**ПАМЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ**

**ПРОФИЛАКТИКА ВИЧ/СПИД**

**Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ)** относится к семейству ретровирусов (медленных вирусов). Генной основой ВИЧ является РНК (рибонуклеиновая кислота). Размеры вируса очень маленькие: на линии длиной в 1 см может поместиться 100 тысяч вирусных частичек.

Вирус приспособлен к существованию в организме человека, но очень неустойчив во внешней среде. Таким образом, ВИЧ быстро погибает вне организма человека и не передаются через воздух и воду.

Попадая в организм человека, вирус проникает в клетки иммунной системы - Т лимфоциты и изменяет их строение таким образом, что они начинают функционировать как фабрика производства вируса.

В определенный момент Т-лимфоцит переполняется частичками вируса, разрывается и погибает. Новообразованные вирусы попадают в кровяное русло, и инфицируют новые, еще не пораженные клетки. Так происходит с все большим количеством лимфоцитов.

Когда количество Т-лимфоцитов снижается до критического уровня, иммунная система становится неспособной бороться с инфекционными агентами, которые находятся в окружающей среде человека, и у инфицированного человека развивается синдром приобретенного иммунодефицита человека (СПИД).

ВИЧ бытовым путем  **не передается**. Каждодневные бытовые контакты с ВИЧ-инфицированными на рабочем месте, в школе, в общественных местах, дома являются безопасными. ВИЧ не передаются при пожатии руки, при объятии, поцелуе. Инфицирование невозможно при пользовании общим туалетом, питьевым фонтаном, дверными ручками, посудой, через еду и домашних животных.

Вирус **передается** через биологические жидкости. Считают, что в крови концентрация вирусных частичек наибольшая, таким образом, контакт с кровью несет наибольшую опасность, опасными также считается сперма, вагинальное отделяемое, материнское молоко и другие биологические жидкости с видимыми частичками крови.

**Выделяют категории людей, у которых риск наличия ВИЧ инфекции очень велик. К ним относятся:**

* инъекционные потребители наркотиков;
* люди, которые ведут беспорядочную половую жизнь, или работают в сфере секс-бизнеса;
* люди, которые часто получают или получали гемотрансфузии (переливание крови) или препараты, которые изготовлены из донорской крови;
* половые партнеры людей, которые относятся к вышеперечисленным группам.

**Как проявляется ВИЧ-инфекция?**

После инфицирования ВИЧ через 2 - 12 недель в крови появляются специфические антитела - свидетельства состоявшегося заражения.

Очень опасным для инфицированных является возбудитель туберкулёза, вызывающий у них бурную и нередко скоротечную клинику.

У больных хроническими вирусными гепатитами ВИЧ—инфекция провоцирует их прогрессирование. С ВИЧ-инфекцией можно жить десятки лет‚ сохраняя работоспособность и активность. если проводить антиретровирусную терапию, отказаться от курения, алкоголя, наркотиков, регулярно обследоваться на туберкулёз. Членам семей больных также нужно систематически проходить обследование на туберкулез. **Антиретровирусная терапия сдерживает развитие вируса и увеличивает продолжительность жизни!**

**Рекомендации**

Ответственно принимайте решение о начале своей сексуальной жизни, будьте верны своему партнеру. При сексуальном контакте пользуйтесь презервативом, а когда требуют незащищённый сеанс, выбирайте здоровье.

Не злоупотребляйте алкоголем. не употребляйте наркотики.

В случае необходимости пользуйтесь только одноразовыми шприцами, иглами и оборудованием.

Требуйте проведения манипуляций в косметических салонах, парикмахерских, лечебно-профилактических учреждениях только стерильным инструментарием: не бойтесь задавать вопросы обслуживающему персоналу.

**Никогда ни при каких обстоятельствах не забывайте о том, что единственный «рисковый» случай может стать роковым!**

***Информация подготовлена* санитарно-эпидемиологическим отделом**

**Филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае в г.Заринске, Заринском, Залесовском, Кытмановском и Тогульском районах» 659100 Алтайский край г.Заринск**

**ул. 25 Партсъезда д. 14 корп. 2 Тел.: 8 (38595) 99014**

**E-mail:** **zarinsk@altcge.ru**

**2020 г.**