

ПАМЯТКА ДЛЯ ПОДРОСТКОВ, РОДИТЕЛЕЙ И ПЕДАГОГОВ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ВИЧ-инфекции и СПИДа.

Профилактика СПИДа

начинается с осознания личной ответственности

ВИЧ — необычный вирус: человек может быть инфицирован много лет и казаться при этом абсолютно здоровым. Попав в организм, вирус постепенно разрушает иммунную систему, убивая клетки крови, которые являются частью иммунной (защитной) системы организма.

Если человек инфицирован, еще не значит, что у него сразу разовьется СПИД. Вирус может находиться в организме десять и более лет, прежде чем человек почувствует какие-либо симптомы заболевания. В течение всего периода он может выглядеть и чувствовать себя абсолютно здоровым и при этом передать этот вирус другим. Можно получить ВИЧ, не подозревая этого, и можно передать ВИЧ другим, не зная об этом.

Как ВИЧ проникает в организм?

Заражение может произойти только при попадании инфицированной биологической жидкости в кровь неинфицированного человека непосредственно или через слизистые оболочки (в основном, слизистые половых органов). Биологических жидкостей, концентрация вируса в которых достаточна для заражения, всего четыре: кровь, сперма, вагинальный секрет и грудное молоко. Вирус может попасть в организм при сексуальном контакте без презерватива, при использовании нестерильных инструментов для инъекций и других манипуляций, предусматривающих нарушение целостности кожных покровов.

Известны три пути передачи ВИЧ:

— **Половой** — при незащищенном половом контакте с ВИЧ-инфицированным или больным СПИДом.

— **Парентеральный** — при попадании крови ВИЧ-инфицированного или больного СПИДом в организм здорового человека.

— **Вертикальный** — ВИЧ-инфицированная беременная женщина может передать вирус ребенку во время беременности, в процессе родов, при грудном вскармливании ребенка.

Нельзя заразиться ВИЧ через:

— пот, слюну, слезы, кашель;

— рукопожатия, объятия, поцелуи;

— укусы насекомых;

— общую посуду и пищу,

— общие вещи: деньги, книги, клавиатуру компьютера, бытовые предметы;

— воду (при пользовании общим бассейном, ванной, душем, туалетом).

Профилактика полового пути передачи ВИЧ

Для предупреждения заражения ВИЧ при половом контакте следует:

— избегать беспорядочных и случайных половых связей;

— при любом половом контакте пользоваться презервативом высокого качества.

Следует помнить, что из противозачаточных средств только презерватив препятствует проникновению ВИЧ и при правильном использовании защищает от заражения ВИЧ-инфекцией на 98 %.

Профилактика парентерального пути передачи ВИЧ

— отказаться от употребления наркотических веществ;

— подвергать обработке, в т. ч. с использованием дезинфицирующих средств многоразовые инструменты для маникюра/педикюра/пирсинга/татуажа;

— при попадании чужой крови на раневую поверхность необходимо промыть рану проточной водой, обработать 3 % раствором перекиси водорода или спиртосодержащим

- раствором (70 %), после обработки закрыть рану пластырем;
- при попадании крови на слизистую глаза промыть глаза водой и закапать глазными каплями, обладающими слезоотделительным и дезинфицирующим эффектом (например, 20 % раствором альбуцида);
 - при попадании крови на слизистую оболочку полости рта — прополоскать рот 70 % этиловым спиртом;
 - для оказания первой медицинской помощи при кровотечениях необходимо использовать резиновые перчатки и защищать открытые участки кожи и слизистые глаз от попадания крови, любые загрязнения кровью должны рассматриваться как потенциально опасные.

Профилактика вертикального пути передачи ВИЧ

Согласно действующему законодательству каждая беременная женщина может пройти обследование на ВИЧ-инфекцию. При обнаружении вируса в [организме ей для профилактики](#) внутриутробного инфицирования назначают специальные лекарственные препараты.

Тестирование на ВИЧ

В настоящее время нет лекарства, [способного уничтожить ВИЧ в организме](#) человека, нет вакцины, способной предотвратить заражение. Никто не застрахован от заражения ВИЧ. Любой человек в [любом возрасте вне зависимости от](#) места проживания и религиозных убеждений может заразиться. Только знания (о путях передачи и профилактике ВИЧ-инфекции) и поведение конкретного человека в «опасных» ситуациях способны защитить его от заражения.

Каждый сам принимает решения и несет ответственность за свои поступки, за свою жизнь.

По [вопросам получения психологической и иной](#) помощи вы можете обратиться:

В «Центр по профилактике и борьбе со СПИД» нашего города: г. Нижневартовск, ул. Спортивная, 19, тел. 45-94-45; 43-43-15.