

## ПОДРОСТКИ В ГРУППЕ РИСКА

В западной медицинской психологии давно существует термин «рискованное поведение», который теперь все чаще используется и в отечественной медицинской литературе. Казалось бы, вероятность получить какое-либо заболевание, тем более инфекционное, зависит лишь от случая, и заразиться может каждый. В некоторой степени это утверждение справедливо, ведь во время эпидемии уберечься, скажем, от вируса гриппа очень сложно. Но постараться избежать любой болезни вполне осуществимо - можно сделать прививку от того же гриппа или гепатита.

К сожалению, от вируса иммунодефицита человека прививки еще не существует, но средства профилактики здесь тоже есть - использование презервативов, превентивная антиретровирусная терапия в случае беременности ВИЧ-положительной матери, чтобы не допустить заражения ребенка, и так далее. Тем не менее, этого мало, когда мы говорим о такой серьезнейшей эпидемии как ВИЧ/СПИД. Намного более надежной гарантией от заражения здесь является нерискованное, ответственное поведение, чего, в силу возрастных психологических особенностей, зачастую так не хватает подросткам. Ведь важно не наличие средств защиты, презервативов или лекарств. Важно желание защитит себя и не относиться к своему здоровью наплевательски, ведь защиты или лекарства от плохой компании, наркотиков и случайных половых связей еще не придумали, и здоровье каждого подростка находится в его руках и зависит от тех решений, которые подросток для себя принимает. Именно поэтому подростки находятся в основной группе риска эпидемии ВИЧ/СПИДа, и именно поэтому они должны стать и основной целевой группой для информационных и образовательных программ, направленных на повышение осведомленности и ответственности.

ВИЧ - аббревиатура: «вирус иммунодефицита человека». Вирусы - мельчайшие живые организмы-паразиты, которые могут размножаться только внутри клеток других организмов-хозяев. ВИЧ приспособлен к жизни только в клетках человека, на поверхности которых имеется особая белковая молекула, присоединившись к ней, ВИЧ внедряет в клетку свои гены, в результате чего клетка начинает производить новые вирусы, а сама потом погибает.

ВИЧ - это вирус, избирательно вызывающий недостаточность защитной системы организма человека. Средняя продолжительность жизни зараженного ВИЧ, если он не получает никакого лечения, 10-12 лет. Некоторые люди, не вполне здоровые до заражения ВИЧ, умирают раньше, но иные, правда, немногие, живут 20 лет и дольше. Например, один слабый и больной ребенок, которому перелили кровь, зараженную ВИЧ, умер через год после заражения. А другой, будучи заражен таким же путем, вырос, поступил в школу и закончил ее. Таких людей тщательно изучают для того, чтобы, открыв причину их «выживаемости», найти способ лечения ВИЧ-инфекции.

Вирус передается только через определенные жидкости человеческого организма, в наибольших количествах он содержится в крови, сперме, вагинальном секрете и грудном молоке инфицированного человека, при контакте с ними и происходит инфицирование.

Таким образом, основными путями передачи ВИЧ являются:

- Небезопасный (т.е. без презерватива) анальный, вагинальный или оральный секс. ВИЧ не может проникнуть через презервативы высокого качества (изготовленные из латекса или полиуретана).
- Контакт «кровь - кровь». Это происходит, как правило, при совместном использовании инструментов для инъекций наркотиков. Еще совсем недавно, до того, как было введено обязательное тестирование донорской крови, это происходило при переливании крови или через продукты инфицированной крови. Очень редко передача ВИЧ возможна посредством профессиональных травм медиков, например в результате укола инфицированной иглой.
- Перинатальная передача от матери ребенку во время беременности, родов или кормления грудью. Средний риск передачи во время беременности около 30%. Если принимать во время беременности антиретровирусные препараты, сделать «сухое» кесарево сечение и затем использовать молочные смеси как альтернативу кормлению грудью, вероятность передачи ВИЧ-инфекции от матери ребенку снизится до 1-5%.

Людям, заботящимся о своем здоровье, следует помнить, что ВИЧ - очень живучий вирус. Он сохраняет свою активность в замороженных клетках крови и сперме многие годы. А в засохшей крови, например, в шприце, которым делал себе инъекцию зараженный наркоман, может жить несколько недель. Вирусы гепатита живут еще дольше. Поэтому нужно держаться подальше от крови, где бы она ни обнаруживалась, и, по возможности, сразу же обрабатывать залитые ею предметы дезактивирующими и дезинфицирующими растворами.

Время от времени у каждого из нас возникает необходимость сдать кровь на анализ. Не опасно ли это? В настоящее время разработаны и в ряде лабораторий уже используются новые системы для забора крови. Это стерильные одноразовые игла и пробирка - вакутайнер. Особенности конструкции не позволяют использовать его второй раз. Поэтому риск получить заражение от другого человека из-за плохо вымытой пробирки или иглы полностью исключен. Современные клиники имеют свои диагностические лаборатории и используют такие технологии, которые позволяют избежать риска при сдаче и переливании донорской крови.

ВИЧ - вирус очень опасный, но совсем не жизнеспособный вне жидкостей человеческого организма. Поэтому в обычных бытовых условиях заразиться ВИЧ-инфекцией просто невозможно.

ВИЧ не передается:

- при кашле и чихании;
- через укусы насекомых и животных;
- через вещи и предметы (игрушки, книги, канцелярские и офисные принадлежности, одежду и т.п.);
- при плавании в бассейнах и естественных водоемах;
- при пользовании общим туалетом;
- при пользовании посудой (и дома, и в местах общественного питания);
- при медицинских осмотрах;
- через рукопожатия;
- через объятия и поцелуи.

Поэтому, применяя меры предосторожности, не впадайте в крайности и не поддавайтесь спидофобии, боязни заражения ВИЧ. Не лишайте себя полноценного дружеского общения с приятными Вам людьми, даже если они являются носителями ВИЧ-инфекции.

Но и терять бдительность ни в коем случае не стоит. Потому что эпидемия ВИЧ/СПИДа продолжает распространяться по планете. Потому что пока нет вакцины и излечивающих лекарств от ВИЧ-инфекции. Потому что реальные факты доказывают: главное средство борьбы с этой болезнью - профилактика, и в тех странах, где осознали этот факт на государственном уровне, эпидемия пошла на спад. ВИЧ/СПИД - заболевание социально-опасное и социально-мотивированное, это болезнь поведения. В борьбе с ней недостаточно усилий одних только медиков. Наше здоровье и наше будущее зависят, прежде всего, от нас самих.

*Материал подготовлен сотрудниками Свердловского областного центра по профилактике и лечению ВИЧ-инфекции.*

[Единый информационный портал профилактики и борьбы со СПИД](#)

**Свердловский областной центр профилактики и борьбы со СПИД (ГАУЗ СО ОЦ СПИД)  
620102, г. Екатеринбург, ул. Ясная, 46**

**Регистратура:** [\(343\) 383-30-18](tel:+73433833018)

**Телефон доверия по проблеме ВИЧ/СПИД:** [\(343\) 310-00-31](tel:+73433100031) (будни, с 9 до 20 часов)

**Платное отделение, прием иностранных граждан:** (343) 383-30-18, доб. 170

Узнать о готовности результатов обследования на ВИЧ и гепатиты: 8-922-100-31-81 (по будням с 16:00 до 18:00)