

## **ПАМЯТКА по ВИЧ-инфекции для населения**

### **Что такое ВИЧ?**

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) является ретровирусом, инфицирующим клетки иммунной системы, разрушающим или ослабляющим их функцию. На ранних стадиях инфекция протекает бессимптомно. Инфицирование вирусом приводит к прогрессирующей деградации иммунной системы и, в результате, к "иммунодефициту". Иммунная система считается дефектной тогда, когда она больше не может выполнять свою роль в борьбе с инфекциями и болезнями. Инфекции, связанные с тяжелым иммунодефицитом, известны как "оппортунистические инфекции", так как они "пользуются возможностями" ослабленной иммунной системы.

### **Что такое СПИД?**

Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) — это термин, применяемый к самым последним стадиям ВИЧ-инфекции. Для него характерно появление каких-либо из более чем 20 оппортунистических инфекций или связанных с ВИЧ видов рака.

### **Каковы признаки и симптомы ВИЧ?**

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 развиться гриппоподобная болезнь, включая лихорадку, головную боль, сыпь или боль в горле.

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

### **Как передается ВИЧ?**

ВИЧ может передаваться при незащищенном сексуальном контакте (вагинальном или анальном) и оральном сексе с инфицированным человеком; при переливании зараженной крови; и при совместном использовании зараженных игл, шприцев или других острых инструментов. Он может также передаваться от матери ребенку во время беременности, родов и грудного вскармливания.

### **Как быстро у ВИЧ-инфицированного человека развивается СПИД?**

Этот период времени у разных людей варьируется в широких пределах. При отсутствии лечения у большинства ВИЧ-инфицированных людей признаки связанной с ВИЧ болезни появляются в течение 5-10 лет, а, возможно, и раньше. После приобретения ВИЧ-инфекции до диагностирования СПИДа проходит обычно 10-15 лет, а иногда и больше. Антиретровирусная терапия (АРТ) может замедлить развитие болезни путем предотвращения репликации вируса и, следовательно, уменьшения количества вирусов (известного как «вирусная нагрузка») в крови инфицированного человека.

### **Как можно уменьшить риск передачи ВИЧ при сексуальных контактах?**

- при каждом сексуальном контакте правильно использовать мужские или женские презервативы;
- заниматься только непроникающим сексом;
- сохранять верность в отношениях с неинфицированным и равным образом верным партнером и избегать каких-либо других форм рискованного поведения.

### **Каковы преимущества теста на ВИЧ?**

Знание своего ВИЧ-статуса дает два важных преимущества:

- Узнав о том, что вы ВИЧ-позитивны, вы можете принять необходимые меры для того, чтобы получить доступ к лечению, уходу и поддержке до того, как появятся симптомы, и, тем самым, потенциально продлить свою жизнь и предотвратить развитие осложнений на протяжении многих лет.
- Узнав о том, что вы инфицированы, вы можете принять меры предосторожности, чтобы не допустить передачи ВИЧ другим людям.

### **Что такое антиретровирусные препараты?**

Антиретровирусные препараты используются при лечении и профилактике ВИЧ-инфекции. Они борются с ВИЧ, останавливая или сдерживая репродукцию вируса и уменьшая его количество в организме.

### **Имеется ли лекарство от ВИЧ?**

Нет, лекарства от ВИЧ не существует. Но при надлежащем и непрерывном соблюдении предписаний в отношении антиретровирусной терапии прогрессирование ВИЧ в организме можно замедлить почти до полной остановки. Все больше и больше людей с ВИЧ, даже в странах с низким уровнем дохода, могут сохранять хорошее самочувствие и продуктивность на протяжении длительного времени.

### **Какие другие виды помощи необходимы людям с ВИЧ?**

Помимо антиретровирусной терапии людям с ВИЧ часто необходимо консультирование и психологическая поддержка. Доступ ВИЧ-инфицированных людей к надлежащему питанию, безопасной воде и основным гигиеническим средствам может также способствовать поддержанию высокого качества жизни.