

ВИЧ можно предотвратить:



Используя презервативы (мужские или женские) в сексуальных отношениях с вагинальной или анальной пенетрацией, а также избегая эякуляции в рот при оральном сексе. При анальной пенетрации, кроме презервативов, рекомендуется использование смазывающих гелей на водной основе (не рекомендуется использовать кремы или маслянистые гели).



Не используя совместно шприцы, иглы и другие предметы для приготовления и использования наркотиков в любом виде, а также используя одноразовые или стерилизованные инструменты для прокалывания кожи (серьги, пирсинг, материал для татуировки,...). Следует избегать совместного использования лезвий для бритья и зубных щёток.



В настоящее время, благодаря антиретровирусной терапии, ВИЧ-инфицированная мама, которая прошла адекватное лечение, может без проблем пройти период беременности и роды, и её ребёнок может родиться не заражённым ВИЧ-инфекцией. Если вы заражены ВИЧ, грудное питание не рекомендуется для вскармливания.

Когда носитель ВИЧ-инфекции проходит лечение, и его вирусная концентрация не может быть обнаружена, риск передачи вируса другим людям резко снижается.

Что такое пост-контактная профилактика?

Речь идёт об исключительных случаях профилактики, когда назначается антиретровирусное лечение в течение 28 дней после возможного подвержения ВИЧ-инфекции в целях предотвращения риска заболевания. Вы должны обратиться в скорую помощь медицинского учреждения в первые 6 часов после контакта и не более чем через 72 часа, и медицинский персонал оценит ваш конкретный случай.

Если у вас есть сомнения, вы можете связаться с:



Coordinadora Estatal de VIH y sida

C/ Juan Montalvo, nº 6.
28040 Madrid
Telf./Fax: 915 223 807

Correo electrónico:
cesida@cesida.org
infosida@cesida.org

Páginas web:
www.cesida.org
www.infosida.es

Espacio reservado para los datos de la entidad:

Subvencionado por



Diseño: perfritsche.com
Fotos: Ariel da Silva Parreira, Barun Patro, José Rivera, Oliver Delgado, Vikash Sharma, Geloo, David Dallaqua



У вас есть сомнения
о том, что такое...
ВИЧ и СПИД?



Что такое ВИЧ и что такое СПИД?



ВИЧ – это вирус, который, попадая в наш организм, разрушает иммунитет, из-за чего человек подвергается большему риску заражения другими заболеваниями. СПИД – это более продвинутая стадия заболевания, имеющая место спустя несколько лет после заражения, если человек не прошёл лечение, или если лечение оказалось неэффективным.

Как распространяется ВИЧ?



В процессе сексуальных отношений, анальных или вагинальных, без использования презервативов.



При оральном сексе следует избегать контакта спермы с ротовой полостью, это сокращает риск передачи ВИЧ.



Заражение другими венерическими заболеваниями повышает риск заражения ВИЧ. При совместном пользовании шприцами, иглами, другим материалом для уколов или любыми другими кляющими или режущими предметами, а также предметами, которые находились в контакте с заражённой кровью.



От матери ребёнку во время беременности, родов или в процессе кормления грудью.

ВИЧ не распространяется:



Через поцелуй, ласки, пожатие рук, касание или мастурбацию партнёра.



Через слёзы, пот, слону, кашель или чихание.



При совместном проживании с лицами-носителями ВИЧ.



При совместном пользовании бытовыми предметами, одеждой, пищевыми продуктами, душем, туалетом и унитазом, бассейном, спортивными сооружениями, местами отдыха, местом работы, общежитиями, школами, саunami, санаториями и другими общественными местами.



Через укусы насекомых и животных.



Через донорскую сдачу крови или получение донорской крови в странах, где существует адекватный контроль этой процедуры.

Как я могу узнать, что являюсь носителем ВИЧ-инфекции?

Единственным способом узнать это является специальный анализ на обнаружение ВИЧ-инфекции [при обычных анализах это не определяется]. С того момента, когда ВИЧ входит с нами в контакт, и до того момента, когда появляются антитела, которые обнаруживаются при анализе, может пройти до 3-х месяцев. Для определения надёжности результатов анализа очень важно знать, когда у нас были отношения, связанные с риском заражения. В сомнительных случаях анализ следует повторить.

Существуют экспресс-анализы для обнаружения ВИЧ-инфекции, результаты которых определяются менее чем за 40 минут. Анализ по обнаружению ВИЧ-инфекции всегда должен носить добровольный и конфиденциальный характер, и его можно осуществить бесплатно в государственных медицинских центрах и в неправительственных организациях.

Эти анализы также можно сделать в частных клинических лабораториях и в некоторых аптеках. В некоторых центрах, в неправительственных организациях и в аптеках у вас не попросят медицинскую карточку.

Когда рекомендуется делать анализ на ВИЧ-инфекцию?

- Если вы никогда не делали этого анализа раньше, и при этом вступали в половые отношения без презерватива, вам рекомендуется сделать этот анализ.
- Если вы думаете, что беременны, или планируете забеременеть.
- Если у вас была любая другая инфекция, передаваемая сексуальным путём, туберкулёз или вирусный гепатит.
- Если у вас есть постоянная пара, и вы хотите перестать пользоваться презервативом.
- Если вы совместно с кем-либо пользовались материалом для инъекций наркотиков (шприцы, иглы, ложки, фильтры...) или использовали нестерилизованный материал для уколов или находящийся в контакте со слизистой оболочкой (серги, пирсинг, татуировки,...).

Если вы практиковали действия, связанные с риском заражения, незамедлительно обратитесь в свой медицинский центр, где вам могут сделать анализ. Там же оценят степень риска в вашем конкретном случае, назначат анализ, и, в случае положительного результата, проинформируют и посодействуют в получении медицинской помощи.

Информация о том, являетесь ли вы носителем ВИЧ-инфекции, поможет вам как можно раньше получить медицинскую помощь и пройти эффективное лечение, что поможет вам избежать осложнений в состоянии здоровья и улучшит качество жизни. Кроме того, таким образом Вы сможете защититься от вторичных инфекций и избежать заражения ВИЧ-инфекцией других людей.