

## ВИЧ и COVID

### Здоровье важнее

Человек склонен ценить только то, что он получил с большим трудом, либо то, чего он был лишен какое-то время. Только тогда приходит осознание ценности отношений, свободного времени, здоровья. Так уж сложилось, что отношения человек может завести новые, а вот как завести новое здоровье? Лучше уж заниматься профилактикой! Впрочем, то же самое можно сказать и про отношения.

Регулярно интересоваться состоянием своего здоровья, проводить профилактические обследования, выполнять рекомендации по укреплению здоровья – всё это позволит не оказаться неожиданно «у разбитого корыта».

Инфекционные заболевания оказывают большое влияние на жизнь человека. Взять хотя бы коронавирусную инфекцию COVID-19. Сколько изменений она принесла в нашу жизнь! Люди охотно тестируются на COVID, стараются следовать профилактическим мерам...

Но чумой XXI века по-прежнему считают ВИЧ.

Давайте сравним ВИЧ и COVID.

	ВИЧ-инфекция	COVID-19
Хроническое	Да	Нет
Прививка	Нет	Есть
Смертность	При приеме назначенных лекарств ВИЧ не влияет на продолжительность и качество жизни	5% (по данным Росстата за 2020 год)

Это не значит, что лучше заболеть ВИЧ-инфекцией, чем COVID-19 – лучше ничем не болеть, регулярно следить за своим здоровьем. К тому же, если ВИЧ-инфекцию не лечить, то она переходит в СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита), а здесь показатели смертности без приема антретровирусной терапии высокие. Но «приобретать» иммунодефицит вовсе не обязательно: существует бесплатная эффективная терапия, которая ставит заболевание под контроль, не позволяет вирусу размножаться, снижает вирусную нагрузку на организм до такого уровня, что человек, живущий с ВИЧ, может иметь здоровую семью и детей, жить так же долго, как и при отсутствии заболевания.

### Как защититься от инфекций

Главное в борьбе с инфекционными заболеваниями — установить барьер между людьми, чтобы инфекция не могла передаваться от одного человека другому. В

случае с COVID это маски, перчатки, социальная дистанция. В случае с ВИЧ — барьерные контрацептивы (презервативы).

Если Вы не используете маску при контактах с другими людьми — всегда есть шанс заразиться COVID. Если вы не используете презервативы при сексуальных контактах – всегда есть шанс заразиться ВИЧ. ВИЧ не имеет специфических признаков, может не проявляться внешне и не оказывать влияния на здоровье годами, при этом человек будет оставаться распространителем заболевания. Так что, если в вашей жизни был хотя бы один незащищенный контакт с человеком, ВИЧ-статус которого неизвестен – это хороший повод пройти тестирование на ВИЧ-инфекцию.

Тестирование на ВИЧ – бесплатно для всех граждан РФ. Граждане, живущие в Нижегородской области, могут пройти тестирование в поликлинике по месту жительства или в областном Центре по борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями. Тестирование осуществляется одноразовыми инструментами, взятие крови ничем не отличается от взятия крови для других анализов.

## **Кто болеет**

ВИЧ-инфекция давно не является заболеванием, которое характерно для каких-то маргинальных слоев населения. Основной путь передачи — половой, а значит в зоне риска любые незащищенные контакты. Неудивительно, что основная доля выявленных случаев заболевания ВИЧ-инфекцией приходится на возрастную группу 20-50 лет. Это взрослые трудоспособные люди, мужчины и женщины, ведущие самую обычную жизнь.

Регулярное тестирование на ВИЧ поможет вам не оказаться «у разбитого корыта», а сохранить своё здоровье в норме. Если у вас возникли вопросы, связанные с ВИЧ и другими инфекционными заболеваниями, вы всегда можете обратиться на сайт Центра по борьбе со СПИД: [antispidnn.ru](http://antispidnn.ru) или написать на почту: [antispid.otvet@mail.ru](mailto:antispid.otvet@mail.ru)