

## Профилактика ВИЧ/СПИД

ВИЧ-инфекция представляет собой болезнь, вызванную вирусом иммунодефицита человека и являющуюся антропонозным инфекционным хроническим заболеванием, характеризующимся специфическим поражением иммунной системы, приводящим к медленному ее разрушению до формирования синдрома приобретенного иммунодефицита (СПИД), сопровождающегося развитием оппортунистических инфекций и вторичных злокачественных новообразований. СПИД представляет собой состояние, развивающееся на фоне ВИЧ-инфекции.

Возбудитель ВИЧ-инфекции - вирус иммунодефицита человека. Существует два типа вируса: ВИЧ-1 и ВИЧ-2.

Источником ВИЧ-инфекции являются люди, инфицированные ВИЧ, на любой стадии заболевания, в том числе в инкубационном периоде. Инфицирование ВИЧ является пожизненным, однако разные клинические периоды заболевания имеют разное эпидемиологическое значение: изменяются контагиозность больного и его активность в качестве источника ВИЧ, вероятность возникновения и распространения сопутствующих инфекций.

ВИЧ поражает иммунную систему, что делает организм особо восприимчивым к вирусам и бактериям. Со временем это может привести к различным осложнениям и к самой тяжелой форме ВИЧ - СПИДу - синдрому приобретенного иммунодефицита человека. ВИЧ передаётся: через кровь; от матери во время беременности, в родах, при грудном вскармливании; половым путём. ВИЧ не передаётся: через посуду, одежду, белье, бытовые предметы; при объятиях, рукопожатиях, дружеских поцелуях; при посещении бассейна, сауны, туалета; при кашле или чихании; при укусах насекомых; через пищу, воду. На сегодняшний день медицина выделяет самый эффективный метод лечения - антиретровирусную терапию.

Профилактика ВИЧ/СПИДа — это комплекс мер, направленных на предотвращение заражения вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ) и развития синдрома приобретенного иммунодефицита (СПИД). Важно помнить: СПИД — это конечная и самая тяжелая стадия ВИЧ-инфекции. Поэтому вся профилактика направлена на то, чтобы не допустить заражения ВИЧ, а если заражение произошло — не дать развиться СПИДу.

Профилактику можно разделить на три основных уровня:

- I. Первичная профилактика (для тех, кто не живет с ВИЧ) Цель — предотвратить инфицирование.
  1. Безопасное сексуальное поведение: 1) использование презервативов при каждом сексуальном контакте - самый эффективный способ профилактики при половых контактах. 2) Взаимная верность с партнером. 3) Ограничение числа половых партнеров. 4) Открытое обсуждение ВИЧ-статуса с партнером.
  2. Добровольное медицинское освидетельствование (тестирование) на ВИЧ – знание своего статуса позволяет защитить себя и своих близких. Рекомендуется тестироваться не реже одного раза в год, а при рисках — чаще.
  3. Прием антиретровирусных препаратов ВИЧ-отрицательными людьми из групп высокого риска для предотвращения заражения. Принимается строго по назначению врача.
  4. При медицинских и косметических процедурах использование только стерильных или одноразовых инструментов (в стоматологии, тату-салонах, салонах красоты).
  5. Обеспечение безопасности донорской крови и органов (вся донорская кровь в РФ и многих других странах обязательно тестируется на ВИЧ).
  6. Профилактика передачи от матери ребенку: если ВИЧ-положительная женщина беременеет, специальная антиретровирусная терапия во время беременности, родов и в послеродовой период (для ребенка) снижает риск передачи вируса до 1-2% и менее.
  7. Информационно-просветительская работа: знание — главное оружие в борьбе с эпидемией ВИЧ-инфекции.

- II. Вторичная профилактика (для людей, живущих с ВИЧ). Цель — не допустить развития СПИДа и улучшить качество жизни.
1. Регулярный прием терапии подавляет размножение вируса до неопределяемого уровня. Это мощнейший инструмент профилактики.
  2. Постконтактная профилактика: прием антиретровирусных препаратов в течение 72 часов после возможного контакта с вирусом (например, разрыв презерватива, контакт с кровью на работе у медработника). Курс длится 28 дней и назначается только врачом.
  3. Профилактика и лечение оппортунистических инфекций: вакцинация и прием дополнительных препаратов для предотвращения болезней, которые могут развиваться на фоне ослабленного иммунитета.
  4. Здоровый образ жизни: отказ от курения, алкоголя, наркотиков, правильное питание и физическая активность помогают поддерживать иммунитет.
- III. Социальная и правовая профилактика – борьба со стигмой и дискриминацией: образовательные программы в школах, вузах и среди уязвимых групп населения, обеспечение доступности тестирования, консультаций и лечения для всех слоев населения.

Профилактика ВИЧ/СПИД — это ответственность каждого человека и общества в целом. Современная медицина позволяет жить с ВИЧ долгой и полноценной жизнью, а также эффективно предотвращать новые случаи заражения.

врач-эпидемиолог отдела обеспечения  
эпидемиологического надзора  
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии  
в Чувашской Республике - Чувашии»

Е.В. Ильина