**Профилактика ВИЧ-инфекции**

**Бояться не нужно, нужно знать!**

ВИЧ-инфекция – это хроническое инфекционное заболевание, вызываемое вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). ВИЧ поражает иммунную систему человека, лишая ее возможности сопротивляться не только размножению ВИЧ, но и сопутствующим заболеваниям: туберкулезу, грибкам, пневмонии, ОРВИ, вирусным гепатитам…

  СПИД – синдром приобретенного иммунодефицита – это последняя стадия развития ВИЧ-инфекции. На стадии СПИДа иммунитет ослаблен настолько, что другие заболевания, развиваясь на фоне ВИЧ-инфекции, приобретают необратимое течение и приводят к летальному исходу.

**Как ВИЧ распространяется?**

1. ВИЧ распространяется через жидкую среду организма. Он находится в:
   * крови;
   * сперме;
   * влагалищной жидкости;
   * грудном молоке;
2. Как ВИЧ передается от одного человека к другому:
   * занятия сексом (вагинальным, анальным или оральным) с человеком, который заражён ВИЧ;
   * использование одних шприцов с наркоманом или больным, который заражён ВИЧ;
   * в течение беременности, рождения, или кормления грудью, от матери, которая заражена ВИЧ;
   * во время переливаний крови, которая заражена ВИЧ (это очень редкий случай в медицинской практике).

**ВИЧ не распространяется:**

* через ободок унитаза;
* объятия, рукопожатия, или поцелуи с закрытым ртом (есть маленький шанс на заражение ВИЧ от "французского" поцелуя или поцелуя с открытым ртом, если есть контакт с кровью);
* приёма пищи вместе с инфицированным;
* от донорства крови;
* от работы или общения с ВИЧ- инфицированными;
* от использования телефонов;
* от укусов насекомых;
* через слезы;
* путём плавания в одних водоемах.

  СПИД «предпочитает» молодежь. В силу возраста молодым людям присуще рискованное поведение. Тем, кто не устоял под напором друзей-наркоманов и укололся, тем, кто проявил слабость, допустил случайный половой контакт без презерватива, необходимо провериться на ВИЧ. Чем раньше человек узнает, что он ВИЧ-инфицирован, тем больше у него шансов для успешного лечения сопутствующих заболеваний и развития СПИДа.

Как и другие заболевания, вирус иммунодефицита человека лучше предупредить, чем потом лечить. Ведь на данный момент, к сожалению, не изобретено лекарство от этой болезни, позволяющее излечиться полностью. Поэтому важно знать все существующие способы и основные меры профилактики заражения ВИЧ-инфекцией.

На сегодняшний день профилактика ВИЧ-инфекции относится к самым действенным способам борьбы с опасной болезнью. Ученые всего мира делают все возможное, чтобы в ближайшее время было разработано эффективное средство против ВИЧ. И хотя некоторые успехи в этой области есть, вакцина от инфекции пока не изобретена. Поэтому профилактика ВИЧ – это надежный и гарантированный способ защиты от инфекции, и результаты его зависят от поведения каждого человека.

Одним из самых важных направлений профилактики ВИЧ можно считать профилактику вертикальной передачи ВИЧ-инфекции, то есть – прохождение профилактического курса лечения беременными женщинами, являющимися носителями вируса иммунодефицита человека. Данная терапия направлена на максимальное снижение риска заражения ребенка внутриутробно.

Профилактика заражения половым путем представляет особую важность. К группе риска относится, в первую очередь, молодое поколение. Сегодня профилактика ВИЧ заключается в проведении информационной работы с молодежью, разъяснениях о важности использования презерватива для защиты от возможного инфицирования.

Если говорить о профилактике инфицирования через кровь, то необходимо помнить о правилах личной гигиены при пользовании туалетными принадлежностями. В первую очередь, это касается предметов, которыми можно порезаться и на которых могут сохраняться следы крови (ножницы, щипцы, бритвенные станки и т. д.). При проведении парентеральных манипуляций нужно соблюдать все правила асептики и антисептики.

Придерживаясь гигиены в повседневной жизни и сексе, можно оградить себя и своих близких от страшного заболевания, которое с каждым годом убивает все большее число людей.