**1 декабря – всемирный день борьбы со СПИДом**

1 декабря во всем мире отмечается Всемирный день борьбы со СПИДом. Целью Всемирного дня борьбы со СПИДом является повышение осведомленности людей  о ВИЧ-инфекции и  активизация усилий общества в противодействии эпидемии. Эта дата ежегодно призывает мировую общественность не только помнить о ВИЧ-инфекции, но и быть терпимыми к тем, кто является носителем этого заболевания.

 В новом докладе ЮНЭЙДС отмечаются тревожные тенденции в отношении новых случаев инфицирования ВИЧ среди взрослых. В докладе «Пробелы в профилактике ВИЧ» (Prevention gap report) отмечается, что, несмотря на достигнутые значительные успехи в деле прекращения новых случаев ВИЧ-инфекции среди детей (число новых случаев ВИЧ среди детей снизилось более чем на 70% с момента пика эпидемии в 2001 году и продолжает снижаться), снижение числа новых случаев ВИЧ среди взрослых приостановилось. Из доклада следует, что необходимо срочно расширять масштабы профилактик ВИЧ в этой возрастной группе.

**ВИЧ-инфекция -** это хроническое инфекционное заболевание, вызванное вирусом иммунодефицита человека, характеризующееся поражением и разрушением иммунной системы, формированием синдрома приобретенного иммунодефицита с развитием вторичных инфекций и злокачественных образований.

Заразиться ВИЧ-инфекцией можно только от инфицированного человека.

**ВИЧ может попасть в организм человека только тремя путями:**

* при попадании в организм инфицированной крови: при переливании крови, пересадке тканей и органов от инфицированного донора; при медицинских манипуляциях нестерильным инструментом; при пользовании общими шприцами, иглами, фильтрами, раствором; при внутривенном употреблении наркотиков; при косметических процедурах (татуировки, пирсинг и др.) не стерильными инструментами.
* при незащищенном сексуальном контакте/
* от инфицированной матери ребенку в период беременности, во время родов (при повреждении нежной кожи новорожденного), при кормлении грудью (с материнским молоком), и, наоборот, от ВИЧ-инфицированного ребенка к здоровой матери при грудном вскармливании.

**Только четыре биологические жидкости человека содержат вирус в концентрации, достаточной для заражения:**
• кровь
• влагалищный секрет
• сперма
• грудное молоко.

Особенность заболевания  в том, что оно длительное время не проявляется какими-то специфическими симптомами и пациенты, будучи инфицированными, о своем заболевании не подозревают. Только лабораторный тест на ВИЧ-инфекцию позволяет своевременно ее выявить.

Существуют различные методы диагностики ВИЧ. Наиболее распространённый на данный момент – анализ крови на антитела к ВИЧ. Антитела – специальные белки, которые вырабатываются иммунной системой организма в ответ на проникновения вируса с целью защиты организма.

**Помните!  ВИЧ не передается:**

* через дверные ручки, поручни и перила в общественном транспорте;
* с укусами животных и насекомых;
* при рукопожатиях, объятиях и поцелуях, кашле, чихании (слюна, пот, моча не опасны для заражения, если в них нет видимой крови);
* через пот или слезы;
* через пищевые продукты и деньги;
* при пользовании общими личными вещами, предметами домашнего обихода, игрушками, постельным бельем, туалетом, ванной, душем, бассейном, столовыми приборами и посудой, питьевыми фонтанчиками, спортивным инвентарем;
* если находиться с ВИЧ-инфицированным в одном помещении.

**Как предотвратить заражение**

* Сохраняйте верность  своему сексуальному партнёру, избегайте случайных сексуальных связей;
* Каждый раз при половым контакте используйте презерватив;
* Пользуйтесь только своими бритвенными приборами, зубными щётками  и другими предметами личной гигиены;
* Избегайте контакта с чужой кровью;
* Если Вы решили сделать пирсинг или произвести действие, нарушающее целостность кожных покровов, то используйте только одноразовый стерильный медицинский инструментарий. Лучший способ избежать заражения ВИЧ  при пирсинге или татуаже – отказаться от прохождения этой процедуры.
* При возникновении бытовой аварийной ситуации (контакт с кровью человека с нарушением целостности кожных покровов или слизистых оболочек) – обращайтесь в СПИД-центр в течение 24 - часов с момента контакта, с целью обследования источника возможного заражения и назначения специфической профилактики заражению пострадавшему.