

МБУК «ЦБС№2»  
Аверинская библиотека



**1 декабря**  
**Всемирный**  
**день борьбы**  
**со СПИДом**

**Задумайся сегодня,  
чтобы не было поздно завтра!**



**Вторник, среда, четверг, воскресенье**  
с 11-00 до 19-00  
Перерыв с 14-00 до 16-00

**Суббота с 13-00 до 20-00**  
**Пятница с 13-00 до 20-00**  
Перерыв с 17-00 до 18-00

*Понедельник – выходной*

*Последний день месяца санитарный день*

Составитель Н. Чистникова



**ПАМЯТКА**

Аверино

2021

Многие люди думают, что ВИЧ и СПИД - это одно и то же. Это не так.

*ВИЧ-вирус иммунодефицита человека.*

Когда человек заражается ВИЧ, вирус начинает разрушать иммунную систему, которая отвечает за защиту организма перед болезнями. Этот процесс не виден.

Человек, живущий с ВИЧ, может выглядеть и чувствовать себя хорошо на протяжении многих лет и даже не знать, что он инфицирован. Затем иммунная система слабеет, и человек становится уязвим для болезней, многих из которых обычно можно избежать. Обнаружить ВИЧ в организме можно примерно через 25 дней - три месяца после заражения при помощи специального анализа крови, который выявляет антитела к вирусу. Этот период после заражения и до появления антител к ВИЧ в крови называется «периодом окна». Человек, живущий с ВИЧ, со временем может начать болеть чаще, чем обычно.

*СПИД-синдром приобретенного иммунодефицита, конечная стадия ВИЧ-инфекции.*

Диагноз СПИД обычно ставится спустя несколько лет после заражения ВИЧ, когда у человека

развиваются одно или несколько очень серьезных заболеваний.

Таким образом, ВИЧ и СПИД - не одно и то же. ВИЧ - это вирус, который подавляет иммунную систему, а СПИД - это комплекс заболеваний, которые возникают у человека с ВИЧ на фоне низкого иммунитета.

### **ВИЧ не передается:**

- при рукопожатии или объятиях;
- через пот или слезы;
- при кашле и чихании;
- при использовании общей посуды или постельного белья;
- при использовании общей ванны или унитаза;
- при совместных занятиях спортом;
- при пребывании в одном помещении;
- в общественном транспорте;
- через животных или при укусах насекомых;
- при поцелуе / через слюну, так как концентрации вируса в слюне недостаточно для инфицирования. За всю историю изучения ВИЧ/СПИДа не было зафиксировано ни одного случая заражения этим способом.

### **ВИЧ передается только от ВИЧ-инфицированного человека вместе с биологическими жидкостями:**

- во время половых контактов без презерватива;
  - через иглы, шприцы, наркотики, загрязненные кровью ВИЧ-инфицированного человека;
  - от ВИЧ-инфицированной матери ребенку во время беременности, родов, кормления грудью.
- Употребляя алкоголь и наркотики, вы тоже рискуете.

Употребление наркотиков может пагубно сказаться на вашем здоровье.

Единственный способ выяснить присутствие ВИЧ в организме - сдать специальный анализ крови на ВИЧ.

### **ВИЧ погибает:**

ВИЧ боится солнца и УФ - излучения. Погибает от мыла, спирта, йода, зеленки.

ВИЧ чувствителен к высоким температурам (чтобы гарантировано убить вирус ВИЧ, температура должна быть выше 60 градусов С), умирает от кипячения.

ВИЧ очень чувствителен к щелочной или кислой среде: при pH ниже 7 или

выше 8 вирус ВИЧ постепенно погибает.

Вот почему риск заражения ВИЧ-инфекцией здоровой женщины понижается при соответствующей степени кислотности вагинальной жидкости. По этой же причине ВИЧ не выживает в пепси-коле, кока-коле, т.к. их pH кислый, около 3.

ВИЧ не выживает так долго в морской воде как другие вирусы.

### **Использованная литература:**

**Актуальные проблемы профилактики передачи ВИЧ** от матери ребенку : ан. отчет / Приоритетный нац. проект в сфере здравоохранения «Профилактика ВИЧ-инфекций, гепатитов В и С, выявление и лечения больных». – Москва : [б. и.], 20 с.

**Белозеров, Е. С.** ВИЧ-инфекция / Е. С. Белозеров. - Элиста : Джангар, 20 с. : ил.

**ВИЧ-инфекция и СПИД** : клин. рек. / Федер. науч. - метод. центр по профилактике и борьбе со СПИДом. – Москва : ГЕОТАР - Медиа, 20 с.