

ДЕВИЗ: ЗНАЙ И ЖИВИ!!!

Здоровье – важнейшая ценность. Качеством здоровья определяется качество жизни. Поэтому вдвойне важно следить за своим самочувствием, регулярно проверяться и вовремя проходить лечение. И тем опаснее болезни, которые проявляют себя не сразу.

Всемирный день борьбы со СПИДом является одним из самых важных международных праздников, направленных на привлечение внимания к вопросам здравоохранения во всем мире.

Основные факты

- ВИЧ остается одной из основных проблем глобального общественного здравоохранения: на сегодняшний день этот вирус унес 36,3 миллиона (27,2–47,8 миллионов) человеческих жизней.
- Не существует метода, позволяющего вылечить ВИЧ-инфекцию. Однако, благодаря расширению доступа к эффективным средствам профилактики, диагностики и лечения ВИЧ и оппортунистических инфекций, а также ухода за пациентами, ВИЧ-инфекция перешла в категорию поддающихся терапии хронических заболеваний, а ВИЧ-инфицированные могут прожить долгую и здоровую жизнь.
- По состоянию на конец 2020 г. в мире, согласно оценкам, насчитывалось 37,7 миллиона (30,2–45,1 миллиона) человек, живущих с ВИЧ-инфекцией, более чем две трети из которых (25,4 миллиона) проживали в Африканском регионе.
- В 2020 г. от причин, связанных с ВИЧ-инфекцией, умерло около 680 000 (по оценкам от 480 тысяч до 1 миллиона) человек и еще около 1,5 миллионов человек заразились ВИЧ.

Всемирный день борьбы со СПИДом, объявленный в 1988 году, стал первым международно признанным днем, посвященным охране здоровья. Выбор даты **1 декабря** обусловлен тем, это число попадало на небольшое затишье между президентскими выборами в США и началом рождественских праздников. Это позволило привлечь к проблеме больше общественного внимания. Это и день памяти всех жертв болезни, и день ее профилактики и просвещения общества.

Образец первого лекарства от вируса начал применяться в 1987 году, эффективность лечения была невелика, и сама возможность этого многими воспринималась скептически. Сами больные сталкивались с непониманием окружающих и открытой агрессией, старались скрывать свой статус, что только усугубляло проблему.

Сегодня ВИЧ-инфекция - это хроническое заболевание, требующее ежедневного приема лекарств. Современная антиретровирусная терапия может предотвратить его развитие, подавляя активность ВИЧ. Следуя предписаниям врача, ВИЧ-положительные люди могут вести нормальную жизнь.

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) поражает иммунную систему и ослабляет защиту от многих инфекций и некоторых типов рака, с которыми может справиться иммунитет здорового человека. Вирус разрушает и ослабляет функцию иммунных клеток, поэтому у инфицированных людей постепенно развивается иммунодефицит. Иммунная функция обычно измеряется числом клеток CD4.

Самой поздней стадией ВИЧ-инфекции является синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД), который у некоторых людей при отсутствии лечения может развиваться через много лет. Для СПИДа характерно развитие некоторых видов рака, инфекций или других тяжелых клинических проявлений хронического характера.

Симптомы ВИЧ варьируются в зависимости от стадии инфекции. На протяжении нескольких первых месяцев люди с ВИЧ, как правило, наиболее заразны, но многие из них узнают о своем статусе лишь на более поздних стадиях. На протяжении нескольких первых недель после инфицирования у людей может не появляться никаких симптомов или развиваться гриппоподобная болезнь, включая лихорадку, головную боль, сыпь или боль в горле.

По мере того как инфекция постепенно ослабляет иммунную систему, у инфицированного человека могут появляться другие признаки и симптомы, такие как опухшие лимфоузлы, потеря веса, лихорадка, диарея и кашель. При отсутствии лечения могут развиваться такие тяжелые болезни, как туберкулез, криптококковый менингит, тяжелые бактериальные инфекции и онкологические заболевания, в частности лимфомы и саркома Капоши.

ВИЧ может передаваться через разные жидкости организма инфицированных людей, такие как кровь, грудное молоко, семенная жидкость и вагинальные выделения. ВИЧ также может передаваться



от матери ребенку во время беременности и родов. При обычных повседневных контактах (поцелуи, объятия и пожатие рук) или при совместном пользовании личными предметами и употреблении продуктов питания или воды передача инфекции не происходит.

Важно отметить, что ВИЧ-положительные лица с вирусной супрессией, получающие антиретровирусную терапию (АРТ), не передают ВИЧ-инфекцию своим сексуальным партнерам. Таким образом, ранний доступ к АРТ и оказание поддержки для проведения терапии имеют решающее значение не только для улучшения состояния здоровья людей с ВИЧ, но также для предупреждения передачи ВИЧ-инфекции.

Модели поведения и условия, **повышающие риск** заражения людей ВИЧ, включают:

- незащищенный анальный или вагинальный секс;
- наличие другой инфекции, передаваемой половым путем (ИППП), такой как сифилис, герпес, хламидиоз, гонорея и бактериальный вагиноз;
- совместное пользование зараженными иглами, шприцами и другим инъекционным оборудованием и растворами наркотиков при употреблении инъекционных наркотиков;
- небезопасные инъекции, переливания крови, пересадки тканей, медицинские процедуры, включающие нестерильные разрезы или прокалывание;
- случайные травмы от укола иглой, в том числе среди работников здравоохранения.

ВИЧ поддается **диагностике** с помощью экспресс-тестов, которые позволяют получить результат в тот же день. Это значительно облегчает диагностику и переход к лечению и уходу. Также существует возможность самостоятельного тестирования на ВИЧ. Однако, ни один тест на ВИЧ сам по себе не обеспечивает полную диагностику ВИЧ-инфекции; для подтверждения требуется дополнительное тестирование, которое должно проводиться квалифицированным медицинским работником в учреждении здравоохранения. Наиболее широко используемые тесты для диагностики ВИЧ обнаруживают антитела, вырабатываемые иммунной системой человека в ответ на появление ВИЧ. Период, в течение которого антитела к ВИЧ не вырабатываются в достаточном количестве для выявления с помощью стандартных тестов, симптомы не проявляются, а передача ВИЧ уже возможна, называется «серонегативным окном». После инфицирования передача ВИЧ возможна сексуальному партнеру или партнеру по приему наркотиков; возможна также передача ВИЧ-инфекции беременными женщинами детям во время беременности или в период грудного вскармливания.

После первоначальной диагностики для исключения каких-либо потенциальных ошибок в тестировании рекомендуется проведение повторного тестирования. Однако после постановки диагноза и начала лечения повторное тестирование не показано.

Тестирование подростков и взрослых удалось сделать простым и эффективным. Для обнаружения ВИЧ-инфекции у детей в возрасте до 18 месяцев серологического тестирования недостаточно, поэтому для выявления наличия вируса должно проводиться вирусологическое тестирование (качественная ПЦР).

Достичь супрессии ВИЧ позволяют **схемы лечения**, включающие комбинацию из трех или более антиретровирусных (АРВ) препаратов. Известные на сегодняшний день антиретровирусные препараты не излечивают ВИЧ-инфекцию, но эффективно подавляют репликацию вируса в организме и позволяют иммунной системе восстановиться и укрепить свою способность бороться с оппортунистическими инфекциями и некоторыми видами рака.

Вероятность ВИЧ-инфицирования можно снизить путем ограничения воздействия факторов риска. Основные подходы к **профилактике** ВИЧ, часто используемые в сочетании друг с другом, включают в себя:

- использование презервативов;
- тестирование на ВИЧ и ИППП и консультирование;
- тестирование на туберкулез, консультирование и направление на лечение;
- уменьшение вреда для потребителей инъекционных наркотиков;
- ликвидация передачи ВИЧ-инфекции от матери ребенку.