



Впервые провозглашён Всемирной организацией здравоохранения в 1988 году. День учрежден с целью повышения осведомлённости об эпидемии СПИДа, вызванной распространением ВИЧ-инфекции, а также как день памяти жертв этого заболевания. Многие государственные, образовательные, общественные и медицинские

организации по всему миру в этот день проводят просветительские и диагностические мероприятия **под лозунгом «Знать и понимать, чтобы жить!»**.

### ЧТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ КАЖДОМУ О ВИЧ И СПИДЕ?

**ВИЧ** (вирус иммунодефицита человека) — это возбудитель, вирус поражает определенные клетки иммунной системы человека, защищающие организм от различных инфекций, и приводит к полному разрушению иммунной системы и развитию СПИДа. Со временем вирус разрушает иммунную систему и человек с разрушенной иммунной системой не может противостоять любым инфекциям и заболеваниям, представляющим угрозу для жизни, в том числе и раку



**СПИД** (синдром приобретенного иммунодефицита) - это комплекс заболеваний, которые развиваются в результате разрушения вирусом (ВИЧ) иммунной системы человека. Вирус может жить в организме человека многие годы, не вызывая никаких симптомов, и передаваться другим людям до того, как появятся какие-либо признаки заболевания.

*Таким образом, ВИЧ - это вирус, а СПИД – это следствия действия вируса на иммунную систему организма, смертельная стадия ВИЧ.*

**Необходимо помнить, что единственный способ выяснить, присутствует ли ВИЧ в организме – специальный анализ крови на ВИЧ.**

Источником ВИЧ-инфекции является человек и его биологические жидкости.

1. ВИЧ размножается только в крови человека, используя определенный вид клеток.
2. Необходимое условие заражения - попадание вируса в кровь через инъекции или через повреждения на коже и слизистых оболочках.
3. Необходимое условие инфицирования - попадание вируса из крови и других биологических жидкостей, инфицированного человека в кровь неинфицированного человека.

4. Вирус быстро погибает во внешней среде, поэтому передача возможна только через биологические жидкости человека, содержащие высокое количество вируса.

### **3 пути передачи ВИЧ:**

- Половой
- Вертикальный (от матери плоду)
- Парентеральный (через кровь)

Наиболее опасной (содержит много инфицированных доз) является **кровь**. Инфицирование через кровь возможно:

- При совместном использовании игл и шприцев при инъекционном употреблении наркотиков.
- При переливании крови и трансплантации органов.
- При использовании необработанного медицинского инструментария.
- При косметических парентеральных процедурах: татуировка, пирсинг, маникюр, педикюр нестерильным оборудованием.
- Профессиональное инфицирование медицинских работников: инфицирование возможно при попадании на поврежденную кожу, слизистые оболочки глаз, носа, полости рта зараженной крови или другого потенциально контагиозного материала при оказании медицинской помощи ВИЧ-инфицированным.

### **ВИЧ не передается:**

- при рукопожатии, объятиях и при поцелуях и других прикосновениях;
- при пользовании бытовыми предметами: через посуду, одежду, телефон, сидение унитаза, другие бытовые предметы
- при пользовании рабочими предметами и орудиями труда, которыми пользовался ВИЧ-инфицированный человек;
- при употреблении пищи, приготовленной ВИЧ-инфицированным человеком;
- при кашле и чихании;
- в бане или бассейне;
- при укусе комара, клопа, вшей, мух, или какого-либо иного кровососущего насекомого;
- при контакте с потом или слезами;
- от животных.

В быту ВИЧ-инфицированный человек не опасен и все ВИЧ-инфицированные люди живут в семьях и заражения при бытовых контактах не происходит.

**Никто не застрахован от болезни, если подвергает себя риску. Никто не заслуживает того, чтобы получить эту болезнь. И до тех пор, пока мы не**

**осознаем, что любой может заразиться ВИЧ, эпидемия будет продолжать распространяться.**

В настоящее время не существует вакцины от ВИЧ-инфекции, способы предотвращения инфицирования ВИЧ основаны на знании путей передачи вируса и повышения информированности всего населения в целом и особенно подростков и молодежи, которая еще не вовлечена в эпидемию. Пока нет вакцины и нет возможности излечить инфицированных и убрать источник инфекции необходимо научиться жить в обществе, где существует ВИЧ-инфекция и знать, как избежать заражения ВИЧ.

**Необходимо четко знать, как передается ВИЧ-инфекция и принимать соответствующие меры профилактики:**

1. Необходимо знать свой ВИЧ-статус ( для того, чтобы избавиться от тревоги и опасений, для планирования своих отношений, для того, чтобы защитить себя и своих близких, для своевременного начала лечения).
2. Проводить манипуляции ( татуировки, инъекции, пирсинг, маникюр, педикюр и др. ) только стерильными инструментами в лицензированных салонах.
3. Не поднимайте с земли шприцы
4. Соблюдайте всегда и везде правила личной гигиены (зубная щетка и бритвенный станок - только мои)
5. Ведение ЗОЖ. Отказ от вредных привычек (употребление наркотиков и алкоголя)
6. Верность и «защищенность» в отношениях с противоположным полом



**НЕ ЗАБЫВАЙТЕ!** Несоблюдение этих правил и единственный «рисковый» случай может стать роковым!!!

**Куда можно обратиться за помощью и где получить дополнительную информацию?**

г. Екатеринбург, ул. Ясная 46. Телефон доверия (343) 31-000-31.

Если у Вас есть дополнительные вопросы о ВИЧ/СПИДе, обратитесь к сайту Свердловского областного центра по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями: [www.livehiv.ru](http://www.livehiv.ru)