

## Как жить с человеком, у которого ВИЧ?



Люди, инфицированные ВИЧ, ничем не отличаются от здоровых - они также заводят друзей, женятся, рожают детей. Несомненно, в такой ситуации создание семьи требует намного больше усилий, особенно если инфицирован только один партнер.

Узнав о том, что близкий человек заражен вирусом иммунодефицита человека, невольно возникает чувство страха и дискомфорта. Однако, не следует пугаться! На сегодняшний день специфическая терапия позволяет сдерживать инфекционный процесс, даря больным с ВИЧ-инфекцией долгую и полноценную жизнь. И не последнее значение в данном случае имеет поддержка близких и родных.

Помните, **вирус ПЕРЕДАЁТСЯ** контактным путем от ВИЧ-инфицированного:

- во время полового акта;
- от матери к ребенку во время родов;
- при кормлении грудью;
- при попадании крови инфицированного в организм здорового человека.

Отсюда становится ясно, что **ВИЧ-инфекция не передается при бытовом общении**. Следует только **внимательно** относиться к вышеперечисленным событиям и предпринимать особые меры профилактики: всегда пользоваться средствами барьерной защиты (**презервативами**), быть аккуратным в обращении с предметами, загрязненными кровью (**бритвами, зубными щетками**). ВИЧ-положительной матери показан **отказ от грудного вскармливания**. Кроме того, следует регулярно проходить **медицинский осмотр** и сдавать все необходимые **анализы**, следить за тем, чтобы близкий человек, больной ВИЧ-инфекцией, регулярно проходил **курсы специфической терапии**.

**ВИЧ НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ:**



**при рукопожатии**



**при поцелуе**



**при пользовании общим туалетом**



**через посуду**



**через слезы, слюну,  
при чихании и кашле**



**через укусы насекомых**



**через укусы животных**



**при совместном купании**



**в общественном транспорте**



**через белье и полотенца**

При этом не стоит постоянно акцентировать внимание больного на своем диагнозе – это может сказаться на психологическом состоянии человека. Не стоит также делать акцент на альтернативных вариантах лечения – в

настоящее время развитие ВИЧ-инфекции успешно контролируется антиретровирусной терапией, что является самой эффективной помощью из возможной.

Если все же произошло загрязнение кровью или биологическими жидкостями больного предметов быта, помните:

1. Хотя вирус слабоустойчив во внешней среде, он может оставаться жизнеспособным до 2 недель в крови, сперме и вагинальных выделениях. Поэтому не выбрасывайте загрязненный необеззараженный предмет в мусор или куда-либо еще.
2. Наденьте резиновые перчатки (лучше всего одноразовые). Соберите биологическую жидкость салфеткой. После этого ее следует замочить в 70% этиловом спирте или 6% перекиси водорода в течении, по крайней мере, 5 минут. Нагревание до 70-80°C инактивирует вирус в течении 10 минут.
3. Место загрязнения протереть влажной одноразовой салфеткой, смоченной в том же растворе.
4. Резиновые перчатки и салфетки следует также обеззаразить, после чего их можно утилизировать.
5. После этого руки следует тщательно вымыть с мылом.

*Источник:*

<http://cgon.rospotrebnadzor.ru/>