**Профилактика ВИЧ-инфекции / СПИДа:
индивидуальные меры и антиретровирусные препараты**

99%

случаев заражения ВИЧ, происходит либо при использовании общего шприца у наркоманов, либо при половом акте

Как бы не было это печально, но на момент написания этой статьи, не существует ни одного лекарства, которое может излечить человека от ВИЧ-инфекции. Но это вовсе не обозначает, что человечеству совершено нечего противопоставить этой глобальной угрозе. В отсутствии вакцины и препаратов, которые могли бы полностью избавить человека от вируса, особую роль в предотвращении эпидемии имеет профилактика ВИЧ-инфекции/СПИДа, в том числе с применением антиретровирусных препаратов.

Хорошо изученные врачами пути передачи ВИЧ инфекции и особенности вируса, позволили создать достаточно эффективные меры профилактики заболевания. Условно все профилактические меры можно разделить на 2 группы: индивидуальные меры профилактики, которые должен использовать каждый человек в обычной жизни и медицинские профилактические меры. Обо всех этих способах предотвращения заражения ВИЧ мы сейчас и поговорим.

**Меры индивидуальной профилактики ВИЧ-инфекции и СПИДа**

 Профилактика ВИЧ-инфекции среди населения была бы невозможна без его непосредственного участия. Каждый, кому небезразличен свой ВИЧ-статус и кто хочет избежать риска заболевания, должен четко представлять себе при каких обстоятельствах возможно заражение и что делать, чтобы этих обстоятельств избежать.

Согласно официальной статистике 2016 года, подавляющее число заражений в России, а именно 99.0% всех случаев, произошло либо при использовании общего шприца у наркоманов, либо при половом акте, включая наиболее заразные гомосексуальные контакты.

**Предотвращение заражения ВИЧ половым путем**

В группе риска по инфицированию половым путем традиционно относят гомосексуалистов, проституток и половых партнеров наркоманов. С учетом крайне неблагоприятной эпидемиологической обстановки в стране, где в некоторых субъектах федерации поражено свыше 1% населения, можно смело добавить к этому перечню любых лиц, ведущих беспорядочную половую жизнь с частой сменой половых партнеров.

Презерватив предохраняет от ВИЧ, снижая вероятность инфицирования на 80%

Конечно, идеальным вариантом, который бы практически свел риск заражения к нулю, стали бы моногамные отношения в паре проверенных партнеров. Однако, стоит признать, что в реальной жизни, такое встречается далеко не всегда, и в современном обществе половые связи с новым партнером, ВИЧ-статус которого неизвестен встречаются гораздо чаще, чем хотелось бы.

Каким же образом обезопасить себя, когда речь идет об интимных отношениях с новым партнером, если по каким-либо причинам не удается узнать его ВИЧ-статус?

Первое, о чем нужно помнить, это по возможности избегать половых связей с лицами из групп риска. Это конечно не дает никакой гарантии, но риск заражения значительно снизит. Как минимум каждый пятый наркоман, из тех, кто колет себе наркотики в вену, сегодня носит ВИЧ, так зачем же добровольно совать голову в петлю? Другое дело, что далеко не каждый наркоман признается в этом.

Второй, но не менее важный момент, это использование презерватива во всех случаях, когда ВИЧ-статус партнера неизвестен. Защищает ли презерватив от ВИЧ гарантировано? К сожалению, нет, но по мнению экспертов ВОЗ, **вероятность инфицирования при использовании презерватива снижается на 80%.** Это среднестатистическое значение. В оставшихся 20% — неправильное применение презерватива, его разрыв во время полового акта и обыкновенный заводской брак. Поэтому, если презерватив используется правильно на протяжение всего полового акта и не был поврежден во время секса, его эффективность близка к 100%.

И третий момент, который касается профилактики заражения после случайной интимной связи, особенно если партнер оказался очень подозрительным в плане заболевания, а половой акт прошел без презерватива, это использование лекарственных препаратов для постконтактной профилактики ВИЧ-инфекции. Метод этот весьма сомнителен и признания не имеет. Подробнее про эти препараты, мы поговорим чуть ниже, когда будем рассматривать меры медикаментозной профилактики.

Осталось разобрать последнюю возможную модель поведения — половые контакты с партнером, ВИЧ-статус которого заведомо положительный.

В мире живет немало пар, которых ВИЧ разлучить не смог, люди, которые не оставили своих близких в одиночестве перед лицом страшной болезни. Такие пары называю дискордартными. Вполне логично, что в таких парах интимная жизнь продолжается, но как заниматься сексом с ВИЧ-инфицированным партнером? Не означает ли это, что здоровый партнер обречен на заражение?

Как бы не парадоксально это звучало, но секс с заведомо ВИЧ-положительным партнером, при соблюдении определенных условий, еще безопаснее, чем случайные незащищенные половые связи. Дело в том, что **правильное использование презерватива уже сводит риск заражения к минимуму**, а если больной при этом еще проходит лечение от ВИЧ и его вирусная нагрузка на фоне этого лечения меньше 200 копий на миллилитр крови, то заразиться половым путем от него практически невозможно. Поэтому антиретровирусная терапия, особенно в сочетании с использованием презерватива — достаточно надежный способ профилактики заражения. Подробнее об дискордартных парах можно почитать в специальной статье [«Дискордантные пары: кто они такие?»](http://polovye-infekcii.ru/vich-i-spid/diskordantnyie-paryi).



***Если больной ВИЧ проходит лечение и его вирусная нагрузка меньше 200 копий на миллилитр крови, то заразиться от него половым путем при использовании презерватива практически невозможно***

**Профилактика заражения среди инъекционных наркоманов**

Заражение через «иглу наркомана» до последнего времени было основным способом инфицирования в нашей стране. Сам механизм распространения эпидемии у нас выглядит примерно следующим образом. В среде наркоманов появляется новый представитель, который ВИЧ-положителен. Далее происходит вспышка инфекции в сообществе наркоманов, которые уже разносят заразу половым путем через своих партнеров.

Можно было бы сказать, что нет ничего проще, чем защититься от заражения ВИЧ подобным путем, ведь достаточно только не принимать инъекционные наркотики или, на крайний случай не пользоваться одним шприцом. Однако, как показывает практика, на деле все намного сложнее. Если для человека, который наркотики не употребляет этот путь заражения и неактуален, то рассчитывать на то, что наркоман избавиться от своей зависимости из-за страха заболеть не приходится.

Более того, несмотря на то, что сегодня уже все знают, что **ВИЧ передается через «иглу»,** наркоманы нередко продолжают «пускать машинку по кругу», то есть колоться одним шприцом. Настолько велика власть наркотика, помноженная на изменения психики.

Общественные организации пытаются исправить ситуацию — организовывают ликбезы, бесплатно раздают шприцы наркоманам, однако эффективность их работы в этой среде, честно говоря, не очень высока. Тем не менее, это конечно лучше, чем ничего.