

Профилактика ВИЧ/СПИД

ВИЧ-инфекция/СПИД — это не болезнь цифр и статистики. Это проблема, которая повлияла на жизни многих людей, семей, стран и наций всего мира.

1. Основные понятия СПИД и ВИЧ

СПИД — синдром приобретенного иммунодефицита. Это заболевание вызывается вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Вирус иммунодефицита человека ослабляет иммунную систему, в результате чего организм теряет возможность противостоять различным заболеваниям. Термином СПИД обозначили конечную стадию ВИЧ-инфекции; она характеризуется поражением иммунной системы человека, на фоне которого развиваются сопутствующие заболевания легких, органов желудочно-кишечного тракта, головного мозга. Болезнь заканчивается смертью.

Аббревиатура СПИД обозначает **Синдром Приобретенного Иммунодефицита**.

Синдром — совокупность признаков, симптомов, характерных для какой-либо болезни.

Приобретенного — заболевание, приобретенное в течение жизни.

Иммунодефицита — недостаточная активность иммунной системы организма.

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) поражает живые клетки (лимфоциты) и развивается в них. Живые клетки используются как «инкубатор», в котором происходит деление и размножение вирусов. Размеры ВИЧ очень малы: по линии длиной 1 см может разместиться около 100 тысяч вирусных частиц. Вирус вызывает медленно текущее заболевание с длительным скрытым (инкубационным) периодом (от момента заражения до появления признаков болезни). Поэтому, проникнув в организм человека, ВИЧ сначала ничем себя не проявляет. Проходят годы, пока разовьется заболевание СПИД.

2. Эпидемиологическая ситуация по ВИЧ-инфекции

На начало 2002 года в мире 40,0 млн. мужчин, женщин и детей, живущих с ВИЧ/СПИД. В 2001 году произошло 5,0 млн. новых заражений ВИЧ. Умерли 3 млн. человек. Это самый высокий показатель смертности, зарегистрированный когда-либо. Около половины новых случаев ВИЧ-инфекции в мире приходится на молодых людей в возрасте от 15 до 24 лет. ВИЧ—инфекция больше, чем любая другая болезнь, поражает тех, кто находится в репродуктивном возрасте.

В мире более 2.7 млн. детей живут с ВИЧ-инфекцией, 13,2 млн. осиротевших детей до 15 лет, которые потеряли мать или обоих родителей в последствии СПИДа.

Основной причиной заражения ВИЧ (вирусом иммунодефицита человека) является инъекционное потребление наркотиков (80%), при этом увеличивается количество людей, инфицированных половым путем; детей родившихся от ВИЧ-инфицированных женщин.

3. Гипотезы происхождения вируса иммунодефицита человека

Впервые сообщение о новом заболевании было помещено в 1981 году в американском еженедельнике «Ежедневные сообщения о заболеваемости и смертности». Естественно, что появление нового вируса породило многочисленные гипотезы по его происхождения.

По мнению некоторых ученых, вирус имеет обезьянье происхождение. От обезьян из Африки выделены вирусы, очень близкие по генному строению к ВИЧ. Как могла произойти передача родственного вируса обезьян человеку? Многие племена Центральной Африки охотятся на обезьян и употребляют внутренние органы, и кровь в пищу. Заражение обезьяньим вирусом могло произойти при разделе туши через повреждения на коже охотника или при употреблении сырого мяса, мозга.

Ученые высказывают мнение, что преодоление видового барьера могло произойти в результате мутации обезьяньего вируса, как следствие радиационного воздействия. В 1969 — 1999 годах проводились испытания ядерного оружия, и в экваториальной зоне земного шара произошло резкое повышение радиационного фона. Не исключается воздействия естественного радиационного фона, который в местах залегания урановых руд в некоторых районах Африки весьма высок.

По другой версии, высказанной рядом ученых, ВИЧ является искусственно созданным. Еще в 1969 году Пентагоном была разработана программа по созданию бактериологического оружия, способного подавлять иммунную систему человека. В одном из научно-исследовательских центров США методом генной инженерии получали новые виды вирусов. Испытания проводили на осужденных, отбывающих пожизненное заключение, в обмен на освобождение по завершению эксперимента. Возможно, выход на свободу способствовал распространению ВИЧ-инфекции среди населения.

Версия построена на совпадении времени завершения эксперимента по разработке такого вида бактериологического оружия и появления первых случаев СПИДа среди гомосексуалистов, и именно в США и странах Центральной Африки. Однако убедительных объективных или документальных доказательств в ее подтверждение пока нет.

4. Течение болезни

Коварство ВИЧ заключается в том, что, попав в организм, он долгое время никак себя не проявляет, и обнаружить его можно только при лабораторном обследовании. В течение болезни, вызванной вирусом иммунодефицита человека, выделяется несколько стадий:

Первая стадия — отсутствие клинических проявления ВИЧ-инфекции. Эта стадия длится от 2 до 15 лет. Она называется асимптомной инфекцией. Человек может выглядеть и чувствовать себя здоровым и при этом передавать инфекцию другим людям.

Вторая стадия — *пре-СПИД*. Характеризуется появлением первых симптомов болезни: увеличение лимфатических узлов; потеря массы тела; лихорадка; слабость.

Третья стадия — *СПИД*. Продолжается от нескольких месяцев до 2 лет, заканчивается смертью больного. Характеризуется развитием тяжелых, угрожающих жизни заболеваний, вызванных грибами, бактериями вирусами.

5. Пути передачи ВИЧ-инфекции

ВИЧ не живет в организме животных. Для своей жизнедеятельности и размножения он нуждается в клетках человека, поэтому не может передаться от животных человеку. Это положение было доказано американскими учеными, работавшими в обезьяньем питомнике. В опытах на крысах, мышах, павлинах и кошках ни разу не удалось получить заражение. Следовательно, заразиться вирусом, вызывающим СПИД, можно только от человека, который является источником ВИЧ-инфекции.

У ВИЧ-инфицированного человека содержание вируса в различных жидкостях неодинаково. Наибольшее количество вируса, достаточное для заражения другого человека. У ВИЧ-инфицированного содержится в крови, сперме, вагинальном секрете, спинномозговой жидкости, грудном молоке. Следовательно, можем говорить о трех путях передачи ВИЧ-инфекции:

- половом;
- парентеральном (попадание вируса в кровь);
- вертикальном (от ВИЧ-инфицированной матери ребенку во время беременности, родов, кормления).

6. Пути которыми ВИЧ-инфекция не передается

ВИЧ-инфекция не передается:

- при дружеских объятиях и поцелуях;
- через рукопожатие;

- при пользовании школьными принадлежностями, компьютером, столовыми приборами, верхней одеждой;
- через предметы сантехоборудования, при пользовании бассейном, душем;
- в общественном транспорте;
- насекомыми, в том числе и кровососущими;
- через предметы производственной и домашней обстановки;
- воздушно-капельным путем;

ВИЧ-инфекция также не передается при наличии постоянного полового партнера, при сексуальном контакте с использованием презерватива. Нельзя заразиться при уходе за больным человеком.

7. Степень риска заражения ВИЧ-инфекцией. Группы риска

Существуют люди, у которых вероятность инфицирования ВИЧ велика. Это зависит от поведения человека, которое определяет степень риска: наличие большого числа сексуальных партнеров; половые контакты без презерватива; осуществление половых контактов при наличии болезней, передаваемых половым путем; использование одних и тех же игл и шприцев несколькими людьми при внутривенном введении наркотиков. Поэтому к уязвимым группам относятся:

- наркоманы;
- гомосексуалисты;
- проститутки;
- лица с беспорядочными половыми связями.

Сегодняшняя обстановка в мире показывает, что к группе риска относится каждый из нас не соблюдаются элементарные правила личного поведения.

8. Меры профилактики

В мире пока еще не изобретены лекарства и вакцины, которые могли бы излечить от ВИЧ-инфекции или предупредить заражение. Исход болезни смертелен. Только безопасное поведение и ответственное отношение к своему здоровью защитят от заражения вирусом иммунодефицита человека.

Половой путь заражения. У человека, не имеющего половых контактов и не практикующего внутривенное введение наркотиков, риск заражения ВИЧ равен нулю.

Ранние половые связи могут привести к нежелательной беременности, заражению венерическими заболеваниями, СПИДом. Надо ли это нашим детям? Готовы ли они стать сами родителями. Поэтому основой в предупреждении заражения ВИЧ должно быть:

- Безопасное и ответственное поведение, здоровый образ жизни.
- Исключение ранних половых отношений. Воздержание от половых отношений до вступления в брак способствует созданию настоящих глубоких отношений, развивать терпение и самоконтроль, открывать возможность радоваться юности, поможет осознать уникальность супружеских отношений, избавиться от страха заразиться инфекциями, передаваемыми половым путем и их последствий.

- Соблюдение верности в браке.
- Использование презервативов при случайных половых контактах.
- Использование индивидуальных предметов личной гигиены.

Парентеральный путь (попадание вируса в кровь). Основной путь передачи ВИЧ-инфекции — инъекционное введение наркотиков. Печальным является факт, что начинают употреблять наркотики подростки в возрасте 13-15 лет, которые не осознают последствий. Это вирусные гепатиты, ВИЧ-инфекция, инфекции, передаваемые половым путем и др. В большинстве случаев в таких группах наркотик вводят одним шприцем внутривенно с последующей передачей его друг другу. Заражению ВИЧ способствуют использование инфицированного наркотика или общих предметов при его приготовлении (тампоны, посуда). Как только среди наркоманов появляется хотя бы один зараженный

ВИЧ, через некоторое время члены группы (около 70% в течение 2-3 лет) становятся ВИЧ-инфицированными.

Наркомания — болезнь характеризующаяся непреодолимым влечением к наркотикам, вызывающим в малых дозах эйфорию (возбуждение), в больших — оглушение, наркотический сон. Результатом является бесконтрольность поведения (это приводит к вступлению в беспорядочную половые связи), возможность заражения ВИЧ-инфекцией и как следствие смерть. Поэтому нужно сделать все, чтобы наши дети не поддавались давлению со стороны сверстников, не стремились попробовать, а тем более употреблять наркотики.

Кроме того, прокалывать уши следует только в косметических кабинетах. Делать татуировки в специальных кабинетах, а также иметь собственные предметы личной гигиены: бритвы, маникюрные принадлежности. Возможность заражения в медицинских заведениях — минимальна.

Вертикальный путь заражения. Заражение ребенка от ВИЧ-инфицированной матери происходит при проникновении вируса от матери к плоду во время беременности, родов и при кормлении грудью. Поэтому решение о рождении ребенка принимает сама ВИЧ-инфицированная женщина, которая должна подумать о последствиях и принять правильное решение. Врачи делают все возможное для того, чтобы ребенок родился неинфицированным. Вероятность рождения ВИЧ-инфицированного ребенка составляет 30-45%. Применение медикаментозной терапии позволяет значительно уменьшить риск рождения инфицированного ребенка (до 1-2%).

9. Здоровый образ жизни как основа профилактики СПИД

Существует тысяча болезней, но здоровье бывает одно (Л. Берне).

Самое дорогое у человека — это жизнь. Главное в жизни здоровье. Заботясь о своем здоровье, мы заботимся о будущих поколениях. Здоровье человека зависит от многих причин: от наследственных факторов, медицинской помощи, состояния окружающей среды и образа жизни. Образ жизни складывается из привычек, характера, потребностей того или иного человека, его материального и духовного состояния, традиций и т.д. Для того чтобы чувствовать себя благополучно, нужно стремиться вести здоровый образ жизни. Ведь еще великие люди говорили: «Здоровый человек-самое драгоценное произведение природы» (Т.Карлейль). Здоровый образ жизни тесно связан и информированностью человека о закономерностях развития организма, знание того, что для него полезно, что вредно. Самая опасная из всех болезней — невежество. Здоровый образ жизни включает в себя соблюдение правил личной гигиены, занятие физической культурой и закаливанием, правильное питание, воздержание от употребления алкоголя и наркотиков, умение справляться с различными переживаниями. Полезные и вредные привычки могут как способствовать сохранению и укреплению здоровья, так и быть направлены против него.

Очень важно для здоровья занятие физической культурой. *«Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь»* (Гиппократ).

Наиболее опасное влияние на здоровье человека оказывает употребление алкоголя, табака и наркотиков. Под их воздействия поражаются внутренние органы, сосуды, головной мозг и возникают серьезные болезни. От таких привычек очень трудно отказаться, и они становятся «необходимыми» в повседневной жизни.

Последствия, которые наступают в результате их ограничения, настолько болезненны: что человек не в состоянии справиться с ними самостоятельно. Особенно сложно избавиться от вредных привычек, если они формируются в молодом возрасте. Организм только формируется и не способен оказывать сопротивление разрушающим воздействиям вредных веществ. Болезни возникают чаще, протекают тяжелее и приводят

к печальному исходу. Есть болезни, которые излечимы: грипп, респираторные заболевания, заканчивающиеся смертельным исходом. Необдуманное поведение (беспорядочные половые связи, инъекционное введение наркотиков) может привести к непредвиденным последствиям. Жизнь наших детей только начинается. Она полна трудностей, неожиданностей, побед, поражений. Каждый из вас строит планы о счастливом будущем своих детей, и чтобы они осуществились, необходимо уже сейчас воспитывать в них сильную личность, стремящуюся чего-то достичь, не поддающуюся на соблазны, которые приводят к серьезным последствиям.

Воспитание ценного отношения к собственному здоровью — вот цель формирования здорового образа жизни.

10. ВИЧ-инфицированные и больные СПИДом и этика взаимоотношений с ними

СПИД является не только медицинской проблемой, так как ведет к различным социальным последствиям, создает проблемы как для самих ВИЧ-инфицированных, так и для их родных, близких, для всех людей, которые так или иначе связаны с ними.

11. Правовые аспекты проблемы ВИЧ/СПИД

Вопросы распространения ВИЧ-инфекции рассматриваются рядом законодательных актов. Так, Уголовный кодекс предусматривает наказание в виде лишения мест свободы сроком до трех лет за заведомое поставление другого лица в опасность заражения СПИДом; лишение свободы сроком до семи лет за заражение другого лица СПИДом лицом, знавшим о наличии у него этой болезни.

Закон «О государственных пособиях семьям, воспитывающим детей» предусматривает пенсионное пособие на детей ВИЧ-инфицированным к больным СПИДом до 16 лет.

Законами «О здравоохранении», «О санитарном благополучии населения» гарантируется:

- предоставление бесплатных лекарств при лечении СПИДа;
- предоставление лечения в любом медицинском учреждении;
- недопущение увольнения с работы, отказа в приеме на работу, учебное заведение, детское учреждение ВИЧ-инфицированных лиц;
- право граждан на медицинское освидетельствование, в том числе анонимное;
- обеспечение медицинским учреждением безопасности и конфиденциальности обследования.

Если возникнут вопросы по проблеме ВИЧ/СПИД, наркомании, инфекциям, передаваемые половым путем, Вы можете получить помощь в Республиканском или областных центрах профилактики СПИД, наркологической и дерматовенерологической службах.