**Памятка для населения**

***Предупредим СПИД***

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Профилактика – единственный механизм, способный остановить эпидемию**  **Академик РАМН Вадим**  **Покровский.** |

****

1 декабря Всемирный День борьбы со СПИДом, проводится ежегодно с 1988 года по инициативе Генеральной ассамблеи ООН. Этот день служит напоминанием о необходимости остановить глобальное распространение эпидемии ВИЧ-инфекции, объединить усилия перед лицом этой угрозы.

**ВИЧ –** вирус иммунодефицита человека.

**Сегодня ВИЧ –** это бич многих миллионов людей во всем мире.

**ВИЧ** поражает защитную систему организма – человек становится ВИЧ-инфицированным. **Носители ВИЧ** могут даже не подозревать, что инфицированы, и **передать вирус** другим людям практически сразу с момента инфицирования. Большинство людей – носителей **ВИЧ выглядят здоровыми и чувствуют себя хорошо** в течение продолжительного времени после заражения (иногда до 10 лет). Заболевание «Синдром приобретенного иммунодефицита» (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.

**ВИЧ может передаваться только тремя путями:**

* Половым – при сексуальных контактах без презерватива – через сперму и влагалищные выделения.
* Через кровь – при попадании в организм инфицированной крови – при использовании нестерильных игл и шприцев при введении наркотиков, нестерильных инструментов для пирсинга и татуажа, при совместном с ВИЧ-инфицированным использовании бритв и бритвенных лезвий.
* От матери к ребенку – во время беременности, при прохождении через родовые пути, при кормлении грудью.

**Принять считать СПИД болезнью социальной, ее распространение определяется отношениями между людьми в обществе.**

**ВИЧ не передается:**

* Через слезы, слюну, пот, мочу, при кашле и чихании;
* Через укусы насекомых;
* Через бытовые предметы, посуду, одежду, постельное белье, пищу;
* При пользовании общим туалетом, баней, душем, ванной, бассейном;
* В транспорте, при рукопожатии, прикосновении, объятиях, поцелуях, разговоре.

**Защити себя сам:**

* Главным условием предупреждения заражения является нравственная чистота и сохранение верности одному половому партнеру.
* Воздерживайся от случайных сексуальных контактов;
* Используй презерватив при каждом сексуальном контакте;
* Воздерживайся от употребления наркотиков;
* Везде и всегда пользуйся только личными предметами гигиены (зубные щетки, бритвы, ножницы);
* Избегай контакта с загрязненными медицинскими инструментами – требуй применения стерильного инструмента при обслуживании в медицинских учреждениях;
* Пройди обследование на ВИЧ.

В России в настоящее время стандартной процедурой лабораторной диагностики ВИЧ-инфекции является обнаружение антител к ВИЧ. Антитела к ВИЧ появляются у 90-95% зараженных в течение 3-х месяцев после заражения, у 5-9% - через 6 месяцев от момента заражения, и у 0,5-1% - в более поздние сроки. Этот период называют периодом «окна». Поэтому обследоваться нужно спустя 3-6 месяцев после рискованного контакта. Результат теста может быть положительным (антитела присутствуют в крови), отрицательным (антител нет в крови) или сомнительным.

**Своевременное выявление и лечение предупреждает распространение ВИЧ-инфекции и замедляет развитие заболевания!**

Обследование на ВИЧ можно пройти в поликлинике по месту жительства, женской консультации, ОГБУЗ «Смоленский центр профилактики и борьбы со СПИД» (бесплатно); в частных медицинских клиниках (платно).

В ОГБУЗ «Смоленский центр профилактики и борьбы со СПИД» (ул. Фрунзе, 40) также предоставляют консультирование и анонимное тестирование на ВИЧ.

В случае выявления ВИЧ-инфекции, вся медицинская помощь оказывается БЕСПЛАТНО.

***Берегите Ваше здоровье и счастье тех, кого вы любите!***