**Профилактика ВИЧ-инфекции**

**ВИЧ-инфекция** — это хроническое инфекционное заболевание, которое провоцирует вирус иммунодефицита человека, поражающий клетки иммунной системы. При отсутствии лечения приводит к синдрому приобретённого иммунодефицита (СПИД).

**ВИЧ-инфекция** — распространенное вирусное заболевание, вызываемое вирусом иммунодефицита человека.

В естественных условиях ВИЧ в высушенном состоянии сохраняет активность на протяжении нескольких часов, в биологических жидкостях — несколько дней, в замороженной сыворотке крови — несколько лет.

При нагревании до 70–80 градусов вирус гибнет через 10 минут, при обработке 70% раствором этилового спирта инактивируется через одну минуту. Также чувствителен к 0,5% раствору гипохлорита натрия, 6% раствору перекиси водорода, 5% раствору лизола, эфира или ацетона.

**Пути заражения инфекцией:**

* *половой контакт* — распространенный путь инфицирования ВИЧ. При сопутствующих заболеваниях, передающихся половым путем, риск передачи ВИЧ увеличивается.  
  Половые инфекции часто протекают с нарушением целостности слизистой половых органов (язв, пузырьков, эрозий, трещин), что является дополнительным фактором риска передачи вируса. ВИЧ-инфекция может передаваться при всех видах сексуальных контактов. Особенно высок риск передачи при анальном сексе, т.к. существует риск травмирования слизистой прямой кишки и прямого контакта с кровью.
* *гемотрансфузионный путь* (при переливании крови и ее компонентов, а также среди наркоманов при использовании нестерильных шприцев или игл).  
  В настоящее время на долю гемотрансфузионного пути заражения ВИЧ приходится наибольшее количество случаев.
* *трансплацентарный путь* (от матери ребенку при беременности, при лактации).

**Кто входит в группы риска инфицирования ВИЧ?**

* наркоманы;
* лица, ведущие беспорядочную половую жизнь;
* лица, практикующие секс без предохранения;
* лица, практикующие анальный секс;
* лица, страдающие заболеваниями, передающимися половым путем;
* пациенты, нуждающиеся в гемодиализе, переливании крови;
* медицинские специалисты, контактирующие с ВИЧ-инфицированными;
* дети ВИЧ-инфицированных матерей.

**Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ)** является внутриклеточным паразитом. Он отдаёт предпочтение иммунным клеткам. Разрушение этих клеток ведёт к иммунодефициту.

Инфекция распространяется очень быстро и вызывает острую нехватку иммунитета, который, в свою очередь, провоцирует злокачественные новообразования, другие инфекции и вторичные заболевания. Иммунная система ослабевает до такой степени, что становится неспособной противостоять болезням и инфекциям, атакующим организм.

Вследствие ухудшения состояния здоровья человека, ему ставят диагноз СПИД. СПИД является конечной стадией ВИЧ-инфекции. Продолжительность течения ВИЧ-инфекции колеблется от нескольких месяцев до 15–20 лет.

**В течении болезни выделяют 3 стадии:**

1. острая инфекция;
2. латентный период;
3. терминальная стадия (СПИД).

Примерно через 3–6 недель с момента заражения наступает **острая лихорадочная фаза**. Эта фаза происходит не у всех, примерно у 50–70% инфицированных. У остальных больных после инкубационного периода наступает бессимптомная фаза.

**Острая лихорадочная фаза (острая инфекция) проявляется следующими симптомами:**

* лихорадка. Температура тела повышается до 37,5 градусов;
* боли в горле;
* лимфоузлы в подмышках, в паху и на шее увеличиваются, образуя припухлость;
* боли в области головы и глаз;
* снижение массы тела;
* снижение аппетита, сонливость;
* рвота, тошнота, диарея;
* кожные высыпания.

Острая фаза длится до нескольких недель, далее её сменяет бессимптомная фаза.

При **бессимптомной фазе** клинические проявления болезни могут отсутствовать. Примерно у 50% ВИЧ-инфицированных эта стадия может длиться до 10 лет.

Последняя стадия — **терминальная** (СПИД). Длительность данной стадии 1–2 года. Масса тела больного уменьшается больше чем на 10% по отношению к исходной. Развиваются присоединяющиеся инфекции.

**Меры профилактики ВИЧ-инфекции:**

* предотвращение случайных половых связей, использование барьерных методов защиты;
* предпочтение сексуальных контактов с постоянным половым партнером;
* регулярное обследование на ВИЧ обоих партнеров;
* отказ от употребления наркотиков;
* использование только одноразовых шприцев и игл;
* информационные сообщения: предупреждения в СМИ о риске заражения, пропаганда здорового образа жизни и межполовых отношений;
* использование личных средств гигиены: бритву, маникюрные принадлежности и др.;
* при прокалывании ушей использовать только стерильные инструменты;
* барьерная контрацепция. Следует всегда при себе иметь презервативы. Не вступать в незащищённые половые отношения.