

## **«СПИД: бояться не нужно, нужно знать»**

1 декабря - Всемирный день борьбы со СПИДом. Это не просто очередная значимая дата в календаре, а день скорби по миллионам умерших от этой неизлечимой болезни.

Этот день служит напоминанием о необходимости остановить глобальное распространение эпидемии ВИЧ/СПИДа.

Символом борьбы со СПИДом является красная ленточка, ни одна акция в этой области не обходится сейчас без нее. Красная ленточка — символ солидарности с ВИЧ-положительными людьми и с живущими со СПИДом.

### ***Когда впервые мир узнал о смертельном заболевании ВИЧ/СПИД?***

Впервые сообщения о таинственной смертельной болезни появились в США в 1978 году.

В 1983 году ученым удалось выделить возбудителя заболевания, которому дали название ВИЧ. В 1985 году в США впервые проводится анализ с целью обнаружения антител ВИЧ. В России о первом случае заражения официально объявлено в 1987 году.

### ***ВИЧ – что это?***

**ВИЧ** – это вирус иммунодефицита человека, который передается определенными путями и вызывает нарушение функций или разрушение клеток иммунной системы организма человека. Задача клеток иммунной системы – атаковать и уничтожать любые болезнетворные микроорганизмы. Постепенно размножаясь и убивая клетки иммунной системы, ВИЧ разрушает способность организма бороться, против каких бы то ни было инфекций.

**ВИЧ – инфекция** – это заболевание, возникшее при проникновении в организм человека вируса иммунодефицита.

### ***При попадании в клетку ВИЧ разрушает иммунную систему. Как же это происходит? Как реагирует иммунная система на проникновение ВИЧ в клетку?***

При попадании в организм человека ВИЧ, происходит взаимодействие вируса с чувствительной клеткой. Вирус прикрепляется к клетке. Далее он проникает в чувствительную клетку и сбрасывает оболочку. С одной стороны, клетка становится носительницей вируса и может передавать его дочерним клеткам при делении, а с другой, ее ждет гибель. Попадая тем или иным путем в кровь, ВИЧ избирательно поражает Т – лимфоциты зараженного человека. ВИЧ наносит удар в самый центр иммунной обороны, что практически лишает человека организующей и стимулирующей деятельности лимфоцитов по отношению к

защитной реакции организма. При массовом разрушении Т-лимфоцитов у больного развивается клинически иммунный дефицит, который проявляется в виде разных инфекций, возникающих у больного в результате потери им возможности сопротивляться любым заразным агентам. Кроме Т-лимфоцитов ВИЧ поражает и некоторые другие лимфоидные клетки (клетки лимфатических узлов, а также клетки нервной системы).

### ***Каковы симптомы, признаки ВИЧ-инфекции?***

Начальный период после заражения ВИЧ — инфекцией часто сопровождается умеренными симптомами, похожими на простуду. Симптомы, которые часто появляются при ВИЧ – инфекции – повышение температуры, лихорадка, грибковые заболевания кожи, обильное ночное потоотделение – еще не означают, что человек болен СПИДом. Такие симптомы могут появиться и у не зараженного человека, но у ВИЧ – положительного они более интенсивны и подолгу не проходят.

За этим следует скрытый период, когда вирус практически себя никак не проявляет. Этот период может длиться годами. Все это время ВИЧ – инфицированный человек чувствует себя хорошо и даже не знает, что заражен. Но по мере размножения вируса иммунная система становится все слабее. В результате организм поражают различные болезни.

### ***Чем отличается ВИЧ от СПИДа?***

***СПИД*** – это последняя стадия (терминальная) ВИЧ – инфекции.

Заболевание протекает без симптомов и в течение 5-7 лет никак клинически не проявляется. Больные узнают об этом случайно. Лечение длительное, но конечным его итогом все равно является смерть: средняя продолжительность жизни ВИЧ – инфицированных – 5-13 лет.

Диагноз «СПИД» ставится, когда организм с ослабленной иммунной системой поражают некоторые особые заболевания, например, специфический рак кожи – саркома Капоши или пневмония, не опасная для людей со здоровой иммунной системой.

Главной причиной заболеваемости и смертности людей с ВИЧ является не сам вирус, а другие инфекции, которым организм становится подвержен в результате действия ВИЧ. Ход развития заболевания у людей с ВИЧ – инфекцией принимает самые различные формы, непредсказуем и зависит от многих факторов, в том числе психологического настроя и состояния здоровья в прошлом.

***Как можно заразиться ВИЧ/СПИДом? Какие пути заражения существуют и сколько их?***

**ВИЧ** – внутриклеточный паразит, и поэтому для «нормальной жизни» и распространения ему необходимо внутренняя среда человеческого организма. Учеными было доказано, что вирус не живет в организме животных, поэтому не может передаваться от животного к человеку, то есть источником инфекции ВИЧ может быть инфицированный, либо больной СПИДом человек.

Молодым людям, как более зрелым, надо постоянно помнить об этом заболевании и, чтобы предостеречь себя от этого страшного недуга, необходимо знать пути заражения.

В результате изучения нескольких тысяч больных, зарегистрированных в мире, установлено, что вирус СПИДа передается:

при половом контакте с больным или зараженным вирусом СПИДа, чаще при половых извращениях. Использование презерватива снижает риск заражения;

в результате использования для инъекций не стерильных шприцов, в основном в наркомании;

путем введения крови или ее препаратов, содержащих вирус;

от беременной женщины, зараженной СПИДом, новорожденному.

Вирус СПИДа не передается через воздух при разговоре, кашле и т. д. При пользовании общей посудой и другими предмета обихода, санузлов, ванной, плавательным бассейном и т. п. заразиться СПИДом нельзя.

Ни одного случая заражения СПИДом не возникло при бытовом контакте или при контактах на работе. Не один медицинский работник не заразился при оказании помощи больным СПИДом (при условии, что он не контактировал с кровью больного, например, через кровоточащую рану).

К настоящему времени твердо установлено, что главный путь передачи ВИЧ и/распространение СПИДа в человеческой популяции — половой.

### ***Как предохранить себя от СПИДа?***

Чтобы предохранить себя от СПИДа, нужно избегать случайных половых контактов с наркоманами и лицами, ведущими беспорядочную половую жизнь.

Чем больше вы имеете половых партнеров, тем выше риск заражения СПИДом. Применение презерватива резко сокращает риск такого заражения. Не забывайте иногда сдать кровь на анализ на ВИЧ.

### ***Кто чаще заражается и болеет ВИЧ/СПИДом?***

К сожалению, в последнее время, все чаще заболевают молодые люди в возрасте от 15 до 30 лет. ВИЧ – это болезнь молодых.

Молодые люди, переходя во взрослую жизнь, вступают в стадию утверждения своей независимости, формирования личности и выработки планов на будущее. Естественно, что на этих этапах не последнюю роль играют любовь и сексуальность.

Установлено, что к 15 годам каждый четвертый российский подросток имеет опыт половой жизни, каждый пятый подросток, живущий половой жизнью, в течение одного года имеют несколько половых партнеров. Распространение заболеваний, передаваемых половым путем, среди подростков свидетельствует о расширении группы населения, практикующей эпидемиологически опасное сексуальное поведение. Раннее начало половой жизни, частая смена половых партнеров, неумение или нежелание использовать необходимые средства защиты повышают вероятность быстрого распространения ВИЧ/СПИДа.

Поэтому хотелось бы, чтобы молодые люди перед тем, как принять, то, или иное решение, которое может повлиять на всю их дальнейшую жизнь, решаясь на сексуальные отношения, ответили хотя бы на такие вопросы:

*Соответствует ли партнер моим моральным ценностям?*

*Безопасны ли данные сексуальные отношения?*

*Полностью ли я отдаю отчет в том, что делаю?*

*Если у меня будет ребенок, смогу ли я обеспечить его материально и эмоционально?*

*Если придется порвать отношения, не пожалею ли о том, что был секс?*

Если хотя бы один ответ на эти вопросы, будет отрицательным, то лучше подождать.

Помните!!! От правильности принятых решений зависит степень риска заражения.

### ***Как бороться со СПИДом?***

Все специалисты мира сходятся сейчас во мнении, что самым важным средством борьбы со СПИДом является санитарное просвещение.

Пока эффективных средств, которые способны излечить от СПИДа или убить попавший в организм человека вирус, не найдено, хотя уже имеются обнадеживающие сведения от исследований, работающих над этой проблемой.

СПИД - тяжелое и опасное заболевание. Его легче предупредить, чем лечить. И коль скоро меры профилактики находятся - в руках каждого человека, следует использовать их на благо здоровья своего и окружающих людей.