**Профилактика ВИЧ- инфекции**

**ВИЧ - инфекция** - медленно прогрессирующее инфекционное заболевание, возникающее вследствие заражения вирусом иммунодефицита человека. Заболевание поражает иммунную систему, в результате чего организм становится высоко восприимчив к различным инфекциям и злокачественным опухолям, приводящим в конечном итоге к гибели больного.

**СПИД** (синдром приобретенного иммунного дефицита) - конечная или терминальная стадия заболевания, от момента заражения ВИЧ до развития СПИДа может пройти в среднем от 7 до 15 лет Источник заражения - человек, инфицированный вирусом, - вирусоноситель или больной СПИД. Вирусоносители часто считают себя здоровыми, не подозревая о том, что инфицированы, так как в течение нескольких лет у них могут отсутствовать признаки болезни.

***Заражение может произойти:***

1. При половом контакте, даже если он был единственным. Риск заражения возрастает у людей, имеющих многочисленные половые связи, особенно случайные или с малознакомыми партнерами; уже болеющих венерическими заболеваниями, что облегчает проникновение ВИЧ.

2. При переливании зараженной крови или через загрязненные кровью инструменты, при инъекциях, что характерно для наркоманов, употребляющих наркотики внутривенно.

3. При нанесении татуировок, пирсинга нестерильным инструментарием.

4. Возможна передача вируса от матери ребенку во время беременности и родов.

***ВИЧ не передается:***

•через пищу, воду, бытовым путем - при пользовании общей ванной, туалетом, посудой;

•через рукопожатие, объятия, поцелуи;

•через укусы комаров, слепней и других кровососущих насекомых.

Диагноз ВИЧ-инфекции ставится по результатам специального исследования крови, которое можно пройти анонимно.

**Показаниями для обследования на ВИЧ- инфекцию являются:** •лихорадка более 1 месяца;

•диарея более 1 месяца;

•необъяснимая потеря массы тела на 10% и более;

•затяжное, повторяющееся или не поддающееся обычному лечению воспаление легких;

•постоянный кашель более 1 месяца;

•увеличение лимфоузлов 2-х и более групп свыше 1 месяца.

***Основной метод предупреждения болезни - прерывание путей передачи инфекции:***

1. Для предупреждения полового пути передачи следует иметь одного надежного полового партнера или пользоваться презервативами при случайном сексуальном контакте - они существенно снижают риск заболевания ВИЧ-инфекцией.

2. В медицинских учреждениях проводятся мероприятия по обеззараживанию инструмента, исследуются все порции донорской крови.

3. Не употребляйте наркотики - борьба с наркоманией - это борьба с ВИЧ-инфекцией.

4. Не пользуйтесь общими иглами, чернильницами при нанесении татуировок.

**Лечение болезни**

За прошедшие годы, несмотря на усилия различных специалистов всего мира, огромные средства, затраченные на исследование и лечение «чумы» XX века, до сих пор не найдены средства для проведения профилактических прививок и для радикального излечения инфицированных больных.

Имеющиеся в арсенале врачей лекарственные средства позволяют лишь на время несколько стабилизировать состояние больного ВИЧ/СПИД, облегчить его страдания и продлить жизнь.

**ВИЧ - среди женщин**

Эпидемия ВИЧ/СПИД все больше и больше приобретает женское лицо:

* почти половина всех людей в мире, живущих с ВИЧ,- женщины;
* женщины особенно уязвимы к ВИЧ-инфекции и ее последствиям;
* вероятность заражения ВИЧ для девушек и молодых женщин в 2,5 раза выше, чем для их сверстников мужского пола;
* женщины чаще мужчин заражаются ВИЧ даже от однократного незащищенного полового акта;
* распространение ВИЧ-инфекции среди женщин приводит к увеличению детей, рожденных от ВИЧ-инфицированных матерей; большинство детей заражаются ВИЧ от своих матерей во время беременности, родов или при грудном вскармливании.

**Меры профилактики и защиты**

Специфических средств профилактики ВИЧ-инфекции в настоящее время в мире не существует. Поэтому защита от этой страшной болезни в подавляющих случаях всецело зависит от поведения и образа жизни самого человека.

* Главным условием сохранения здоровья и предупреждения заражения является нравственная чистота и верность избранному спутнику жизни.
* Всегда и везде пользоваться только личными предметами гигиены (зубные щетки, бритвы, лезвия и т.д.).
* Избегать случайных половых связей; в случае возникновения таковых - обязательно пользоваться презервативом.
* Не иметь половых связей с людьми, употребляющими наркотики.
* Приучать себя и своего партнера систематически и правильно пользоваться презервативом; это поможет снизить вероятность заражения СПИДом, предохранит от венерических заболеваний и нежелательной беременности.
* Не употреблять наркотические препараты.

**Ведите здоровый образ жизни, ведь наше будущее зависит от нас самих!**

Памятка разработана специалистами СППС УО «ГГАУ»