

ПРОФИЛАКТИКА ВИЧ-ИНФЕКЦИИ: ОСНОВНЫЕ ФАКТЫ

Что такое ВИЧ?

ВИЧ означает «вирус иммунодефицита человека». Этот вирус поражает в нашем теле клетки, которые должны защищать организм от инфекции и сохранять его в здоровом состоянии. Когда ВИЧ разрушает иммунную систему, о человеке говорят, что у него СПИД – то есть «синдром приобретенного иммунодефицита». По мере распространения ВИЧ в организме для борьбы с вирусом вырабатываются антитела.

Где можно обнаружить ВИЧ?

ВИЧ выявляется в биологических жидкостях организма инфицированного человека – в крови, семенной жидкости, вагинальном секрете и грудном молоке.

Как передается ВИЧ?

ВИЧ передается:

- При незащищенном половом контакте (вагинальном, анальном и в меньшей степени при оральном сексе) с инфицированным партнером
- При совместном использовании инфицированных шприцев, игл или другого острого инструментария
- От матери ребенку во время беременности, родов или при грудном вскармливании, если мать уже является ВИЧ-положительной
- При переливании инфицированной крови

Все описанные пути передачи ВИЧ-инфекции можно предотвратить.

Могу ли я по внешним признакам определить, что у человека ВИЧ-инфекция?

Нет. Человек, живущий с ВИЧ, может выглядеть совершенно здоровым и чувствовать себя так же хорошо, как и вы. Единственный способ, с помощью которого человек может определить, инфицирован ли он или она ВИЧ – сдать анализ крови на ВИЧ.

Могу ли я заразиться ВИЧ при рукопожатии или других формах социального контакта?

Нет. ВИЧ не передается при несексуальных повседневных контактах. Вы не можете заразиться ВИЧ через рукопожатие, объятия, при пользовании общим туалетом или одним стаканом с человеком, живущим с ВИЧ. В отличие от некоторых других заболеваний, ВИЧ-инфекция не передается через кашель или чихание. Нет никакой причины избегать социальных контактов с людьми, живущими с ВИЧ.

Каков риск передачи ВИЧ при поцелуе?

При поцелуе в губы риска передачи ВИЧ практически не существует; на сегодняшний день нет каких-либо доказательств того, что вирус может распространяться через слюну при поцелуе.

Существует ли риск инфицирования ВИЧ через укус комара?

ВИЧ не переносится комарами или другими кровососущими насекомыми. Даже если вирус попадет в организм комара или другого кровососущего или жалящего насекомого, он не сможет размножиться в этом организме. Так как насекомое не может быть инфицировано ВИЧ, оно не может и передать ВИЧ человеку, которого оно ужалит или кровь которого будет пить.

ВИЧ поражает только определенные группы риска, такие как геи или потребители инъекционных наркотиков?

Нет. Любой человек, вступающий в незащищенный половой контакт с человеком, живущим с ВИЧ, может стать ВИЧ-инфицированным. Точно так же если при наличии ВИЧ-инфекции кто-либо будет пользоваться общим инъекционным инструментарием с ВИЧ-инфицированным человеком, или если ему будет сделано переливание крови с использованием зараженной крови или препаратов крови, он может быть инфицирован ВИЧ. Дети могут быть инфицированы ВИЧ от своих матерей во время беременности, родов, а в послеродовом периоде – через молоко при грудном вскармливании.

Что надо делать, если у вас есть подозрение на контакт с ВИЧ?

Вам следует немедленно обратиться за консультацией в местное учреждение здравоохранения, где вам могут порекомендовать пройти консультирование и тестирование на ВИЧ-инфекцию или провести курс постконтактной профилактики. Важно помнить, что при первичном инфицировании ВИЧ именно на самой ранней стадии наиболее высока возможность передачи вируса от вас вашим партнерам.

Что такое постконтактная профилактика?

Постконтактная профилактика (ПКП) – это курс приема антиретровирусных препаратов, прописываемый для защиты от инфекции в течение 48 часов после предполагаемого контакта с ВИЧ. ПКП не дает 100%-ной гарантии результата, даже если начать ее сразу после состоявшегося контакта, поэтому в первую очередь очень важно сделать все возможное для предотвращения передачи ВИЧ-инфекции.

Как вы можете снизить риск ВИЧ-инфицирования при половом контакте?

- ➔ За счет воздержания
- ➔ За счет сохранения верности одному партнеру при условии, что этот партнер не инфицирован ВИЧ и также сохраняет верность вам, а также что вы оба не практикуете какое-либо другое рискованное поведение, например, не употребляете наркотики инъекционным путем
- ➔ За счет правильного применения мужских или женских презервативов при каждом половом акте

Насколько эффективно презервативы защищают от ВИЧ-инфекции?

Мужские или женские презервативы являются высокоэффективным средством защиты от инфекций, передаваемых половым путем, в том числе ВИЧ-инфекции. Их необходимо использовать при каждом проникающем половом акте, вагинальном или анальном. Для обеспечения максимальной эффективности презервативы всегда нужно применять правильно. Неправильное применение может привести к соскальзыванию или разрыву презерватива и, соответственно, снижает эффективность этого средства профилактики.

Как могут люди, употребляющие наркотики инъекционным способом, снизить риск инфицирования ВИЧ?

ВИЧ может передаваться при использовании зараженного инъекционного инструментария. Однако существуют определенные шаги, которые можно предпринять для снижения риска инфицирования:

- ➔ Если вы не можете полностью отказаться от приема наркотиков, измените способ их потребления, отказавшись от инъекционных препаратов и используя другие (которые можно принимать, например, перорально или курить).
- ➔ Никогда не применяйте использованных игл, шприцев, оборудования для приготовления наркотика и никогда не пользуйтесь всем этим вместе с другими людьми.
- ➔ При каждой инъекции и приготовлении наркотика пользуйтесь новым стерильным шприцем (полученным из надежного источника, например, от работника аптечного пункта или программы обмена шприцев).
- ➔ Пользуйтесь чистыми спиртовыми тампонами для очищения кожи перед каждой инъекцией.

Как можно предотвратить передачу ВИЧ-инфекции от матери ребенку?

ВИЧ-инфекция может передаваться от инфицированной матери ее ребенку во время беременности, при родах или в послеродовом периоде при грудном вскармливании. Риск передачи вируса от матери ребенку можно существенно снизить за счет следующих мер:

- ➔ Прием антиретровирусных препаратов кратким курсом для матери во время беременности перед родами, ребенку после рождения
- ➔ Применение кесарева сечения для рождения ребенка
- ➔ Обращение к специалисту за консультацией по поводу грудного вскармливания. По возможности женщине, живущей с ВИЧ, следует отказаться от кормления ребенка грудью, но лишь при условии обеспечения полноценного альтернативного питания для ребенка (включая наличие постоянного доступа к доброкачественным, безопасным молочным смесям, а также возможности их правильного приготовления и использования).

Можно ли заниматься сексом с ВИЧ-положительным человеком без риска инфицирования?

Если у человека, живущего с ВИЧ, в результате тщательного соблюдения режима терапии количество копий вируса в биологических жидкостях снижено до неопределяемого уровня, риск передачи ВИЧ-инфекции партнеру будет намного ниже. Желательно, тем не менее, воздерживаться от проникающих половых контактов или пользоваться презервативами.

Каков риск инфицирования ВИЧ при выполнении пирсинга или татуировок?

Риск ВИЧ-инфицирования существует при применении нестерильного инструментария. Инструмент, нарушающий целостность кожных покровов, должен быть стерильным, использоваться один раз, а после использования выбрасываться или вновь подвергаться стерилизации.

Является ли обрезание у мужчин методом, помогающим предотвратить ВИЧ-инфицирование?

Мужское обрезание снижает вероятность ВИЧ-инфицирования для мужчин при незащищенных половых контактах. Риск заражения ВИЧ-инфекцией при половом контакте только снижается, но не устраняется полностью.