ВИЧ-инфекция – хроническое инфекционное заболевание, которое вызывает вирус иммунодефицита человека (ВИЧ). В настоящее время полностью удалить ВИЧ из организма нельзя. В то же время благодаря современным методам лечения и диагностики можно остановить развитие заболевания и не допустить СПИДа (синдрома приобретенного иммунодефицита человека), т.е. последней, наиболее тяжелой стадии ВИЧ-инфекции.

*СПИД не разовьется, если ВИЧ-позитивный человек:*

* как можно раньше узнает свой ВИЧ-статус;
* регулярно будет посещать врача-инфекциониста;
* будет проходить необходимые обследования;
* будет получать антиретровирусную терапию (АРТ, АРВТ);
* будет ответственно относится к приему лекарственных препаратов (не пропускать прием и соблюдать назначенную схему лечения), что позволяет достичь неопределяемой вирусной нагрузки и исключить возможность передачи ВИЧ другим людям.

Сегодня звучит призыв к тестированию и самотестированию на ВИЧ. Важно понимать, что любой человек, вне зависимости от пола, социального статуса, уровня дохода и образования, по тем или иным причинам может быть инфицирован ВИЧ и не догадываться об этом. Своевременное выявление вируса дает возможность бороться за качество и продолжительность жизни каждого.

Вы можете пройти анонимное тестирование на ВИЧ-инфекцию в поликлинике УЗ «Любанская ЦРБ» в 17 кабинете (процедурный) или пройти тестирование с помощью экспресс-теста, который можно приобрести в любой аптеке города.. Также в ГУ «Любанский РЦГЭ» работает телефон горячей лини 801794 69868.

Одним из наиболее значимых аспектов ВИЧ-инфекции является проблема стигмы. Стигма (от греч. *στίγμα* ‘знак, пятно, отметина’ и англ. *stigma* “клеймо, ярлык”) – это предвзятое, негативное отношение к отдельному человеку или группе людей, связанное с наличием у него/них каких-либо особых свойств или признаков. Стигма чаще всего базируется на неверных представлениях о заболевании, предрассудках и страхах.

Стигма по отношению к ВИЧ-положительным людям является серьезной проблемой как психологического, так и медико-социального характера, что может проявляться в низкой приверженности к лечению (или отказу от него) и медицинскому наблюдению.

В обществе стигма преимущественно выражается не в физическом насилии, а в негативном эмоционально-психологическом воздействии со стороны других (например, устные негативные высказывания). Такие действия во многом формируют отрицательные эмоции, которые испытывают по поводу своего «+» статуса люди, живущие с ВИЧ (стыд, страх, изоляция от общества, боязнь раскрытия ВИЧ-положительного статуса, увольнения).

*Неблагоприятные последствия стигмы:*

* развитие у людей, живущих с ВИЧ, личной (или внутренней) стигматизации – предубеждений против самих себя, что может привести к отказу от лечения и прогрессированию заболевания;
* распространение ВИЧ-инфекции среди населения по причине низкой обращаемости за услугами по профилактике ВИЧ;
* отказ от тестирования на ВИЧ (например, из-за страха перед реакцией окружающих. Люди боятся узнать, инфицированы они или нет);
* неприятие и умалчивание проблемы (ошибочное мнение о том, что «ВИЧ-инфекция – это проблема маргинальных слоев населения»).

Устранение стигмы в отношении ВИЧ-положительных людей позволяет разрушить психологический барьер, препятствующий тестированию на ВИЧ, и создать условия для своевременного обращения за помощью и лечением, а также уменьшить необоснованные страхи.

Сегодня профилактика ВИЧ-инфекции носит комплексный характер, она направлена на формирование ответственного отношения к своему здоровью и приверженности здоровому образу жизни в целом.

**Что надо делать, чтобы не инфицироваться ВИЧ?**

* будьте верны друг другу в паре;
* при сексуальных контактах используйте презерватив, если не знаете ВИЧ-статус партнера;
* не пробуйте наркотики – никакие и нигде;
* если вы употребляете наркотики – откажитесь от их употребления, если не получается – пользуйтесь только одноразовыми стерильными шприцами, иглами, растворами для инъекций;
* татуировки и пирсинг делайте только в специализированных салонах.

**Если у ваших друзей или близких обнаружен ВИЧ, не отворачивайтесь от них! Будьте с ними деликатны, но не стесняйтесь говорить об этой проблеме. Возможно, им необходима ваша поддержка.**

***ВИЧ не передается при:***

* рукопожатиях, прикосновении и дружеском поцелуе;
* кашле и чихании;
* укусах насекомых и контактах с животными;
* пользовании общей посудой, ванной и туалетом;
* посещении бассейна и через предметы обихода.