

### 1. Что такое ВИЧ и СПИД?

**ВИЧ** (Вирус Иммунодефицита Человека) — это вирус, который воздействует на иммунную систему организма. ВИЧ поражает определенные клетки иммунной системы (CD-4), защищающие организм от различных инфекций, и может вести к развитию СПИДа. Относится к подгруппе ретровирусов. В отличие от большинства других вирусов, генетическим материалом ретровируса является РНК, а не ДНК. ВИЧ внедряет свою РНК в ДНК клетки-хозяина, препятствуя тем самым нормальному функционированию клетки, превращая ее в фабрику по производству вируса, и разрушает её. Со временем вирус разрушает иммунную систему и человек с разрушенной иммунной системой не может противостоять любым инфекциям и заболеваниям, представляющим угрозу для жизни, в том числе и раку

**СПИД** (Синдром Приобретённого Иммунодефицита) является последней стадией ВИЧ-заболевания. С момента проникновения вируса иммунодефицита в организм человека начинается многолетняя борьба иммунной системы с болезнью. Ослабление иммунной системы - **иммунодефицит** — происходит постепенно и зачастую незаметно для самого человека и окружающих. Иногда в течение достаточно долгого времени лишь по специальным анализам крови можно определить, насколько успешно организм борется с вирусом, и не пора ли начинать лечение (см. также № 7 и 46). Врачи ставят диагноз «СПИД» на основе комплекса симптомов, которые включают снижение количества Т4-лимфоцитов до 200 клеток и появления вторичных заболеваний. Благодаря появлению комбинированной специфической противовирусной терапии стадия СПИДа **обратима**.

### 2. Кто может заразиться ВИЧ?

ВИЧ может инфицироваться человек любого возраста, пола, расы, этнической принадлежности, социально-экономической группы и сексуальной ориентации, если он/она пренебрегает средствами защиты во время сексуальных контактов, или пользуется общими иглами и/или шприцами с ВИЧ-инфицированным человеком. Вирус может передать своему ребёнку ВИЧ-инфицированная женщина во время беременности, родов, или грудного вскармливания. Также в мире было отмечено несколько случаев заражения медицинских работников в результате инцидентов, связанных с профессиональным риском, таких как, повреждения мягких тканей иглами от шприцев. В настоящее время медицинским работником в случае «аварии» при оказании помощи ВИЧ-инфицированному пациенту назначается с профилактической целью противовирусная терапия, которая может предотвратить заражение ВИЧ.

В прошлые годы были зафиксированы случаи заражения в результате переливания крови, или продуктов крови. В настоящее время все продукты крови проверяются на ВИЧ, поэтому риск инфицирования подобным путём практически отсутствует. (См. также № 35)

Риску заражения ВИЧ подвергается любой человек, который занимается незащищенным сексом (сексом без презервативов) и/или пользовался общими иглами и/или шприцем при введении наркотиков.

Передавать вирус другим людям может любой ВИЧ-инфицированный. Заражение происходит вне зависимости от того, знает он или нет о своей инфекции, есть у него или нет выраженные симптомы ВИЧ-инфекции.

### 3. У всех ли ВИЧ-инфицированных есть СПИД?

Нет. ВИЧ—инфекция может разрушать иммунную систему организма медленно. Через 1,5-3-6 месяцев после инфицирования ВИЧ у некоторых людей появляются «простудные симптомы», так реагирует иммунная система на внедрение вируса, а затем может пройти 10 и более лет безо всяких признаков болезни. Всё это время люди могут даже не догадываться о том, что они инфицированы. В организме инфицированного ВИЧ через 3-6 месяцев после заражения с помощью анализа на наличие антител к ВИЧ можно точно установить присутствие инфекции в организме. Диагноз «СПИД» ставится ВИЧ - жительным людям только в том случае, если у них появляются соответствующие

симптомы. СПИД является конечной, очень тяжелой стадией ВИЧ-инфекции, когда человек крайне истощен, и организм поражен смертельно опасной вторичной инфекцией на фоне создавшегося иммунодефицита. Чаще всего это лежащие больные, требующие ухода.

#### 4. Почему важно знать свой ВИЧ-статус?

- Чем раньше человек узнает о том, что у него ВИЧ, тем выше его шансы увеличить продолжительность здорового периода своей жизни, укреплять здоровье и вести здоровый образ жизни, например, делать зарядку по утрам, следить за своим питанием, избегать вредных привычек. Кроме того, встать на учет у врача СПИД центра и во время начать получать необходимое лечение.
- Знание своего ВИЧ-статуса позволит принять меры предосторожности, необходимые для предупреждения дальнейшего распространения и передачи вируса другим людям, а также для предотвращения повторного заражения ВИЧ-инфицированных другим вариантом вируса ВИЧ. Подобные меры предполагают защищенный секс и прекращение внутривенного введения наркотиков, или, как крайняя мера, пользования общими иглами и шприцами.
- Семейные пары, планирующие беременность, или уже беременные женщины в случае инфицирования ВИЧ могут обсудить со своим врачом необходимое лечение для уменьшения риска заражения ребёнка ВИЧ.
- Сексуальные партнёры и партнёры по совместному инъекционному введению наркотиков могут быть предупреждены о том, что они подвергались опасности заражения ВИЧ с тем, чтобы предоставить им возможность как можно раньше сдать анализ и выяснить свой ВИЧ-статус. (См. также №45).

#### 5. Сколько времени могут жить люди с ВИЧ и СПИДом?

ВИЧ-заболевание развивается у разных людей по-разному. У одних стадия СПИДа появляется уже через несколько лет после инфицирования, в то время как у других болезнь развивается намного медленнее и инфицированные ВИЧ люди могут жить без симптомов 10 и более лет. Учёные изучают феномен этой группы ВИЧ - положительных, чтобы понять, что даёт им возможность, при наличии ВИЧ в организме не иметь вторичных заболеваний и оставаться здоровыми так долго. Современная противовирусная терапия, начатая вовремя, может значительно продлить жизнь ВИЧ-инфицированным людям.

#### 6. Существует ли вакцина, предотвращающая инфицирование ВИЧ или СПИД?

На сегодняшний день нет вакцины, способной защитить людей от заражения ВИЧ. Учёные ведут активную исследовательскую работу в области разработки подобной вакцины.

#### 7. Как возникает иммунодефицит?

Попадая в организм, ВИЧ атакует определенные клетки иммунной системы, находящиеся в крови: Т-лимфоциты. Эти клетки играют важную роль в иммунной системе: они первыми распознают "врага" - бактерии, вирусы, яды - и отдают приказ другим клеткам его уничтожить. На поверхности этих лимфоцитов находятся рецепторы (специфические белки) CD-4, поэтому их называют также Т-4-лимфоциты и CD-4-лимфоциты (или клетки CD-4). Клетка, на поверхности которой есть рецептор CD-4, встречает вирус. Вирус опознает только ту клетку, где есть эти рецепторы. Оболочка вируса и клетки сливаются, и генетический материал вируса попадает в клетку. С помощью ферментов, которые называются *обратная транскриптаза* и *интеграза*, вирус переводит свою генетическую информацию (РНК) на язык клетки человека, встраивается в ядро этой клетки в её генетический аппарат и начинает ею управлять. При ВИЧ-инфекции миллиарды клеток крови содержат генетический материал вируса. Подчиняясь генетической программе ВИЧ, клетка начинает производить различные его компоненты. Еще один фермент вируса - *протеаза* – собирает различные компоненты в определенном

порядке, и получают новые вирусные частицы, после чего отпочковываются от клетки хозяина, унося с собой часть ее оболочки, выходят в кровь и ищут новые клетки для дальнейшего размножения. Найдя новую клетку, весь цикл размножения вируса повторяется вновь. Вот почему в организме инфицированного ВИЧ человека находятся миллиарды вирусных частиц. Цикл развития вируса длится в среднем 1,5-2 суток. После того как вирус вышел из клетки – клетка погибает. Но в организме каждого человека происходит постоянное образование новых клеток, поэтому уменьшение клеток CD-4 происходит постепенно, длительное время. Теряя клетки Т-4, иммунная система перестает справляться с инфекциями, которые раньше не представляли опасности для организма. Вирус поражает не только Т-лимфоциты, но и другие клетки, содержащие рецептор CD-4, в том числе клетки с долгим сроком жизни, такие как моноциты и макрофаги, которые могут хранить в себе большие количества вируса и при этом не погибать. Они служат его резервуаром. Вирус в таких резервуарах неактивен и неуязвим для существующих противовирусных лекарств. Это одно из главных препятствий к полному выведению ВИЧ из организма и излечения от этой инфекции.

## Пути передачи ВИЧ-инфекции

### 8. Как ВИЧ передаётся?

ВИЧ передаётся через прямой контакт с биологическими инфицированными ВИЧ жидкостями человека, включая кровь, семенную жидкость, влагалищные выделения и грудное молоко. Это значит, что содержащийся в них ВИЧ должен попасть в кровеносную систему неинфицированного человека через повреждения кожного покрова или слизистой оболочки глаз, ротовой полости, носа, влагалища, прямой кишки или пениса. Другие выделения организма, такие как моча, слезы, слюна, рвота и т.п., не представляют опасности, если только в них нет видимого присутствия крови.

Инфицироваться ВИЧ не так легко. В отличие от большинства вирусных инфекций, таких как простуда, грипп, корь и др., ВИЧ не передаётся через чихание, кашель, общую посуду во время приёма пищи или через простое нахождение поблизости от ВИЧ-инфицированного человека. ВИЧ не передаётся через воздух, воду, еду или повседневные прикосновения, такие как рукопожатие, обнимание, пользование общими туалетами, или питьевыми фонтанчиками и т.п. *Таким образом, во время обычных контактов с ВИЧ-инфицированными другие люди не подвергаются никакому риску.* Не было зафиксировано ни одного случая заражения ВИЧ через ежедневное общение с инфицированным человеком у членов семьи, родственников, коллег или друзей.

### 9. В каких ситуациях существует повышенный риск инфицирования ВИЧ?

- При незащищенном (без правильного использования презервативов) анальном, оральном, или вагинальном проникающем сексуальном контакте с **ВИЧ - положительным партнёром, или с партнёром, чей ВИЧ-статус неизвестен;**
- При использовании игл, шприцев или других инструментов для инъекций общих с ВИЧ - положительным, или с человеком, чей ВИЧ-статус неизвестен;
- ВИЧ-инфицированная женщина может передать вирус своему ребёнку во время беременности, родов, или грудного вскармливания.
- В случаях, связанных с профессиональным риском у медицинских работников, при оказании помощи ВИЧ-инфицированным пациентом и возникновении «аварийной ситуации», таких как, повреждения мягких тканей иглами от шприцев, содержащими ВИЧ — положительную кровь и другие.

### 10. Каждый ли человек заражается, при контакте с ВИЧ?

Нет. Инфицирование зависит от того, как и в каком количестве, вирус попал в организм. Но при этом важно помнить, что для заражения **МОЖЕТ** быть достаточно одного контакта с инфицированными кровью, спермой или вагинальными выделениями. Прямую опасность представляют незащищенный секс, использование общих игл и других инструментов для инъекций наркотиков, тату или пирсинга.

## **11. Почему с высоким риском ВИЧ-инфицирования связан анальный секс и почему ВИЧ активно распространяется среди гомосексуалистов?**

Стенки ануса и прямой кишки очень тонкие и покрыты, при этом, обильной сетью кровеносных сосудов, которые легко повредить во время анального секса. Впитываясь в стенки, ВИЧ-инфицированная сперма попадает прямо в кровеносную систему. Повреждение ткани ануса и прямой кишки может, в свою очередь, приводить к контакту пениса с инфицированной кровью. Анальный секс без использования средств защиты является ситуацией наибольшего риска, как для мужчин, так и для женщин, чей партнёр ВИЧ-положителен, или не знает свой ВИЧ-статус. Несмотря на то, что презервативы из латекса обеспечивают определённую защиту, число случаев их неудачного применения во время анального секса больше, чем во время вагинального, или орального (разрывы презервативов).

## **12. Правда ли, что во время вагинального сексуального контакта риску ВИЧ-инфицирования подвергаются как мужчины, так и женщины?**

Да. Это подтверждает растущее число женщин, заразившихся в результате вагинального секса с ВИЧ-инфицированными мужчинами. И, хотя женщина во время вагинального сексуального контакта больше мужчины рискует «подхватить» ВИЧ, вирус был найден также в вагинальных выделениях и менструальной крови, что может вести к заражению партнёра-мужчины, особенно, если у него на пенисе есть какие-либо повреждения или воспаления. Женщины подвержены большему риску заражения ВИЧ, так как в сперме вируса больше, чем в вагинальном секрете и площадь контакта слизистых половых органов у женщин больше, чем у мужчин.

## **13. Может ВИЧ передаваться во время орально - генитального секса?**

Да. Оральный секс с ВИЧ-инфицированным партнёром может привести к заражению, хотя при этом риск ниже, чем при анальных или вагинальных сексуальных контактах. Поскольку внутренняя поверхность полости рта представляет собой слизистую оболочку, ВИЧ, содержащийся в инфицированной крови, вагинальных выделениях и сперме, может проникнуть в организм. Риск ВИЧ-инфицирования увеличивают различные повреждения, вызванные осколками зубов, или зубной нитью, воспаления, язвы и другие открытые ранки в ротовой полости..

## **14. Можно ли уменьшить риск заражения ВИЧ, при прерванном половом акте?**

Поскольку ВИЧ был обнаружен в семенной жидкости, предшествующей семяизвержению, то занимаясь незащищенным сексом, даже при прерванном половом акте (до момента эякуляции), вы не можете быть гарантированы от инфицирования, хотя при этом риск заражения уменьшается.

## **15. Может ли ВИЧ передаваться через туалетное сиденье, или через крышку унитаза?**

Нет. ВИЧ — это вирус, который переносится кровью. Это значит, что он НЕ передаётся по воздуху (или через предметы). На открытом воздухе ВИЧ быстро погибает. При соприкосновении с любым количеством крови действует общее правило: если кровь влажная, она считается опасной, если же она сухая — нет. Для заражения достаточно, чтобы одна капля крови инфицированного человека попала в кровь не инфицированного.

## **16. Существует ли риск заражения при сдаче донорской крови?**

Донорская кровь забирается стерильными одноразовыми иглами. При сдаче крови у донора **НЕТ НИКАКОГО РИСКА** заражения ВИЧ.

## **17. Каким образом инъекционное введение наркотиков связано с высоким риском ВИЧ-инфицирования?**

Даже небольшое количество крови ВИЧ-инфицированного человека (достаточно одной капли), оставшееся в инструментах, используемых при инъекциях наркотиков (иглах, шприцах, вате, посуде, воде и другом оборудовании), может попасть прямо в кровеносную систему человека, использующего это оборудование, и вызвать заражение. При инъекционном введении наркотиков (внутривенном, внутримышечном или подкожном)

высокий риск заражения связан с использованием инструментария, общего с ВИЧ-положительным человеком, или с человеком, чей ВИЧ-статус неизвестен (См. также №52).

### **18. Может ли ВИЧ-инфицированная женщина передать вирус своему ребёнку во время беременности, или грудного вскармливания?**

Да. Существует 1 шанс из 4, что если ВИЧ-инфицированная женщина не будет принимать соответствующие лекарства, она передаст вирус своему ребёнку до или после родов. Если же мать принимает противовирусный препарат (например, А2Т), риск инфицирования ребёнка может быть сведён к 1 из 12. Кроме того, ребёнку, рождённому ВИЧ-инфицированной женщиной, так же в первые четыре недели будут давать противовирусный препарат. Поскольку ВИЧ был обнаружен в грудном молоке, ребёнок может заразиться от инфицированной матери во время грудного вскармливания. Женщинам с ВИЧ НЕЛЬЗЯ кормить грудью своих детей. (См. также №70 и 71).

Возможность передачи вируса от ВИЧ-инфицированной женщины ребёнку во время беременности, родов и грудного вскармливания существует даже в том случае, когда у женщины отсутствуют какие-либо симптомы.

### **19. Правда ли, что инфекции передающиеся половым путём (ИППП) повышают риск передачи ВИЧ?**

Да. Они увеличивают риск, как получения, так и передачи ВИЧ. При любом воспалении, вызванном ИППП (такими как, герпес, гонорея, хламидиоз или сифилис) слизистые легче травмируются во время сексуального контакта и создают условия для попадания ВИЧ в русло крови, поэтому люди с подобными заболеваниями более подвержены риску заражения ВИЧ, особенно если имеются ранки и язвочки.

Поскольку многие ИППП протекают без симптомов, особенно у женщин, тем из них, кто ведёт активную сексуальную жизнь, необходимо сдать анализы на ИППП даже при отсутствии выраженных признаков заболевания.

Последние исследования показали, что при наличии ИППП процентное содержание ВИЧ в сперме и вагинальных выделениях инфицированных людей увеличивается. Повышенный уровень ВИЧ приводит к тому, что заражение их сексуальных партнёров во время незащищенного секса становится более вероятным. По данным тех же исследований своевременное лечение ИППП уменьшает риск передачи ВИЧ.

### **20. Можно ли заразиться, если человек, оказывающий первую помощь при порезе, ВИЧ-инфицирован?**

Единственным условием, при котором может произойти заражение, является попадание в ранку неинфицированного человека крови, спермы или вагинальных выделений ВИЧ-инфицированного человека.

### **21. Обеспечивает ли презерватив 100%-ную защиту от ВИЧ-инфекции?**

Применение презервативов при сексуальных контактах может гарантировать полную защиту от инфицирования ВИЧ и другими ИППП при условии их правильного использования, так как презервативы предотвращают вероятность прямого контакта со спермой, кровью и вагинальными выделениями (т.е. жидкостями организма, содержащими вирус). Кроме того, необходимо пользоваться только качественными презервативами, с неистекшим сроком годности.

Если вместе с презервативом из латекса вы пользуетесь какой-либо смазкой, учтите, что она должна быть на водной основе. НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ смазками на масляной основе, такими как, вазелин или крем для рук, поскольку они делают материал презервативов из латекса менее прочным, что может привести к его повреждению. (См. также 49-51).

Недавно появившиеся презервативы из полиуретана предназначены для тех, у кого латекс вызывает аллергию. Риск беременности и заражения ИППП, включая ВИЧ, для данного типа презервативов ещё не изучен.

### **22. Какими путями заражаются ВИЧ женщины?**

Женщины инфицируются в результате сексуальных контактов без применения

средств защиты (презерватива), или при использовании общих с инфицированным человеком игл и других инструментов для инъекций, пирсинга, тату и др.. В последнее время растёт число женщин, чьими сексуальными партнёрами являются мужчины, употребляющие (или употреблявшие ранее) наркотики инъекционным путём. Женщины, занимающиеся незащищенным сексом, особенно анальным, с партнёрами, ВИЧ-статус которого неизвестен, входят в группу повышенного риска ВИЧ-инфицирования.

Также, поскольку вирус может передаваться через инфицированные вагинальные выделения и менструальную кровь, определённой опасности заражения ВИЧ подвергаются и женщины, вступающие в сексуальные отношения с другими женщинами. Факторами риска являются также небезопасный оральный секс и пользование общими сексуальными игрушками.

**23. Может ли передавать ВИЧ инфицированный человек, который чувствует себя прекрасно, и у которого нет никаких симптомов заболевания?**

Да. ВИЧ-инфекция хроническая, медленно протекающая инфекция и долгое время у большинства ВИЧ-инфицированных людей отсутствуют какие-либо признаки заболевания, они могут даже не знать о том, что инфицированы. При этом они могут передавать вирус другим людям через сексуальные контакты или при использовании общего нестерильного инъекционного оборудования..

**24. Можно ли заразиться от партнёра с низким или неопределяемым уровнем содержания ВИЧ в крови?**

Заразиться от партнёра с низким или неопределяемым уровнем содержания вируса возможно. Тесты, измеряющие уровень вируса, показывают количество ВИЧ в крови человека. Неопределяемый уровень вируса говорит о том, что его содержание в крови ниже того, что может быть измерено при тестировании - ЭТО НЕ ЗНАЧИТ, ЧТО В ОРГАНИЗМЕ ЧЕЛОВЕКА НЕТ ВИЧ. Общедоступные анализы на наличие вируса не исследуют количество ВИЧ в лимфатических узлах, органах, сперме, вагинальных и других выделениях организма. И хотя низкий, или неопределяемый уровень вируса свидетельствует об успехах лекарственной антивирусной терапии, он не исключает возможность распространения ВИЧ через секс, или общие с партнёром иглы для инъекций, хотя и в меньшем проценте риска заражения.

**25. Можно ли заразиться ВИЧ во время глубокого «страстного» поцелуя?**

В слюне некоторых больных ВИЧ/СПИДом было обнаружено небольшое количество ВИЧ. Однако на сегодняшний день не было зафиксировано ни одного случая передачи ВИЧ через контакт только со слюной при поцелуе. Теоретически, если к слюне присоединится кровь, заражение через поцелуй может произойти, но когда во рту кровотечение люди не целуются страстным поцелуем.

**26. Можно ли заразиться ВИЧ, пользуясь чьей-либо бритвой или зубной щёткой?**

Да, поскольку применение, как бритвы, так и зубной щётки связано с возможностью порезов и царапин. На этих предметах может оставаться кровь инфицированного человека, поэтому нельзя пользоваться личными вещами другого человека, которые могли контактировать с его кровью.

**27. Были ли зафиксированы случаи заражения ВИЧ в результате проживания в одном доме с ВИЧ-положительным или больным СПИДом?**

На сегодняшний день не зафиксировано ни одного случая ВИЧ-инфекции, приобретённого в результате повседневных контактов с людьми, живущими с ВИЧ/СПИДом; также не существует ни одного доказательства того, что пребывание в одном пространстве с ВИЧ-инфицированным является опасным для окружающих.

Бытовые контакты с ВИЧ-инфицированными людьми неопасны. Однако известно о случаях заражения ВИЧ в ситуации совместного проживания людей, которые были результатами контакта «кровь в кровь», произошедшими при пользовании одной

бритвой, из-за укола иглой, используемой для лечения, при уходе за больным ВИЧ/СПИДом при попадании инфицированной крови на раздражённые участки кожи или на открытую рану.

**28. Можно ли заразиться ВИЧ от игл, используемых в процедурах ушного, или нательного пирсинга, а также при нанесении тату?**

В целях защиты от возможного инфицирования все иглы и любое другое оборудование, применяемое в этих процедурах, должно быть или новым, или стерилизованным; также новыми, ещё не бывшими в употреблении должны быть и чернила. Известны случаи заражения ВИЧ при татуировке общим оборудованием и при прокалывании ушей одной общей иглой в компании с ВИЧ-инфицированными людьми.

**29. Увеличивает ли риск ВИЧ-инфицирования использование стероидных препаратов или гормонов, вводимых путём инъекций?**

Повышенная опасность ВИЧ-инфицирования связана не с тем, какие вещества вводятся, а с иглами и другим инъекционным оборудованием при этом используемым. При повторном использовании на инструментах может оставаться небольшое количество ВИЧ-инфицированной крови, которая может быть напрямую введена в поток крови следующего человека. Чтобы уменьшить риск подобной передачи, всё инъекционное оборудование должно быть либо одноразовым, либо перед повторным использованием должно быть простерилизовано (См. также №56).

**30. Может ли ВИЧ передаваться через еду, воду или по воздуху?**

Нет. ВИЧ не передаётся ни через воздух, ни через еду или воду, а также через прикосновение к любому предмету, до которого дотрагивался или на который дышал ВИЧ-инфицированный, поэтому ВИЧ-инфицированные люди могут работать поваром, учителем, администратором и др. Ограничения по профессии для ВИЧ-инфицированных граждан существуют только при некоторых медицинских профессиях, где имеется возможность заражения пациента при оказании ему медицинской помощи (например хирурги).

**31. Могут ли комары переносить ВИЧ?**

Нет. Последние исследования показали, что ни комары, ни какие-либо другие насекомые, а также грызуны не могут передавать ВИЧ человеку. И хотя комары относятся к многоразовым кусателям, кровь предыдущей жертвы поступает в желудок комара, где имеются ферменты, которые делают невозможным прикрепление вируса к чувствительной клетке, а значит и не происходит инфицирование. ВИЧ.

**32. Может ли ВИЧ распространяться через бассейны, или бани?**

Нет. На сегодняшний день не было отмечено ни одного случая передачи ВИЧ в бассейне, или в бане. Принятая при дезинфекции общественных бассейнов, саун и других бань дозировка хлора убивает вирус.

**33. Может ли заражение произойти в результате укуса?**

Подключив воображение, можно представить, что при определённых очень специфических обстоятельствах ВИЧ-инфицированный человек заражает другого, укусив его. При этом, необходимо соблюдение двух условий: во-первых, у человека с ВИЧ во рту должна быть кровь; во-вторых, нужно, чтобы он прокусил кожу другого человека. Через повреждения на коже инфицированная кровь может попасть прямо в кровеносную систему другого человека. Необходимо иметь в виду, что всё выше описанное происходит в соответствии со способом, которым распространяется ВИЧ, а именно, через контакт «кровь в кровь». Возникновение такой ситуации маловероятно. При контакте только со слюной ВИЧ не передаётся, даже при укусе.

**34. Каким образом алкоголь и другие наркотики, принимаемые без инъекций, могут увеличить риск ВИЧ-инфицирования?**

Употребление психоактивных веществ, таких как, алкоголь и наркотики, понижают

способность принимать ответственные решения по вопросам безопасного поведения: секса, дезинфекции игл и другого оборудования перед использованием. Кроме того, такие наркотики как крэк, усиливают сексуальное желание, что приводит к повышению сексуальной активности.

### **35. Какие меры принимаются для того, чтобы обезопасить от ВИЧ донорскую кровь и другие продукты крови?**

Вся донорская кровь проверяется на наличие антител к ВИЧ. В последние годы принимаются меры для применения более точных анализов. Кроме того, начиная с 2006г, проводится карантинизация плазмы, т.е. донор проходит обследование на ВИЧ, вирусные гепатиты, сифилис и при наличии отрицательных результатов – сдает кровь. Из этой крови получают плазму и кладут её на хранение. Через 6 месяцев этот же донор проходит повторное обследование на ВИЧ, вирусные гепатиты, сифилис и если спустя 6 месяцев результаты тестов вновь отрицательные, то плазма, полученная 6 месяцев назад пускается на реализацию. Таким методом избегают переливание крови, взятой у донора в серонегативный период, когда человек инфицирован ВИЧ, а тест на ВИЧ – отрицательный.

## **Тестирование**

### **36. Какие анализы существуют на ВИЧ?**

Существует метод иммуноферментного анализа (ИФА), которым определяют наличие **антител** к ВИЧ. Антитела — это вещества, вырабатываемые в крови для борьбы с микроорганизмами, такими как, вирусы, бактерии, грибки и т.п., которые могут привести к заболеваниям. Если в крови человека присутствуют антитела к ВИЧ, это значит, что он или она инфицированы. Положительный результат иммуноферментного анализа необходимо подтверждать более чувствительным тестом — он называется иммуноблот (**ИБ**). Методом ИБ проводится определение антител к отдельным белкам вируса. ИБ используется при диагностике ВИЧ-инфекции в качестве конечного метода, позволяющего поставить (или отвергнуть) окончательный диагноз. Присутствие антител или положительный результат обследования — указывают на наличие ВИЧ-инфекции. Рекомендуется проходить такое обследование через три или шесть месяцев после возможного заражения, т.к. иммунной системе необходимо несколько месяцев, чтобы выработать достаточное количество антител к ВИЧ.

Имеется ещё один тест для определения инфицированности человека ВИЧ - полимеразная цепная реакция (**ПЦР**), которым определяют наличие **вируса** в крови человека. Метод ПЦР позволяет определить наличие ВИЧ независимо от появления антител. Этот метод используют для определения эффективности назначенного противовирусного специфического лечения и для определения инфицированности детей, рожденных ВИЧ-инфицированными матерями. Однако, этот результат является достаточно трудоемким, дорогостоящим и требующим специальной подготовки лабораторных специалистов. По этой причине метод ПЦР не используется для диагностики ВИЧ-инфекции.

В большинстве случаев анализ делается в специальных кабинетах, больницах, или медицинских пунктах при обеспечении полной анонимности или конфиденциальности. Перед тестированием консультант или врач, рассказывает о том, в чём заключается данный анализ и тех рисках, которые связаны с ВИЧ-инфицированием. После того, как анализ сдан, необходимо ещё раз прийти на приём к врачу или консультанту, чтобы обсудить его результаты и получить дальнейшие рекомендации.

### **37. Зачем нужно сдавать анализ?**

В настоящее время, как никогда, знание своего ВИЧ-статуса связано с возможностью сохранения и продления здорового периода жизни. Сейчас медицина располагает более эффективными противовирусными средствами для лечения ВИЧ-инфекции, применение которых позволяет взять распространения вируса под контроль и отсрочить появление заболеваний на фоне возникшего иммунодефицита.

К тому же, зная свой статус, ВИЧ-инфицированные люди могут принять меры предосторожности, чтобы свести к нулю или уменьшить риск заражения других, включая



будущих детей, которые могут инфицироваться во время беременности и родов. Чем раньше человек сдаст анализ, тем раньше у него появится возможность принять решения важные для здоровья, для защиты себя и других от ВИЧ-инфицирования.

### **38. Кому рекомендуется сдавать анализ?**

Сдавать анализ нужно в том случае, если вы обеспокоены тем, что могли подвергнуться риску ВИЧ-инфицирования. Это же касается людей, которые в прошлом попадали в ситуации, связанные с повышенной опасностью заражения. Сдать анализ на ВИЧ нужно также семейным парам, планирующим беременность, или уже беременным женщинам.

### **39. Нужно ли для того, чтобы сдать анализ, дожидаться появления симптомов?**

Нет. Если человек обеспокоен возможностью своего ВИЧ-инфицирования, он должен как можно скорее обратиться за консультацией и сдать анализ. Необходимо учитывать, что ВИЧ-инфекция может проявиться не сразу после заражения. Консультант или врач объяснят, в чём состоит анализ, и посоветуют, как избежать или свести к минимуму дальнейший риск, связанный с ВИЧ. Чем раньше будет обнаружен ВИЧ, тем быстрее начнётся необходимое лечение, которое может помочь дольше оставаться здоровым. Сейчас мы уже знаем, что иммунная система дольше остаётся здоровой тогда, когда лечение начинается до того, как появляются первые симптомы заболевания.

### **40. Через какое время после инфицирования ВИЧ может быть обнаружен? У**

большинства ВИЧ-инфицированных количество антител к ВИЧ, достаточное для обнаружения при тестировании на наличие антител, развивается в течение 3-6 месяцев. Через три месяца, у большинства инфицированных будет положительная реакция на этот тест. Но все инфицированные без исключения, вне зависимости от того, достигло ли у них количество антител уровня, определяемого при тестировании, могут передавать вирус другим через небезопасный секс или использование общих игл для инъекций через 1-3 суток после возможного заражения. Отрицательные результаты анализа значат, что человек не заражён только в том случае, если за три месяца до тестирования он не был в ситуациях, связанных с риском инфицирования. Также они не гарантируют, конечно, от возможности заражения в будущем. Даже получив отрицательные результаты, необходимо проконсультироваться у специалиста о том, как избегать ситуаций, приводящих к опасности ВИЧ-инфицирования.

**41. Что такое освидетельствование (тестирование) на ВИЧ?** Тестирование (анализ крови) - единственный способ достоверно узнать о наличии или отсутствии ВИЧ в организме человека. По международным стандартам и в соответствии с российским законодательством должно быть добровольным и конфиденциальным, может быть анонимным. Тестирование должно сопровождаться консультированием до и после прохождения теста. Знание результата тестирования даёт возможность человеку, прошедшему тестирование, вовремя принять меры для сохранения своего здоровья. Суммированные данные о результатах тестирования также дают возможность системе здравоохранения разрабатывать и осуществлять более эффективные профилактические и лечебные программы.

### **42. Может ли тестирование на ВИЧ носить обязательный характер?**

В соответствии с общими правилами (ст. 8 Закона) медицинское освидетельствование должно осуществляться добровольно — по просьбе или с согласия самого лица.

Обязательному тестированию на ВИЧ подлежат:

- Доноры крови, биологических жидкостей, органов и тканей<sup>1</sup>.
- Работники определенных профессий, список которых утверждается Правительством Российской Федерации от 4 сентября 1995 г. № 877<sup>2</sup>
- Лица, находящиеся в местах лишения свободы, по правилам, утвержденным постановлением Правительства РФ от 28 февраля 1996 г. № 221<sup>3</sup> (ст. 9 Закона)
- Иностранцы граждане и лица без гражданства, прибывающие в Россию на срок свыше 3 месяцев, кроме сотрудников дипломатических представительств и консульских учреждений иностранных государств, сотрудников международных межправительственных организаций и членов их семей (ст. 10 Закона)<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> См.: Порядок медицинского освидетельствования донора крови и ее компонентов. Утвержден приказом Министерства здравоохранения РФ от 14 сентября 2001 г. № 364 — БНА. 2001. № 46.

<sup>2</sup> См.: Перечень работников отдельных профессий, производств, предприятий, учреждений и организаций, которые проходят обязательное медицинское освидетельствование на выявление ВИЧ-инфекции при проведении обязательных при поступлении на работу и периодических медицинских осмотров. Утвержден постановлением Правительства РФ от 4 сентября 1995 г. № 877 — СЗ РФ. 1995. № 37. Ст. 3624.

<sup>3</sup> См.: Правила обязательного медицинского освидетельствования лиц, находящихся в местах лишения свободы, на выявление вируса иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции), утвержденные постановлением Правительства РФ от 28 февраля 1996 г. № 221 — СЗ РФ. 1996. № 12. Ст. 1112.

<sup>4</sup> См.: Требования к сертификату об отсутствии ВИЧ-инфекции, предъявляемому иностранными гражданами и лицами без гражданства при их обращении за визой на въезд в Российскую Федерацию на срок свыше трех месяцев. Утверждена постановлением Правительства РФ от 25 ноября 1995 г. № 1158 — СЗ РФ. 1995. № 49. Ст. 4800.

• В рамках военно-врачебной экспертизы обязательному освидетельствованию подлежат военнослужащие, в том числе при поступлении на военную службу по контракту или призыве на военную службу, положение о которой утверждено постановлением Правительства РФ от 25 февраля 2003 г. № 123 (См.: Положение о военно-врачебной экспертизе. Утверждено постановлением Правительства РФ от 25 февраля 2003 г. № 123 — СЗ РФ. 2003. № 10. Ст. 902).

В отношении иных категорий граждан, в том числе беременных женщин, больных по клиническим показаниям, а также при приеме на работу, медицинское освидетельствование на ВИЧ может проводиться только добровольно.

#### **43. Для чего нужны консультирование до и после освидетельствования (тестирования) на ВИЧ?**

Тестирование на ВИЧ должно сопровождаться консультированием и до, и после тестирования, которое позволяет убедиться, что тестируемый понимает, что такое тестирование и каковы его возможные последствия, а также делает процедуру тестирования максимально эффективной. Перед тестированием необходимо уточнить, каковы причины сдачи теста, проанализировать существовавший риск и подготовить клиента к получению как положительного, так и отрицательного результата. При консультировании после тестирования в случае отрицательного результата с клиентом обсуждаются вопросы профилактики передачи ВИЧ в дальнейшем и изменения его поведения на более безопасное, а если необходимо назначают повторное обследование на ВИЧ через 3 месяца. В случае положительного результата человеку оказывается психологическая поддержка, дается основная информация о лечении ВИЧ-инфекции и жизни с ВИЧ, сообщаются координаты служб, в которых оказывают психологическую, социальную и медицинскую помощь. Грамотное консультирование до и после тестирования являются основой эффективных программ профилактики при ВИЧ/СПИДе.

#### **44. Где можно проконсультироваться по вопросам ВИЧ и сдать анализ?**

В соответствии с общими правилами (ст. 8 Федерального Закона № 38 от 30 марта 1995г) медицинское освидетельствование должно осуществляться добровольно — по просьбе или с согласия самого лица. Медицинское освидетельствование, в том числе соответствующее лабораторное исследование, проводится в учреждениях государственной, муниципальной или частной системы здравоохранения, получивших соответствующую лицензию на эту деятельность, чем гарантируется необходимое качество такого освидетельствования. Оно сопровождается предварительным и последующим консультированием. В государственных и муниципальных учреждениях освидетельствование является бесплатным, что гарантирует его доступность (ст. 7 Закона).

При анонимном тестировании нет необходимости называть себя или предоставлять любую другую идентификационную информацию. Однако, при анонимном тестировании делается только первый этап исследования ИФА, в случае получения положительного результата подтверждающий тест не проводится, что не позволяет окончательно поставить диагноз «ВИЧ-инфекция». Консультант это объясняет перед прохождением обследования на ВИЧ.

Медицинскими учреждениями, а также врачами соблюдается принцип конфиденциальности информации, относящейся к анализу на антитела к ВИЧ. В этом случае идентификационная информация поступает только к специалисту по вопросам

тестирования, врачу или другому медицинскому работнику, а результаты анализа заносятся в персональную медицинскую карту. За разглашение конфиденциальной информации врачи несут административную ответственность (Основы законодательства РФ «Об охране здоровья граждан» от 22.07.1993г.статья «Врачебная тайна»). Анализы на ВИЧ можно сдать в областном центре по борьбе и профилактике со СПИД и инфекционными заболеваниями и его филиалах в гг. Серове, Н-Тагиле, К-Уральском, Первоуральске, Ирбите, а так же в районных и городских лечебных учреждениях.

**45. Необходимо ли ВИЧ - положительному ставить в известность о своём состоянии своих сексуальных партнёров и/или партнёров, с которыми пользовались общим инъекционным оборудованием?**

Да. Очень важно, чтобы все сексуальные партнёры и партнёры по общему инъекционному оборудованию знали о том, что они подвергаются риску заражения ВИЧ с тем, чтобы они могли:

- Принять решение о тестировании на ВИЧ;
- Защитить себя от ВИЧ-инфицирования в дальнейшем;
- Если они заразились, принять меры для уменьшения риска распространения ВИЧ и передачи его другим;
- Если они заразились, начать лечение на ранних этапах, чтобы дольше оставаться здоровыми.

Поскольку признаваться мужу/жене или партнёру зачастую очень трудно, можно обсудить это с врачом или с консультантом.

**46. Что такое иммунный статус?**

**Иммунный статус** определяет количество клеток Т-4 (СД-4) на кубический миллиметр (миллилитр) крови. У человека с неповрежденной иммунной системой иммунный статус, как правило, составляет 800 - 1 200 клеток. (У маленьких детей количество клеток СД-4 в норме в 2-3 раза выше, чем у взрослых, то есть при здоровом иммунном статусе оно составляет 2 000 -3 000 клеток). Снижение иммунного статуса до 200 клеток и ниже создает опасность развития заболеваний, представляющих угрозу для жизни — оппортунистических инфекций. **При ВИЧ-инфекции рекомендуется проходить обследование на иммунный статус не реже 1 раза в 6 месяцев.**

**47. Что такое вирусная нагрузка?**

**Вирусная нагрузка** отражает количество свободных частиц (копий) вируса, циркулирующих в крови. Тест на вирусную нагрузку чаще всего основан на методе полимеразной цепной реакции (ПЦР) и измеряет количество копий РНК вируса. Менее 20 000 копий вируса на 1 мл крови считается невысокой вирусной нагрузкой, больше 20 000 копий - сигнал опасности. Даже самый чувствительный 'современный тест не может определить вирусную нагрузку ниже 50 копий на 1 мл, поэтому, когда говорят, что в результате противовирусного лечения в крови пациента не обнаруживается вирус, это не означает, что вирус исчез, но что количество копий на 1 мл ниже предела чувствительности используемой тест-системы. **Регулярные обследования на иммунный статус и вирусную нагрузку позволяют:**

- вовремя начать противовирусное лечение: если иммунный статус значительно снизился, лечащий врач может назначить какой-либо из имеющихся противовирусных препаратов;
- вовремя начать профилактику вторичных оппортунистических заболеваний.

### **Профилактика ВИЧ-инфекции**

**48. Что делается для того, чтобы уменьшить риск ВИЧ-инфицирования медицинских работников?**

Для уменьшения риска ВИЧ-инфицирования, связанного со спецификой профессиональной деятельности, используются стандартные процедуры инфекционного

контроля и даются указания по профилактике. Однако, несмотря на усилия, которые предпринимаются для уменьшения количества ситуаций, связанных с прямой опасностью заражения ВИЧ, ещё бывают случаи повреждения кожи иглами и/или контакта с другими биологическими жидкостями организма («аварийные ситуации»). Это ещё раз доказывает то, что медицинским работникам, которые по роду своей деятельности контактируют с кровью и/или выделениями организма во избежание прямых контактов с инфицированной кровью и/или выделениями организма пациентов во время оказания им медицинской помощи, необходимо строго следовать правилам техники безопасности.

В настоящее время разработана схема комбинированной профилактической терапии для предотвращения развития ВИЧ-инфекции в случае возникновения «аварийной ситуации». Комбинированная терапия должна применяться немедленно после возможного контакта с инфицированной кровью. Тому, кто стал жертвой подобного инцидента, следует как можно быстрее обратиться в отделение экстренной помощи больницы, имеющей опыт лечения ВИЧ. На основе анализа типа повреждения, врачи смогут принять решение о соответствующем лечении.

#### **49. Существует ли способ обеспечить полную защиту от заражения ВИЧ сексуальным путём?**

Единственным способом обеспечить полную защиту от ВИЧ-инфицирования является прекращение сексуальных отношений, или воздержание. Важно понимать, что 100% безопасного секса не существует, хотя применение презерватива, в сочетании с веществами, убивающими сперму (спермицидами), может сделать сексуальный контакт безопасным (см. так же п. 21). В том случае, если человек хочет свести к нулю возможность передачи ВИЧ сексуальным путём, самым надёжным средством является воздержание, или наличие одного ВИЧ-отрицательного сексуального партнера с обоюдным соблюдением верности друг другу.

#### **50. Уменьшает ли использование во время сексуального контакта презерватива риск ВИЧ-инфицирования?**

Да. Применение презерватива из латекса во время сексуального контакта может свести к минимуму риск ВИЧ-инфицирования, поскольку при этом уменьшаются возможности проникновения и контакта слизистой со спермой, кровью и вагинальными выделениями (т.е. жидкостей, которые, являются носителями вируса). Но поскольку презервативы могут рваться или соскальзывать, нельзя полагаться на них как на единственное средство защиты от ВИЧ. Дополнительная защита может быть обеспечена сочетанием презервативов с веществами, убивающими сперматозоиды (спермицидами). Однако частое использование подобных препаратов, например, больше одного раза в два дня, не рекомендуется, так как они могут вызывать раздражение слизистой оболочки, что, в свою очередь, увеличивает риск инфицирования.

#### **51. Существуют ли женские презервативы?**

Да. Исследования установили, что презервативы из латекса для мужчин обеспечивают лучшую защиту от беременности и инфекций, передающихся половым путём (ИППП). Однако если нет возможности их использовать, следующим оптимальным, с точки зрения защитных свойств, средством защиты могут быть презервативы для женщин. Мужские и женские презервативы нельзя использовать одновременно. Дополнительную защиту может обеспечить применение препарата, убивающего сперматозоиды (спермицида), внутри презерватива на тот случай, если он порвётся или соскользнет.

#### **52. Может ли одновременное применение диафрагмы и спермицидов уменьшить риск ВИЧ-инфицирования?**

Диафрагма (средство контрацепции, представляющее собой гибкий диск, покрывающий шейку матки) и спермициды снижают риск инфицирования ВИЧ, но не гарантирует полноценную защиту от ВИЧ-инфекции, в отличие от мужских или женских презервативов. Спермицидный гель или крем должен быть нанесён на сам ободок и ту сторону диафрагмы, которая накрывает шейку матки. Также рекомендуется смазывать

спермицидом непосредственно влагалище. Однако частое его использование, например, больше одного раза в два дня, опасно, так как этот препарат может вызывать раздражение слизистой, что, в свою очередь, увеличивает риск инфицирования. И диафрагма, и вагинальные спермицидные средства предназначены только для женщин и могут быть использованы только в том случае, когда нет возможности воспользоваться мужским или женским презервативом.

**53. Уменьшает ли риск ВИЧ-инфицирования использование только спермицидных препаратов?**

Спермициды, предназначенные для внутривагинального применения, в основном предназначены для предохранения от нежелательной беременности, от инфекций передающихся половым путем (ИППП), в том числе и от ВИЧ спермициды не гарантируют полную защиту. Для полного предотвращения заражения ВИЧ и другими ИППП они должны использоваться только с презервативом.

**54. Могут ли другие методы контроля рождаемости уменьшить риск ВИЧ-инфицирования?**

Нет. Противозачаточные таблетки и другие средства контроля рождаемости, предназначены для защиты от нежелательной беременности, но не защищают от ВИЧ-инфекции.

**55. Может ли душ после сексуального контакта уменьшить риск ВИЧ-инфицирования?**

Нет. При вагинальном контакте душ после секса не обеспечивает защиту от ВИЧ, так как потенциально инфицированная сперма попадает в канал шейки матки сразу же после семяизвержения. Таким образом, принятие душа после секса не защищает от контакта с кровью, спермой, или вагинальными выделениями. Также, нет никаких данных, что душ обеспечивает какую-либо защиту и после анального секса.

**56. Должны ли сексуальные партнёры, если они оба ВИЧ - положительны, пользоваться презервативами во время секса?**

Да. Презервативы надёжно защищают уже инфицированных людей как от инфекций, передающихся половым путём (ИППП), так и от других типов или вариантов ВИЧ. Кроме того, презервативы, что немаловажно, защищают от нежелательной беременности.

**57. Как можно уменьшить риск ВИЧ-инфицирования при инъекционном употреблении наркотиков?**

Рекомендуются следующие мероприятия:

- *Программы по лечению наркомании.* Инфицирования через общие шприцы можно избежать, начав лечение наркомании и прекратив инъекции наркотиков.
- *Программы по обмену шприцов и снижения вреда.* Риск инфицирования может быть также сведён к нулю, если во время инъекций использовать новые, а не уже бывшие в употреблении **шприцы и другие инструменты**. Люди, потребляющие наркотики инъекционным путём, могут получить новые шприцы, участвуя в программе по обмену шприцов, если она доступна. Если она недоступна, покупайте шприцы только в аптеках. Кроме того, участвуя в этих программах наркозависимые люди получают консультации по профилактике ВИЧ-инфекции и других инфекций передающихся через кровь.
- *Дезинфекция игл и других инструментов.* Риск инфицирования можно уменьшить, если всегда, сразу после использования и непосредственно перед повторным применением, тщательно дезинфицировать оборудование для инъекций (иглы, общее оборудование и другие инструменты). Нельзя **повторно** пользоваться ватой, водой или посудой. В том случае, если необходимо вновь использовать посуду, оставьте её отмочать в дезинфицирующей жидкости минимум на 30 секунд, а затем прополощите в чистой воде. Так как дезинфицирующие средства на свету теряют свою эффективность, необходимо их хранить в не доступном для света месте.

## **58. Как беременная женщина может предотвратить передачу ВИЧ своему ребёнку?**

Планируя беременность или на самой ранней её стадии, всем женщинам предлагается провериться на ВИЧ. В настоящее время существуют лекарства, способные уменьшить риск инфицирования ребёнка во время беременности. Чем раньше женщина сдаст анализ на ВИЧ, тем раньше она сможет принять решения, касающиеся как её собственного здоровья, так и уменьшения риска заражения ребёнка. Даже, если женщина окажется ВИЧ-инфицированной, риск заражения ребенка можно снизить до 2%.

### **Диагностика и лечение**

## **59. Каковы симптомы ВИЧ-инфекции?**

У одних людей не появляется никаких признаков заболевания до 10 лет с момента заражения, и они могут оставаться в неведении о том, что инфицированы ВИЧ. У других в самом начале инфицирования могут возникнуть лёгкие кратковременные симптомы, напоминающие грипп, которые проходят через несколько дней или недель после заражения. У третьих увеличиваются лимфоузлы. Чем раньше будет обнаружена ВИЧ-инфекция, тем быстрее может начаться лечение, что поможет людям дольше оставаться здоровыми.

Многие симптомы заболевания, вызванного ВИЧ, похожи на признаки других болезней, с ВИЧ не связанных. Необходимо незамедлительно обратиться к врачу для выяснения причин и назначения соответствующего лечения при следующих симптомах:

- Увеличенные лимфоузлы в области шеи, подмышками и в паху;
- Длительное(более 2-3-х недель) повышение температуры или потливость по ночам;
- Потеря веса более, чем на 10%, не связанная с диетой или повышением физической активности;
- Тяжёлый, непрекращающийся сухой кашель, не связанный с курением, или слишком продолжительный для простуды или гриппа;
- Длительная (более 2-3-х недель) диарея (понос), не связанная с приемом некачественной пищи;
- Густой белёсый налёт на языке или в горле, который может сопровождаться появлением воспаления в области гортани;
- Многократное повторение вагинальных грибковых инфекций;
- Необъяснимые высыпания на коже;
- Герпес, который продолжается дольше, чем обычно.

## **60. Когда ВИЧ-инфекция переходит в стадию СПИДа?**

Диагноз «СПИД» ставится в том случае, когда количество клеток иммунной системы - *СД 4* у ВИЧ-инфицированных падает ниже 200, или появляется одно из серьезных состояний, связанных с ВИЧ. (*СД 4* — это клетки иммунной системы, которые поражает ВИЧ). Под подобными состояниями подразумеваются некоторые нетипичные инфекции (известные как «оппортунистические») и формы рака, а также резкая потеря веса вплоть до истощения и расстройства деятельности нервной системы. Наиболее распространёнными «оппортунистическими» инфекциями являются туберкулез и пневмоцистная пневмония.

## **61. Какой смысл людям с ВИЧ обращаться за медицинской помощью?**

Получение своевременной медицинской помощи от врача, специализирующегося на проблемах ВИЧ, приобретает на сегодняшний день особый смысл. В настоящее время появились новые препараты для лечения ВИЧ-инфекции, позволяющие улучшать состояние здоровья и помогающие продлить жизнь больным. Кроме того, при необходимости врач назначит соответствующие препараты для профилактики некоторых заболеваний, таких как туберкулез и пневмоцистная пневмония и назначит пройти «тест на вирусную нагрузку», который определяет количество вируса в крови. С его помощью

врач, имеет возможность принять более аргументированное решение о том, когда начать лечение, предотвращающее появление каких-либо симптомов заболевания. При помощи этого теста также определяют эффективность лечения (антиретровирусной терапии-АРВТ). Ещё одной важной причиной обращения к врачу является диагностирование и лечение других инфекций, таких, например, как туберкулёз и инфекции, передающиеся половым путём. Дело в том, что эти заболевания ускоряют развитие СПИДа при ВИЧ-инфекции.

Особое значение имеет медицинская помощь ВИЧ-положительным беременным женщинам, поскольку своевременное обращение к врачу может значительно уменьшить риск рождения инфицированного ребёнка. Зачастую развитие ВИЧ-инфекции у детей отличается от её динамики у взрослых; маленькие дети, как правило, заболевают намного быстрее, поэтому для них особенно важно получить лечение как можно раньше.

В группу людей, которым также необходимо сдать анализ на ВИЧ входят супруги ВИЧ-положительных, их сексуальные партнёры и партнёры по общему оборудованию для инъекций, которые должны знать, что подвергались опасности заражения.

## **62. Существуют ли у женщин с ВИЧ особые причины для обращения за медицинской помощью?**

Некоторые заболевания наиболее типичны именно для женщин с ВИЧ-инфекцией. Среди них - различные патологии шейки матки, включая её рак. Женщинам с ВИЧ необходимо пройти обследование органов малого таза, и сделать мазок, для того чтобы быть в курсе своего состояния. Также, особое лечение требуется ВИЧ-инфицированным женщинам, у которых обнаружены вагинальные инфекции, такие как грибковые заболевания. Им необходимо обсудить проблемы предохранения и планирования семьи со своим врачом, поскольку многие контрацептивы, принимаемые орально, могут вступать в конфликт с антивирусными препаратами. Женщина должна обсудить вместе с врачом все свои лекарства, чтобы убедиться, что они сочетаются между собой.

## **63. Должны ли ВИЧ – положительные люди рассказывать о своём статусе специалистам, оказывающим им медицинские услуги, таким как врачи, стоматологи, фельдшеры и медсестры?**

По закону ВИЧ-инфицированный человек не обязан это делать, но для того чтобы правильно поставить диагноз, назначить соответствующее своевременное лечение и профессиональное наблюдение, медицинские работники должны знать о ВИЧ-статусе своих пациентов. В то же время медицинские работники не имеют права отказывать ВИЧ-инфицированным людям в помощи только на том основании, что они ВИЧ – положительные.

## **64. Что собой представляют новые методы лечения ВИЧ?**

Разработаны методы лечения ВИЧ-инфекции, включающие антиретровирусные препараты. Эти лекарства, препятствуют проникновению ретровирусов (к которым относится ВИЧ) в клетки человека или влияют на их способность размножаться. Применение трёх и более антиретровирусных препаратов называется высокоэффективной или комбинированной АРВТ.

В последнее время появились новые лекарства против ВИЧ, включая группу препаратов, называемых ингибиторами протеазы. В сочетании с применявшимися ранее лекарственными препаратами они могут уменьшить содержание вируса в крови до уровня, не определяемого при анализе «вирусной нагрузки». Это вовсе не значит, что организм полностью избавился от вируса, но его количество в крови сократилось настолько, что даже тест не в состоянии его выявить. Когда уровень вируса низкий, лечение может оказывать более продолжительный эффект и у иммунной системы появляется возможность в некоторой степени восполнить ущерб, причинённый ей ВИЧ. При этом, необходимо помнить, что и в том случае, если у человека неопределяемая «вирусная нагрузка», **он/она может передавать ВИЧ другим.**

Несмотря на то, что новые лекарственные средства не приводят к полному выздоровлению от ВИЧ-инфекции, во время назначенные они могут увеличить продолжительность жизни и улучшить состояние здоровья и отодвинуть на неограниченное время наступление стадии СПИДа. Очень важно при их приёме точно придерживаться назначений врача. Пропуск или отсрочка даже нескольких приёмов лекарства может привести к повышению устойчивости вируса к воздействию препарата, что означает, что данный препарат больше не работает. Люди, устойчивые к воздействию одного лекарства, могут быть невосприимчивы и к другим лекарственным средствам, которые они до этого не принимали, поэтому для ВИЧ-положительных очень важно иметь чёткое представление о схеме приёма своих препаратов и строго придерживаться данной схемы.

#### **65. Правда ли, что всякий ВИЧ - положительный человек, в конце концов, заболеет и умрёт?**

У многих людей, которые заразились ВИЧ, в конце концов, развиваются различные инфекционные заболевания, чьё появление связано с ослаблением иммунной системы. Некоторым людям диагноз «СПИД» не ставится в течение 14 лет и дольше. Существуют долгожители, у которых не развиваются заболевания и не происходит падения уровня клеток иммунной системы CD4.

В связи с последними достижениями в разработке лекарств и терапии, появилась возможность удлинить срок жизни многих людей с ВИЧ-инфекцией. Именно поэтому очень важно как можно раньше установить свой ВИЧ-статус. Чем раньше ВИЧ-положительный человек получит медицинскую помощь, тем меньше вероятность возникновения у него/неё многих распространённых заболеваний, таких как туберкулёз (ТБ) или пневмоцистная пневмония (ПЦП) и другие.

#### **66. Какова связь между ВИЧ и туберкулезом (ТБ)?**

ТБ является одним из многих заболеваний, которые могут находиться под контролем иммунной системы. Только 10% людей, инфицированных туберкулезной палочкой, с нормальной иммунной системой заболевают ТБ в активной форме. Но для человека с ВИЧ-инфекцией, у которого туберкулёзная палочка существует в условиях ослабленной иммунной системы, вероятность заболеть ТБ в активной форме значительно выше. Вот почему тест на ТБ особенно важен именно для ВИЧ-положительных. Своевременный, до появления первых симптомов, приём лекарств может предотвратить развитие ТБ в активной форме. Симптомы ТБ похожи на симптомы других болезней, связанных с ВИЧ. Они включают: кашель, затрудненное дыхание, слабость, плохое самочувствие, кашель с кровью, потерю веса, повышение температуры и потливость по ночам. В большинстве случаев ТБ поддаётся лечению. ТБ в активной форме может передаваться другим людям и распространяться через кашель.

#### **67. Что ВИЧ - положительным нужно знать о гепатите?**

ВИЧ-инфицированных людей обязательно обследуют на гепатиты А, В и С. Те, у кого нет этих вирусов, должны обсудить со своими врачами то, как избежать опасности заражения гепатитом во время занятий сексом или через общие шприцы. Инфекция гепатита может увеличить вирусную нагрузку у ВИЧ-положительных и ухудшить их самочувствие, поэтому в разговоре со своим врачом о риске заражения гепатитом, имеет смысл поставить вопрос о прививках против гепатитов А и В. Вакцина против гепатита С не разработана.

**68. Все ли дети, рождённые от ВИЧ - положительных матерей, заражены?** Не всякая опасная ситуация приводит к инфицированию. Заражается приблизительно 1 из 16 детей, рождённых ВИЧ - положительными матерями, при этом есть возможности снизить риск инфицирования ребенка до 2 %. В первое время у новорождённых положительные результаты анализов на наличие антител, это не их антитела, а показатели их матерей. В настоящее время для того, чтобы как можно раньше узнать инфицировался ребенок ВИЧ или нет – проводят определение вируса методом ПЦР. Чем раньше ребенку будет установлен диагноз и назначено лечение, тем оно более эффективно. К 1 -1,5 лет у детей развивается своя собственная иммунная система, и более 90% из них оказываются в итоге **НЕ** инфицированными.



## Дети и подростки

### **69. Почему важно, чтобы родители говорили со своими детьми о ВИЧ и СПИДе?**

Лучше всего начать разговаривать с ребёнком на эти темы до того, как он/она начали вести активную сексуальную жизнь. Это поможет сделать общение более откровенным. Родителям необходимо искать способы обсуждения с детьми вопросов, относящихся к ВИЧ/СПИДу. Чтобы начать разговор можно использовать теле- или радио информацию, статьи из газет, также вы можете поинтересоваться у своих детей, что они узнали о ВИЧ/СПИДе в школе. Но прежде, чем обсуждать это с детьми, родителям необходимо самим ознакомиться с основной информацией, имеющей отношение к ВИЧ и СПИДу. В этом вам могут помочь самые разнообразные источники, такие как управления здравоохранения, центры по вопросам СПИДа, врачи, библиотеки, интернет и общественные организации, занимающиеся проблемами СПИДа.

Кроме того, необходимо говорить о вреде наркотиков и возможное заражение ВИЧ, гепатитами и другими инфекциями при их употреблении.

### **71. Как дети могут заразиться ВИЧ?**

Большинство детей получили вирус ВИЧ от инфицированных матерей до или во время рождения. Заражение также происходит во время грудного вскармливания. Вирус может передаваться от инфицированной матери ребёнку даже в случае отсутствия у неё каких-либо симптомов, связанных с ВИЧ-инфекцией. Исследования показывают, что при отсутствии лечения заражаются приблизительно 15-25%, или 1 из 4 младенцев, рождённых от ВИЧ -положительных матерей. Однако, по данным тех же исследований, ВИЧ - положительные женщины, принимающие противовирусные (АРВ) препараты во время беременности могут снизить уровень инфицирования своих детей до 2%. Некоторые женщины с ВИЧ принимают АРВ лекарства, по своим собственным медицинским показаниям. После наступления беременности им необходимо обсудить с врачами все риски и преимущества, связанные с продолжением приёма этих препаратов, как на ранних стадиях беременности, так и на более поздних её этапах.

Некоторые дети были заражены в результате переливания крови и инъекций не стерильным оборудованием в стационарах до того, как все запасы донорской крови начали проверяться, а медицинский персонал стал проходить специальную подготовку по ВИЧ/СПИДу. Инфицирование некоторых детей также произошло в результате сексуального насилия.

### **72. Почему ВИЧ - положительным матерям не рекомендуется кормить грудью своих детей?**

Поскольку доступны безопасные альтернативные варианты кормления, специалисты рекомендуют ВИЧ - положительным женщинам воздерживаться от грудного вскармливания своих детей. Исследования показали, что риск заражения ребёнка во время кормления грудью добавляет около 10-14% вероятного инфицирования к риску, связанному с вынашиванием и рождением.

### **73. Почему медицинским работникам важно знать о том, что у ребёнка ВИЧ?**

Информация о ВИЧ-статусе является важной частью любой истории болезни и необходима для оказания адекватной медицинской помощи. У ВИЧ-инфицированных детей могут развиваться инфекционные и другие заболевания, требующие специального врачебного внимания. Такие дети должны наблюдаться с тем, чтобы составить план необходимого лечения, включая назначение лекарств, предотвращающих заболевания, обусловленные ВИЧ. Помимо этого, дети с ВИЧ получают особые рекомендации по вакцинации.

#### **74. Нужно ли детям с ВИЧ делать обычные детские прививки?**

Да. Прививки принципиальны для здоровья, в том числе и детей с ВИЧ. Дети с прогрессирующим ВИЧ-заболеванием могут терять иммунитет, полученный в результате вакцинации. Поскольку расписание прививок для таких детей отличается от обычного, врачу важно знать о ВИЧ-статусе ребёнка.

#### **75. Может ли ребёнок с ВИЧ представлять опасность для другого ребёнка?**

Обычные контакты между детьми (такие как объятия, прикосновения, общие игрушки и т.п.) не создают практически никакого риска передачи ВИЧ, даже если они постоянны. В одной семье могут быть дети с разным ВИЧ-статусом и это не опасно.

#### **76. Какому риску подвергается ребёнок с ВИЧ при общении со своими братьями, сестрами или другими детьми?**

Ребёнок, чья иммунная система ослаблена ВИЧ, в большей степени, чем другие дети, подвержен разным инфекциям. Родителям и врачу такого ребёнка полезно знать о его контактах с детьми, больными инфекционными заболеваниями и стараться их избегать.

#### **77. Может ли ребёнок с ВИЧ или СПИДом посещать школу?**

Если позволяет их физическое состояние, детям с ВИЧ или СПИДом должно быть разрешено посещать школу и другие занятия. Школьная администрация, включая и школьную медсестру, не имеет права исключать ВИЧ-инфицированного ученика или учителя из школы или требовать обнародования ВИЧ-статуса ученика, родителя или учителя.

#### **78. Нужно ли говорить персоналу школы о том, что у ребёнка ВИЧ?**

Требования по закону или необходимости предоставления школьной администрации информации, относящейся к ВИЧ, не существует. Однако, исходя из интересов ребёнка, определённые сотрудники школы должны быть в курсе его ВИЧ-статуса. Принятие решения по разглашению данной информации и организации учебной деятельности ребёнка с ВИЧ или СПИДом должно основываться на особенностях его поведения, уровне нервно-психического развития и физическом состоянии. В целях защиты ребёнка от возможной дискриминации эта информация должна носить конфиденциальный характер. Соответствующее решение принимается родителями, или опекунами ребёнка, и его врачом, с консультацией, если необходимо, со специалистами-медиками и представителями школы. Лица, которым в установленном законом порядке переданы сведения, составляющие врачебную тайну, наравне с медицинским персоналом с учетом причтенного гражданину ущерба несут за разглашение врачебной тайны дисциплинарную, административную или уголовную ответственность в соответствии с законодательством РФ (Основы законодательства РФ «Об охране здоровья граждан» от 22.07.1993г. № 5887-1 статья 61 «Врачебная тайна»).

#### **79. Может ли ребёнок заразиться ВИЧ во время игр на школьном дворе или спортивных соревнований, таких, например, как футбол?**

Вероятность инфицирования подобным способом крайне мала. Внешний контакт с кровью, который может случиться в результате игры или спортивной травмы, принципиально отличается от контакта, при котором кровь попадает прямо в кровеносную систему, как это бывает при пользовании общими шприцами и другими инструментами для инъекций. Кроме того, при оказании помощи не должно происходить контакта с любой кровью незащищенных кожных покровов. При оказании помощи при любом кровотечении, инфицирован человек ВИЧ или нет, помощь необходимо оказывать в перчатках. Если под рукой нет перчаток, в качестве барьера можно использовать полиэтиленовый мешок или просить пострадавшего самостоятельно прижать свою рану, пока не подойдет помощь. На любом предприятии, в школе и других учреждениях должны быть аптечки, где должны быть перчатки, перевязочный материал, йод.

## Подростки

### 80. Могут ли подростки заразиться ВИЧ?

Да. ВИЧ-инфекция не ограничивается только взрослым населением. Если есть рискованное поведение в отношении возможных путей передачи ВИЧ-инфекции, до 5-6% всех инфицированных заражаются в подростковом возрасте. Для ВИЧ не имеет значение возраст «жертвы».

### 81. Почему подросткам важно знать о том, как передаётся ВИЧ?

Именно на подростковый возраст приходятся первые сексуальные опыты, а возможно и эксперименты с наркотиками. Когда подобное поведение сочетается с чувством неуязвимости, риск инфицирования ВИЧ и другими заболеваниями, передающимися половым путём, возрастает. Рискованное сексуальное поведение и употребление наркотиков могут начаться и продолжаться в более зрелом возрасте, если подросткам не сообщили о последствиях рискованного поведения, если у них не развиты навыки принятия осмысленных и более ответственных, с точки зрения здоровья, решений, если им не предложены, с учётом их интересов, более безопасные варианты поведения.

### 82. Какие ситуации представляют особый риск для подростков?

Подростки подвергаются риску ВИЧ-инфицирования в тех же ситуациях и теми же путями, что и все остальные люди. В их число входят сексуальные контакты (вагинальные, оральные и анальные) без средств защиты (презервативов) и пользование общим оборудованием для инъекций наркотиков. Потенциальный риск заражения возникает каждый раз, когда ВИЧ-инфицированные биологические жидкости (кровь, сперма или вагинальные выделения) попадают в организм другого человека.

### 83. Если подросток сдаёт анализ на ВИЧ, нужно ли сообщать о его результатах. его/её родителям, или опекунам?

В соответствии с законом, в случае выявления ВИЧ-инфекции у несовершеннолетнего в возрасте до 18 лет, его/её родителям или опекунам сообщается эта информация.

## Права человека

### 84. Существуют ли законы, защищающие права людей с ВИЧ или СПИДом?

Да. В России существует достаточное количество законодательных актов, направленных на защиту от дискриминации различных групп населения, включая людей, живущих с ВИЧ. Важнейшими из них являются нормы Конституции РФ (глава 2), в которых признаются и гарантируются права и свободы человека и гражданина. В ст. 19 Конституции установлено, что права и свободы человека и гражданина гарантируются государством, независимо от пола, расы, национальности, языка, происхождения, имущественного и должностного положения, места жительства, отношения к религии, убеждений, принадлежности к общественным объединениям, а также других обстоятельств. Любые формы ограничения прав граждан по признакам социальной, расовой, национальной, языковой или религиозной принадлежности запрещаются. Мужчинам и женщинам гарантируются равные права и равные возможности для их реализации.

Российская Федерация ратифицировала все основные международно-правовые документы в области прав человека, принятые ООН и Советом Европы, в том числе:

- Международный пакт о гражданских и политических правах, Факультативный протокол к нему;
- Международный пакт об экономических, социальных и культурных правах;
- Конвенцию о правах ребенка;
- Европейскую Конвенцию о защите прав человека и основных свобод.

Более того, ст. 15 Конституции РФ устанавливает, что общепризнанные принципы и нормы международного права и международные договоры Российской Федерации являются частью ее правовой системы. В этой же норме признается приоритет международных

договоров России, если в них содержатся иные правила, чем в российских законах. По сути, это означает, что деятельность всех органов государственной власти в России, их решения и процедурные правила не должны противоречить положениям международных договоров.

Нормы отраслевого российского законодательства, например, Гражданского кодекса РФ, Трудового кодекса РФ, Семейного кодекса РФ, также содержат юридические гарантии против дискриминации. В УК РФ предусмотрена уголовная ответственность за преступления против конституционных прав и свобод, среди которых необходимо указать на ст. 136 «Нарушение равенства прав и свобод человека и гражданина» и ст. 137 «Нарушение неприкосновенности частной жизни».

Более специальные антидискриминационные нормы в отношении лиц, живущих с ВИЧ, и членов их семей содержатся в Федеральном законе от 30 марта 1995 года. К таким нормам относятся:

- запрет на увольнение с работы;
- запрет на отказ в приеме на работу;
- запрет на отказ в приеме в образовательное учреждение и в учреждения, оказывающие медицинскую помощь;
- запрет на иное ограничение прав и законных интересов указанных лиц (ст. 17 Закона).

В Российской Федерации 30 марта 1995г принят федеральный закон №38 –ФЗ «О предупреждении распространения в РФ заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции), где представлены все гарантии государства по защите прав ВИЧ-инфицированных граждан РФ.

#### **85. Может ли работодатель требовать у кандидата на рабочее место предъявить результаты анализа на ВИЧ?**

Нет. По федеральному законодательству у работодателя нет права отказать в приеме на работу или уволить сотрудника на основании его/ее ВИЧ-статуса ( №38 – ФЗ от 30 марта 1995г.статья 17). Следовательно, и требовать, чтобы претендент сообщал о своём ВИЧ-статусе, или делать ВИЧ-тестирование условием приёма на работу, работодатель не имеет права. Список отдельных профессий, подлежащих обязательному медицинскому освидетельствованию, утверждается Правительством РФ.

#### **86. Есть ли смысл запретить ВИЧ - положительным сотрудникам заниматься работой, предусматривающей контакты с людьми?**

Не зафиксировано ни одного случая передачи ВИЧ или подозрения на подобную передачу через повседневные рабочие или бытовые контакты. Если человек с ВИЧ или СПИДом в состоянии профессионально выполнять свою работу, по закону он имеет право работать с людьми, все остальное противозаконно.

#### **88. Может ли наличие у сотрудника ВИЧ или СПИДа быть причиной ограничения/изменения его профессиональной деятельности или его увольнения?**

Ограничение круга рабочих обязанностей сотрудника или его увольнение только на основании того, что он ВИЧ-инфицирован или болен СПИДом, является нарушением федерального закона (№ 38 - ФЗ). Только если ВИЧ-инфицированный человек при выполнении профессиональных обязанностей может поставить другого человека в условия заражения он за это несет уголовную ответственность, поэтому ограничения по профессиональной деятельности имеет только определенный круг работников медицинских профессий.

#### **87. Могут ли работники больницы или скорой помощи отказать в помощи человеку с ВИЧ/СПИДом?**

Нет. Федеральный закон налагает запрет на отказ в приеме в учреждения, оказывающие медицинскую помощь. Медицинские работники, отказавшие в помощи человеку с ВИЧ-инфекцией или СПИДом, могут быть уволены или подвергнуты дисциплинарным взысканиям. В связи с этим возникает необходимость постоянного образования медицинских работников с целью обеспечения их информацией о потенциальных путях распространения ВИЧ и рекомендациями о мерах предосторожности.