**Что мы должны знать о ВИЧ/СПИД?**

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ), попадая в организм, постепенно истощает иммунную систему, защищающую нас с Вами от различных негативных факторов (вирусы, бактерии, простейшие и т.д.). В результате этого постепенно присоединяются различные заболевания, от которых и погибают больные на фоне резкого снижения иммунитета. ВИЧ–инфицированный человек может прожить годы, прежде чем произойдет ухудшение его здоровья и инфекция перейдет в стадию СПИДа.

В начале человек может выглядеть и чувствовать себя совершенно здоровым, даже не зная о наличии у него заболевания, но при этом уже являться источником инфицирования других людей.

Вирус иммунодефицита попадает в организм человека тремя путями:

- при незащищенном половом контакте;

- при использовании нестерильных игл, шприцев, загрязненных кровью

инфицированного, или при переливании крови от ВИЧ- инфицированного;

- от ВИЧ-инфицированной матери во время беременности, родов или при грудном вскармливании ребенка.

В настоящее время большинство заражений (80%-90%) происходит при половых контактах вследствие игнорирования средств защиты, беспорядочных половых связях.

Риск заражения возрастает при наличии сопутствующих инфекций, передаваемых половым путем (ИППП).

Как избежать заражения:

- повышение уровня знаний по проблеме ВИЧ/СПИД и навыков безопасной

жизнедеятельности. Ведение здорового образа жизни, исключающий попадание биологических жидкостей инфицированного в организм другого человека. А также ответственное отношение к своему здоровью;

- обязательное использование средств профилактики при каждом случайном половом контакте;

- уменьшение количества половых партнеров;

- выявление и лечение болезней, передающихся половым путем;

- использование одноразового инструментария при татуировке, бритье и других манипуляциях, связанных с повреждением кожи и слизистых оболочек;

- при беременности обязательное обследование на ВИЧ-инфекцию с целью

предупреждения инфицирования ребенка и проведения профилактического лечения.

Чтобы определить инфицирован человек или нет, необходимо сдать анализ крови. Это можно сделать в любом медучреждении, где есть процедурный кабинет, в том числе анонимно.

**Помните!** На сегодняшний день специфических мер

профилактики и радикальных методов лечения ВИЧ-инфекции нет. Человек

заражается ВИЧ в результате своих безответственных действий и поступков.