**ВИЧ-инфекция и ее профилактика**

Актуальность вопросов профилактики и распространения ВИЧ-инфекции определяется ростом количества людей, живущих с ВИЧ. Распространение ВИЧ-инфекции приобрело глобальный масштаб, за короткое время она стала проблемой номер один для медицины.

**Основные понятия:**

**ВИЧ** (вирус иммунодефицита человека)- возбудитель ВИЧ-инфекции и СПИДа.

**ВИЧ-инфекция** – инфекционное заболевание , причиной которого является ВИЧ, а исходом СПИД.

**СПИД -** синдром приобретенного иммунодефицита – это конечная стадия ВИЧ-инфекции, когда иммунная система человека поражается настолько, что становится неспособной сопротивляться любым видам инфекции. Любая инфекция, даже самая безобидная, способна привести к тяжелому заболеванию и летальному исходу.

От момента заражения до появления первых признаков заболевания, до развития СПИДа проходит большой промежуток времени, иногда несколько лет. У половины ВИЧ-инфицированных бессимптомный период составляет около десяти лет. При попадании в кровь ВИЧ избирательно прикрепляется к клеткам крови , ответственным за иммунитет, что обусловлено наличием на поверхности этих клеток специфических клеток- CD 4, которые распознают ВИЧ. Внутри этих клеток ВИЧ активно размножается и еще до формирования иммунного ответа, быстро распространяется по всему организму. В первую очередь поражает лимфоузлы, поскольку в них содержится большое количество иммунных клеток.

При прогрессировании заболевания ВИЧ приводит к поражению все большего количества иммунных клеток - лимфоцитов CD 4, количество которых постепенно снижается, достигая в конечном итоге критического числа, что можно считать началом СПИДа.

**Как можно заразиться ВИЧ-инфекцией.**

1. При половом контакте. Половой путь-самый распространенный во всем мире путь передачи ВИЧ-инфекции. Сперма содержит большое количество ВИЧ. Риск передачи ВИЧ увеличивается при сопутствующих инфекциях, передающихся половым путем. ВИЧ обнаруживается также в отделяемом влагалища и шейки матки.
2. При использовании одних шприцев или игл среди инъекционных наркоманов.
3. При переливании крови и ее компонентов. ВИЧ может содержаться в препаратах донорской крови, свежезамороженной плазме, тромбоцитарной массе и др. Переливание инфицированной крови в 90-100% случаев приводит к инфицированию.
4. От матери ребенку. Заражение плода может происходить во время беременности – вирус способен проникать через плаценту, а также во время родов. Риск зависит от качества медицинского наблюдения и лечения матери во время беременности, состояния здоровья матери и стадии ВИЧ-инфекции. Существует также риск во время кормления грудью. Вирус обнаружен в молозиве и грудном молоке ВИЧ-инфицированной женщины. Поэтому ВИЧ-инфекция является противопоказанием для кормления грудью.
5. От больных медицинскому персоналу и наоборот. Риск заражения при ранении острыми предметами, загрязненными кровью ВИЧ-инфицированных, составляет около 0,3%. Риск при попадании на слизистую и поврежденную кожу инфицированной крови еще ниже.

**Как нельзя заразиться ВИЧ-инфекцией.**

Если в Вашем окружении есть ВИЧ-инфицированный человек, необходимо помнить, что нельзя заразиться ВИЧ при: кашле и чихании; рукопожатии; объятиях и поцелуях; употреблении общей еды и напитков; в бассейнах, банях, саунах; через укусы кровососущих насекомых и животных, т.к. ВИЧ – это только вирус человека; в слюне и других биологических жидкостях содержится слишком малое количество вируса, которое не способно привести к инфицированию. Риск заражения имеет место, если биологические жидкости ( слюна, пот, слёзы, моча, кал) содержат кровь.

**Профилактика ВИЧ.**

К сожалению, к настоящему времени не разработано эффективной вакцины против ВИЧ. Пока профилактика заражения ВИЧ сводится лишь к общим мерам профилактики.

1. Безопасный секс. Использование презервативов помогает избежать заражения, однако даже при правильном использовании презерватива он никогда не защищает на 100%.

2. Иметь только одного хранящего верность полового партнера. Если половые партнеры хотят быть уверенными в отсутствии риска заражения, они оба должны обследоваться на ВИЧ

3. Отказ от употребления наркотиков. Если справиться с пристрастием невозможно, необходимо использовать только новые одноразовые иглы и никогда не использовать общие иглы и шприцы.

4. ВИЧ-инфицированные матери должны избегать кормление грудью.

5. Медицинский персонал при работе с колюще-режущим медицинским инструментарием, при работе с биологическими жидкостями должен соблюдать универсальные меры предосторожности.

Врач-эпидемиолог отдела профилактической работы Н. Синельникова.