



Сегодня СПИД ежегодно уносит около трех миллионов человеческих жизней. Только в России от этого каждый день умирает 80 человек. Согласно статистике, каждый час ВИЧ заражаются 10 россиян. Казалось бы, в наш информационный век люди должны быть хорошо осведомлены о таком серьезном заболевании. Как говорится: предупрежден, значит, вооружен. Но, к сожалению, в обществе мифы и факты о ВИЧ переплетаются, и уже практически невозможно понять, что правда, а что нет.

## **Мифы и реальность о ВИЧ и СПИДе (самые распространенные мифы)**

### **Миф №1. СПИД и ВИЧ — синонимы**

ВИЧ вызывает СПИД, но это не одно и то же. Вирус иммунодефицита человека — инфекция, которой можно заразиться. А синдром приобретенного иммунодефицита — клиническое проявление этой инфекции на самых поздних стадиях.

Можно быть носителем ВИЧ, но не болеть СПИДом. Вылечить ВИЧ-инфекцию практически невозможно, но если на раннем этапе начать принимать антиретровирусные препараты, то можно прожить нормальную, полноценную жизнь.

## **Миф №2. ВИЧ можно заразиться через посуду или объятия**

Эта инфекция не передается воздушно-капельным путем. При обычных повседневных контактах, объятиях и рукопожатиях заразиться тоже нельзя. Кожа человека является естественным барьером для вируса, который на воздухе делается неактивным за считанные часы. Поэтому болезнь не передается через посуду, постельное белье и полотенца.

Заразиться можно только через некоторые жидкости организма (кровь, вагинальные и ректальные выделения, сперму и молоко матери). Самыми распространенными путями являются незащищенный секс и использование одного шприца с инфицированным больным.

## **Миф №3. ВИЧ передается при поцелуях, с потом или слезами**

Вирус может присутствовать в этих биологических жидкостях, однако количество его слишком мало, поэтому риск инфицирования практически равен нулю. Например, чтобы заразиться через слюну, ее нужно не менее трех литров, и даже мелкие язвочки и ранки во рту вряд ли станут воротами для проникновения инфекции. Если говорить о поте, для заражения нужна целая ванна жидкости, а слез — целый бассейн.

## **Миф №4. Комары переносят ВИЧ**

На самом деле заразиться от укуса комара, который до этого укусил больного, невозможно. Во-первых, человеческий вирус не живет в организме насекомого, а во-вторых, комар впрыскивает в место укуса не кровь, а антикоагулянт — специальное вещество, замедляющее свертываемость крови.

## **Миф №5. ВИЧ распространяют через иглы в кинотеатрах (дискотеках, транспорте).**

Многие слышали о пресловутых «уколах иглами». И в газетах писали, и по Интернету ходят слухи про это, и у подруги друга был друг, которого вроде бы так укололи. Одна лишь проблема: за 3 десятка лет эпидемии не было зафиксировано ни одного достоверного случая инфицирования таким способом. Случайный укол медицинской иглой (например, медсестра укололась сразу после инъекции заражённому пациенту) связан с очень маленьким риском — не более 0,1%.

## **Миф №6. У больной женщины не может родиться здоровый ребенок**

Если не принимать никаких мер, риск передачи ВИЧ от матери ребенку колеблется в пределах 15-45%. Но если мать и ребенок принимают противовирусные препараты, передачу можно практически полностью предотвратить. Также детям обычно противопоказано грудное вскармливание, поскольку они могут заразиться через грудное молоко.

## **Миф №7. Презерватив не защищает от ВИЧ**

Презерватив считается наиболее эффективным средством защиты от нежелательной беременности и многих болезней, передающихся половым путем. Он защищает на 98% - 100% - при условии правильного использования.

Иногда мы можем слышать то, что в латексном презервативе есть такие маленькие отверстия, которые гораздо больше ВИЧ, но дело в том, что вирусы находятся в жидкостях организма, они не имеют способность просачиваться куда-либо. Если презерватив не пропускает жидкость, значит, не пропускает и вирус.

## **Миф №8. Анализы на ВИЧ показывают неправильный результат**

Современные методы диагностики достаточно точные, но изредка тесты действительно показывают ложноположительный результат. Согласно рекомендациям ВОЗ, при низкой (менее 5% в популяции, как в России) распространенности ВИЧ диагноз следует ставить после трех последовательных положительных тестов.

## **Миф №9. В России нет ВИЧ**

Федеральный научно-методический центр по профилактике и борьбе со СПИДом обнаружил данные по ВИЧ за первые шесть месяцев 2020 года.

По состоянию на 30 июня в России проживало 1 094 050 россиян с выявленным диагнозом ВИЧ.

В первом полугодии 2020 года стало известно о 38 126 новых случаях ВИЧ-инфекции.

По предварительным данным, в первом полугодии 2020 года умерло 14 439 инфицированных ВИЧ.

Показатель заболеваемости составил 26 человек на сто тысяч населения. В 23 регионах он превышает среднее значение по стране. В тройке лидеров по этому показателю Кемеровская область (72,2 новых случаев на сто тысяч

населения), Ханты-Мансийский автономный округ (56,4) и Томская область (53,4).

Отмечается, что в последние годы ВИЧ диагностируется в более старших возрастных группах. Если в 2001 году 87 % ВИЧ-инфицированных получали диагноз в возрасте 15—29 лет, то в 2020 году практически столько же больных (86,1 %) были впервые выявлены в возрасте старше 30 лет.

Среди больных ВИЧ-инфекцией в 2020 году в стране доминируют мужчины — 62,6 %.

На диспансерном учете в 2020 году состоит 754 455 ВИЧ-положительных россиян.

## **Миф №10. ВИЧ — это смертный приговор**

Сегодня ВИЧ-инфекция — это медленное хроническое заболевание, то есть, нет способа избавить организм от вируса, однако задержать развитие вируса вполне реально.

Часто в средствах массовой информации публикуют сообщения о «волшебниках», которые смогли вылечить ВИЧ - кто нагреванием человека до огромной температуры, кто молитвой, а кто воздействием таинственных биополей. За этими сообщениями обычно стоят мошенники, выманивающие деньги из отчаявшихся людей. Известны всего два-три случая, когда у пациентов, одновременно инфицированных вирусом и больных лейкемией, удалось достичь "стойкой ремиссии" благодаря пересадке костного мозга с особой мутацией, которая мешает вирусным частицам проникнуть в новые клетки крови.

Существует эффективное средство лечения ВИЧ-инфекции - комбинированная противовирусная терапия, которая подавляет размножение ВИЧ в организме. Цель терапии — остановить развитие ВИЧ-инфекции и не допустить, чтобы у человека развился СПИД. Терапию против ВИЧ нужно принимать постоянно, примерно, как инсулин при диабете или таблетки при гипертонии. Многим людям с ВИЧ начинать терапию ещё рано - их иммунная система пока сама справляется с вирусом, но на стадии СПИДа может быть уже поздно. Поэтому так важно, чтобы ВИЧ был найден у человека вовремя.

***Если подвести итог, реальную, а не мифическую ВИЧ-инфекцию, можно обнаружить, можно лечить, и точно можно от неё защититься.***

***И первое, что нужно сделать, чтобы позаботиться о своем здоровье и здоровье близких людей - это отказаться от этих и других мифов.***