**Что нужно знать о ВИЧ/СПИДе?**

**ВИЧ**— *Вирус Иммунодефицита человека.*Это вирус, который передаётся от человека к человеку и вызывает разрушение иммунной системы.

**ВИЧ-инфекция**— это заболевание, возникающее при проникновении в организм человека вируса иммунодефицита.

**СПИД**— *Синдром Приобретённого Иммунного Дефицита.*Клиническое состояние, характеризующееся снижением функции иммунной системы до критического уровня, сопровождающееся тяжелыми поражениями различных органов и систем организма. Это последняя (терминальная) стадия ВИЧ-инфекции.

Вирус может находиться в организме десять и более лет, прежде чем человек почувствует какие-либо симптомы заболевания. Попав в организм, вирус постепенно разрушает иммунную систему, убивая клетки крови, которые являются частью иммунной (защитной) системы организма. В течение этого периода человек может выглядеть и чувствовать себя абсолютно здоровым и при этом передать этот вирус другим.

**Опасна ВИЧ-инфекция,**

**а не ВИЧ-инфицированные!**

**Узнай как защититься!**

Заражение может произойти только при опадании **инфицированной ВИЧ биологической жидкости в кровь здорового человека**либо непосредственно, либо 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. Таким образом, вирус может попасть в организм либо при сексуальном контакте без презерватива, либо при использовании нестерильных инструментов для инъекций.

**Пути заражения ВИЧ-инфекцией различны, но, чтобы заражение произошло, необходимо:**

**попадание ВИЧ в кровь здорового человека;**

**количество ВИЧ должно быть достаточным для заражения.**

**Человек заражается ВИЧ в результате своих действий и поступков**

**КАК МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ ВИЧ?**

**При незащищённом половом контакте с ВИЧ-инфицированным или больным СПИДом.**

На протяжении последних лет в Беларуси увеличивается количество людей, инфицирование которых происходило в результате сексуальных контактов. Наличие у человека инфекций передаваемых половым путем, увеличивает риск инфицирования ВИЧ в 10 раз. ВИЧ передается при любом виде полового контакта. Беспорядочные сексуальные связи увеличивают риск заражения ВИЧ. В то же время может быть достаточно только одного полового контакта с носителем вируса, чтобы заразиться ВИЧ-инфекцией.

**При попадании крови ВИЧ-инфицированного или больного СПИДом в организм здорового человека.**

Этот путь передачи ВИЧ распространён среди лиц, употребляющих наркотики внутривенно. В Беларуси более 60 % всех  
случаев инфицирования ВИЧ произошли в результате инъекционного употребления наркотиков.

Возможно заражение при использовании загрязненного инфицированной кровью многоразового инструментария, в том числе для маникюра/педикюра, тату, пирсинга.

**ВИЧ-инфицированная или больная СПИДом женщина может передать вирус ребёнку.**

Это может произойти:

  во время беременности;

  в процессе родов;

  при грудном вскармливании.

**Заразиться ВИЧ нельзя через:**

  пот, слюну, слезы, кашель. То есть – через рукопожатия, объятия, поцелуи;

  укусы насекомых;

  постельное и нательное белье;

  общую посуду и пищу;

  общие вещи: деньги, книги, клавиатуру

  компьютера, бытовые предметы;

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

**Что нужно делать, чтобы не заразиться.**

  избегать случайных и беспорядочных половых связей;

  всегда пользоваться презервативом высокого качества;

  не пользоваться общими иглами, инструментами при татуировке, пирсинге, маникюре/педикюре/бритье;

  отказаться от употребления наркотических средств.

**Что нужно знать о ВИЧ/СПИДе?**

**1 декабря - ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ**

**БОРЬБЫ СО СПИДом**

Эпидемия СПИДа не имеет границ. Ее не останавливают межгосударственные границы, социальные, экономические, политические, этнические и другие отличия.

Сегодня эта эпидемия пришла во все страны и города, она затронула каждое общество. Есть немало мест на планете, где эпидемия СПИДа коснулась жизни каждой семьи. Это глобальная угроза, требующая глобальных действий.

Сегодня СПИД рассматривается не просто как отдельная проблема здравохранения, но как проблема человеческого развития, такая же значительная, как любые другие проблемы, с которыми сегодня сталкивается мир.

**С**разу же после того, как в 1983 году одновременно французским ученым Люком Монтанье и американским ученым Робертом Галло был установлен вирус - возбудитель ВИЧ-инфекции, ученые всего мира взялись за поиски и разработку вакцины против этого возбудителя инфекции. Однако надежды на ее создание очень скоро уступили место сомнениям и разочарованию.  Ученые поняли, что столкнулись с ***чрезвычайно сложным вирусом, который все время видоизменяется.*** Изменчивость ВИЧ в 10 (а по некоторым данным, в 100) раз более высокая, чем у вируса гриппа. На сегодня не существует эффективных лекарственных препаратов, которые смогли бы полностью излечить больного СПИДом.

***Единственным источником распространения ВИЧ является зараженный этим возбудителем человек.***  Поэтому в ближайшие годы самым надежным методом защиты от ВИЧ-инфекции будет профилактика: **информированность человека и его безопасное поведение**.

**Д**иагноз «ВИЧ-инфекция» означает присутствие в крови вируса иммунодефицита человека, которое может на протяжении многих лет не сопровождаться никакими переменами в состоянии здоровья, однако уже само знание о наличии ВИЧ-инфекции в организме практически всегда приводит к изменениям в жизни человека. Особенность этого диагноза в том, что он связан со множеством социальных и психологических проблем, внутренних кризисов, стрессов, трудностей в межличностных отношениях, проблем с возможностью иметь детей, проблем негативного отношения к ВИЧ-инфицированным в обществе. Все это серьезно ухудшает качество жизни человека, его отношение к себе. Но это не всегда понятно тем, кого лично не коснулась подобная проблема.

Хотя во многом эпидемия ВИЧ/СПИД уникальна, один из главных ее уроков лишь повторяет то, что известно человечеству испокон веков: **одержать верх над болезнью и преодолеть тяжелую ситуацию больше шансов у того, кто берет на себя ответственность за свою жизнь и за свое поведение.** Многие люди прекрасно осознают это и стараются как можно больше узнать о ВИЧ-инфекции, о путях защиты от нее, о своих правах и обязанностях перед другими людьми.

Конечно, у каждого человека есть право выбора. И многие считают, что эта беда – заражение ВИЧ инфекцией обойдет их стороной. Но чтобы сделать выбор, надо быть человеком грамотным. Ведь именно невежество и безответственность губит людей.

**Всемирный день памяти людей, умерших от СПИДа**

Уже более 25 лет, с 1983 года в третье воскресенье мая во многих странах отмечается Всемирный день памяти людей, умерших от СПИДа. Впервые эта акция прошла в Сан-Франциско. Организаторы акции хотели почтить память умерших от СПИДа и оказать поддержку живущим с ВИЧ-инфекцией. Тогда в мире было зафиксировано несколько тысяч случаев заболевания СПИДом, о котором практически ничего не было известно.

Сегодня в мире с ВИЧ живут **более 40 миллионов человек**. За 20 с небольшим лет, прошедших с начала эпидемии, уже умерло около 25 миллионов человек.

В этот день вспоминают умерших и создают КВИЛТ – памятное полотно из разноцветных кусочков ткани. Оно символизирует горечь утраты близких людей и память о них. Это полотно объединяет десятки тысяч отдельных полотен, каждое из которых имеет размеры 1X2 метра. Демонстрация квилта дает представление о реальных масштабах эпидемии, привлекая миллионы людей, которые никогда не задумывались о проблеме СПИДа, считая, что она их никогда не коснется.

Официальным представителем акции «Международный день памяти людей, умерших от СПИДа» является «Мисс Вселенная». Ежегодно она совершает поездки по всему миру, призывая общество объединить усилия вокруг Международного дня памяти умерших от СПИДа.

ВИЧ/СПИД – это одна из серьезнейших проблем человечества. Следующие поколения будут судить о нас по тому, что мы делаем сейчас для предотвращения эпидемии.

**Остановить эпидемию, уничтожающую человеческую жизнь, можно, если каждый внесет свой вклад в борьбу с этим недугом.**

**1 декабря – всемирный день профилактики СПИДа.**

Для привлечения внимания широкой общественности к пробле­ме ВИЧ/СПИД ежегодно 1-го декабря по решению Всемирной орга­низации здравоохранения во всем мире отмечается Всемирный день профилактики СПИДа. 1 декабря 1988 г. в десятках стран мира по радио и телевидению со специальными обращениями выступили главы государств и министры здравоохранения.

Среди опасных инфекционных заболеваний ВИЧ-инфекция зани­мает особое место — она затрагивает экономические, социальные, психологические аспекты жизнедеятельности государства и каждого человека в отдельности. Массовое распространение наркотиков, нежелание многих людей изменить стереотипы поведения привели к росту числа ВИЧ-инфицированных во всем мире.

Сегодня СПИД не просто болезнь, а эпидемия, оказывающая немалое влияние на различные области жизни общества.

 В решении любой проблемы всегда присутствуют приоритетные направле­ния, которые меняются с течением времени.

Например, в 1990 г. Всемирный день профилактики СПИДа проводился под девизом: «Женщины и СПИД», 1994 г. — «СПИД и семья», 1995 г. — «Разделим права, разделим обязанности», 1997 г. - «Дети живут в мире, где есть СПИД», 2000-2001 гг. — «СПИД: многое зависит от мужчин».

Проводимые мероприятия в этот день, как правило, массовые и зрелищные. Учитывая, что более 90% всех ВИЧ-инфицированных — молодые люди до 30 лет, мероприятия в основном организуются среди молодежной аудитории. Каждый человек может присоединиться к их проведению в рамках Всемирного дня профилактики СПИДа.

**Из истории:**интересные широкомасштабные мероприятия состо­ялись в отдельных странах. В Канаде была организована траурная церемония в память о тех, кто стал жертвой новой болезни. В Шве­ции состоялся благотворительный музыкальный галла-спектакль в по­мощь больным СПИДом. Специальная художественная выставка, по­священная этой теме, проведена в Кении, а в Бразилии организовали выставку картин и фотографий, выполненных больными СПИДом. В Дании и на острове Маврикий авторами передвижных выставок и конкурсов на лучшее сочинение по проблеме ВИЧ/СПИД были школьники.

**Красная ленточка**

Это международный символ борьбы со СПИДом. Все больше и больше людей во всем мире носят красную ленточку, демонстри­руя тем самым тревогу за людей, живущих с ВИЧ/СПИДом, их на­дежду, что когда-нибудь болезнь будет побеждена. Носить ленточку может любой человек. Красная ленточка — первый шаг к борьбе против ВИЧ-инфекции.

Когда мир вступил в эру СПИДа, поначалу это не укладывалось в сознании. Болезнь принесла страх и отчуждение. Нельзя позво­лить людям недооценивать того влияния, которое оказывает ВИЧ на поколения. Будущее всего мира зависит от здоровья тех, кто сегодня молод. Нося красную ленточку, люди показывают, что по­нимают вопросы, связанные с ВИЧ/СПИДом. Простая вещь — пе­телька из отрезка ленты красного цвета длиной 15 см. Это символ, принятый во всем мире, символ протеста против невежества, диск­риминации.

**Из истории**

Летом 1999 г. в г. Минске состоялась акция, которая открылась рок-концертом и большим, впервые проводимым в Беларуси мероп­риятием Евро КВИЛТ-99, в рамках которого была развернута экспо­зиция полотен.

Квилт (quilt) в переводе с английского языка означает одеяло, сшитое из отдельных лоскутков. По традиции его шили всей семь­ей, иногда вместе с соседями и знакомыми, собирались вокруг сто­ла и неизвестно, что было важнее — само одеяло или атмосфера близости и взаимопонимания.

Эпидемия СПИДа дала этой старой традиции новое трагическое звучание. КВИЛТом теперь называют секции соединенных вместе полотен, сшитых в память о тех, кого унесла от нас болезнь. Его шьют родные и близкие, друзья и любимые, родители и дети лю­дей, умерших от СПИДа. Это огромное лоскутное одеяло, объеди­няющее десятки тысяч памятных полотен, каждое из которых имеет размер могилы — 1x2 м. На этих полотнах написаны имена, даты рождения и смерти, строки воспоминаний, стихи, пришиты личные вещи, детские игрушки и т.д. КВИЛТ заявляет о том, что каждая жизнь драгоценна, и что эпидемия, охватившая всю планету, затро­нула каждого из нас без исключения.

КВИЛТ — это живой, красочный памятник тем, кого мы потеряли. Люди, создавшие полотна, хотели, чтобы мы с вами сохранили здо­ровье и жизнь, чтобы те, кого эпидемия пока не коснулась, позабо­тились о своей безопасности. За каждым полотном стоит судьба конкретного человека.

Первое полотно сшито в 1987 г. Житель Сан-Франциско сшил полотно в память об умершем от СПИДа друге, выражая этим не только любовь и горечь, но и возмущение бездействием правитель­ства. Эти начинания поддержали. В Сан-Франциско создан первый швейный центр, куда люди приходили, чтобы шить памятные полот­на. Вскоре подобные центры возникли во многих городах Америки и других странах мира, например, международный СПИД-мемориал «КВИЛТ». Люди начали понимать, что болезнь не где-то далеко, а рядом, люди, живущие с ВИЧ/СПИДом, обычные, такие же, как и все. Экспозиция КВИЛТа заставляет задуматься об огромных масштабах эпидемии. Читая имена на памятных полотнах и представляя себе человеческие судьбы, стоящие за ними, мало кто остается равнодушным. Многоцветная мозаика КВИЛТа лучше всяких слов доказывает, что СПИД может затронуть каждого независимо от пола, возраста, национальности, гражданства или вероисповедания.

**«1 декабря – Всемирный день профилактики СПИДа»**