

## Профилактика ВИЧ-инфекции. Касается каждого.



Благодаря достижениям современной медицины ВИЧ-инфекция сегодня является хроническим заболеванием, поддающимся контролю: антиретровирусная терапия замедляет развитие ВИЧ-инфекции и дает людям с ВИЧ возможность жить полноценной жизнью. Однако, лекарств, полностью излечивающих это заболевание, пока нет, и профилактика остается важным звеном в противодействии эпидемии.

Согласно статистике Всемирной организации здравоохранения, сегодня на планете живет около 40 миллионов людей с ВИЧ-положительным статусом, с начала эпидемии более 40 миллионов человек умерли от болезней, связанных с ВИЧ-инфекцией.

В Республике Беларусь с диагнозом «ВИЧ-инфекция» проживают более 24 тысяч человек. В последние 5 лет ежегодно в стране регистрируется до 2 тысяч новых случаев ВИЧ-инфекции. Наибольшее количество новых случаев регистрируется среди мужчин и женщин в возрасте от 30 до 49 лет, преобладает половой путь передачи ВИЧ, который составляет более 80% от всех регистрируемых случаев.

Исследователи и эксперты в области здравоохранения выделяют следующие виды профилактики: первичная, вторичная и третичная.

Первичная профилактика имеет своей целью предупреждение любого заболевания. Это достигается путем создания условий, препятствующих возникновению ситуаций, связанных с рисками заболеваний, мотивации к здоровому образу жизни. Вторичная профилактика направлена на предупреждение осложнений, связанных с уже имеющимися заболеваниями или поведенческими рисками. Третичная профилактика смягчает последствия уже имеющегося заболевания, путем оказания помощи людям в решении долгосрочных, часто сложных проблем со здоровьем в целях повышения качества и продолжительности жизни. В реализации мер вторичной и третичной профилактики большая роль отводится учреждениям здравоохранения, а успех первичной профилактики во многом зависит от достоверности знаний, адекватных оценок личных рисков и поведенческих особенностей каждого человека.

**Медицинские меры профилактики ВИЧ-инфекции** находятся под контролем государства (учреждений здравоохранения). Для снижения риска заражения вирусом иммунодефицита человека через донорскую кровь и ее компоненты в учреждениях службы крови отработана система тестирования и отбора доноров; строго ограничены показания к переливанию крови и ее компонентов. В медицинских учреждениях имеются все необходимые условия для недопущения распространения ВИЧ: обеспечение одноразовым медицинским инструментарием (шприцы, системы для переливания крови),

аппаратурой для проведения обработки (дезинфекции, стерилизации) медицинских инструментов, применяемых многократно.



Беременной женщине, живущей с ВИЧ, и новорожденному с целью предотвращения передачи ВИЧ ребенку назначаются антиретровирусные препараты, с рождения рекомендуется искусственное вскармливание. Благодаря этим мерам так называемый «вертикальный путь» передачи ВИЧ практически исключен.

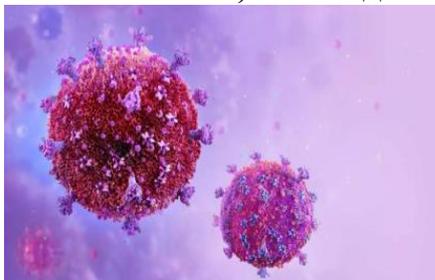
С 2018 года в Беларуси предусмотрен универсальный доступ пациентов к антиретровирусной терапии: государство гарантирует предоставление лечения ВИЧ-инфекции всем людям, живущим с ВИЧ, независимо от стадии болезни и уровня иммунитета. На сегодняшний день в республике 87% людей, живущих с ВИЧ, получают антиретровирусную терапию.

В ситуациях, связанных с высоким риском инфицирования ВИЧ (например, в аварийной ситуации во время медицинских манипуляций) назначается короткий курс антиретровирусных препаратов – так называемая постконтактная профилактика. Решение о назначении постконтактной профилактики принимает врач.

В отдельных группах повышенного риска реализуются специальные профилактические меры, в определенных случаях назначается доконтактная профилактика. На базе государственных организаций здравоохранения и негосударственных некоммерческих организаций функционируют кабинеты профилактики ВИЧ-инфекции и анонимно-консультативные пункты, предоставляющие для ключевых групп населения услуги по консультированию, тестированию и социальному сопровождению.

**В основе личной профилактики** - получение адекватной и полной информации о ВИЧ-инфекции. Достоверные знания служат основой для оценки личных рисков, которая способствует формированию мотивации на самостоятельный и осознанный выбор поведенческой модели, препятствующей риску заражения и обеспечивающей максимальную защиту от ВИЧ.

#### **Итак, что надо знать о ВИЧ-инфекции каждому человеку:**



**ВИЧ** – это вирус иммунодефицита человека.

Попадая в организм и размножаясь в нем, ВИЧ поражает клетки иммунной системы. Количество таких клеток постепенно уменьшается, и человек становится более уязвим для различных заболеваний, с которыми здоровая иммунная система эффективно справляется.

**ВИЧ-инфекция** – это инфекционное заболевание, вызываемое вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). ВИЧ-инфекция развивается медленно и часто бессимптомно. В течение многих лет она может никак не тревожить человека и не проявлять себя. Но это не значит, что вирус дремлет и не наносит вред организму.

При отсутствии лечения (антиретровирусной терапии – АРТ) у человека, живущего с ВИЧ, может развиваться СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита) – последняя стадия ВИЧ-инфекции. Она характеризуется развитием так называемых сопутствующих или оппортунистических заболеваний (от лат. «оппортунистический» – «использующий случай»). Эти инфекционные и другие заболевания возникают на фоне ослабленной иммунной системы, именно они являются причиной смерти людей, живущих с ВИЧ.

Заражение возможно только при попадании биологической жидкости человеческого организма, содержащей вирус, в кровотоки или на слизистые оболочки другого человека.

Поэтому выделяют 3 пути передачи ВИЧ-инфекции:

- ✓ через инфицированную кровь (чаще всего это случается при употреблении инъекционных наркотиков);
- ✓ при половом контакте;
- ✓ ВИЧ-инфицированная женщина в отсутствие лечения (АРТ) может передать вирус ребёнку во время беременности, родов и кормления грудным молоком.

### Ситуации, связанные с риском инфицирования ВИЧ:

- ✓ незащищенный (без использования презерватива) половой контакт с ВИЧ-положительным партнером.
- ✓ попадание крови, содержащей ВИЧ, непосредственно в кровотоки или на поврежденную кожу. Чаще всего это случается при внутривенном употреблении наркотиков (через зараженные иглы, шприцы, другие изделия и материалы). Есть риск при пирсинге, нанесении татуировки, и других процедурах, при которых происходит нарушение целостности кожных покровов (через нестерильные иглы, инструменты).



Слюна, пот и моча не содержат достаточного для инфицирования количества вируса. Поэтому невозможно инфицироваться ВИЧ при бытовых контактах – в том числе, при использовании общей посуды, полотенца и других бытовых предметов. Нет никакой опасности в совместных водных процедурах (например, в душе или бассейне). ВИЧ не передается во время объятий, поцелуев,

рукопожатий. Невозможно заразиться через укусы комаров и других кровососущих насекомых, а также от животных.

Этих знаний вполне достаточно, чтобы понять, **что индивидуальные меры профилактики ВИЧ-инфекции - это:**

- ✓ предпочтение сексуальных контактов с постоянным взаимоверным половым партнером;
- ✓ использование презервативов – самый простой и эффективный способ защиты от ВИЧ-инфекции и от других инфекций, передающихся половым путем;
- ✓ использование персональных или стерильных инструментов для бритья, маникюра, нанесения татуировок, пирсинга и других инструментов, нарушающих целостность кожных покровов.
- ✓ полный отказ от инъекционных наркотиков;

Важно знать, что человек способен передавать ВИЧ-инфекцию практически с того времени, как вирус попал в его организм. Острая стадия ВИЧ-инфекции (которая часто никак не проявляется), несмотря на ее короткую продолжительность, дает 10-50% всех новых случаев передачи ВИЧ, особенно у лиц, имеющих одновременно несколько половых партнеров или часто меняющих партнеров<sup>1</sup>. Поздняя диагностика ВИЧ-инфекции связана со значительными затратами: в течение первого года на АРТ (без учета стоимости АРТ) затраты на лечение почти в 7 раз выше, чем для тех, у кого ВИЧ-инфекция диагностирована своевременно; общие затраты, не связанные с АРТ, понесенные за пять лет лечения, были на 56% и 246% выше при поздней и очень поздней диагностике соответственно, по сравнению со своевременной диагностикой; более высокие затраты были связаны с госпитализацией и сопутствующим лечением)<sup>2</sup>.



Единственный способ узнать ВИЧ-статус – своевременная лабораторная диагностика. Бесплатно и анонимно пройти тестирование можно в государственных учреждениях здравоохранения. Для оперативной диагностики в системе здравоохранения применяются экспресс-тесты на наличие антител к ВИЧ по крови. Для предварительной самостоятельной диагностики можно приобрести в аптеке наборы экспресс-анализа ВИЧ в слюне.

Важной составляющей профилактики является работа по преодолению стигматизирующих установок в отношении людей, живущих с ВИЧ. На индивидуальном уровне стигма\* оказывает негативное воздействие на самоосознание, вызывая у людей, узнающих о своем положительном ВИЧ-статусе, стыд, ощущение собственной неполноценности, отчаяние,

<sup>1</sup> <https://stacks.cdc.gov/view/cdc/23447>

<sup>2</sup> Based on Popping S, Versteegh L, Nichols BE, van de Vijver DAMC, van Sighem A, et al. (2023) Characteristics and short- and long-term direct medical costs among adults with timely and delayed presentation for HIV care in the Netherlands. PLOS ONE 18(2): e0280877. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280877>

отказ от своевременного обращения за квалифицированной медицинской помощью. На уровне семьи и ближайшего окружения часто люди, опасаясь стигматизации и дискриминации, предпочитают скрывать факт наличия ВИЧ-инфекции. В общественном масштабе стигматизация и дискриминация приводят к потере контроля над распространением ВИЧ-инфекции из-за того, что люди стремятся любой ценой избежать огласки своей причастности к проблеме, либо принадлежности к стигматизируемой группе.

Одна из причин стигмы – страх и ложные представления, основанные на стереотипах и недостоверной информации. Укрепившиеся стереотипы о ВИЧ-инфекции усиливают внешнюю стигму и способствуют развитию стигмы внутренней. Имеются объективные доказательства того, что связанные с ВИЧ-инфекцией стигматизация и страхи препятствуют эффективной профилактике, а достоверное информирование населения и укрепление доверия к надежной медицинской помощи способствует нивелированию ложных представлений и изменению установок в отношении проблем, связанных с ВИЧ-инфекцией.

Достоверные знания о ВИЧ-инфекции и адекватная оценка личных рисков для каждого человека должна стать элементом обычной заботы о собственном здоровье. Это будет способствовать снижению стигмы в отношении людей, живущих с ВИЧ и повышению общей эффективности профилактической работы.



Консультацию по любым вопросам, связанным с профилактикой ВИЧ-инфекции можно получить в будние дни по телефону «горячей линии» для населения 8 (017) 200 28 83 в будние дни с 9.00 до 16.00

\* **Стигма** – («ярлык», «клеймо») – предвзятое отношение к отдельному человеку или группе людей, связанное с наличием у него/у них особых свойств или признаков

**Стигматизация** – процесс навязывания человеку или группе людей негативной социальной роли.

**Дискриминация** – это стигма, которая стала действием, в котором права и возможности людей ограничиваются, так как они принадлежат к стигматизированной группе.