**«СПИД И ЕГО ПРОФИЛАКТИКА»**

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

**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**означает: **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: на 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.

**Ситуация по ВИЧ-инфекции**

На начало 2002 года в мире 40,0 млн. муж­чин, женщин и детей, живущих с ВИЧ/СПИД.

В 2001 году в мире 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 вследствие СПИДа.

В Республике Беларусь с 1987 года выявлено более 4 000. случаев ВИЧ-инфекции, из них 85,7 % — молодые люди в возрасте 15 — 29 лет. СПИД пытается отнять жизни у самых энергичных, красивых и талантливых; 80,5 % приходит­ся на мужчин, 19,5 % — на женщин.

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

**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 его происхождения.

По мнению некоторых ученых, вирус имеет обезьянье происхождение. От обезьян из Афри­ки выделены вирусы, очень близкие по своему генному строению к ВИ?. Как могла произойти передача родственного вируса обезьян человеку? Многие племена Центральной Африки охотятся на обезьян и употребляют их 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 1950—1960 годах проводились испытания ядерного оружия, и в экваториальной зоне земного шара произошло резкое повышение радиационного фона. Не ис­ключается воздействие и 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 завершении эксперимента. Возможно, их выход на свободу способствовал распространению ВИЧ-инфекции среди населения.

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

**Течение болезни**

Коварство ВИ? заключается в том, что, по­пав в организм, он долгое время никак себя не проявляет, и обнаружить его можно только при лабораторном обследовании. Пройдут годы, пока появятся признаки заболевания. В течении болез­ни, вызванной вирусом иммунодефицита чело­века, выделяется несколько стадий:

**Первая стадия**— отсутствие клинических про­явлений 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 грибками, бактериями, вирусами.

***Пути передачи ВИЧ-инфекции***

ВИ? 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 и 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).

***Пути, которыми ВИЧ-инфекция не передается***

ВИЧ-инфекция не передается:

•    при дружеских объятиях и поцелуях;

•    через рукопожатия;

•    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.

***Степень риска заражения ВИЧ-ин­фекцией. Группы риска***

Существуют люди, у которых вероятность инфицирования ВИ? 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, если не соблюдаются элементарные правила личного поведения.

**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 ВИ? должно быть:

1.  Безопасное и ответственное поведение, здо­ровый образ жизни.

2.  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, избавить от страха заразить­ся инфекциями, передаваемыми половым путем и их последствий.)

3.  Соблюдение верности в браке.

4.  Использование презервативов при случай­ных половых контактах.

5.  Использование индивидуальных предметов личной гигиены.

**Парентеральный путь (попадание вируса в кровь).**Основной путь передачи ВИЧ-инфекции в Беларуси — инъекционное введение наркоти­ков. Печальным является тот 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 являются бесконтрольность поведе­ния (это приводит к вступлению в беспорядоч­ные 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 пробовать, 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 учреждениях — 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 %).

**Здоровый образ жизни — как основа профилактики СПИД**

Существует тысячи 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, что бы чувствовать себя благо­получно, нужно стремиться вести здоровый об­раз жизни. Ведь еще великие люди говорили: “Здоровый человек — самое драгоценное про­изведение природы” (Т. Карлейлъ).Здоровый об­раз жизни тесно связан с информированностью человека о закономерностях развития организма, знанием 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, табака, 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 занятия физичес­кой культурой. “Гимнастика, физические уп­ражнения, ходьба должны прочно войти в по вседневный 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 воздействием 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, дизентерия и др. Но ВИЧ-инфекция — заболевание, 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 и 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 ценностного отношения к собствен­ному здоровью — вот цель формирования здо­рового образа жизни.

**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.

ВИЧ-инфицированные люди нуждаются в помощи и поддержке.

**Правовые аспекты проблемы ВИЧ/ СПИД**

Вопросы распространения ВИЧ-инфекции рассматриваются рядом законодательных актов Республики Беларусь.

Так, Уголовный кодекс Республики Беларусь предусматривает наказание в виде лишения 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 Республики Беларусь “О государствен­ных пособиях семьям, воспитывающим детей” предусматривает пенсионное пособие на детей

ВИЧ-инфицированных и больных СПИДом до 16 лет.

Законами “О здравоохранении Республики Беларусь”, “О санитарном благополучии насе­ления Республики Беларусь” гарантируется:

- предоставление бесплатных лекарств при ле­чении СПИДа;

- предоставление лечения в любом медицин­ском учреждении;

- недопущение увольнения с работы ВИЧ-ин­фицированных лиц, отказа в приеме на работу, учебное заведение, детское учреж­дение;

- 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.