**Защити себя**

"Нельзя умирать от СПИДа из-за собственного невежества"  
Призыв Всемирной организации здравоохранения

Вирус иммунодефицита человека -  опасен и коварен. Однажды попав в организм человека, он  остается там пожизненно. Медицина пока не знает способы уничтожения вируса в живом организме. Поэтому, чтобы защитить себя – необходимо не допустить попадание вируса в человеческий организм, т.е. соблюдать профилактические меры. Источником инфекции являются больные люди и вирусоносители. В настоящее время доказаны следующие пути передачи ВИЧ-инфекции: половой, парентеральный, вертикальный.

Половой путь передачи ВИЧ -  при незащищенных сексуальных контактах (вагинальных, анальных). В этом случае риск заражения существует практически всегда, потому что нельзя быть до конца уверенным в том, что один из половых партнеров не инфицирован ВИЧ. Единственный надежный способ защиты – постоянное и правильное использование презервативов.

Парентеральный путь передачи ВИЧ – при попадании крови больного в кровь здорового человека, чаще всего при использовании загрязненных кровью шприцев при введении «зараженного ВИЧ» наркотика, при переливании инфицированной вирусом крови,  при пересадке органов, кожи, костного мозга и др. от инфицированного ВИЧ донора. Человек, употребляющий психоактивные вещества внутривенно, как никто другой подвержен заражению ВИЧ – инфекцией. Вероятный риск заражения составляет 98-99,9%. ВИЧ – инфекция передается такими людьми через совместное использование игл и сексуальные контакты. Одновременно наркотики подавляют иммунитет больного (даже на фоне приема антиретровирусных препаратов). Зачастую многие наркоманы, тщательно скрывая свое пристрастие, вступая в брак с молодыми женщинами, девушками подвергают их опасности заражения ВИЧ.

Вертикальный путь передачи ВИЧ - передача заболевания от инфицированной матери ребенку. Возникает в 47-50 % случаев. Высока вероятность заражения ребенка на протяжении беременности и во время родов. Так же ребенок может заражаться от матери во время кормления грудным молоком.  Поэтому ВИЧ-положительная женщина, будущая мать обязательно должна принимать антиретровирусные препараты в течение беременности и родов, а так же эти препараты должны дать ребенку  сразу после появления на свет, что снизит риск его инфицирования до 2-7%. Даже ВИЧ-положительные матери при внимательном отношении к себе могут родить здорового ребенка!

На данный момент не выработано средства для массовой специфической профилактики - вакцины против ВИЧ–инфекции нет. Вирус чрезвычайно изменчив: изначально существующий в нескольких разновидностях, он в каждом конкретном случае приобретает новые свойства. Но работа по разработке вакцины ведется. Человечество победило много опасных заболеваний, считавшихся неизлечимыми. Дойдет очередь и до ВИЧ/СПИДа.

Можем ли мы сегодня защитить себя и близких от вируса ?

Да, при условии соблюдения мер индивидуальной профилактики. Они не сложны, и легко выполнимы.

Прежде всего, отказ от случайных половых связей – это один из самых эффективных методов профилактики. Супружеская верность, постоянный партнер, которому вы доверяете, и знание ВИЧ-статуса как своего, так и партнера – залог Вашего здоровья, а если рассматривать в более крупных масштабах – залог благополучия человечества!

ВИЧ/СПИД – заболевание, грозящее вымиранию населения нашей планеты. Пока не поздно, необходимо задуматься, - а все ли я делаю в этой жизни правильно? Вокруг ВИЧ существует много мифов, слухов и околонаучных теорий.

Важно знать, ВИЧ не передается:

- через объятие, рукопожатие и поцелуй;

- через вещи и предметы, которыми пользуется ВИЧ - инфицированным человек

- при медицинских осмотрах;

- при пользовании посудой совместно  с ВИЧ – инфицированным;

- при совместном плавании в бассейнах и естественных водоемах;

- при кашле и чихании;

- через укусы насекомых,

- через совместное пользование туалетом.

Важно знать, ВИЧ передается:

- половым путем при незащищенных сексуальных контактах; - через кровь при использовании общих шприцев во время введения наркотиков, переливании донорской крови, при применении нестерильных медицинских инструментов;  
- от матери к ребенку во время беременности, родов, грудном вскармливании от ВИЧ-инфицированной матери.

*Словом, требуется только контролировать свои поступки, и быть внимательным к своему здоровью. Жизнь прекрасна, стоит ли рисковать собой? Стоит ли рисковать здоровьем родных и близких, подставляя под удар тех, кто рядом? ...*