

# Молодежь и ВИЧ-инфекция: проблема и пути решения

Врач-эпидемиолог ГБУЗ ИОЦ СПИД  
Сурина Евгения Сергеевна

# Что такое ВИЧ-инфекция?

**ВИЧ** – это вирус иммунодефицита человека постепенно разрушающий защитные силы организма (иммунную систему), которые помогают нам бороться с различными болезнями.

# **СПИД (Синдром Приобретенного Иммуно Дефицита)**

**— это синдром,  
к которому приводит ВИЧ, когда  
защитные силы почти  
полностью**

**разрушены, и человек может  
погибнуть от любой инфекции.**

# Почему же иммунная система не справляется с ВИЧ?

А потому, что этот вирус очень коварный, он постоянно изменяется: сегодня он уже продолговатый с 20-ю ножками, завтра он поменяет окраску и станет розовым, а через месяц вообще будет квадратным. Поэтому лекарство, которое изготовили вчера, не уничтожает вирус, который существует сегодня.

# Река жизни

(от момента попадания вируса ВИЧ в организм человека до летального исхода)

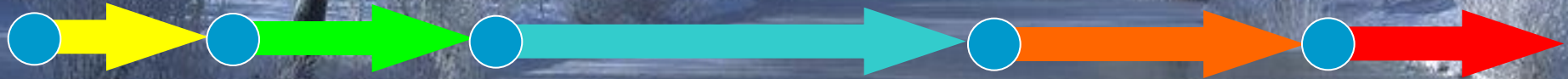
3-6  
мес.

1-2 года

5-8 лет

2-4 года

1-2 года



Инкубация

Бессимптомная стадия

СПИД

Лабораторные и  
клинические  
проявления

Появление симптомов

# Как можно заразиться ВИЧ?

## **ВИЧ передается:**

- через любые половые контакты без презерватива - может быть достаточно одного контакта с зараженным человеком, чтобы заболеть;



- при переливании крови.
- через общие иглы, шприцы при употреблении наркотика, даже при однократном употреблении;
- при нанесении татуировок и пирсинга иглами и другими инструментами, которые до тебя использовал кто-то еще;



- от матери к ребенку во время беременности, родов или при грудном вскармливании;





# Можно ли заразиться ВИЧ через поцелуи?

Нет.

**Запомните!** ВИЧ НЕ передается:

- при рукопожатиях, поцелуях, объятиях;



- при пользовании туалетом, плавании в бассейне;
- через слезы, пот, при кашле и чихании;
- через общую посуду, полотенца, белье и т.п.;
- через укусы животных и комаров.



# Как можно защитить себя и близких от ВИЧ?

*В отличие от многих других болезней мы сейчас точно знаем, как ВИЧ передается. Поэтому защититься от ВИЧ просто — избегать ситуаций, когда заражение возможно. Поэтому предлагается соблюдать **16 правил безопасного поведения:***

# 16 правил безопасного поведения в отношении ВИЧ-инфекции:

1. Я ежедневно занимаюсь физкультурой или спортом.
2. Я умею справляться со стрессами.
3. Я не курю.
4. Я знаю, как заражаются ВИЧ, и как я могу защитить себя.
5. Я соблюдаю режим дня.
6. Я никогда не употребляю наркотики.
7. Я не пользуюсь не стерильными инструментами для прокалывания ушей, тату, пирсинга, бритья.
8. Я не употребляю алкоголь.

9. Я стремлюсь к тому, чтобы моё питание было сбалансированным.
10. Я всегда соблюдаю правила личной гигиены.
11. Я исключаю случайные половые контакты.
12. Я откажусь от медицинских услуг, если не уверен(а), что инструменты стерильные.
13. При половых контактах я использую презерватив.
14. Для маникюра или бритья использую только мои личные инструменты.
15. Если у меня был/будет риск заражения ВИЧ, я сдам кровь на анализ.
16. У меня будет/есть постоянный половой партнёр.

Мы с вами живем в мире,  
где ВИЧ-инфекция – это  
не выдумки, а реальность.



И вы должны понимать,  
что защищать себя и свое  
здоровье – это очень важно,  
и вы можете это сделать.