

## Что такое ВИЧ?

ВИЧ — это вирус иммунодефицита человека. ВИЧ представляет собой ретровирус, который заражает клетки иммунной системы человека (главным образом CD4-положительные Т-клетки и макрофаги — важнейшие клеточные компоненты иммунной системы), разрушая их или нарушая их работу. Заражение данным вирусом приводит к прогрессирующему истощению иммунной системы, результатом которого становится иммунодефицит.

Иммунодефицит — это состояние иммунной системы, при котором она больше не может выполнять свою роль при борьбе с инфекциями и заболеваниями. Люди с иммунодефицитом значительно более уязвимы для множества инфекций и различных видов рака, большинство из которых редко встречаются у людей, не имеющих иммунодефицита. Заболевания, связанные с тяжелым иммунодефицитом, называют оппортунистическими инфекциями, потому что они получают возможность развиваться благодаря ослаблению иммунной системы.

## Что такое СПИД?

СПИД — синдром приобретенного иммунодефицита — это комплекс симптомов и инфекций, связанных с приобретенным дефицитом иммунной системы. Установлено, что причиной СПИДа является заражение ВИЧ. Переход от заражения ВИЧ к СПИДу определяется степенью иммунодефицита или появлением определенных инфекционных заболеваний-индикаторов (*см. вопрос 4*).

## Каковы симптомы заражения ВИЧ?

Большинство людей, зараженных ВИЧ, не знают об этом. У некоторых людей непосредственно после заражения может возникать болезненное состояние, напоминающее железистую лихорадку (с подъемом температуры, сыпью, болями в суставах и увеличением лимфатических узлов), совпадающее с периодом сероконверсии. Сероконверсия — это появление антител к ВИЧ, которое происходит, как правило, в течение второго месяца после заражения (*см. вопрос 32*).

Несмотря на то, что при заражении ВИЧ часто не наблюдается никаких симптомов, инфицированный человек сам становится заразным и может передавать вирус другим людям (*см. вопрос 7*). Определить наличие ВИЧ-инфекции можно при помощи теста на ВИЧ (*см. вопрос 31*).

ВИЧ-инфекция приводит к постепенному истощению и ослаблению иммунной системы. При этом человек становится более уязвимым для инфекционных заболеваний и некоторых видов рака, и у него может развиться СПИД.

## Что такое тест на ВИЧ?

Тест на ВИЧ — это анализ, позволяющий выяснить, подвергся ли человек заражению ВИЧ. При проведении обычного теста на ВИЧ выявляют антитела, произведенные иммунной системой в ответ на ВИЧ, так они поддаются обнаружению значительно легче (и дешевле), чем сам вирус. В ответ на инфекцию иммунная система вырабатывает антитела.

У большинства людей они появляются через месяц после заражения. Антитела можно обнаружить в крови или слюне.

## Через какое время после вероятного контакта следует делать тест на ВИЧ?

Обычно тест на ВИЧ рекомендуется делать через три месяца после вероятного контакта с инфекцией. Хотя тесты на антитела к ВИЧ высокочувствительны, между заражением ВИЧ и выработкой поддающихся выявлению антител к вирусу существует «окно» длительностью до двух месяцев, в зависимости от конкретного типа анализа. Для самых чувствительных тестов на антитела к ВИЧ, рекомендуемых на сегодняшний день, этот период составляет около трех недель. При использовании менее чувствительных тестов он больше.

В течение этого времени у людей, зараженных ВИЧ, в крови еще нет антител, которые может выявить тест на ВИЧ. Однако уровень ВИЧ в биологических жидкостях организма (крови, сперме, влагалищном отделяемом и грудном молоке) у такого человека уже может быть высоким. Несмотря на то, что тест на ВИЧ еще не может подтвердить наличие вируса у такого человека, в период окна он уже способен передавать ВИЧ другим.

## Почему мне следует сделать тест на ВИЧ?

Знание своего ВИЧ-статуса имеет два жизненно важных преимущества. Во-первых, если вы инфицированы ВИЧ, то быстро начнете лечение, что, возможно, продлит вашу жизнь на много лет (*см. вопрос 36*). Во-вторых, зная, что вы инфицированы, вы сможете принять все необходимые меры предосторожности, чтобы не допустить распространения ВИЧ-инфекции (*см. вопрос 13*). Если вы не инфицированы ВИЧ, то сможете узнать, как защитить себя от заражения ВИЧ в будущем.

## Где я могу пройти тест?

Анализ на ВИЧ можно сделать во многих местах: в поликлинике по месту жительства, в больницах, в Центре по профилактике и борьбе со СПИД. Всегда старайтесь выбрать такое место, где проводится консультирование по вопросам, связанным с ВИЧ. Также анализ на ВИЧ можно сделать самостоятельно при помощи специальной тест-системы. Однако при положительном результате такого теста вы должны будете обратиться за медицинской помощью, чтобы получить подтверждение и необходимое лечение.

## Что делать, если у меня ВИЧ?

Прийти в ГБУЗ ТО ОЦ СПИД (Проспект Николая Корыткова д.2, к 2), прием первичных пациентов проводится без записи в день обращения с 8-00 до 13-00. Благодаря новым методам лечения ВИЧ-положительный человек может прожить долгую и здоровую жизнь.

## Являются ли результаты моего теста конфиденциальной информацией?

Каждый человек, проходящий тест на ВИЧ, предварительно должен дать информированное согласие. Информация о результатах теста считается абсолютно конфиденциальной.

Доступны разные варианты тестирования:

**Конфиденциальный тест на ВИЧ.** Медицинские специалисты, проводящие тест, вносят его результат в медицинские документы как конфиденциальную информацию. Такие результаты не могут быть раскрыты третьим лицам без предварительного согласия человека, которому был сделан анализ.

**Анонимный тест на ВИЧ.** Имя и фамилия лица, проходящего тест, не сопоставляется с пробой. Вместо этого ей присваивается код или номер, по которому человек затем может получить результаты своего теста. Записи, по которым человека можно было бы связать с тестом, не ведутся.

## Могут ли укусы комаров привести к заражению ВИЧ?

ВИЧ не распространяется комарами и другим жалящими насекомыми. Даже если вирус попадет в комара или другое кровососущее или жалящее насекомое, он не сможет воспроизводиться внутри такого насекомого. Таким образом, насекомое не может заразиться ВИЧ и не может передать ВИЧ другому человеку при укусе.

## Следует ли бояться заражения ВИЧ при занятиях спортом?

Нет никаких свидетельств, которые подтверждали бы возможность передачи ВИЧ при занятиях спортом.

**Можно заразиться ВИЧ бытовым путем (рукопожатия, объятия, пользование одним туалетом, питье из одного стакана с человеком, живущим с ВИЧ, а также нахождение рядом с инфицированным человеком, у которого насморк или кашель)?**

ВИЧ не передается при повседневных контактах — общении с друзьями, в школе или на работе. Вы не заразитесь, если пожмите руку человеку, живущему с ВИЧ, обниметесь с ним, будете пользоваться одним туалетом или пить из одного стакана, а также если такой человек будет кашлять или чихать в вашем присутствии.

## ВИЧ заражаются только гомосексуалы и потребители наркотиков?

Нет. Любой человек, если он занимается сексом без презерватива, использует инъекционный инструментально совместно с другими людьми или если ему перельют зараженную кровь, может заразиться ВИЧ. Новорожденные могут заразиться ВИЧ от своих матерей во время беременности и родов, а также позднее при грудном вскармливании.

## Каков риск передачи ВИЧ при поцелуях, в том числе глубоких?

При поцелуях в губы риск передачи отсутствует. Возможность распространения вируса через слюну при поцелуях не была подтверждена.

## Каков риск передачи ВИЧ при пирсинге или татуировке?

Риск передачи ВИЧ существует, если зараженные инструменты не стерилизуются или используются повторно. Инструменты, нарушающие целостность кожи, надлежит использовать однократно, а затем утилизировать или подвергать тщательной очистке и стерилизации.

## **Каков риск передачи ВИЧ, если воспользоваться бритвой зараженного человека?**

При любом порезе нестерилизованным предметом, например лезвием бритвы, возможна передача ВИЧ. Совместное использование бритв не рекомендуется, если они не подвергаются стерилизации после каждого применения.

## **Можно по внешнему виду человека понять, что у него ВИЧ?**

По внешнему виду человека невозможно понять, что у него ВИЧ. Человек, зараженный ВИЧ, может выглядеть здоровым и хорошо себя чувствовать, но при этом передать вам вирус. Тест на ВИЧ — единственный способ, позволяющий человеку узнать, есть ли у него вирус.

## **Можно ли передать ВИЧ другим, находясь на антиретровирусной терапии?**

Если антиретровирусная терапия эффективна, и вирус полностью подавлен, вы не можете передать ВИЧ другому человеку. Поэтому при лечении людей, живущих с ВИЧ, рекомендуется проводить мониторинг подавления вирусной нагрузки.

## **Что такое постконтактная профилактика?**

Постконтактная профилактика (ПКП) включает в себя лекарственное лечение, лабораторные анализы и консультирование. ПКП начинают в течение нескольких часов после вероятного контакта с ВИЧ и проводят в течение приблизительно четырех недель. Согласно исследованиям, если лекарственное лечение начать в ближайшее время после вероятного контакта с ВИЧ (не позднее 72 часов, в идеале — в течение первых двух часов), это помогает предотвратить заражение ВИЧ.

## **Как можно предотвратить передачу ВИЧ от матери ребенку?**

Передача вируса ребенку от матери, живущей с ВИЧ, может произойти во время беременности и родов, а также после родов при грудном вскармливании. При отсутствии вмешательств риск передачи инфекции матерями, живущими с ВИЧ, во время беременности и родов, оценивается в 15–50 %. Грудное вскармливание повышает риск передачи ВИЧ на 10–15 %. Этот риск зависит от клинических факторов, а также от режима и продолжительности грудного вскармливания.

Достигнут огромный прогресс в работе по сокращению числа детей, рожденных с ВИЧ. Эффективная антиретровирусная терапия во время беременности, родов и грудного вскармливания позволяет снизить риск передачи ВИЧ от матери ребенку до 2 % и даже менее. Ключевое направление этой стратегии — предотвращение новых случаев заражения ВИЧ среди женщин детородного возраста в сочетании с ранней доступностью дородовой помощи и диагностики ВИЧ. Женщин, живущих с ВИЧ, также поощряют продолжать лечение на протяжении всей жизни ради сохранения собственного здоровья.

Ранняя диагностика новорожденных имеет важнейшее значение для выявления их ВИЧ-статуса и повышения эффективности программ профилактики и лечения, так как максимальная смертность среди детей, получивших ВИЧ-инфекцию, отмечается в возрасте от шести недель до четырех месяцев.