**ЧТО НАДО ЗНАТЬ О ВИЧ**

Вирус иммунодефицита человека повреждает клетки [иммунной системы](https://takzdorovo.ru/profilaktika/obraz-zhizni/immunitet-kak-eto-rabotaet), ослабляет ее и без лечения приводит к смерти.

Этот вирус содержится в крови, грудном молоке, сперме и влагалищных выделениях человека. ВИЧ не может долго жить вне организма и [заражение им](http://www.o-spide.ru/prevention/important/detail.php?ID=151) происходит только тогда, когда он может попасть напрямую внутрь тела. Например, при контакте с кровью или Высокий риск ВИЧ-инфицирования

Потребление инъекционных наркотиков

Потребители инъекционных наркотиков – группа самого высокого риска ВИЧ-инфицирования. Совместное использование шприцев – почти гарантированный способ передачи через кровь таких вирусов, как ВИЧ и [гепатит С](https://takzdorovo.ru/profilaktika/zabolevaniya/gepatit). При обмене иглами риск заражения ВИЧ **в три раза выше, чем при незащищенном половом акте**.

Незащищенный половой акт

Если ВИЧ-инфицированный мужчина не использует во время полового акта [презерватив](http://www.o-spide.ru/prevention/important/detail.php?ID=150) – вирус может проникнуть в организм женщины через слизистую оболочку влагалища, шейки матки и самой матки.

Риск передачи ВИЧ возрастает, если у женщины есть **повреждения слизистой оболочки**, облегчающие доступ вируса в кровь. Повреждения могут быть микроскопическими, и женщина может даже не знать о них.

Если ВИЧ-инфицирована женщина – при незащищенном половом акте вирус попадает в организм мужчины через крохотные микротравмы на головке полового члена, либо через слизистую уретры или крайней плоти.

**Внимание**! Заражение ВИЧ-инфекцией возможно также при оральном и анальном сексе. Слизистая оболочка прямой кишки еще тоньше, чем во влагалище, и часто повреждается во время секса.

Передача от матери к ребенку

[ВИЧ-позитивные беременные женщины](http://www.o-spide.ru/about/positive/detail.php?ID=116) могут передать инфекцию будущему ребенку во время беременности и родов. Также этот вирус передается при грудном вскармливании, поскольку он содержится в молоке.

Ребенок может избежать заражения, если мама проходит надлежащее лечение. В России у детей ВИЧ-инфицированных матерей самые высокие шансы сохранить здоровье: предупредить передачу инфекции удается В 98 процентах случаев.

Низкий риск ВИЧ-инфицирования

Переливание крови и ее препаратов

В наши дни во всех развитых странах, включая Россию, кровь для переливания обязательно тестируется на ВИЧ, а ее компоненты проходят термическую обработку.

В медицинских учреждениях

Стандарт обслуживания в медицинских учреждениях обеспечивает меры по предупреждению распространения инфекций, передающихся через кровь: использование стерильных хирургических инструментов, перчаток и безопасное уничтожение медицинских отходов.

Татуировки или пирсинг

В большинстве стран существую гигиенические правила, регулирующие работу тату- и присинг-салонов. Убедитесь, что все инструменты стерильны, а персонал работает в одноразовых перчатках.

Когда вы не можете заразиться ВИЧ

ВИЧ не способен размножаться вне тела хозяина. Он не выживает на открытом воздухе и поэтому **не может распространяться воздушно-капельным путем или при бытовых контактах**.

Это значит, что вы [не можете заразиться ВИЧ](http://www.o-spide.ru/about/healthy/detail.php?ID=138):
— через чихание и кашель,
— при использовании общих столовых приборов,
— при рукопожатии и объятьях,
— при поцелуях,
— при пользовании бассейнами,
— при использовании душа и туалетных сидений,
— при укусах насекомых ([ВИЧ гибнет в организме насекомых](http://www.o-spide.ru/prevention/important/detail.php?ID=149)).

Как защититься от ВИЧ?

1. Откажитесь от употребления наркотиков. Этим вы не только обезопасите себя от инфицирования ВИЧ, но и сохраните свою жизнь и здоровье на долгие годы. Наркотики **разрушают организм человека быстрее**, чем ВИЧ.
2. Откажитесь от [рискованного поведения](http://www.o-spide.ru/about/healthy/detail.php?ID=136): частой смены партнеров и случайных половых контактов. **Верность** одному партнеру – [лучшая защита](http://www.o-spide.ru/about/healthy/detail.php?ID=137) от инфицирования ВИЧ.
3. Пользуйтесь презервативами при любых формах полового акта, но помните, что даже этот метод контрацепции не гарантирует стопроцентной защиты от ВИЧ и других инфекций, передающихся половым путем.

Как сдать анализ на ВИЧ?

Вы можете пройти [тест на ВИЧ](http://www.o-spide.ru/about/healthy/detail.php?ID=115) в любом учреждении здравоохранения по месту жительства.

У вас есть возможность анонимного тестирования с консультацией врача до и после теста на ВИЧ. Оно проводится в кабинетах психосоциального консультирования и анонимного обследования в Центрах профилактики и борьбы со СПИДом и других медицинских учреждениях.