

Правда и мифы о ВИЧ/СПИД

ВИЧ/СПИД сегодня представляет собой серьезную проблему, как для здравоохранения, так и для социально – экономического развития общества в целом. При этом, наибольшая доля заболеваемости ВИЧ/СПИДом приходится на граждан трудоспособного возраста. В свою очередь, это приводит к потере трудовых ресурсов, а, следовательно, к снижению производительности труда и увеличению производственных затрат. Кроме того, ВИЧ/СПИД приводит к нарушениям основополагающих трудовых прав и свобод работников, живущих с ВИЧ.

С момента начала эпидемии более 60 миллионов человек заразились ВИЧ и около 30 миллионов человек умерли от заболеваний, обусловленных ВИЧ.

- За последние 10 лет число новых случаев ВИЧ-инфекции уменьшилось примерно на 20%.

- Каждый день 7 тысяч человек инфицируются ВИЧ. Из них 1000 человек – дети до 15 лет, 6000 – взрослые (51% - женщины, 41% - молодежь 15-24 лет).

Именно поэтому каждому члену общества важно быть информированным об этом социально значимом заболевании и предпринимать все необходимые меры для предупреждения заражения ВИЧ/СПИД

Пути передачи ВИЧ-инфекции

ВИЧ передается только тремя путями:

- *«кровь в кровь»;*
- *половым;*
- *от матери ребенку – во время беременности, в родах и при грудном вскармливании.*

Пути передачи ВИЧ-инфекции изучены очень тщательно. Достоверно известно, что ВИЧ передается только от человека человеку через кровь, сперму, влагалищные выделения и грудное молоко. В этих биологических жидкостях концентрация вируса может достигать уровня, достаточного для заражения другого человека. Максимальной она бывает в самом начале заболевания, когда человек только что инфицировался и вирус начал активно размножаться, и на последних стадиях ВИЧ-инфекции.

Следы присутствия ВИЧ обнаруживаются также в моче, слюне, мокроте, слезах и поте инфицированного человека, но в таком малом количестве, что заражение при контакте с этими биологическими жидкостями невозможно ни при каких обстоятельствах.

Чтобы человек инфицировался ВИЧ, необходимы определенные условия: вирус в объемах, достаточных для инфицирования, должен попасть непосредственно в кровоток здорового человека.

Эти условия возникают при инъекционном введении инфицированной крови прямо в кровоток здорового человека (как правило это происходит при проведении инъекционных манипуляций немедицинского характера, то есть

при употреблении наркотиков) или при попадании инфицированного биологического материала (крови, спермы, влагалищного отделяемого) в поврежденную кожу или слизистые оболочки здорового человека (например, при половом контакте).

Таким образом, ВИЧ может попасть в организм человека через кровеносные сосуды и/или половые органы.

Этим объясняется тот факт, что более 90% всех случаев инфицирования ВИЧ приходится всего на две ситуации: использование нестерильных инъекционных растворов и/или игл, шприцев (в подавляющем большинстве это происходит при употреблении инъекционных наркотиков); незащищенный (без использования презерватива) половой акт.

«Кровь в кровь». Заразиться ВИЧ можно через загрязненные инфицированной кровью иглы, шприцы и другой инструментарий, а также через нестерильные инъекционные растворы. Совместное использование игл и шприцев для внутривенного введения наркотиков привело к резкой вспышке эпидемии ВИЧ в среде их потребителей.

Высокий риск инфицирования существует при переливании донорской крови и пересадке органов. Поэтому донорская кровь обязательно дважды – при сдаче крови и шесть месяцев спустя – обследуется на ВИЧ.

При половом контакте. Инфицирование ВИЧ может произойти во время любого незащищенного полового контакта при проникновении спермы, влагалищных выделений, крови инфицированного человека в организм его партнера.

Женщины при половом контакте биологически более восприимчивы к ВИЧ, чем мужчины. Передача инфекции от мужчины женщине во время незащищенного полового акта происходит в 3-5 раз чаще, чем от женщины мужчине. Культурные, социальные, религиозные традиции сексуальных взаимоотношений зачастую значительно усиливают уязвимость женщин к ВИЧ. Таким образом, распространение ВИЧ через половые контакты приводит к феминизации эпидемии.

От матери ребенку. Природа позаботилась о том, чтобы большинство детей, рожденных ВИЧ-положительными матерями, были здоровы. При применении современных методов профилактики риск инфицирования новорожденного ВИЧ можно свести к 0.

Вероятность попадания вируса из крови ВИЧ-положительной матери в кровь ребенка во время беременности при здоровой и нормально функционирующей плаценте практически отсутствует (здоровая плацента пропускает в кровоток плода только материнские антитела к ВИЧ, но не сам вирус). Однако риск инфицирования ребенка значительно возрастает при повреждении плаценты. Кроме того, ВИЧ может проникнуть в организм ребенка с грудным молоком матери.

ВИЧ не передается:

- при рукопожатии или объятиях;
- при поцелуе/через слюну;

- *через пот или слезы;*
- *при кашле или чихании;*
- *при использовании общей посуды;*
- *через постельное белье;*
- *при совместном пользовании ванной, туалетом, в бассейне;*
- *через контакты с животными и укусы насекомых.*

МИФЫ и ВИЧ/СПИД

Можно ли инфицироваться ВИЧ через рукопожатие или объятия?

Нет! Неповрежденная кожа является естественным непреодолимым барьером для вируса. Вероятность проникновения вируса через незажившие царапины и ссадины ничтожно мала и может возникнуть только при длительном активном втирании довольно большого количества инфицированной крови в поврежденную кожу неинфицированного человека (в реальной жизни подобная ситуация может быть создана только искусственно!). При более глубоких ранениях, сопровождающихся кровотечением, инфицированию ВИЧ препятствует то обстоятельство, что кровь с поверхности кожи внутрь не всасывается, а истекает из раны, не давая возбудителям инфекционных заболеваний (в том числе и ВИЧ) проникнуть внутрь.

Можно ли инфицироваться ВИЧ при поцелуе?

Нет! Во-первых, при поцелуях нет условий, необходимых для инфицирования (инфицированный биологический материал не поступает прямо в кровоток другого человека, нет и длительного механического втирания достаточного для заражения количества биологической жидкости с высокой концентрацией ВИЧ). Во-вторых, в слюне содержатся ферменты, снижающие способность ВИЧ поражать CD4-лимфоциты.

Можно ли инфицироваться ВИЧ воздушно-капельным путем?

Нет! Концентрация вируса в слюне (равно как и в слезах, поте, моче) настолько мала, что заразиться ВИЧ от кашляющего и чихающего ВИЧ-положительного человека невозможно. Именно поэтому не происходит передачи вируса при пользовании общей посудой, столовыми приборами, игрушками и т.д.

Можно ли инфицироваться ВИЧ через одежду, постельное белье?

Нет! Даже если на одежду или белье попали капельки инфицированной крови, спермы или влагалищных выделений, вирус быстро погибает на воздухе.

Можно ли инфицироваться ВИЧ в бассейне, ванне, туалете?

Нет! При попадании жидкости, содержащей ВИЧ, в воду вирус погибает. Неповрежденная кожа не позволяет вирусу проникнуть в организм, даже если капельки инфицированной крови, спермы или влагалищных выделений оказались, например, на сидении унитаза. При этих обстоятельствах также отсутствуют необходимые условия для инфицирования ВИЧ.

Можно ли инфицироваться ВИЧ через укусы насекомых или контакте с животными?

Нет! ВИЧ может жить и размножаться только в человеческом организме, поэтому животные и кровососущие насекомые, такие как комары, передавать вирус не могут.

Профилактика ВИЧ-инфекции

В настоящее время вакцины от ВИЧ-инфекции не существует, как нет и лекарств, полностью излечивающих от нее.

По статистике ВИЧ-инфекция чаще встречается у молодых людей в возрасте до 29 лет. Однако ВИЧ может поражать людей любого возраста. В распространении ВИЧ-инфекции решающую роль играет модель жизненного поведения человека (насколько рискованный в плане инфицирования ВИЧ образ жизни человек ведет).

Ранние, множественные половые связи, незащищенные сексуальные контакты способствуют распространению не только ВИЧ, но и других инфекций, передаваемых половым путем (ИППП). Высокому риску заражения ВИЧ и ИППП подвергают себя и молодые люди, и люди более старшего возраста, не использующие презерватив и часто меняющие половых партнеров.

Особенно высока вероятность инфицирования ВИЧ у потребителей инъекционных наркотиков, работников коммерческого секса, детей и подростков, пробуемых наркотики и вступающих в половые отношения часто по принуждению или в обмен на еду, защиту или кровь.

Безопасное поведение

Способы безопасного поведения:

- Воздержание;
 - Отказ от наркотиков;
 - Постоянный половой партнер;
 - Правильное использование латексного презерватива;
 - Использование одноразовых шприцев для инъекций;
 - Использование стерильных инструментов для прокалывания ушей, нанесения татуировок и т.д.
- Личная гигиена.

Диагностика ВИЧ-инфекции. У человека, инфицированного ВИЧ, внешние признаки заболевания долгое время могут отсутствовать. Поэтому стандартным способом выявления ВИЧ-инфекции является анализ крови на наличие антител к ВИЧ и его белкам.

Антитела начинают вырабатываться в крови человека уже через 12 часов после инфицирования ВИЧ, но у большинства людей необходимой для лабораторной диагностики концентрации они достигают не ранее чем через 1-3 месяца после инфицирования (как правило, при заражении путем «кровь в кровь») или через 4-6 месяцев (при половом пути заражения).

Период от момента инфицирования до момента возможного лабораторного определения в крови антител называется **периодом «окна»**. В этот период обнаружить ВИЧ у инфицированного человека стандартным способом лабораторной диагностики или при врачебном осмотре

невозможно. Обследование в это время может дать отрицательный результат даже при наличии вируса в организме. Для того чтобы быть уверенным в отрицательном результате лабораторного теста, необходимо повторить исследование крови через 3 и/или 6 месяцев после ситуации, в которой могло произойти инфицирование ВИЧ.

Результаты теста крови на наличие антител к ВИЧ и его белкам могут быть:

- *положительными* (ВИЧ имеется в крови, человек инфицирован);
- *отрицательными* (либо ВИЧ отсутствует, либо ВИЧ имеется, но в данный момент человек находится в периоде «окна»). Возможно, необходим повторный анализ по истечении 3-6 месяцев (необходимость повторного исследования и его сроки определяет врач-инфекционист).

Кроме выявления антител к ВИЧ и его белкам, диагностировать ВИЧ-инфекцию можно и методом полимеразной цепной реакции (ПЦР), с помощью которого определяется наличие или отсутствие в крови человека генетического материала самого вируса. Это обследование дает достаточно достоверные результаты уже через 10 дней после возможного заражения. Однако ПЦР-диагностика носит предварительный характер, и в дальнейшем диагноз должен быть лабораторно подтвержден стандартными тестами на антитела к ВИЧ и его белкам.

В настоящее время методом ПЦР широко пользуются для ранней предварительной диагностики ВИЧ-инфекции у детей, родившихся у ВИЧ-положительных матерей.

Если нужно срочно получить результаты анализа, например, при экстренной операции или при поступлении на роды беременной с неизвестным ВИЧ-статусом, используют экспресс-тесты. В дальнейшем этот результат также должен подтверждаться проведением стандартных исследований на определение антител.

Течение ВИЧ-инфекции. ВИЧ-инфекция имеет несколько этапов развития и на каждом из них проявляется по-разному. С момента инфицирования вирус начинает активно размножаться в организме. Острый начальный период, в который человек может чувствовать себя совершенно здоровым или испытывать легкое короткое недомогание, часто протекающее по типу гриппа, острой респираторной или желудочно-кишечной инфекции, довольно быстро переходит в хроническую стадию. Человек в этот период продолжает чувствовать себя здоровым, но уровень CD4-лимфоцитов снижается, и его организм становится более уязвимым к различным инфекциям. Однако иммунная система еще способна справляться с проблемами – течение возникающих инфекционных заболеваний на данном этапе развития ВИЧ-инфекции, как правило, довольно благоприятное, они хорошо поддаются лечению обычными средствами в обычных дозах.

Со временем истощенная бурно размножающимся вирусом иммунная система организма перестает справляться с возбудителями инфекционных заболеваний. Развивается состояние приобретенного иммунодефицита: начинают прогрессировать бактериальные, грибковые и вирусные поражения

слизистых и кожных покровов, поражения внутренних органов приобретают множественный и генерализованный характер, могут возникнуть тяжелые онкологические заболевания. Часто отмечаются такие болезненные состояния, как потеря веса, лихорадка, длительная диарея (жидкий стул), сильные боли.

Постепенно даже самая интенсивная терапия становится неэффективной. Наступает терминальная стадия, и через несколько месяцев больной погибает.

Течение ВИЧ-инфекции зависит как от свойств вируса (встречается несколько его типов и большое многообразие штаммов), так и от состояния организма человека. Примерно в 10% случаев инфекция прогрессирует быстро. На скорость прогрессирования заболевания и его тяжесть могут влиять такие факторы, как возраст и генетические особенности, наличие других заболеваний, употребление алкоголя, наркотиков, курение, характер питания и т.д.

Лечение ВИЧ-инфекции. В 1996 году появились лекарства, способные эффективно подавлять распространение вируса в организме. Это перевело ВИЧ-инфекцию из разряда смертельных в число хронических, хотя пока и неизлечимых заболеваний.

К сожалению, сегодня нет таких способов лечения ВИЧ-инфекции, которые бы привели к полному избавлению организма от вируса. Современные лекарственные препараты могут лишь подавлять активность вируса, препятствовать его размножению в организме человека. Однако при строгом соблюдении режима приема лекарств и здоровом образе жизни такое лечение значительно продлевает жизнь ВИЧ-положительному человеку и на длительное время сохраняет ее качество.

Целью лечения ВИЧ-инфекции (так называемого **антиретровирусного лечения**) является максимальное снижение вирусной нагрузки и обеспечение относительно высокого иммунного статуса, чтобы заболевший человек чувствовал себя нормально, не был уязвим к различным инфекциям, мог вести обычную жизнь.

Достижения современной медицины позволяют ВИЧ-положительным родителям иметь здоровых детей. Для профилактики передачи ВИЧ от матери ребенку беременной женщине, у которой выявлена ВИЧ-инфекция, назначают специальные лекарства – антиретровирусные (АРВ) препараты.