



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 их 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

развиться через много лет. Для СПИДа характерно развитие некоторых видов рака, инфекций или других тяжелых клинических проявлений хронического характера.

Признаки и симптомы

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 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.

Передача инфекции

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 использовании 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.

Факторы риска

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 использование 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.

Диагностика

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).

Лечение

Достижение 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.

Профилактика

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.