

## ПАМЯТКА по профилактике ВИЧ/СПИДа

ВИЧ-инфекция - болезнь, вызванная вирусом иммунодефицита человека - антропонозное инфекционное хроническое заболевание, характеризующееся специфическим поражением иммунной системы.

ВИЧ - одно из самых страшных заболеваний XXI века. Страшное оно потому, что до сих пор не найдено средство лечения, и заразиться им может абсолютно каждый: ребенок, подросток, пожилой человек - вне зависимости от социального статуса, материального достатка.

ВИЧ-инфекция является заболеванием, которое можно держать под контролем и не давать перейти в стадию СПИДа. Это серьезный диагноз, но не приговор. При получении необходимого лечения, продолжительность жизни пациентов с ВИЧ-инфекцией не отличается от среднестатистической. В наше время наука добилась определенных успехов, - благодаря антиретровирусной терапии, применяемой к ВИЧ-положительным, они могут прожить долгие годы и чувствовать себя абсолютно нормальными людьми. Конечно же, путаться или переставать общаться с такими людьми ни в коем случае не надо.

Чтобы предотвратить заражение необходимо соблюдать простейшие профилактические меры.

Как передается ВИЧ?

Через кровь:

- при употреблении инъекционных наркотиков;
- при использовании нестерильного инструментария для татуировок и пирсинга;
- при использовании чужих бритвенных принадлежностей, зубных щеток;

Половой путь передачи:

- при незащищенном (без презерватива) проникающем половом контакте, даже если он единственный.

От матери к ребенку:

- во время беременности, родов, кормления грудным молоком.

В Томской области отмечается увеличение случаев ВИЧ при половых контактах.

В 2019 году в Томской области инфицирование ВИЧ-инфекцией происходило:

- 64,3% - при половых контактах;

- 34% - при употреблении инъекционных наркотиков;
- 1,7% - вертикальный путь (во время беременности, родов, кормления грудным молоком).

Как можно уменьшить риск заражения ВИЧ-инфекцией?

- при каждом сексуальном контакте использовать презерватив;
- никогда не употреблять инъекционных наркотиков;
- сохранять верность в отношениях с неинфицированным и равным образом верным партнером и избегать каких-либо других форм рискованного поведения.

Каковы преимущества периодического тестирования на ВИЧ?

Знание своего ВИЧ-статуса дает два важных преимущества:

- узнав о том, что вы ВИЧ-позитивны, вы можете принять необходимые меры для того, чтобы получить доступ к лечению, уходу и поддержке до того, как появятся симптомы, и, тем самым, потенциально продлить свою жизнь и предотвратить развитие осложнений на протяжении многих лет;
- узнав о том, что вы инфицированы, вы можете принять меры предосторожности, чтобы не допустить передачи ВИЧ другим людям.

Тестирование на ВИЧ можно пройти совершенно бесплатно и по желанию анонимно.

Сдать кровь на ВИЧ можно в поликлинике по месту жительства, Центре по профилактике и борьбе со СПИД (г. Томск, ул. Смирнова, 5а).