



ПРОЙДИ ТЕСТ
НА ВИЧ

подумай, ЧЕМ ты
делишься с тем,
кого любишь

НАЙДИ ВРЕМЯ
УЗНАЙ БОЛЬШЕ ПРО **ВИЧ**
WWW.ПРОЕКТЗНАТЬ.РФ



ВКЛЮЧИ ГОЛОВУ!

ВИЧ ближе, чем ты думаешь.

«Расстояние от Земли до Солнца 149 600 000 км».
Это знание почти бесполезно в обычной жизни.

«При укусе змеи необходимо как можно быстрее
обратиться в ближайшую больницу». Эта информация
может быть полезной в очень редких случаях.

Информацию, которую мы собрали в этом буклете
можно применять в жизни. Можно и нужно.
Применять, чтобы сохранить свое здоровье и жизнь.

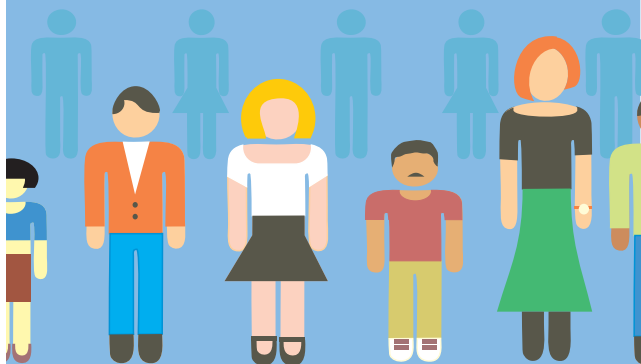
Поэтому наш проект называется «ЗНАТЬ». Знать,
чтобы жить.

Надо просто **ВКЛЮЧИТЬ ГОЛОВУ.**

Коргунов Артур,

координатор волонтерских программ Фонда «САВВА».

Может коснуться каждого



СОДЕРЖАНИЕ

- О проблеме
- Что такое ВИЧ
- Что такое СПИД
- ВИЧ передается
- Где содержится вирус
- ВИЧ не передается
- Симптомы ВИЧ
- Как снизить риск заражения
- Могу ли я передать вирус
моему ребенку
- Если у вас поставлен
диагноз ВИЧ
- Тестирование на ВИЧ
- Когда сдавать анализы на ВИЧ
- Где пройти тест на ВИЧ

≈ **33 000 000** людей
живут с вирусом в крови

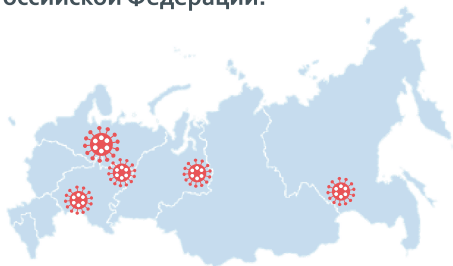


В 2012 году:

> **2 000 000**
умерло в мире
из-за ВИЧ/СПИДа

2 500 000
инфицировалось

В Российской Федерации:



700 000 – 1 300 000 людей
живут с ВИЧ

> **170 человек** каждый день
инфицируются ВИЧ



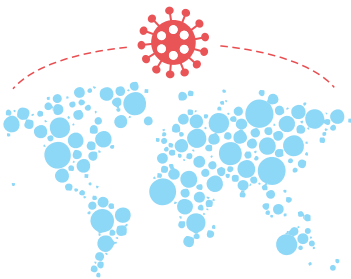
0,8 % населения РФ
в возрасте 15-49 л.

живут с установленным диагнозом ВИЧ

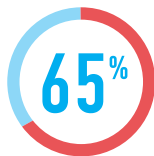
>25 000 000 людей
уже умерло из-за СПИДа

вирус
встречается

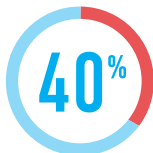
**ВО ВСЕХ
РЕГИОНАХ
МИРА**



заражаются
в возрасте
до 30 лет.



знают о своём
диагнозе



**ВИЧ встречается во всех
возрастных, социальных и
профессиональных группах**

≈ 6000 детей до 15 л.
имеют вирус в крови



5. Что такое ВИЧ

В

Вирус - инфекционный агент, который может жить и воспроизводиться только внутри живых клеток

И

Иммунодефицит - состояние, когда иммунная система не может выполнять свои защитные функции, бороться и устранять бактерии и вирусы. Поврежденная иммунная система больше не может защищать

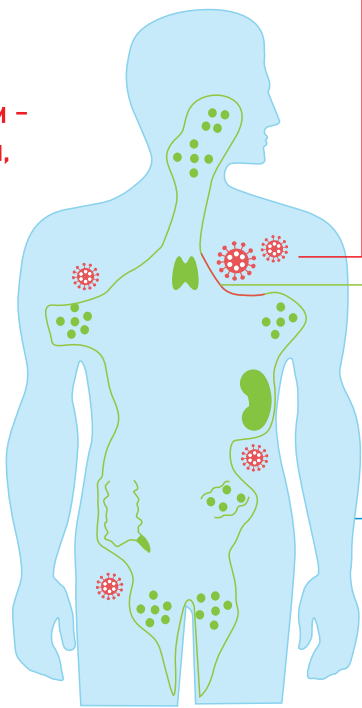
Ч

Человека - вирус поражает организм человека

ВИЧ может долгое время «прятаться» в различных клетках организма и оттуда атакует его. ВИЧ поражает иммунную систему, лишает ее возможности защищаться.

Сейчас ВИЧ неизлечим. Единственный способ избежать ВИЧ-инфекции – не допускать заражения, соблюдая меры профилактики (предупреждение заражения).

Важно соблюдать простые правила чтобы сохранить здоровье и жизнь



С Синдром – это совокупность признаков заболевания. СПИД это комплекс заболеваний с широким спектром осложнений

П Приобретенного – то есть то, что получили не от родителей, а приобрели в течении жизни

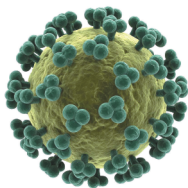
И Иммунного – иммунная система организма включает органы и клетки, которые борются с инфекцией и болезнями.

Д Дефицита – когда наступает стадия СПИДа, иммунная система «истощена» и больше не может работать так как она работает у здорового человека. Организму не хватает иммунитета. Не хватает защиты.

СПИД это финальная стадия развития ВИЧ-инфекции

У человека на этой стадии иммунная система и организм в целом поврежден и возникает риск оппортунистических инфекций. Это инфекции, которые обычно не развиваются у человека со здоровой иммунной системой. Вирусы и бактерии повреждают органы и ткани человеческого тела. Смерть наступает от оппортунистических инфекций. В среднем, стадия СПИДа длится 1-3 лет.

Если поставлен диагноз ВИЧ или СПИД - требуется медицинская помощь и лечение для улучшения качества жизни и снижения риска смерти.



7. ВИЧ передается

ВИЧ обнаруживается в специфических жидкостях человеческого организма. Если какие-либо из этих жидкостей попадают в ваш организм, вы можете инфицироваться ВИЧ. Вирус передается определенными путями:



ВО ВРЕМЯ ПОЛОВОГО КОНТАКТА

Во время любого акта может быть контакт с жидкостями организма вашего партнера. Если ваш партнер имеет ВИЧ, эти жидкости могут перенести вирус в ваш организм (в ваш кровоток) через микротрещины и повреждения на коже и слизистой. Эти повреждения могут быть микроскопические и могут быть не заметны и не определяться «на глаз». Вирус также может проникать через открытые раны, герпетические язвы во время контакта. Вот почему так важно избегать контакта с жидкостями чужого организма.



ВАЖНО! определить наличие ВИЧ инфекции по внешнему виду невозможно! тест на ВИЧ - единственный достоверный способ узнать, есть вирус в крови или нет

Также важно знать, что презерватив не является 100 % средством защиты. Но это самый эффективный способ защиты из существующих.

Так же повышает риск передачи ВИЧ-инфекции, если у вас присутствуют какие либо **заболевания, передающиеся половым путем**. Поэтому необходимо своевременно проходить диагностику и лечения всех заболеваний, передающихся половым путем.



ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ, РОЖДЕНИЯ РЕБЕНКА И ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ

При незащищенных контактах у женщин риск инфицироваться выше.

При планировании беременности необходимо пройти тестирование на ВИЧ, вирусные гепатиты, сифилис и иные заболевания до момента зачатия ребенка.



Больше информации по теме **ЖЕНЩИНА И ВИЧ** на www.проектзнать.рф



ВАЖНО! После того, как вы узнали о беременности, сразу обратиться в женскую консультацию и пройти тест на ВИЧ, гепатиты и сифилис



ВО ВРЕМЯ ПРИЕМА НАРКОТИЧЕСКИХ ПРЕПАРАТОВ

Всегда избегайте приема каких-либо наркотических препаратов.

Если вы принимаете какие-либо наркотики – обратитесь к врачу, чтобы излечиться и остаться в живых.



ВО ВРЕМЯ КОНТАКТА «КРОВЬ В КРОВЬ»

Это может произойти при использовании нестерильного медицинского инструментария, нанесения татуировок и пирсинга нестерильным инструментарием, при попадании инфицированной крови на поврежденную кожу, слизистую или раны.

ВОЗ (Всемирная Организация Здравоохранения) рекомендует **считать любого человека потенциально инфицированным ВИЧ**. Почему? Потому что действительно каждый может иметь вирус в крови, даже не зная об этом.

Для чего? Для того чтобы, минимизировать риск заражения.



Необходимо соблюдать простые правила личной гигиены и осторожного обращения с жидкостями чужого организма.



ВО ВРЕМЯ СВОЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Работники здравоохранения имеют огромный риск инфицирования. Если вы работаете с пациентами и имеете непосредственный контакт с кровью или другими жидкостями организма – вы подвержены риску инфицирования.

Поэтому выполнение правил асептики и антисептики для вас является одной из первоочередных задач в распространении эпидемии ВИЧ и сохранения личного здоровья.

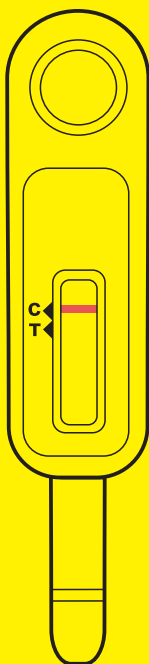


ВО ВРЕМЯ ПЕРЕЛИВАНИЯ КРОВИ ИЛИ ТРАНСПЛАНТАЦИИ ОРГАНОВ

Контроль со стороны соответствующих органов здравоохранения позволил значительно снизить риск передачи ВИЧ, гепатитов и иных заболеваний подобным путем.

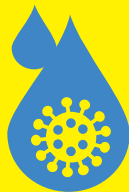
Если вы решили стать донором, пройдите в начале тест на ВИЧ, гепатиты и сифилис. И уже потом отправляйтесь делать это благое дело.

Не подвергайте риску окружающих!



*Экспресс-тесты на
антитела ВИЧ*

ВИЧ СОДЕРЖИТСЯ В:



Кровь

Сперма

Презякулят

Грудное молоко

Влагалищные и

цервикальные слизи



ВАЖНО! Избегайте контакта с какими-либо жидкостями чужого организма.

Работники здравоохранения могут столкнуться, в силу своей работы, с такими жидкостями организма как:

Амниотическая жидкость

Цереброспинальная жидкость

Синовиальная жидкость

В них так же присутствует высокая концентрация вируса



Больше информации по теме ВИЧ СОДЕРЖИТСЯ на www.проектзнать.рф

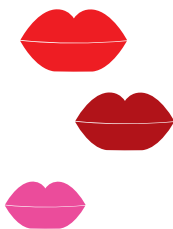
ВИЧ НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ:



ЧЕРЕЗ ОБЩУЮ
ПОСУДУ, В
ОБЩЕЙ ВАННОЙ,
ДУШЕВОЙ
ИЛИ ЧЕРЕЗ
ПОСТЕЛЬНОЕ
БЕЛЬЕ



ПРИ РУКОПОЖАТИИ
И ОБЪЯТИЯХ



ПРИ ПОЦЕЛУЯХ
(ПРИ
УСЛОВИИ
ОТСУТСТВИЯ
РАН, ЯЗВ И
ПОВРЕЖДЕНИЙ
КОЖИ И
СЛИЗИСТОЙ)

ВИЧ НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ:



**ПРИ КАШЛЕ И
ЧИХАНИИ (ПРИ
УСЛОВИИ
ОТСУТСТВИЯ В НИХ
КРОВИ).**



**ПРИ ПОЛЬЗОВАНИИ
СПОРТЗАЛОМ,
БАССЕЙНОМ**



**ЧЕРЕЗ УКУС
НАСЕКОМЫХ**



ВИЧ не передается воздушно-капельным путем!

Общение и бытовой контакт с человеком,
имеющим в крови вирус не представляет опасности



Больше информации по теме ВИЧ НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ
на www.проектзнать.рф

Следует помнить о том, что необходимо избегать контакта с

**ЧУЖИМИ БРИТВЕННЫМИ
ПРИНАДЛЕЖНОСТЯМИ,
ЗУБНЫМИ ЩЕТКАМИ,
МАНИКЮРНЫМИ НОЖНИЦАМИ**



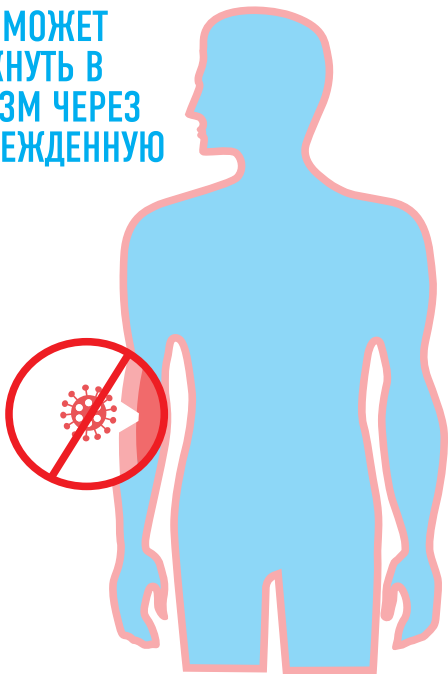
и иными инструментами которые могли контактировать с кровью или выделениями другого человека.

Наносите пластыри или повязки на порезы, раны, язвы или другие повреждения кожи.

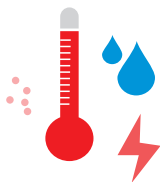
Использовать иглы и острые инструменты, только если есть медицинская необходимость и использовать их строго по рекомендации по использованию медицинского инструментария

Здоровая кожа лучший барьер против ВИЧ и других вирусов и бактерий.

**ВИЧ НЕ МОЖЕТ
ПРОНИКНУТЬ В
ОРГАНИЗМ ЧЕРЕЗ
НЕПОВРЕЖДЕННУЮ
КОЖУ!**



СИМПТОМЫ ВИЧ



Период от момента заражения до появления клинических проявлений болезни **от 2 недель до 6 и более месяцев.**

На этой стадии вирус может не определить даже тестирование, однако ВИЧ-инфекция уже может передаваться от инфицированного другим людям.

После 2-4 недель после заражения ВИЧ, но до 3 месяцев, человек может испытывать ярко выраженные признаки похожие на простуду. Это называется «острый ретровирусный синдром» или первичная ВИЧ-инфекция. Так тело реагирует на вторжение вируса в организм.

Во время, первичного этапа, отмечается самый высокий уровень вируса в крови, и так же могут легко и часто передавать вирус.

ПОВЫШЕНИЕ ТЕМПЕРАТУРЫ

НОЧНЫЕ ПОТЫ

ОЗНОБ

СЫПЬ

МЫШЕЧНЫЕ БОЛИ

ФАРИНГИТ

УСТАЛОСТЬ

УВЕЛИЧЕНИЕ ЛИМФАТИЧЕСКИХ УЗЛОВ

(ОБЫЧНО УВЕЛИЧИВАЮТСЯ ПОДЧЕЛЮСТНЫЕ И ЗАТЫЛОЧНЫЕ ЛИМФАТИЧЕСКИЕ УЗЛЫ)

ЯЗВЫ НА СЛИЗИСТОЙ ПОЛОСТИ РТА

ДИАРЕЯ/ПОНОС (БОЛЬШЕ МЕСЯЦА)

После начальной стадии ВИЧ-инфекции, вирус в крови становится менее активным. Однако в организме начинаются малообратимые изменения, нарушения в иммунной системе (прогрессирующее снижение клеток-защитников Т-лимфоцитов), возможно начало различных заболеваний.

Однако, возможно что и на этой стадии могут отсутствовать симптомы. Этот период может длиться в диапазоне от 2-3 лет до 20 лет. В среднем 10 лет.



ВАЖНО! Проходить тестирование на ВИЧ минимум один раз в год.

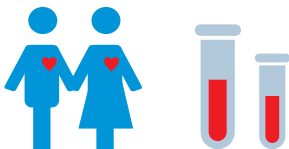
ВИЧ МОЖЕТ ПРОТЕКАТЬ БЕЗСИМПТОМНО, ТЫ МОЖЕШЬ НЕ ЗНАТЬ ЧТО У ТЕБЯ ЕСТЬ ВИРУС В КРОВИ.

ПРИ РАННЕМ ОБНАРУЖЕНИИ ВИЧ, МОЖНО СНИЗИТЬ РИСК РАЗВИТИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ И СМЕРТИ ВЫЗВАННЫХ ВИЧ-ИНФЕКЦИЕЙ.

ТЕСТ НЕОБХОДИМО СДАВАТЬ ПРИ ПЛАНИРОВАНИИ БЕРЕМЕННОСТИ. РАННЕЕ ВЫЯВЛЕНИЕ ВИЧ ПОМОГАЕТ ЗАЩИТИТЬ БУДУЩЕГО РЕБЕНКА ОТ ЗАРАЖЕНИЯ.

**ЕСЛИ ТЫ ХОТЯ БЫ РАЗ ВСТУПАЛ В ПОЛОВОЙ КОНТАКТ БЕЗ ПРЕЗЕРВАТИВА.
УПОТРЕБЛЯЛ НАРКОТИКИ.**

Брак и постоянные отношения защищают от заражения ВИЧ **только** если **оба** партнера прошли тестирование на ВИЧ и сохраняют **верность** друг другу.



Больше информации по теме СИМПТОМЫ ВИЧ на www.проектзнать.рф

КАК СНИЗИТЬ РИСК

ВИЧ может распространяться через незащищенные половые контакты с ВИЧ-инфицированным человеком.

«Незащищенный» - это любой половой контакт, без барьерной защиты, такой как презерватив.

Вот несколько вариантов снизить риск передачи вируса через половые контакты:



НЕ ИМЕТЬ ПОЛОВЫХ КОНТАКТОВ

Половой контакт - один из основных путей передачи и распространения ВИЧ-инфекции. Если Вы не имеете половых контактов, вы 100 % защищены от передачи вируса этим путем.



СОХРАНЯТЬ МОНОГАМНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

.

МОНОГАМНЫЕ ОТНОШЕНИЯ ЭТО:

- 1) Вы находитесь в половых отношениях только с одним человеком
- 2) Вы оба имеете половые отношения только друг с другом. Сохраняя отношения только с одним партнером вы снижаете риск заражения ВИЧ и другими заболеваниями передающимися половым путем.

3) Знание статуса вас обоих - важный компонент в вашем здоровье и здоровье вашего партнера. Разговор о вашем ВИЧ-статусе и статусе вашего партнера может быть трудным и некомфортным – но это действительно важно обсудить до вступления в половые отношения.

Необходимо поднять следующие вопросы с вашим партнером:

- 1 Проходил/ла ли ты тестирование на ВИЧ?
- 2 Когда последний раз ты проходил/ла тест на ВИЧ?
- 3 Какие были результаты тестирования?

Незнание ВИЧ статуса партнера увеличивает риск заражения

ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПРЕЗЕРВАТИВЫ ПОСТОЯННО И ПРАВИЛЬНО

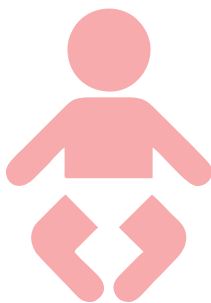
Для снижения риска передачи ВИЧ и других инфекций передаваемых половым путем необходимо использовать новые презервативы при каждом половом контакте. Также необходимо использовать презервативы правильно и согласно инструкции. Прочсть инструкцию можно на любой упаковке.

Вам также необходимо использовать правильные презервативы. Латексные презервативы высокоэффективны против заражения ВИЧ и других инфекций, передаваемых половым путем



Презервативы не предоставляют 100 % защиты против заболеваний передающихся половым путем – но это ВСЕГДА более безопасно в отношении заражения, если вы их используете.

МОГУ ЛИ Я ПЕРЕДАТЬ ВИРУС МОЕМУ РЕБЕНКУ?



Да. ВИЧ - позитивные матери могут передавать вирус своим будущим детям. Передача происходит тремя путями:

Во время беременности

Во время родов

Во время кормления грудью

Соблюдая схему лечения и совместно с врачами, ВИЧ-позитивные матери могут снизить риск передачи вируса своим детям. 80% - вероятность рождения здорового ребенка.

Если беременность является запланированной необходимо пройти тестирование на ВИЧ, гепатиты, сифилис и иные заболевания передающиеся половым путем до зачатия.



43%

новых случаев
инфицирования
приходится
на женщин



Больше информации по теме **ЖЕНЩИНЫ И ВИЧ**
на www.проектзнать.рф

ЕСЛИ У ВАС ПОСТАВЛЕН ДИАГНОЗ ВИЧ

Если у вас поставлен диагноз ВИЧ-инфекция, вам необходимо сделать следующие вещи – даже если вы не чувствуете себя больным:

1) ОБРАТИТЬСЯ В РЕГИОНАЛЬНЫЙ СПИД-ЦЕНТР.

Там вы можете получить всю интересующую вас информацию по сохранению здоровья, необходимости приема лечения, поиска групп поддержки.

2) ПРОЙТИ ТЕСТИРОВАНИЕ НА ДРУГИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПЕРЕДАЮЩИЕСЯ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ И ТУБЕРКУЛЕЗ.

Сопутствующие инфекции, такие как гепатит, инфекции передаваемые половым путем и туберкулез могут быть серьезным препятствием для сохранения вашего здоровья. И наличие ВИЧ в крови может сделать вас более восприимчивым к этим заболеваниям.

3) ПОДДЕРЖИВАТЬ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ.

Это важно для лечения ВИЧ-инфекции. Курение, алкоголизм, принятие наркотических препаратов могут ухудшить состояние иммунной системы, что может привести к репликации и росту числа вируса в крови, ухудшению общего состояния и как результат к скорой смерти.

4) ПРИДЕРЖИВАТЬСЯ БЕЗОПАСНЫХ СЕКСУАЛЬНЫХ ПРАКТИК.

Презервативы очень эффективны в профилактике ВИЧ-инфекции, когда используются правильно и постоянно.

5) РАССКАЗАТЬ ВАШЕМУ ПАРТНЕРУ (АМ) О ВАШЕМ ВИЧ-СТАТУСЕ ДО ТОГО КАК ВЫ ВСТУПИТЕ С НИМ\НИМИ В КАКИЕ ЛИБО ПОЛОВЫЕ ОТНОШЕНИЯ.

Когда вам известны ваши партнеры, их нужно уведомить как можно быстрее. Это дает им возможность защитить себя от инфекции, если у них нет ВИЧ, или защитить тех с кем у них сейчас есть отношения.

6) САМОМУ УЗНАВАТЬ БОЛЬШЕ О ВИЧ,

особенностях жизни с ВИЧ, о способах поддержания физического и психического здоровья, о возможностях и способа отказа от вредных привычек.

Первое, что необходимо сделать, – **обратиться в Центр профилактики и борьбы с ВИЧ/ СПИДом в вашем регионе**, где вы получите полный объем специализированной помощи. Прожить долгую жизнь Вам поможет только квалифицированный профессионал. Доверьте ему ваше здоровье и тщательно выполняйте все рекомендации. **Помните, что наблюдение и лечение для ВИЧ-позитивных в России – бесплатны.**

Сегодня нет вакцины или прививки от ВИЧ.

Назначение антиретровирусных препаратов позволяет снизить количество вируса в крови и продлить жизнь.

Препараты назначает врач Центра-СПИД.



ТЕСТИРОВАНИЕ НА ВИЧ

Обследование на ВИЧ в большинстве случаев – дело добровольное, поэтому осуществляется только после получения информированного согласия пациента.

КАК СДАВАТЬ АНАЛИЗ

Кровь забирают на анализ в процедурном кабинете. Забор крови производится из локтевой вены в количестве 3-5 мл в стерильную пробирку. Кровь можно сдавать как утром натощак, так и в любое время суток после приёма пищи.

РИСК ЗАРАЖЕНИЯ ВИЧ ПРИ ОБСЛЕДОВАНИИ

В медицинских учреждениях используются только одноразовые инструменты, либо они проходят качественную стерилизацию. При сдаче крови заразиться ВИЧ невозможно.

КОГДА СДАВАТЬ АНАЛИЗ КРОВИ, ЧТОБЫ РЕЗУЛЬТАТ БЫЛ ДОСТОВЕРНЫМ?

Стандартный анализ рекомендуется проводить через 1,5–3 месяца после контакта, когда начинают обнаруживаться антитела к ВИЧ в крови инфицированного человека. Анализ ПЦР показывает наличие вируса через 2–3 недели после инфицирования.

Анализ крови на ВИЧ инфекцию рекомендуют сдавать при:

- Если вы вступили в стадию половой активности.
- Обследование после эпизодов рискованного поведения
- Наличие признаков болезни
- Интимные контакты с людьми, живущими с ВИЧ
- После трансплантации и переливания крови
- Когда вы узнали что беременны
- Обследование детей рожденных от ВИЧ-позитивных

- родителей
- Если вы использовали нестерильный инструментарий
- Если вы принимали или принимаете наркотические препараты
- Если у вас когда либо были инфекции, передаваемые половым путем
- Если у вас были незащищенные половые контакт
- Если вы и ваш партнер планируете беременность
- Предоперационной подготовке и госпитализации
- Резком похудании неясной причины

ДЛЯ ЧЕГО НУЖНО СДАВАТЬ АНАЛИЗ КРОВИ НА ВИЧ-ИНФЕКЦИЮ?

Анализ крови на ВИЧ инфекцию необходим для того, чтобы избавиться от тревоги и опасений, защитить себя и своих близких, своевременно начать лечение.

ГДЕ МОЖНО СДАТЬ АНАЛИЗ КРОВИ НА ВИЧ-ИНФЕКЦИЮ?


Региональный Центр-СПИД
Поликлиника по месту жительства
Негосударственные медицинские клиники

ГДЕ ПРОЙТИ ТЕСТ НА ВИЧ

В СПИД-центре вы так же можете получить предварительную и последующую консультацию врача

ГУЗ «Саратовский областной Центр по профилактике и борьбе со СПИД»

 г. Саратов, ул. Мельничная, 69

 8 (845-2) 55-18-09, 55-34-39

анализы на ВИЧ, вирусные гепатиты, сифилис

Клиника кожных и венерических болезней СГМУ

 г.Саратов, ул.Провиантская, 22

 8 (8452) 22-47-64

анализы на ВИЧ, вирусные гепатиты, сифилис + другие ЗППП

НАЙДИ ВРЕМЯ
УЗНАЙ БОЛЬШЕ ПРО ВИЧ
WWW.ПРОЕКТЗНАТЬ.РФ

ЗНАТЬ.
защити себя.  защити других