**Что важно знать про ВИЧ-инфекцию**

Более 30 лет назад на планете началась эпидемия ВИЧ/СПИДа. На сегодняшний день она представляет серьезную угрозу национальной безопасности, социальной и экономической стабильности стран и континентов. Болезнь поражает прежде всего людей в репродуктивном и наиболее трудоспособном возрасте и имеет пожизненный характер.

**ВИЧ-инфекция** – антропонозное инфекционное заболевание, характеризующееся специфическим поражением иммунной системы, приводящим к ее медленному и неуклонному разрушению до формирования синдрома приобретенного иммунодефицита (СПИД).

**Важно знать, как можно заразиться ВИЧ и как нельзя. Незнание этих истин порождает необоснованное чувство страха и приводит к неадекватным действиям по отношению к ВИЧ-инфицированным.**

***Источник инфекции*** – человек, инфицированный вирусом, — вирусоноситель или больной СПИД. Вирусоносители часто считают себя здоровыми, не подозревая о том, что инфицированы, так как в течение нескольких лет у них могут отсутствовать признаки болезни. Передача вируса может произойти только при попадании инфицированной биологической жидкости в кровь неинфицированного человека. Биологических жидкостей, концентрация вируса в которых достаточна для заражения, всего четыре: ***кровь, сперма, вагинальный секрет, грудное молоко.***

**Как МОЖНО заразиться (пути заражения):**

- половой путь (гомо, гетеросексуальный контакт);

- парентеральный путь (инъекционные наркотики, переливание зараженной крови, использование нестерильного медицинского инструментария)

- вертикальный путь (от беременной или кормящей матери к ребенку).

**Как НЕЛЬЗЯ заразиться:**

*- при рукопожатии, поцелуе и объятиях с ВИЧ-инфицированным*.

*- при кашле и чихании.*

*- через посуду или постельное белье. - в общественном транспорте.*

*- при пользовании общим туалетом, душе.*

*- при совместном обучении в детском саду, школе, ВУЗе.*

*- через укусы насекомых.*

Вирус иммунодефицита – очень неустойчив, он живет только в организме человека и быстро погибает во внешней среде. Поэтому невозможно заразиться ВИЧ в бассейне, при занятиях спортом, в общественном транспорте, а также через укус насекомого или общение с животными.

**Методы предупреждения ВИЧ.**

* Сохранение верности одному половому партнёру и отказ от случайных половых связей.
* Отказ от многочисленных половых связей и от связей со случайными партнёрами.
* Использование презервативов при каждом половом акте. Презерватив позволяет снизить риск заражения ВИЧ, инфекциями, передаваемыми половом путём, и незапланированной беременности.
* Отказ от употребления наркотиков.
* Использование одноразового инъекционного оборудования.
* Обследование на ВИЧ.

***Каждый сам принимает решения***

***и несет ответственность за свои поступки, за свою жизнь!***