****

**Подросткам о ВИЧ.**

В конце 1970 – начале 1980 годов в США и некоторых странах Европы, Южной и Центральной Африки было зарегистрировано несколько десятков случаев необычного развития некоторых инфекционных и онкологических заболеваний, которые протекали с сильным истощением иммунной системы и привели к смерти заболевших. Для обозначения таких заболеваний в 1982 году стали использовать термин «**синдром приобретённого иммунодефицита человека**», или сокращённо СПИД. В 1983 году, исследуя причины этого синдрома, открыли вирус, который был назван **вирусом иммунодефицита человека – ВИЧ,** а заболевание, которое он вызывает **ВИЧ-инфекцией.**

За почти 30 лет вирус распространился по всему миру.

**Итак, что же такое ВИЧ и СПИД?**

**ВИЧ –** вирус иммунодефицита человека, который является возбудителем хронического длительно текущего заболевания, которое называется **ВИЧ-инфекция.**

**СПИД –** это поздние стадии ВИЧ-инфекции, при которых у больного появляются определённые инфекционные и онкологические заболевания, на фоне тяжёлого нарушения работы иммунной системы.

**Что представляет из себя вирус?**

ВИЧ может размножаться только в определённых биологических жидкостях организма: крови, половых секретах, грудном молоке, именно эти жидкости представляют опасность для заражения. Во внешней среде вирус очень неустойчив и быстро гибнет при кипячении, при обработке любыми дезинфицированными средствами, в том числе 70% спиртом. Однако в засохшей крови сохраняется несколько недель, а в замороженной крови несколько лет.

**Из чего состоит иммунная система и зачем она нужна?**

Иммунная система человека состоит из специальных органов и клеток, расположенных по всему организму. Решающую роль в иммунном ответе играют лимфоциты-помощники, которые распознают микробы, вирусы, наши собственные «плохие» - мутированные клетки как чужеродный агент и выделяют ряд веществ, ускоряющий созревание других клеток иммунной системы, необходимых для борьбы с инфекцией.

**Как влияет ВИЧ на организм?**

Вирус поражает только клетки иммунной системы, и она не может эффективно бороться с заболеваниями. Такое ослабленное состояние называется **иммунодефицит**.

У большинства больных ВИЧ действует довольно медленно и постепенно. От момента инфицирования до появления тяжёлых заболеваний может пройти от 10 до 15 лет без специального лечения и несколько десятков лет при правильном противовирусном лечении. Долгие годы человек может хорошо себя чувствовать и не догадываться о том, что носит в себе вирус ВИЧ. Установить диагноз, можно только сдав тест на ВИЧ.

**Помните! ВИЧ-инфицированный человек, даже внешне здоровый, является источником инфекции от момента заражения до конца жизни, то есть в любой стадии ВИЧ-инфекции.**

**Какие бывают стадий заболевания?**

1. **Первая стадия – инкубации**- это период от момента заражения до появления первых клинических признаков или положительного лабораторного теста на ВИЧ может продолжаться от 1,5 месяцев до года, в среднем это 3 месяцев. В этот период диагноз поставить невозможно, но человек уже может быть заразен, этот период называется «период окна».
2. **Вторая стадия – первичных проявлений** - может протекать по-разному, симптомы могут быть похожи на любые инфекционные заболевания, или протекать незаметно. Лабораторно уже можно определить наличие антител к вирусу в крови. Длится она до года.
3. **Третья стадия - субклиническая** или скрытая, организм усиленно борется с инфекцией, единственным проявлением могут быть увеличенные лимфоузлы.
4. **Для четвёртой стадии** – стадии вторичных заболеваний, характерно возникновение различных инфекционных и злокачественных заболеваний
5. **Пятая стадия – терминальная**, когда вторичные заболевания принимают тяжёлые, неизлечимые формы.

**Как можно заразиться?**

ВИЧ передаётся только от человека к человеку и только тремя путями:

* «кровь в кровь» - при использовании нестерильных инструментов (игл, шприцев и других) чаще это происходит в среде потребителей наркотиков, так же при совместном использовании предметов травмирующих кожу: оборудование для татуировок, пирсинга, маникюрные наборы, или при переливании непроверенной крови;
* половым путём – при любом незащищённом, то есть без презерватива, половом контакте;
* от матери ребёнку – во время беременности, родов или грудном вскармливании.

**Другими путями*,*** например при общении, уходе, совместных занятиях спортом кашле, чихании, поцелуе, пользовании общей посудой или полотенцем и прочее,**заразиться невозможно*.*** Заразится от кровососущих насекомых, птиц и животных **так же не возможно**, потому что вирус ВИЧ живёт только в организме человека.

**В настоящее время вакцины от ВИЧ не существует, как и нет лекарств полностью излечивающих от неё. Но можно предотвратить заражение, следуя простым правилам:**

* **не употребляй наркотики;**
* **всегда использовать стерильные или одноразовые инструменты для медицинских манипуляций;**
* **иметь одного верного полового партнёра и сохранять ему верность;**
* **воздерживаться от ранних сексуальных контактов;**
* **практиковать только защищённый - с использованием презерватива половой контакт;**
* **не контактировать с чужой кровью.**

Узнать инфицирован человек или нет, можно только сдав кровь на антитела к ВИЧ в центре по СПИД по адресу г. Липецк, ул. Гагарина д.135,телефон «Доверия» 8(4742)34-20-77, время работы с 8-00 до 16-00, кроме субботы и выходных.

Или обративших с любую медицинскую организацию мо месту жительства. Обследование проводится бесплатно, а при желании и анонимно!

Врач дерматовенеролог ГУЗ «Липецкая РБ» Е.А.Чумичев.