**ВИЧ/СПИД – что это?**

(материал для организации и проведения информационного дня)

***ВИЧ – вирус иммунодефицита человека.*** Вирус не живет в окружающей среде, попадая на открытый воздух, погибает в течение нескольких секунд, однако в использованных нестерилизованных шприцах вирус может сохранять жизнеспособность в течение нескольких дней, за счет находящихся внутри иглы остатков крови.

При попадании в кровоток человека *ВИЧ* поражает иммунные клетки: Т-лимфоциты и макрофаги. Проникая внутрь этих клеток, он начинает размножаться, сокращая срок жизни лимфоцитов, снижая способность организма противостоять различным болезням. Если не предпринимать мер для борьбы с ВИЧ, то через 5-10 (иногда и до 20) лет развивается *СПИД*, синдром приобретенного иммунодефицита. Человек оказывается уязвим для многих инфекций (пневмоцистная пневмония, туберкулез, кандидоз, опоясывающий лишай и др.), которые приводят его к гибели. На сегодняшний день существует ряд препаратов помогающих ВИЧ-положительному человеку сохранять нормальный уровень иммунной защиты, предотвращая наступление стадии СПИДа на протяжении длительного времени.

***ВИЧ и СПИД*** – это абсолютно разные, но взаимосвязанные понятия. СПИД – синдром приобретенного иммунодефицита человека, последняя стадия ВИЧ-инфекции, вызываемая вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Поэтому неверно говорить о любом ВИЧ-положительном человеке, как о больном СПИДом.

***СПИД*** *– это обратимое состояние:* при применении антиретровирусной терапии концентрация вируса в крови уменьшается, число иммунных клеток увеличивается и состояние человека переходит в бессимптомную стадию, так же снижается риск передачи вируса. Таким образом ВИЧ-положительный человек может жить долгой и полноценной жизнью.

***Лечение при положительном ВИЧ-статусе назначает врач***, при определенных условиях (когда концентрация вируса в крови увеличивается до ста тысяч копий вируса на один миллилитр крови или в одном миллилитре крови остается триста пятьдесят CD4-лимфоцитов). До этого момента необходимости в назначении лекарств нет, так как иммунная система ВИЧ-положительного человека активно противостоит различным болезням.

***ВИЧ*** не передается при бытовых контактах между людьми, через рукопожатия и объятия, слюну, поцелуй, мочу, кал, пот, слезы. Неповрежденная кожа является непреодолимым барьером для вируса.

* ВИЧ не передается при совместном пользовании ванной и туалетом.
* ВИЧ не передается при совместном использовании столовых приборов, посуды.
* ВИЧ не передается по воздуху, при совместном пользовании мебелью, телефонной трубкой и т.д.
* ВИЧ не передается через укусы насекомых.

**Лучше знать**

Человек может не подозревать, что у него в крови есть ВИЧ и таких случаев достаточно много. Ситуация неведения очень опасна тем, что человек не может защитить от передачи вируса своих близких и позаботиться о своем здоровье, то есть вовремя начать принимать специальную терапию. Знать свой ВИЧ-статус – это так же естественно, как знать о других своих хронических болезнях. Зная правду, пусть порой и горькую, человек сможет позаботиться о себе (будет регулярно наблюдаться у врача и при необходимости принимать бесплатную терапию) и защитить окружающих его людей.

**Пути передачи ВИЧ**

*Употребление инъекционных наркотических средств* - попадание вируса через кровь при неоднократном использовании шприца.

*Половой путь передачи ВИЧ при незащищенном сексуальном контакте* - когда вирус, содержащийся в сперме или влагалищных выделениях, попадает в кровоток через микротрещины в слизистой оболочке. Предотвратить передачу вируса можно, отказавшись от сексуальных контактов с разными партнерами, (храните верность одному партнеру) или пользуйтесь презервативами при каждом сексуальном контакте.

В связи с анатомическими особенностями вероятность передачи вируса от мужчины к женщине в 2 раза выше, чем от женщины к мужчине.

*Передача ВИЧ во время беременности*. Кровь ребенка и матери не смешиваются, но между организмами постоянно происходит обмен различными веществами. Обычно вирус не может проникнуть через плацентарный барьер, однако бывают исключения при различных патологиях. Современная терапия позволяет снизить риск заражения ребенка и у ВИЧ-инфицированной матери может родиться вполне здоровый ребенок.

*Передача ВИЧ при родах.* Проходя через родовые пути матери, ребенок контактирует со слизистыми оболочками родовых путей. Вирус, содержащийся в вагинальном секрете и крови, может попасть в организм новорожденного. Поэтому используются определенные методы родовспоможения, с назначением специальных противовирусных средств матери до родов, непосредственно во время родов и ребенку после рождения.

*Передача ВИЧ через грудное молоко.* Чтобы избежать передачи вируса младенцу, необходимо перейти на полное искусственное вскармливание.

**Как узнать свой ВИЧ-статус?**

Узнать свой ВИЧ-статус можно сдав тест на ВИЧ.

*Пройти тестирование на ВИЧ* можно практически в любом лечебно-профилактическом учреждении нашей страны. Законодательство гарантирует каждому гражданину возможность бесплатно и анонимно сдать тест на ВИЧ.

*Пройти тестирование на ВИЧ* или нет – решает каждый человек сам, но иногда люди ошибочно полагают, что у них в жизни не было ситуаций, в которых могла произойти передача вируса.

**Виды тестов на ВИЧ**

Обнаружить вирус в организме человека возможно только при помощи специальных тестов. Процесс тестирования заключается в выявлении антител, которые вырабатываются организмом в ответ на появление вируса, или в определении ДНК самого вируса.

*1-й тест — иммуноферментный анализ (ИФА).* Самый распространенный метод диагностики, применяемый при стандартном обследовании в поликлиниках и больницах. ИФА определяет наличие антител к ВИЧ в крови человека. Достоверный результат этого теста можно получить не раньше, чем через три-шесть месяцев после того, как вирус попал в организм. Именно за этот период в крови человека накапливается то количество антител, которое может определить иммуноферментный анализ.

*Отрицательный результат этого теста означает*, что в крови человека нет антител к ВИЧ, и, соответственно, нет и самого вируса. Однако существует такое понятие, как ложноотрицательный результат. Он может быть получен, если антитела к вирусу еще не успели выработаться в достаточном количестве, то есть тестирование произошло в «период окна» - менее чем через три месяца после попадания ВИЧ в организм человека.

*Положительный результат теста означает*, что в крови есть антитела к ВИЧ, и, соответственно, сам вирус. В 1% случаев результат этого теста может оказаться ложноположительным. Это может произойти, когда тест принимает за антитела к ВИЧ другие антитела. Ложноположительный результат чаще всего выявляется при обследовании пациентов с хроническими инфекционными, аутоиммунными, онкологическими и некоторыми другими заболеваниями, а также в случае беременности. Поэтому любой положительный результат обязательно проверяют на более чувствительном тесте.

*2-й тест — иммуноблот (ИБ).* Этот тест определяет наличие специфических антител к ВИЧ. Положительный результат иммуноблота означает, что в крови есть ВИЧ.

*Полимеразная цепная реакция (ПЦР* используется для определения РНК (наследственного материала вируса). Это очень эффективная и чувствительная реакция, позволяющая получить результат, исследуя РНК всего одной клетки.

Чувствительность данного теста очень высока: он обнаруживает РНК вируса, причем через короткое время: в среднем около 10-ти дней с момента предполагаемого заражения.

**Процедура сдачи анализа**

*Процедура сдачи анализа на ВИЧ* одинакова вне зависимости от того, сдаётся кровь анонимно или нет. Сначала заполняется бланк (с указанием имени или без), затем происходит обычный забор крови из вены в объёме нескольких миллилитров при помощи шприца. Весь используемый инструментарий стерильный и одноразовый.

Перед анализом можно попросить специалиста рассказать в чем суть анализа и какие бывают результаты теста. Также специалист может на основании рассказа о какой-то конкретной ситуации оценить, насколько высок был риск передачи ВИЧ.

После получения результата теста также стоит поговорить со специалистом. Как правило, после теста обсуждается полученный результат и действия, которые рекомендуется предпринять в том или ином случае. Консультация анонимна.

***Как защитить себя?***

Практически во всех случаях ВИЧ-инфицирования - заражение можно было предотвратить. Все возможные пути и механизмы передачи вируса давно определены, но люди продолжают собственными ошибками подвергать себя риску.

Узнав о вирусе, обсудите этот вопрос со своими близкими. Возможно, это окажет влияние на будущую жизнь и позволит сохранить здоровье. Узнайте о своем ВИЧ-статусе. Помните: легче избежать болезнь, чем потом всю жизнь выбирать против нее средства.

Врач-эпидемиолог

ГУ «Лиозненский районный

центр гигиены и эпидемиологии» Л.Н.Дрогунова