

СЕГОДНЯ ОТ СПИДА НЕ УМИРАЮТ, ЕСЛИ наблюдаются у врача, вовремя начинают прием терапии и не допускают ошибок в лечении.

Еще недавно СПИД был смертельным заболеванием. Его называли «чумой 20 века». СПИД равнялся смерти. С 2006 года ситуация изменилась. Сейчас люди диагнозом ВИЧ не умирают. Живут, правда, всю жизнь строго по часам принимают лекарства (антиретровирусные препараты), в обязательном порядке ходят к врачу, сдают анализы, контролируют свое состояние здоровья. Благодаря антиретровирусным препаратам ВИЧ-инфекция из смертельного заболевания превратилась в хроническое. Если вовремя выявить ВИЧ-инфекцию, взять ее под контроль, то жизнь человека практически вне опасности. При соблюдении всех правил приема антиретровирусных препаратов у ВИЧ - инфицированной матери в 99% случаев рождается здоровый ребенок.

Вирус активно передается половым путем. Но основным путем передачи остается парентеральный (во время употребления инъекционных наркотиков).

В таких условиях жизнь меняется. Что же делать? Как не заразиться ВИЧ? Главное – избегать рискованных контактов.

Рискованный контакт – это любой сексуальный контакт без презерватива. Даже если есть постоянный партнер, ВИЧ-статус которого не известен, – презерватив необходим. Ведь у каждого могли быть рискованные контакты.

Как не заразиться ВИЧ от своего партнера?

А если решили создать семью? Родить детей? В этом случае есть цивилизованный путь: обследоваться, сдать анализы, в том числе, на ВИЧ.

Вирус не проявляет себя долгие годы. Человек может не знать, что у него ВИЧ и передавать его своим партнерам.

Годами заболевание протекает бессимптомно, в этот период человек чувствует себя абсолютно здоровым.

В настоящее время есть препараты, сдерживающие развитие ВИЧ в организме. Их применение позволяет длительное время поддерживать иммунную систему на неопределенном уровне, но лекарства для полного излечения пока нет, поэтому ВИЧ - инфекция – хроническое и серьезное заболевание.

В условиях стремительного распространения ВИЧ-инфекции важно:

- знать все о ВИЧ/СПИДе
- знать свой ВИЧ-статус
- отказаться от наркотиков
- при сексуальных контактах с партнером, ВИЧ-статус которого неизвестен, использовать презерватив.

Диагностика и лечение ВИЧ бесплатны, проводятся за счет средств государства.

ЧТО ТАКОЕ ВИЧ?

ВИЧ – это Вирус Иммунодефицита Человека. Он передается только от человека к человеку. Как и все другие вирусы, ВИЧ не может существовать самостоятельно. Для своего размножения ему необходима человеческая клетка – хозяин. Подобно паразиту, ВИЧ использует человеческую клетку, чтобы выжить и размножиться. ВИЧ не может находиться вне организма человека. Он очень нестоек во внешней среде. Быстро разрушается при нагревании до температуры выше 57 градусов и почти мгновенно при кипячении.

ЧТО ТАКОЕ ВИЧ – ИНФЕКЦИЯ?

ВИЧ - инфекция – это заболевание, вызываемое вирусом после того, как он попадает внутрь человека. Вирус ослабляет иммунную систему, выполняющую защитную функцию. На протяжении определенного времени (обычно нескольких лет) организму удается удерживать ВИЧ под контролем. В этот период инфицированный человек чувствует себя (и выглядит) вполне здоровым, и часто даже не догадывается о своей проблеме.

ЧТО ПРОИСХОДИТ, КОГДА ВИЧ ПОПАДАЕТ В ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА?

ВИЧ может проникать в различные клетки организма человека: клетки нервной системы, мышечной ткани, желудочно-кишечного тракта. В этих клетках вирус может находиться в неактивной форме долгое время – месяцы и даже годы. Фактически вирус использует эти клетки как убежище. В это время вирус не может быть уничтожен, потому что недоступен ни для антител, ни для лекарственных препаратов. Периодически вирус выходит в кровеносное русло и сразу отправляется на поиск белых кровяных клеток, так называемых Т-лимфоцитов-помощников или CD-4 клеток. Эти клетки вирус использует для своего размножения. Т-лимфоциты – это важная часть иммунной системы, которая защищает наш организм от проникновения различных чужеродных агентов: бактерий, вирусов, грибов. Т-лимфоциты отвечают за своевременную замену состарившихся клеток в различных органах нашего тела, способствуют заживлению ранок на коже и слизистых оболочках, помогают справляться с простудами. Но ВИЧ, размножаясь внутри Т-лимфоцитов, разрушает их. Постепенно иммунная система ослабевает настолько, что она уже больше не может защищать организм. В результате развивается состояние иммунодефицита, при котором человек начинает болеть различными инфекциями.

ЧТО ТАКОЕ СПИД?

СПИД – синдром приобретенного иммунодефицита.

СИНДРОМ – ряд признаков и симптомов, указывающих на наличие определенной болезни или состояния.

ПРИОБРЕТЕННОГО - не врожденного, а переданного от человека человеку, в том числе, от матери – ребенку.

ИММУННОГО – относящегося к иммунной системе человека, которая обеспечивает защиту от болезнетворных бактерий.

ДЕФИЦИТА – отсутствие ответа со стороны иммунной системы на наличие болезнетворных микробов.

СПИД – это конечная стадия развития ВИЧ-инфекции. Присутствие вируса в организме держит иммунитет в постоянном напряжении. Иммунная система пытается бороться с вирусом, а ВИЧ, в свою очередь, уничтожает все новые и новые CD-4 клетки. Чем больше вирусов в крови, тем больше поражается Т-лимфоцитов.

У каждого организма есть свои ресурсы и свой потенциал, но они не безграничны. В какой-то момент организм истощает свои ресурсы и перестает сопротивляться чужеродным агентам, развивается стадия СПИДа. Проявления СПИДа разнообразны, в основном это, так называемые, оппортунистические заболевания: пневмоцистная пневмония, туберкулез, грибковые поражения кожи и внутренних органов, герпес, токсоплазмоз, саркома Капоши и другие.

КАК НЕ ЗАРАЗИТЬСЯ ВИЧ?

ВИЧ может проникнуть в организм тремя путями.

Половой путь: при любых незащищенных (без использования презерватива) сексуальных контактах. Даже один-единственный контакт может привести к заражению. Риск инфицирования половым путем зависит от многих факторов: – вида сексуальных контактов. Наиболее опасны анальные сексуальные контакты как наиболее травматичные. Очень велик риск инфицирования при изнасиловании. Менее опасны оральные сексуальные контакты, но риск заражения есть и в этом случае. – наличие других инфекций, передающихся половым путем (ИППП), а также воспалительных процессов, приводящих к нарушению целостности слизистых оболочек половых органов и более легкому проникновению ВИЧ в кровоток. Кроме того, при ИППП увеличивается концентрация вируса в сперме и вагинальном секрете. – пола: женщины более подвержены риску инфицирования – риск в 2 раза выше, чем у мужчины, так как в сперме количества вируса больше, чем в вагинальном секрете женщины.

– количество вируса, попавшего в организм (риск выше при множественных незащищенных контактах).

– вирусная нагрузка у ВИЧ-инфицированного партнера (она выше в начальный период заболевания, в стадии СПИДа и снижается при приеме антиретровирусной терапии).

Вертикальный путь: от ВИЧ-положительной матери ребенку ВИЧ может передаваться:

– во время беременности (при дефектах плаценты, очень высокой вирусной нагрузке у матери и сниженном иммунном статусе);

– в родах – при контакте с кровью матери вовремя прохождения родовых путей риск для ребенка возрастает при длительном безводном периоде, высокой вирусной нагрузке у матери. Риск инфицирования новорожденного снижается, если во время беременности мать принимала антиретровирусные препараты;

– при грудном вскармливании.

Если ВИЧ-положительная женщина во время беременности наблюдалась у врача-инфекциониста и получала профилактическое лечение, в 99% случаев у нее рождается здоровый ребенок.

Зачем нужно обследовать партнёра?

Парентеральный путь (через кровь). При прямом попадании инфицированной крови в организм здорового человека через поврежденные кожные покровы, слизистые оболочки и в кровь при следующих манипуляциях:

– при использовании потребителями инъекционных наркотиков нестерильного

оборудования (шприцев, игл, посуды, фильтров и др);
– при использовании нестерильного медицинского инструментария;
– при переливании зараженной донорской крови, пересадке донорских органов и тканей;
– при нанесении татуировок, пирсинге, прокалывании ушей нестерильным инструментом.

Профилактика передачи ВИЧ парентеральным путем очень строго отслеживается и контролируется при донорстве и в медицинских учреждениях. Чаще всего парентеральным путем ВИЧ передается при использовании потребителями внутривенных наркотиков нестерильного инъекционного оборудования.

С ВИЧ можно жить!

КАК НЕЛЬЗЯ ИНФИЦИРОВАТЬСЯ ВИЧ?

- при пользовании общим туалетом, душем, посудой, постельным бельем;
- при плавании в бассейне, любом водоеме; при посещении бани, сауны;
- при занятиях спортом, в т.ч. при занятии контактными видами спорта (борьба, бокс), совместном использовании тренажерами;
- при совместном проезде в общественном транспорте, разговоре, рукопожатии, кашле, чихании;
- через еду, приготовленную ВИЧ-положительным человеком;
- через укусы насекомых, животных;
- при поцелуях;
- при совместном обучении в школе, ВУЗе, при посещении детского сада.

Люди боятся инфицироваться ВИЧ при обычном бытовом контакте. На самом деле эти страхи сильно преувеличены и общение с ВИЧ-положительными людьми безопасно. ВИЧ не приспособлен к выживанию в окружающей среде и вне организма быстро погибает.

ВИЧ не передается бытовым путем!

МОЖНО ЛИ ЗАРАЗИТЬСЯ ВИЧ В САЛОНАХ КРАСОТЫ ПРИ МАНИКЮРЕ, ПЕДИКЮРЕ, ПИРСИНГЕ, НАНЕСЕНИИ ТАТУИРОВКИ?

Инфицирование возможно в случае, если инструментарий в салоне не дезинфицируется. Необходимо убедиться, что все инструменты обрабатываются дезинфицирующими средствами и проходят через сухожаровой шкаф. Не стоит делать маникюр, педикюр, татуировки и т.д. на дому, т.к. трудно убедиться в том, что инструменты стерильны.

МОЖНО ЛИ ЗАРАЗИТЬСЯ ВИЧ ВО ВРЕМЯ ДРАКИ?

Если кровь попала на неповрежденную кожу, то нет риска инфицирования ВИЧ, так как кожа является надежным барьером, в отличие от слизистых оболочек. Если кожа повреждена, инфицирование возможно. Необходимо как можно быстрее убрать кровь! Для этого следует обработать кожу спиртом (70%), затем промыть загрязненный участок кожи проточной водой с мылом и вновь обработать спиртом. Ни в коем случае нельзя тереть щеткой. Если кожа повреждена, нужно обработать повреждение 5% спиртовой настойкой йода.

РАСПРОСТРАНЯЮТ ЛИ ВИЧ-ИНФЕКЦИЮ КРОВОСОСУЩИЕ НАСЕКОМЫЕ?

Когда комар кусает человека, он впрыскивает не кровь предыдущей жертвы, а свою слюну. Такие заболевания, как желтая лихорадка и малярия, передаются через слюну.

некоторых видов комаров, поскольку возбудители этих болезней способны жить и размножаться в слюне комара. Но ВИЧ не способен размножаться в организме комара или любого другого кровососущего насекомого, поэтому, даже попадая в организм насекомого, не выживает и не может никому передаваться.

КАК МОЖНО УЗНАТЬ, ЧТО ЧЕЛОВЕК ИНФИЦИРОВАН?

Определить по внешнему виду, инфицирован человек или нет, невозможно. Узнать, есть ли у человека ВИЧ, можно только одним способом – сдать кровь на антитела к ВИЧ. Рекомендуется пройти тест всем, кто имел хотя бы одну рискованную ситуацию (см. раздел **пути передачи ВИЧ-инфекции**). Важно понимать, что есть «серонегативное окно» - это срок реакции организма на попадание в него ВИЧ, время, когда идет накопление антител. А ИФА-тест на ВИЧ – это метод диагностики ВИЧ, основанный на поиске этих самых антител. В Российской Федерации принят стандарт тестирования на ВИЧ. Для исключения или подтверждения ВИЧ-инфекции необходимо пройти ИФА-тест трижды – через 3, 6 и 12 месяцев от рискованной ситуации. Большинство врачей рекомендуют действовать именно так. Но со времени принятия данного стандарта прошло достаточно времени и лабораторные тест-системы (а также экспресс-тесты) стали точнее и чувствительнее.

Всемирная организация здравоохранения утверждает и многочисленные исследования свидетельствуют, что на сегодняшний день срок в 6 недель от ситуации риска достаточен для получения достоверного результата ИФА.

Подробнее о поколениях ИФА тест-систем на ВИЧ, а также ссылки на исследования здесь: arvt.ru/forum/misc/hiv-diagnostics/265

Информация о результате обследования на ВИЧ-инфекцию является строго конфиденциальной. Это значит, что о ВИЧ-статусе человека не могут сообщить кому-нибудь другому: родителям, друзьям, коллегам по работе. В противном случае это является разглашением врачебной тайны, т.е. нарушением закона и подлежит ответственности, установленной в законодательном порядке. Исключением являются случаи, когда человек признан недееспособным и находится под опекой, а также в случае возбуждения уголовного дела.

ЗАЧЕМ НУЖНО ЗНАТЬ СВОЙ ВИЧ-СТАТУС?

– Знание о своем положительном ВИЧ-статусе может помочь людям вовремя получить медицинскую помощь, которая способна предотвратить серьезные и угрожающие жизни заболевания. Так, при наличии ВИЧ важно следить за своим иммунным статусом и другими показателями, что позволяет во время назначить необходимое противовирусное лечение и предотвратить развитие СПИДа.

– Знание об отсутствии ВИЧ – инфекции может помочь человеку принять решение о том, как сделать свое поведение наиболее безопасным в отношении ВИЧ. Также знание своего ВИЧ-статуса важно для тех, кого волнует безопасность сексуального партнера.

– Своевременная диагностика ВИЧ – инфекции позволяет предотвратить передачу ВИЧ – инфекции во время беременности.

ЧТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ, ПРОХОДЯ ОБСЛЕДОВАНИЕ НА ВИЧ?

Обследование на ВИЧ – инфекцию сопровождается консультированием. Консультирование проводится до и после обследования. До обследования на ВИЧ с врачом обсуждается, что такое ВИЧ-инфекция, как можно заразиться вирусом иммунодефицита человека, как предупредить заражение. Выясняется наличие возможных рискованных ситуаций. Объясняется назначение теста, значение результатов обследования. Во время консультирования многие люди впервые в жизни задумываются о ВИЧ-инфекции, о своем отношении к этой проблеме.

При послетестовом консультировании проводится обсуждение результата обследования на ВИЧ.

ЧТО ЗНАЧИТ ПОЛУЧЕННЫЙ РЕЗУЛЬТАТ?

Отрицательный – антитела к ВИЧ не обнаружены. Полученный отрицательный результат необходимо обсудить с врачом, т.к. он не всегда означает, что обследованный человек не инфицирован ВИЧ. Следует помнить о существовании периода «окна», который, согласно стандартам тестирования на ВИЧ, может длиться до 12 месяцев. Но, нельзя не отметить, что современные тест-системы выявляют ВИЧ значительно раньше и большинство исследователей считают срок в 6 недель риска достаточным для получения достоверного результата.

При получении отрицательного результата теста необходимо обсудить с врачом, есть ли необходимость повторного тестирования.

Сомнительный – причиной такого результата теста может быть наличие острых или хронических состояний (аутоиммунные заболевания, беременность, туберкулез, ревматизм, алкоголизм и другие причины) или этот результат свидетельствует о начальной стадии инфицирования. Требуется повторное обследование через 3 – 6 месяцев. Необходимо обсудить с врачом сроки повторного тестирования.

Положительный – антитела к ВИЧ обнаружены, вирус находится в крови, человек инфицирован.

ЕСЛИ РЕЗУЛЬТАТ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ?

В случае положительного результата важно обсудить с консультантом следующие вопросы:

- кому сообщить о результатах тестирования;
- кто из близких сможет оказать поддержку;
- какие проблемы могут возникнуть при информировании сексуальных партнеров;
- как можно решить возникшие проблемы;
- как изменить рискованное поведение;
- какая помощь оказывается людям, живущим с ВИЧ/СПИДом;
- необходимость обращения в Свердловский областной центр СПИД, его филиалы или к врачам-инфекционистам районных поликлиник городов области, где можно проконсультироваться по всем интересующим вопросам и получить рекомендации по дальнейшему наблюдению и лечению.

ВИЧ – инфекция не повод отказываться от планов и интересов: учебы, трудоустройства, создания семьи.

КАК ДОЛГО НУЖНО ЖДАТЬ РЕЗУЛЬТАТОВ АНАЛИЗА?

Результат анализа можно узнать следующим образом:
– позвонить в регистратуру учреждения, в котором был сдан анализ на ВИЧ (если речь идет о специализированных медицинских учреждениях: Свердловский областной Центр СПИД и его филиалы), узнать готов ли анализ. **По телефону результат анализа не сообщают!** С человеком, который сдал анализ на ВИЧ, обязательно проводится послетестовое консультирование врачом или психологом. Для достоверности результата может быть предложено повторить анализ еще раз, поскольку существует период серонегативного окна.

ВЫСОКАЯ СТЕПЕНЬ ЗАЩИТЫ ОТ ВИЧ: ПРЕЗЕРВАТИВ

Любой незащищенный контакт с партнером, ВИЧ-статус которого неизвестен, может привести к инфицированию ВИЧ:
– у партнера в прошлом могли быть незащищенные сексуальные отношения или опыт употребления наркотиков;
– партнер может не знать о том, что он живет с ВИЧ – инфекцией, поскольку **«годами заболевание протекает бессимптомно»**.
– у партнера могли быть случайные незащищенные сексуальные связи, о которых он предпочитает умалчивать.
Только обоюдное знание ВИЧ- статуса и сохранение верности может стать причиной отказа от презерватива.
Бытует мнение, что презерватив не защищает от инфицирования не только ВИЧ, но и ИППП. Сторонники этой точки зрения утверждают, что «поры латекса гораздо больше, чем вирус, и поэтому вирус все равно попадает в организм человека». На самом деле они правы лишь в одном: размер вируса ничтожно мал, измеряется в микронах, и меньше, чем поры латекса. Но вирус является паразитом клетки и без клетки не существует в живой природе. У ВИЧ-инфицированных людей вирус находится в клетках биологических жидкостей организма (кровь, сперма, вагинальный секрет, грудное молоко), а для жидкости презерватив непроницаем. Латекс, из которого сделан презерватив, надежно защищает от попадания вышеперечисленных биологических жидкостей на слизистые половых органов партнеров, а стало быть, и от попадания вируса. Вот почему использование презерватива – способ для снижения риска передачи ВИЧ, а также других инфекций, передающихся половым путем. Презерватив предотвращает передачу ВИЧ в 98% случаев, оставшиеся 2 % вероятности передачи относятся к неправильному использованию презервативов или использованию низкокачественных презервативов. Если бы латекс не создавал непроницаемый барьер для вирусов и бактерий, то медики бы инфицировались при оказании хирургической и иной помощи различными вирусными инфекциями, так как медицинские перчатки делаются также из латекса, с таким же размером пор, что и у презервативов.

СКОЛЬКО МОЖНО ПРОЖИТЬ С ВИЧ?

Ответить на этот вопрос можно только одной фразой: «Никто не знает». Иногда называют «сроки» жизни с ВИЧ (15, 10 и даже 5 лет), на самом деле эти данные не верны, они основаны на усредненной статистике, к тому же зачастую устаревшей. Продолжительность жизни конкретного человека с ВИЧ невозможно измерить, так как:
– эпидемия ВИЧ-инфекции началась чуть более 30 лет назад. Есть люди, которые живут с ВИЧ все это время, и, очевидно, они проживут еще больше. Так что точно известно только то, что с ВИЧ можно жить более 30 лет, но это не предел, а время существования эпидемии;
– около 15 лет назад появились эффективные методы лечения, которые останавливают развитие ВИЧ-инфекции и обращают ее вспять (антиретровирусная терапия). Люди даже

на стадии СПИДа с помощью современных препаратов возвращали здоровье и снова начинали жить обычной жизнью. Многие ученые работают над созданием новых методов лечения ВИЧ – инфекции. Вполне возможно, что через несколько лет появятся новые, более совершенные и радикальные препараты, которые смогут полностью избавлять человека от вируса. Даже если у человека есть ВИЧ, это не значит, что срок его жизни «отмерен». ВИЧ-инфекция – это серьезное и потенциально опасное для жизни хроническое заболевание, но с ним можно жить многие годы. И только от человека зависит, насколько полноценной и насыщенной будет его жизнь.

МОГУТ ЛИ ЛЮДИ, ЖИВУЩИЕ СО СТАТУСОМ ВИЧ ИМЕТЬ ЗДОРОВЫХ ДЕТЕЙ?

Наличие ВИЧ-инфекции у беременной женщины не должно являться ключевым аргументом в пользу принятия решения об аборте. На сегодняшний день медицина знает достаточно много о том, как предотвратить передачу ВИЧ от матери ребенку. ВИЧ-положительные женщины могут рожать здоровых, не инфицированных детей.

По данным Всемирной организации здравоохранения, риск передачи ВИЧ от матери ребенку без какого-либо вмешательства составляет 20–45%, в то время как при проведении профилактических мероприятий этот риск можно снизить до 1 - 2%.

Профилактика передачи ВИЧ от матери ребенку заключается в приеме ВИЧ-положительной беременной женщиной специальных препаратов, уменьшающих концентрацию ВИЧ в крови женщины, что, в свою очередь, приводит к уменьшению риска передачи вируса малышу (во время беременности и родов). Во время беременности каждой женщине предлагается дважды пройти тест на ВИЧ. Если результат тестирования оказывается положительным, назначается профилактическая химиотерапия.

Пройти обследование на ВИЧ должен и партнер беременной женщины. Женщина может быть не инфицирована, а партнер может иметь положительный ВИЧ-статус и не знать об этом. Если оба партнера пройдут обследование на ВИЧ, это может предотвратить инфицирование будущего ребенка. После рождения малыша ВИЧ-положительной женщине придется отказаться от грудного вскармливания, вирус может быть передан ребенку через микротрещины на слизистой оболочке ротовой полости младенца.