**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ**

**САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА БЕРЕЗИНСКОГО РАЙОНА**

**Пресс-релиз**

**Памятка по профилактике ВИЧ/СПИД**

**Что мы должны знать о ВИЧ/СПИД?**

**Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ),** попадая в организм, постепенно истощает иммунную систему, защищающую нас с Вами от различных негативных факторов (вирусы, бактерии, простейшие и т.д.). В результате этого постепенно присоединяются различные заболевания, от которых и погибают больные на фоне резкого снижения иммунитета. ВИЧ–инфицированный человек может прожить годы, прежде чем произойдет ухудшение его здоровья и инфекция перейдет в стадию СПИДа.

Наибольшее количество вируса содержится в крови, выделениях гениталий (сперма, вагинальный секрет), грудном молоке. Другие биологические жидкости человека содержат незначительное количество вируса и поэтому не заразны.

В начале человек может выглядеть и чувствовать себя совершенно здоровым, даже не зная о наличии у него заболевания, но при этом уже являться источником инфицирования других людей.

**Вирус иммунодефицита попадает в организм человека тремя путями**:

* при незащищенном сексуальном контакте;
* при использовании нестерильных игл, шприцев, загрязненных кровью инфицированного, или при переливании крови от ВИЧ- инфицированного;
* от ВИЧ-инфицированной матери во время беременности, родов или при грудном вскармливании ребенка.

В настоящее время большинство заражений (80%-90%) происходит при половых контактах вследствие игнорирования средств защиты, беспорядочных половых связях. Риск заражения возрастает при наличии сопутствующих инфекций, передаваемых половым путем (ИППП).

**Как избежать заражения**:

* повышение уровня знаний по проблеме ВИЧ/СПИД и навыков безопасной жизнедеятельности. Ведение здорового образа жизни, который включает и безопасный секс, исключающий попадание биологических жидкостей инфицированного в организм другого человека. А также ответственное отношение к своему здоровью;
* обязательное использование средств профилактики при каждом случайном сексуальном контакте (презерватив);
* уменьшение количества половых партнеров;
* выявление и лечение болезней, передающихся половым путем;
* использование одноразового инструментария при татуировке, бритье и других манипуляциях, связанных с повреждением кожи и слизистых оболочек;
* при беременности обязательное обследование на ВИЧ-инфекцию с целью предупреждения инфицирования ребенка и проведения профилактического лечения.

Чтобы определить инфицирован человек или нет, необходимо сдать анализ крови. Это можно сделать в любом медучреждении, где есть процедурный кабинет, в том числе анонимно.

***Помните! На сегодняшний день специфических мер профилактики и радикальных методов лечения ВИЧ-инфекции нет.***

***Человек заражается ВИЧ в результате своих безответственных действий и поступков***