

## КАК НЕ ЗАРАЗИТЬСЯ ВИЧ?

ВИЧ может проникнуть в организм тремя путями.

**Половой путь:** при любых незащищенных (без использования презерватива) сексуальных контактах. Даже один-единственный контакт может привести к заражению. Риск инфицирования половым путем зависит от многих факторов:

- вида сексуальных контактов. Наиболее опасны анальные сексуальные контакты как наиболее травматичные. Очень велик риск инфицирования при изнасиловании. Менее опасны оральные сексуальные контакты, но риск заражения есть и в этом случае – наличие других инфекций, передающихся половым путем (ИППП), а также воспалительных процессов, приводящих к нарушению целостности слизистых оболочек половых органов и более легкому проникновению ВИЧ в кровотоки. Кроме того, при ИППП увеличивается концентрация вируса в сперме и вагинальном секрете.
- пола: женщины более подвержены риску инфицирования – риск в 2 раза выше, чем у мужчины, так как в сперме количества вируса больше, чем в вагинальном секрете женщины.
- количество вируса, попавшего в организм (риск выше при множественных незащищенных контактах).
- вирусная нагрузка у ВИЧ-инфицированного партнера (она выше в начальный период заболевания, в стадии СПИДа и снижается при приеме антиретровирусной терапии).

**Вертикальный путь:** от ВИЧ-положительной матери ребенку ВИЧ может передаваться:

- во время беременности (при дефектах плаценты, очень высокой вирусной нагрузке у матери и сниженном иммунном статусе);
- в родах – при контакте с кровью матери во время прохождения родовых путей риск для ребенка возрастает при длительном безводном периоде, высокой вирусной нагрузке у матери. Риск инфицирования новорожденного снижается, если во время беременности мать принимала антиретровирусные препараты;
- при грудном вскармливании.

*Если ВИЧ-положительная женщина во время беременности наблюдалась у врача-инфекциониста и получала профилактическое лечение, в 99% случаев у нее рождается здоровый ребенок.*

**Парентеральный путь (через кровь).** При прямом попадании инфицированной крови в организм здорового человека через поврежденные кожные покровы, слизистые оболочки и в кровь при следующих манипуляциях:

- при использовании потребителями инъекционных наркотиков нестерильного оборудования (шприцев, игл, посуды, фильтров и др);
- при использовании нестерильного медицинского инструментария;
- при переливании зараженной донорской крови, пересадке донорских органов и тканей;

– при нанесении татуировок, пирсинге, прокалывании ушей нестерильным инструментом.

Профилактика передачи ВИЧ парентеральным путем очень строго отслеживается и контролируется при донорстве и в медицинских учреждениях. Чаще всего парентеральным путем ВИЧ передается при использовании потребителями внутривенных наркотиков нестерильного инъекционного оборудования.