



**В** - вирус

**И** - иммунодефицита

**Ч** - человека

**ВИЧ** поражает защитную систему организма – человек становится **ВИЧ-инфицированным**. Носители ВИЧ могут даже не подозревать, что инфицированы, и передавать вирус другим людям практически сразу с момента инфицирования. Большинство людей – носители ВИЧ, **выглядят здоровыми и чувствуют себя хорошо** в течение продолжительного времени после заражения (иногда до 10 лет). **СПИД** является следствием воздействия ВИЧ на организм человека. СПИД развивается у людей с ВИЧ, когда иммунная система разрушена. Обнаружить ВИЧ в организме можно примерно **через 3-6 месяцев** после заражения только с помощью специального анализа крови.

**С** - синдром

**П** - приобретенного

**И** - иммунного

**Д** - дефицита

## ВИЧ ПЕРЕДАЕТСЯ

### ТОЛЬКО ТРЕМЯ ПУТЯМИ:

- 1** Половым – при любом незащищенном (без презерватива) половом контакте;
- 2** Через кровь – при использовании нестерильных игл и шприцов при введении наркотиков, нестерильных инструментов для пирсинга и татуажа, при совместном с ВИЧ-инфицированным использовании бритв и бритвенных лезвий;
- 3** От матери к ребенку – во время беременности, во время родов и при грудном вскармливании.



### ВИЧ НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ:

- Через воздух, слезы, слюну, мочу, кашель;
- Через укусы насекомых;
- Через бытовые предметы, посуду, одежду, пищу;
- При пользовании общим туалетом, баней, душем, бассейном;
- В транспорте, при рукопожатии, разговоре.

## ПРОФИЛАКТИКА:

- Избегать случайных связей;
- Не использовать нестерильные шприцы при внутривенном введении лекарственных средств;
- Не пользоваться чужими средствами личной гигиены;
- Не делать татуировки и пирсинг в случайных салонах;
- **Помнить о том, что СПИД есть!**



### ПРОЙДИТЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ НА ВИЧ-ИНФЕКЦИЮ!

- Тест обязательно нужно сдать парам, которые решили начать интимную жизнь без предохранения;
- При планировании беременности;
- При обнаружении ВИЧ вовремя начать лечение.



Первый россиянин, инфицированный ВИЧ, был выявлен в нашей стране в 1987 г. И если 37 лет назад эта инфекция была смертельной в ста процентах случаев, то сегодня ВИЧ — это контролируемое хроническое заболевание, с которым можно жить долго и счастливо. За все время наблюдений в нашей стране заразилось ВИЧ более 1,6 миллиона человек, 495 385 из них умерло. По состоянию на 31 декабря 2023 г., общее количество ВИЧ-инфицированных граждан России составляет 1 197 410 человек.

Эпидемиологическая обстановка, связанная с ВИЧ, продолжает оставаться напряженной: за 2023 г. в России было выявлено 58 740 новых случаев ВИЧ-инфекции, 34 254 человек умерло. Пораженность ВИЧ-инфекцией на 31 декабря 2023 г. составила 817,6 на 100 тысяч населения России, то есть 0,8% всего населения России. При этом показатель пораженности ВИЧ-инфекцией, превышающий среднее значение по стране, имели 24 субъекта России, где проживает более трети населения страны (35,8%) и зарегистрировано более половины новых случаев (51,9%).

Случаи ВИЧ-инфекции зарегистрированы во всех субъектах Российской Федерации. И, если раньше считалось, что этой инфекцией чаще заражаются представители уязвимых групп (потребители инъекционных наркотиков, мужчины, имеющие секс с мужчинами, коммерческие секс-работники), то сейчас ситуация изменилась. Активная передача ВИЧ-инфекции отмечается как при гетеросексуальных половых контактах среди населения репродуктивного возраста, так и в традиционно уязвимых для ВИЧ группах населения. Поскольку ВИЧ-инфекция является неизлечимым заболеванием, а число новых случаев ВИЧ-инфекции превышает число умерших, общее число россиян, живущих с ВИЧ, продолжает расти.

Ситуация может измениться при достаточном охвате лиц, живущих с ВИЧ специализированной медицинской помощью, лечением. Появление высокоактивной антиретровирусной терапии (АРТ) стало настоящим «прорывом» в медицине и позволило в разы снизить заболеваемость и смертность в результате ВИЧ.

### **Результаты использования АРТ:**

- Максимальное и стойкое подавление репликации ВИЧ (приводящее к снижению количества ВИЧ в организме пациента до уровней, не опасных для окружающих и его собственной иммунной системы);
- Восстановление и сохранение функции иммунной системы;
- Повышение качества жизни пациентов;
- Уменьшение частоты летальных исходов, обусловленных инфекцией ВИЧ.

Антиретровирусная терапия позволяет ВИЧ-инфицированным людям жить долгой и полноценной жизнью - такой же, как и все остальные. Главное - как можно раньше начать лечение!

Появление АРТ подарило людям надежду на то, что, несмотря на отсутствие вакцины против ВИЧ, конец передаче вируса может наступить. Для этого нужно обеспечить всех ВИЧ-положительных людей АРТ. И когданибудь, в счастливом будущем, ВИЧ не сможет передаваться дальше, а просто исчезнет с лица Земли вместе со своим последним носителем, дожившим до глубокой старости.

### **Но как это выполнить?**

Специалисты всего мира, объединенные в международную организацию ЮНЭЙДС (UNAIDS), направленную на борьбу с эпидемией ВИЧ и СПИД и ее последствиями, разработали специальную стратегию — «95-95-95».



## **Стратегия 95-95-95:**

- 95% процентов людей, живущих с ВИЧ, должны знать о своем ВИЧ-статусе;
- 95% всех пациентов с диагнозом ВИЧ-инфекции должны иметь доступ к антиретровирусной терапии;
- 95% всех пациентов, получающих антиретровирусную терапию, должны иметь неопределяемую вирусную нагрузку (Н=Н). Для достижения «первых 95» нужно обеспечить возможность тестирования на ВИЧ.

Часто люди, живущие с ВИЧ, даже не подозревают, что в их организме находится вирус. Так, по оценкам экспертов, 300 тысяч россиян, живущих с ВИЧ, не знают о своем статусе.

В нашей стране бесплатно пройти тест на ВИЧ можно в любом учреждении здравоохранения по месту жительства или Центрах профилактики и борьбы со СПИДом. Важно помнить, что ВИЧ может долго жить в организме человека, но ничем не проявлять себя.

Для достижения «вторых 95» нужно запомнить, что в наше время есть АРТ – эффективное лечение ВИЧ, которое позволяет снизить количество вируса в крови до неопасного для здоровья уровня.

Для того, чтобы получить АРТ в нашей стране, нужно в случае положительного теста на ВИЧ без промедления обратиться в Центр по профилактике и борьбе со СПИДом. Там анализ будет перепроверен, чтобы исключить возможность ложноположительного результата. Вас бесплатно обследуют и назначат бесплатное лечение.

Для достижения «третьих 95» человеку с ВИЧ необходимо принимать препараты антиретровирусной терапии строго в соответствии с назначениями врача. Только при этом условии возможен устойчивый эффект: снижение вирусной нагрузки до неопределяемой. Если нарушать схему приема, вирус может выработать устойчивость к лекарству и оно перестанет работать.

«Н=Н» или «неопределяемый=не передающий» означает, что люди, принимающие антиретровирусные препараты и имеющие стабильно неопределяемую вирусную нагрузку, не могут передать ВИЧ своему окружению.

Внимание к проблеме ВИЧ-инфекции в России продолжает оставаться повышенным. Так, распоряжением Правительства Российской Федерации от 21 декабря 2020 г. № 3468-р была утверждена Государственная стратегия противодействия распространению ВИЧ-инфекции в Российской Федерации на период до 2030 года. В соответствии с представленными в ней целевыми показателями, в 2030 году 95% процентов людей, живущих с ВИЧ, должны знать о своем статусе и 95% из них должны получать антиретровирусную терапию. Глобальная цель специалистов всего мира – «покончить со СПИДом» как угрозой общественному здравоохранению к 2030 году.

**В свою очередь, каждый человек может максимально снизить свой риск заражения ВИЧ прямо сейчас. Для этого нужно:**

- Практиковать только защищенный секс;
- Не использовать инъекционные наркотики;
- Знать свой ВИЧ- статус.