НАЧНИ О СЕБЯ – ЖИВИ БЕЗОПАСНО!

ЗДОРОВЬЕ КАЖДОГО В СОБСТВЕННЫХ РУКАХ!

НИКТО НЕ ПОЗАБОТИТСЯ О ТЕБЕ ЛУЧШЕ, ЧЕМ ТЫ САМ!

Всероссийская акция
«СТОП ВИЧ/СПИД»

#СТОПВИЧСПИД

www.стопвичспид.рф



**5 ШАГОВ,
ЧТОБЫ ОСТАНОВИТЬ
ВИЧ**

памятка для молодежи