

## **Профилактика СПИДа и ВИЧ-инфекции.**

Профилактика СПИДа и ВИЧ-инфекции является гарантией здоровья нации. Это утверждение не голословно — за простыми и всем понятными мерами стоит реальная возможность уберечься от одного из самых опасных для человечества вирусов. Болезнь коварна: она может жить в организме инфицированного годами, никак не проявляя себя, кроме одного момента: разрушения иммунной системы. Часто о том, что у него СПИД, человек узнает, когда уже поздно предпринять какие-то спасительные действия.

### **Общие сведения о ВИЧ и СПИДе.**

Следует знать разницу между ВИЧ и СПИДом. Первое понятие расшифровывается как вирус иммунодефицита человека. СПИД расшифровывается как синдром приобретенного иммунодефицита и становится финалом ВИЧ-инфекции. В терминальной стадии инфекции иммунитет пациента оказывается так поражен, что организм теряет способность сопротивляться болезням извне. Самый простой насморк может стать причиной смерти человека.

Сегодня заболевания ВИЧ-инфекция и СПИД в буквальном смысле произвели захват всего мирового пространства. Статистика неумолима: каждый день в мире происходит заражение восьми с половиной тысяч человек (около сотни из них приходится на Российскую Федерацию). При таких масштабах программа профилактики распространения вируса становится более чем актуальной. Однако прежде чем перейти к этой теме, следует знать, каким образом ВИЧ действует в организме заразившегося и вызывает СПИД.



## Механизм распространения ВИЧ-инфекции.

ВИЧ относят к лентивирусам (подсемейство ретровирусов). Эти вирусы считаются медленными. Бессимптомность проявления может достигать десятилетия жизни пациента.

Ученые выделяют следующие типы такого вируса:

- ВИЧ-1 (самая распространенная форма);
- ВИЧ-2.

После попадания в организм начинает действовать такая программа развития заболевания. Вирус прикрепляется к тем клеткам крови, которые отвечают за защитные свойства. Внутри их происходит активное размножение ВИЧ. Вирус быстро находит пути передачи по всему телу. Поскольку он обладает изменчивостью, иммунные клетки становятся неспособными его распознать.

Сначала от инфекции страдают лимфоузлы. Таким образом, из-за недостаточности функции иммунных защитников, в организме так и не может сформироваться иммунный ответ.

По мере прогрессирования патологии вирусом поражается огромное количество иммунных клеток. При достижении их критического содержания констатируется СПИД.



## Как ВИЧ попадает внутрь организма.

Все пути передачи вируса сводятся к попаданию на слизистые оболочки или в кровь зараженной биологической жидкости. Программа передачи осуществляется через такие субстанции:

- кровь;
- сперму;
- влагалищный секрет;
- грудное молоко.

Выделяют такие пути передачи ВИЧ:

- половой;
- гематогенный;
- вертикальный.

Половая передача возникает при незащищенном половом контакте с уже ВИЧ-инфицированным или больным СПИДом партнером. Оральные и анальные контакты не становятся барьерами. Женщины в большей степени подвержены заражению.

Гематогенный путь передачи реализуется при попадании зараженной крови в организм пока еще здорового человека. Это в большей степени относится к работникам в сфере медицины, но определенную группу риска составляют лица, употребляющие наркотики. СПИД становится предсказуемым исходом такого образа жизни.

При вертикальном пути заболевания вирус передается от больной беременной женщины к будущему ребенку. Чаще всего плод может заразиться на втором месяце беременности. Высока вероятность заражения малыша и в родовой период, и во время последующего грудного вскармливания.

Следует отбросить необоснованные страхи в отношении ВИЧ и СПИДа. Вирус нельзя подхватить такими путями:

- через слезы, пот, поцелуй, при кашле;
- не передается вирус через рукопожатия;
- не переносят возбудителя болезни насекомые;
- через общую пищу или посуду (как и через общие вещи);
- заражения не произойдет в воде (касается душа, бассейна или туалета).

Профилактика передачи заболевания включает в себя различные действия, однако она должна начинаться с осознания каждым из нас ценности собственного здоровья. В целях профилактики полезными будут определенные мероприятия.

## Меры предотвращения заболевания

Простые мероприятия, которым может следовать каждый человек, позволят свести риск заражения к минимуму. Для начала обязательно должна вестись грамотная программа информирования населения. Действительно, чем чаще газеты, журналы, телевидение и интернет будут рассказывать о возможностях заражения СПИДом, тем большее количество людей предпримет соответствующие меры, чтобы предотвратить инфицирование.



## Профилактические меры для половых контактов

Чтобы исключить риск получения ВИЧ-инфекции, следует взять за основу своей сексуальной грамотности некоторые правила. Программа правильного поведения будет следующей:

- не вести беспорядочную половую жизнь;
- использовать только качественные презервативы.

Барьерная контрацепция дает 98%-ю гарантию от приобретения ВИЧ-инфекции и заражения СПИДом.

Сперма содержит концентрат инфицированных клеток, при этом их будет только больше при каждом воспалении, например, уретрите или эпидидимите. Секреты влагалища и шейки матки также могут стать проводниками заражения. Обостряют ситуацию и некоторые образования (язвы, пузырьки или трещины), а также урогенитальные инфекции.

Стоит затронуть еще один аспект подобного заболевания: среди гомосексуалистов процент заболевших оказывается намного выше, чем среди людей традиционной ориентации. Анальные контакты имеют гораздо больший риск передачи, которая будет осуществляться через оболочку прямой кишки. Последняя, помимо всего прочего, еще и часто травмируется при таком коитусе. В плане профилактики должна быть разработана специальная программа информирования по этому вопросу в этой группе населения.

## Как предотвратить заражение через кровь.

Парентеральные пути передачи подразумевают следующие меры профилактики СПИДа:

- полный отказ от применения наркотиков (поощряется реабилитационная программа);
- дезинфекция маникюрных, педикюрных, татуажных инструментов в случае их неоднократного использования;

При попадании капель чужой крови на рану происходит обработка поверхности сначала под струей проточной воды, затем перекисью водорода; если кровь попала на глаза, необходимо также промыть их водой, после чего закапать дезинфицирующими глазными каплями (отлично подойдет 20%-й раствор альбуцида). Для полости рта такие мероприятия будут заключаться в полоскании его 70%-м раствором этилового спирта.

*Любая медицинская помощь должна проводиться с использованием резиновых перчаток и средств защиты открытых поверхностей кожи.*

Опасно любое загрязнение крови. Именно поэтому особенно актуальна такая профилактика в хирургической и стоматологической области, где риск передачи оказывается максимальным.



Работникам медицинской сферы рекомендуется проводить следующие мероприятия:

- мониторинг рабочего стола с соблюдением техники безопасности для лабораторных проб крови и инструментов;
- использование только продезинфицированных приспособлений;
- в целях профилактики все работы должны проводиться в одноразовых медицинских перчатках;
- кожные повреждения нужно заклеивать лейкопластырем.

Для проведения операций важно пользоваться спецодеждой, которая, будучи использованной, помещается в специальный контейнер. Сортировка грязного белья и биоотходов должна проводиться в предназначенной для этого комнате в спецодежде.

При попадании крови на слизистые, порезы и места прокола перчатки из ранки выдавливается кровь, и участок обрабатывается специальным антисептическим раствором. Возможно применение антиретровирусных лекарств в первые сутки после предполагаемого инфицирования (такая профилактика проходит курсом 4 недели).

## Предотвращение заражения при вертикальном пути



Каждая будущая мама может быть направлена на специальное обследование на ВИЧ-инфекцию в СПИД-центр своего города (программа развития здорового населения обязательно предусматривает такой пункт). Если заболевание обнаружено, назначается соответствующее лечение с применением лекарственных препаратов.

Характерно, что плацента не способна защитить плод от заражения ВИЧ. Здесь важно учитывать разные критерии, главными из которых становятся состояние здоровья матери и стадия самой ВИЧ-инфекции. Действия медицинского персонала тоже играют не последнюю роль.

Однако риск возникновения заболевания у ребенка не пропадает и при кормлении грудью — вирус присутствует и в молозиве, и в грудном молоке. ВИЧ-инфекция — абсолютное противопоказание для грудного вскармливания.

Профилактической мерой для подобных женщин еще до наступления беременности является стерилизация. Обычно таким больным не рекомендовано иметь детей, так как даже действия опытного медперсонала не всегда могут спасти будущего малыша от передачи заболевания.

До сегодняшнего дня еще не изобретено препарата от ВИЧ-инфекции и болезни под названием СПИД. Однако именно личное осознанное отношение каждого человека к этому вопросу и понимание того, какие существуют пути передачи заболевания и профилактические мероприятия, поможет предотвратить развитие печального сценария для собственного здоровья.