**План беседы:**

1. **Введение**
2. **Понятия ВИЧ, СПИД**
3. **Пути заражения ВИЧ**
4. **Стадии протекания болезни**
5. **Как себя обезопасить?**
6. **Список литературы**
7. **Введение**

Мы всегда думаем: «С кем угодно, только не со мной, только не с моими друзьями может произойти эта беда – заражение ВИЧ-инфекцией. Пусть об этом говорят, но меня это не коснется. Мы знаем, что СПИД – это смертельная болезнь. Мы знаем, как можно заразиться и как нельзя, но воспринимаем это как очередное правило, которое надо знать. Но не более того – ведь меня это не коснется!»

Но СПИД – это реальная угроза, это смерть, которая внезапно заглядывает Вам в глаза и говорит: «Ты мой!» Поэтому не думайте, что Вас это не коснется, не думайте, что эта смертельная болезнь не сможет изменить Вашу жизнь только потому, что это ВЫ и это обойдет ВАС стороной. Для человека сегодня главное – иметь право выбора. Но, чтобы сделать правильный выбор, надо быть человеком грамотным, ведь именно невежество губит людей!

*Более 40 миллионов человек в мире ВИЧ-инфицировано.*  С каждым годом это число увеличивается.

1. **Необходимо разграничить понятия ВИЧ, СПИД, что значит каждое из них, чем они отличаются**

ВИЧ – вирус иммунодефицита человека, его размеры 100-150 мкм. Это микроскопический объект.

Он разрушает иммунные клетки, задачами которых являются распознавание и уничтожение чужеродных микроорганизмов и веществ, защита организма от инфекций и болезней. В результате разрушения иммунной системы человек может тяжело заболеть и умереть.

СПИД – синдром приобретенного иммунодефицита.

СПИД – конечная стадия ВИЧ – инфекции, когда иммунная система уже разрушена вирусом. То есть человек может умереть от какой-нибудь лёгкой формы простуды. СПИДом можно заболеть, только если заразиться ВИЧ – инфекцией.

По внешнему виду человека невозможно определить, что он заражен ВИЧ. Люди, инфицированные этим вирусом, могут и сами не подозревать о своем заражении.

Даже если человек с ВИЧ – инфекцией выглядит и чувствует себя здоровым, он может заразить другого человека.

1. **Пути заражения ВИЧ – инфекцией:**

*- половой;*

*- парентеральный (при попадании вируса в кровь);*

*- вертикальный (от матери ребенку);*

Половой путь передачи.

Вирус иммунодефицита передается при незащищенных (без использования презерватива) половых контактах с носителем вируса. Все виды половых контактов опасны, так как вирус легко проникает в организм человека. Наличие какого-либо гинекологического или венерического заболевания, воспалительных процессов, а также частая смена половых партнеров увеличивают опасность заражения вирусом иммунодефицита человека при различных видах половых контактов.

Парентеральный путь передачи.

Основной фактор передачи – контакт с кровью инфицированного человека. При попадании зараженной крови в кровоток здорового человека или на его слизистые оболочки.

может произойти при:

- совместном использовании загрязненных шприцев и игл лицами, употребляющими наркотики внутривенно;

- употреблении наркотика, зараженного вирусом, при изготовлении или фасовке;

- использовании нестерильного инструментария для нанесения татуировок или пирсинга, совместном использовании маникюрных или бритвенных принадлежностей;

- переливании инфицированной крови

Вертикальный путь передачи от ВИЧ-инфицированной матери ребенку.

*Единственный источник распространения ВИЧ – зараженный этим возбудителем человек.*

*С током крови вирус проникает во все внутренние органы, железы, лимфатические узлы и даже в ткани, как роговица глаза, как известно не имеющая сосудов. В первые недели после проникновения в организм вирус себя никак не проявляет. Он «приспосабливается» к человеку и распространяется по различным органам и тканям. Человек уже заражен, но выявить инфекцию сложно.*

1. **Стадии протекания болезни**

*Первая стадия* – острая инфекция. Она протекает как «гриппоподобное заболевание» (повышение температуры, насморк, кашель, сыпь на коже). Спустя 2-3 недели острый период проходит. Следует отметить, что в 60-70 % случаев острое начало может отсутствовать. Человек, не зная о наличии вируса, может заражать других.

*Вторая стадия* - асимптомная инфекция (АИ). Полное отсутствие клинических проявлений ВИЧ-инфекции. Носителей ВИЧ-инфекции можно выявить, только проводя специальные лабораторные исследования.

*Третья стадия* – персистирующая генерализованная лимфаденопатия (ПГЛ). Возникает через 3-5 лет после второй стадии. На фоне снижения защитных сил организма возникают различные симптомы болезни: увеличение лимфоузлов, головные боли, расстройства кишечника, упадок сил. Лечение дает кратковременное улучшение, человек еще трудоспособен.

*Четвертая стадия* – пре-СПИД и собственно СПИД. По мере развития инфекционного процесса иммунная система полностью разрушается не только с патогенными, но и с обычными микробами, с детства живущими в легких, кишечнике, на коже. Развиваются поражения слизистых оболочек, лимфоузлов, дыхательной системы, желудочно-кишечного тракта, органов зрения, нервной системы. Больной теряет в весе около 10 %. Смертельный исход неизбежен.

СПИД – заболевание с тяжелыми клиническими проявлениями.

СПИД всегда заканчивается смертью!

От момента заражения до смертельного исхода проходит иногда и 10-12 лет, поэтому ВИЧ-инфекция относится к медленным инфекциям.

1. **Как себя обезопасить?**

В условиях интенсивного распространения ВИЧ нельзя исключить вероятность заражения каждого из нас.

Все же среди населения выявляются группы повышенного риска инфицирования: наркоманы, проститутки, гомосексуалисты, лица с беспорядочными половыми связями, молодежь в целом.

*ВИЧ-инфекцией нельзя заразиться при* рукопожатиях, в бассейне, ванной, бане, при поцелуях.

При попадании жидкости, содержащей ВИЧ, в воду вирус погибнет, к тому же опять-таки кожа является надежным барьером от вируса.

Стоматолог, маникюр, парикмахерская…

Обычной дезинфекции инструментов, которую проводят в салонах или у стоматолога достаточно для предотвращения инфекции.

Укусы насекомых, другие контакты с животными …

ВИЧ - вирус иммунодефицита человека, он может жить и размножаться только в человеческом организме, поэтому животные не могут передавать ВИЧ.

А так же нельзя заразиться:

в общественном транспорте, через предметы производственной и домашней обстановки, при пользовании столовыми приборами, постельными принадлежностями

*Как узнать, заражен ли человек ВИЧ-инфекцией?*

Обследование на ВИЧ – инфекцию проводится добровольно. Анализ можно пройти анонимно.

Сдача анализов сразу после опасного контакта бесполезна, достоверный результат можно получить только спустя некоторое время (от трех недель до трех месяцев).

Тест на ВИЧ можно пройти в любом медицинском учреждении вне зависимости от места жительства, работы, учебы.

1. **Список литературы**

<http://www.bibliofond.ru/>

<http://www.allbest.ru/>

Б.Н. Чумаков, "Валеология. Курс лекций", 2000г

Э.Н. Вайнер, “Валеология”, 2001г