

# На здоровье!



Информационный выпуск  
Государственное учреждение «Светлогорский зональный центр гигиены и эпидемиологии»

12-2020

Электронная рассылка



В этом выпуске:

1. Основная тема Всемирного дня борьбы со СПИДОМ .....стр.2
2. Полная ликвидация эпидемии к 2030 году является неотъемлемой частью Целей устойчивого развития (ЦУР) .....стр.2
3. В ЮНЭЙДС разработан оперативный подход для достижения ряда целевых показателей .....стр.3
4. Знать свой ВИЧ-статус! .....стр.3

**1 декабря – Всемирный день борьбы со СПИДом.** Этот день приобрел статус ежегодного события в большинстве стран мира и демонстрирует международную солидарность в борьбе с эпидемией ВИЧ/СПИДа.

Символом борьбы со СПИДом стала красная ленточка, которую сегодня можно увидеть на всех информационных носителях, связанных с болезнью.

В 2020 году внимание всего мира приковано к пандемии новой коронавирусной инфекции COVID-19 и ее влиянию на жизнь и благополучие людей. COVID - 19 наглядно продемонстрировал, что во время любой пандемии безопасность всех зависит от безопасности каждого. Чтобы достичь успеха, необходимо оказать помощь всем, кто в ней нуждается.

**Основная тема Всемирного дня борьбы со СПИДом в 2020 году - «Международная солидарность, общая ответственность».**

Сейчас в мире, пожалуй, нет взрослого человека, который не знал бы, что такое ВИЧ-инфекция. Распространенность ВИЧ носит сейчас характер настоящей пандемии. Согласно статистике Всемирной организации здравоохранения, на планете живет более 37,9 миллионов человек с ВИЧ-инфекцией. За последние 30 лет от СПИДа умерло около 32 миллионов человек.

Борьба с ВИЧ/СПИДом стала одной из целей тысячелетия, сформулированных в Декларации тысячелетия Организации Объединенных Наций, принятой в 2000 году. Государства – члены ООН обязались к 2015 году остановить распространение ВИЧ/СПИДа и положить начало тенденции к сокращению масштабов эпидемии. В результате принятых мер мировому сообществу удалось остановить и обратить вспять распространение ВИЧ. Человечество заставило эпидемию пойти на спад. Число новых случаев инфицирования ВИЧ и смертей вследствие СПИДа существенно сократилось по сравнению с пиком эпидемии.

Следующим шагом в противостоянии СПИДу должна стать **полная ликвидация эпидемии к 2030 году, что является неотъемлемой частью Целей устойчивого развития (ЦУР)**, которые в 2015 году были единогласно приняты государствами – членами Организации Объединенных Наций.



В целях реализации мер по профилактике ВИЧ/СПИД, в ЮНЭЙДС разработали оперативный подход для достижения ряда целевых показателей к 2020 году. В частности, 90% всех ВИЧ-инфицированных, должны быть информированы о своем ВИЧ-статусе, 90% выявленных носителей ВИЧ-инфекции должны получить доступ к лечению, а применение антиретровирусной терапии, должно вести к подавлению вирусной нагрузки у 90% пациентов. Они также включают в себя сокращения числа новых случаев ВИЧ-инфекции на 75% и ликвидацию дискриминации.

Случаи ВИЧ-инфекции могут и не исчезнуть в обозримом будущем, но эпидемию ВИЧ-инфекции как угрозу глобальному здоровью можно остановить.



**Знать свой ВИЧ-статус в интересах каждого человека.**

У каждого есть ВИЧ-статус, только у одних он положительный, а у других – отрицательный.

Тестирование – единственный способ узнать наверняка, есть ли у вас ВИЧ.

Основные принципы тестирования на ВИЧ:

**Добровольность.** Только ты решаешь, нужно ли тебе тестироваться на ВИЧ. Любое решение о тестировании на ВИЧ остается за тобой. Никто – ни врачи, ни партнёры, ни члены семьи, ни работодатели, никто-либо другой – не имеют право заставить тебя пройти тест.

**Конфиденциальность.** Доступ к личной информации о состоянии работника по поводу наличия или отсутствия у него ВИЧ-инфекции должен определяться правилами конфиденциальности.

**Консультирование (до и после теста на ВИЧ).** Во время консультации врач должен подробно рассказать пациенту, в чем состоит тестирование, что означает положительный или отрицательный ВИЧ-статус и проинформировать пациента о мерах по профилактике, уходу и лечению.

У человека, инфицированного ВИЧ, внешние признаки заболевания долгое время могут отсутствовать. Поэтому стандартным способом выявления ВИЧ-инфекции является **анализ крови на наличие антител к ВИЧ и его белкам.**

Антитела начинают вырабатываться в крови человека уже через 12 часов после инфицирования ВИЧ, но у большинства людей необходимой для лабораторной диагностики концентрации они достигают не ранее чем через 1-3 месяца после инфицирования (как правило, при заражении путем «кровь в кровь») или через 4-6 месяцев (при половом пути заражения).

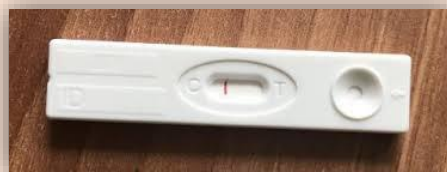
Период от момента инфицирования до момента возможного лабораторного определения в крови антител называется **периодом «окна»**.

В этот период обнаружить ВИЧ у инфицированного человека стандартным способом лабораторной диагностики или при врачебном осмотре невозможно. Обследование в это время может дать отрицательный результат даже при наличии вируса в организме. Для того чтобы быть уверенным в отрицательном результате лабораторного теста, необходимо повторить исследование крови через 3 и/или 6 месяцев после ситуации, в которой могло произойти инфицирование ВИЧ.

Кроме выявления антител к ВИЧ и его белкам, диагностировать ВИЧ-инфекцию можно и **методом полимеразной цепной реакции (ПЦР)**, с помощью которого определяется наличие или отсутствие в крови человека генетического материала самого вируса. Это обследование дает достаточно достоверные результаты уже через 10 дней после возможного заражения. Однако ПЦР-диагностика носит предварительный характер, и в дальнейшем диагноз должен быть лабораторно подтвержден стандартными тестами на антитела к ВИЧ и его белкам.

Если нужно срочно получить результаты анализа используют **экспресс-тесты на ВИЧ**. Существует **2 вида экспресс-тестов**: по образцу слюны и по образцу крови.

Самым популярным **экспресс-тестом является тест по образцу слюны**. Он прост в использовании и не требует нарушения кожного покрова. Для определения наличия вируса иммунодефицита человека, необходимо собрать околодесную жидкость – слюну. Результат будет готов уже через 20 минут. Точность теста достаточно высока, по некоторым данным она приближается к 99%. Однако, как утверждают специалисты, если тест дал положительный результат, не нужно ставить себе окончательный диагноз. В любом случае, для точного результата необходимо пройти обследование в учреждении здравоохранения.



Один из самых точных **экспресс-тестов – по образцу крови**. Для определения ВИЧ в организме необходимо взять кровь из пальца. Сложность данного теста, с одной стороны, в том, что нужно нарушать кожный покров, с другой – вирус в крови из пальца может храниться не более 2-3 минут, поэтому материал нужно сразу использовать для определения результатов тестирования. Данный вид тестирования проводится в организациях здравоохранения.

Экспресс-тесты можно проводить и в домашних условиях, если на это есть серьезные причины. Но необходимо соблюдать меры предосторожности и дезинфекции, четко следовать инструкции. В дальнейшем этот результат также должен подтверждаться проведением стандартных исследований на определение антител в учреждении здравоохранения.



Каждый должен быть заинтересован в своем здоровье. Когда приходим на прием к врачу, нас же волнует, какое у нас давление, уровень сахара и холестерина в крови.

Знать свой ВИЧ-статус так же нормально, как знать о своих хронических заболеваниях.

К сожалению, сегодня нет таких способов лечения ВИЧ-инфекции, которые бы привели к полному избавлению организма от вируса. Современные лекарственные препараты могут лишь подавлять активность вируса, препятствовать его размножению в организме человека. Однако при строгом соблюдении режима приема лекарств и здоровом образе жизни такое лечение значительно продлевает жизнь ВИЧ-положительному человеку и на длительное время сохраняет ее качество.

Целью лечения ВИЧ-инфекции (так называемого **антиретровирусного лечения**) является максимальное снижение вирусной нагрузки и обеспечение относительно высокого иммунного статуса, чтобы заболевший человек чувствовал себя нормально, не был уязвим к различным инфекциям, мог вести обычную жизнь.

*Столбова Н.Л. врач-эпидемиолог*

Издатель: Отдел общественного здоровья  
государственного учреждения «Светлогорский зональный центр гигиены  
и эпидемиологии»

Ответственный за выпуск: Войтешонок Наталья Ивановна  
врач-валеолог