

Додаток 1

Основна інформація про шляхи передачі ВІЛ/СНІДу

Перш ніж профспілкові лідери або керівники організацій візьмуться за відповідні заходи протидії ВІЛ/СНІДу, вони повинні отримати вичерпну інформацію про хворобу та її наслідки. Отож, у цьому розділі міститься основна інформація щодо шляхів передачі ВІЛ/СНІДу. Звичайно, окремий розділ у посібнику не може замінити повної навчальної програми з профілактики ВІЛ/СНІДу. Однак надана в ньому інформація є корисною для роботодавців, профспілкових лідерів та працівників. Вона може стати основою для розробки якісних стратегій з профілактики ВІЛ/СНІДу, а також ефективних освітніх заходів у сфері охорони здоров'я, забезпечення догляду і підтримки хворих ВІЛ людей силами виробничого середовища.

Що таке ВІЛ і СНІД? Яка між ними відмінність?

„СНІД” — аббревіатура від терміну „*синдром набутого імунodefіциту*”, захворювання, при якому захисна функція імунної системи організму порушується внаслідок інфікування вірусом *імунodefіциту*, скорочено — ВІЛ. Інакше кажучи, ВІЛ (вірус) є причиною СНІДу (одного чи кількох серйозних захворювань). Імунodefіцит спричиняє підвищену вразливість людини до певних інфекцій. Частина з них мають назву „опортуністичні інфекції” (далі – ОІ): щоб розвинутися, вони використовують можливість (англ. „*opportunity*” — можливість), яка виникає при послабленні імунної системи.

СНІД — це наступна стадія інфікованості вірусом ВІЛ. У людини, яка не була ВІЛ-інфікована, СНІД не може розвинутися. А тому профілактика ВІЛ-інфекції запобігає й розвитку СНІДу.

Термін „*ВІЛ/СНІД*” застосовують досить широко, і він є професійним способом позначення цілої низки питань, які стосуються ВІЛ-інфекції та захворювань, пов'язаних зі СНІДом. Так, у даному посібнику йдеться про програми й стратегії протидії ВІЛ/СНІДу, а також про людей, які живуть з ВІЛ/СНІДом (далі – ЛЖВС).

Як передається ВІЛ?

Інфекція ВІЛ — або ж вірус, який спричиняє СНІД — найчастіше передається статевим шляхом (далі – ІПСШ)¹. Окрім цього ВІЛ може передаватися:

- **Шляхом статевого контакту — вагінального, анального або орального — з інфікованою особою без запобіжних засобів, тобто без використання презерватива (чоловічого або жіночого).**

Дослідження показали, що найвищий ризик інфікування виникає при незахищених анальних та вагінальних контактах. При незахищеному оральному статевому акті він є значно нижчим.

- **Через спільне користування з ВІЛ-інфікованою особою зараженим шприцом, голкою чи іншими медичними інструментами для проколювання шкіри та введення наркотиків/ліків.** До таких інструментів належать, зокрема, леза для гоління, які застосовують у домашніх умовах акушерки або цілителя, голки для ін'єкції ліків чи вітамінів, а також голки для татуювання й пірсингу.
- **Передача вірусу від ВІЛ-інфікованої жінки до її дитини під час вагітності/пологів або при годуванні груддю.** Слід сказати, що сьогодні розроблено спеціальні методи медикаментозної терапії, яка проводиться під час вагітності, — приміром, введення одноразових або низьких доз невіріпіну. Ці заходи значно зменшують ризик передачі ВІЛ від матері до дитини (далі – ПВМД).
- **Через переливання крові або продуктів крові, пересадку органів/тканин від інфікованої людини.** Щоб запобігти передачі ВІЛ таким шляхом, донори крові підлягають ретельному обстеженню, а банк крові проходить лабораторне тестування. Зараження ВІЛ в якості *донора* також виключене, якщо застосовуються чисті голки.
- **Через контакт із кров'ю ВІЛ-інфікованої людини.** Це зараження може статися, тільки коли вірус не має фізичного бар'єру на своєму шляху — наприклад, латексних або вінілових рукавичок, шару пластика тощо. Контакт такого типу може статися при нещасних випадках або в процесі надання стоматологічної чи медичної допомоги.
- **У дуже рідкісних випадках – при тривалих або „глибоких” поцілунках із контактом ротових порожнин.** Дослідження показують, що цей тип інфікування можливий, тільки коли в порожнині рота є кров. Але цей спосіб передачі вірусу надзвичайно рідкісний. Одна з причин — це те, що певні речовини, які містяться у слині, здатні дезактивувати ВІЛ.

Через відмінність у біологічній конституції жінки є більш вразливими до переймання інфекції при статевому акті без запобіжних засобів, ніж чоловіки. Та насправді, обидві статі наражаються при незахищеному сексі на серйозний ризик перейняти ВІЛ від інфікованого партнера. І цей ризик суттєво зростає, якщо хтось із них хворий на ІПСШ.

Як ВІЛ/СНІД не передається ?

- **ВІЛ не може передаватися від однієї людини до іншої при випадковому контакті, скажімо, через рукостискання або обійми.** На відміну від вірусів, які спричиняють застуду чи грип, ВІЛ не

поширюється при кашлі або чханні. Численні дослідження показали, що люди *не* інфікуються внаслідок спільного користування чашками й тарілками, інструментами, телефоном, ванною чи туалетом.

- **ВІЛ не передається при побутових контактах на роботі, вдома, в школі або в інших місцях.** Для передачі ВІЛ потрібен обмін рідинами організму, які містять вірус. А при звичайному побутовому контакті з інфікованою особою цього не відбувається.
- **ВІЛ не може передаватися через укуси комарів.** В організмі комара ВІЛ не виживає і тому *не* передається через його слинні залози (як, скажімо, при малярії чи жовтій лихоманці). Людина *не може* отримати ВІЛ через укуси постільних клопів, вошей, мух або інших комах чи тварин.
- **ВІЛ не передається через піт, сльози або виділення з носа.** Сльози дуже *рідко* містять вірус і *ніколи* — в кількості, достатній для інфікування іншої особи.

Як можна попередити поширення ВІЛ?

За умови постійного дотримання лише декількох простих правил ризик передання ВІЛ значно зменшується. Отже, ці правила такі:

- **Використання латексного презерватива під час статевого акту.** Ризик ВІЛ-інфікування значно зменшується, якщо латексний презерватив застосовується постійно і правильно — тобто щоразу від початку і до кінця статевого акту, незалежно від того, чи він вагінальний, анальний чи оральний. Латексний презерватив запобігає передачі ВІЛ. Строк придатності сучасних презервативів — приблизно два роки, якщо зберігати їх у належних умовах, тобто в прохолодному місці, захищеному від прямого сонячного проміння. *Не можна* вдаватися при використанні латексного презерватива до змащувальних засобів на олійній основі — таких, як вазелін або рослинні олії, бо під їхньою дією презервативи частіше розриваються. Замість цього слід використовувати змащувальні засоби на водній основі. Як свідчать дослідження, проблеми з використанням презерватива зазвичай пов'язані не з дефектами виробу, а з недосвідченістю користувача. Сприяти більшій обізнаності людей у цій справі, донести до них правила користування презервативом, допомогти їм звикнути до постійного його застосування можуть спеціальні навчальні програми й заняття.
- **Утримання від статевих контактів або підтримання стабільних стосунків з одним партнером.** Найбільш безпечний спосіб запобігти інфікуванню — утримуватися від статевих зносин. Підтримання стабільних стосунків з одним партнером зводить цей ризик до мінімуму — якщо ніхто з партнерів не інфікований, не має

інших статевих зносин і не практикує ризиковані моделі поведінки, на кшталт спільного користування шприцами.

- **Запобігання контакту „кров з кров’ю” і контакту з рідинами організму — дотримуючись універсальних запобіжних заходів.** Ці заходи описані в наборі рекомендацій під такою ж назвою: „Універсальні запобіжні заходи”. Метою їхньої розробки є захист як медичних працівників, так і власне пацієнтів від зараження ВІЛ або іншими мікроорганізмами, що можуть міститися в крові, деяких рідинах і тканинах людського організму. *Універсальні запобіжні заходи* передбачають поводження з будь-яким пацієнтом як із носієм інфекції². До них належать: виключення контакту з кров’ю — для цього існують захисні матеріали (наприклад, латексні рукавички) — при нещасних випадках на виробництві. Це неодмінно зменшує ризик інфікування ВІЛ, а також вірусним гепатитом В та іншими захворюваннями, що передаються через кров. Отож, при контакті з рідинами або продуктами життєдіяльності організму потрібно завжди застосовувати захисні матеріали. Детальну інформацію про те, як запровадити відповідні процедури профілактики й захисту при нещасних випадках на роботі, надає більшість адміністративних органів охорони здоров’я.
- **Стерилізація або використання лише нових голок/інших інструментів для проколювання шкіри.** В ідеалі такі інструменти мають використовуватися лише одноразово і тільки однією людиною. Та якщо одноразове використання неможливе (з практичних причин), то інструменти повинні бути відповідним чином стерилізовані у проміжках між застосуванням і/або перед тим, як їх використовуватиме інша людина. При татуюванні й пірсингу, вставленні кілець у ніс, пупок чи іншу ділянку тіла мають залучатися виключно стерильні інструменти.
- **Захист банку крові.** Перед переливанням донорська кров неодмінно має пройти перевірку на ВІЛ.
- **Сприяння тому, щоб інфікована жінка свідомо приймала рішення про годування дитини груддю.** З одного боку, годування груддю збільшує ризик ПВМД, але з іншого — методи штучного годування також несуть для немовляти певний ризик. ВІЛ-інфіковані матері потребують інформації та консультування щодо терапії, за допомогою якої здійснюється профілактика інфікування дитини під час вагітності та пологів. Окрім того, важливо донести до жінок відомості про проблеми й переваги різних способів годування дитини, а також надати конкретні рекомендації щодо тих способів, які для їхньої ситуації є найбільш прийнятними.

Як визначити, чи є людина ВІЛ-інфікованою?

Єдиний спосіб пересвідчитися в наявності чи відсутності інфекції — пройти медичний тест на ВІЛ. Визначити „на око”, чи інфікована людина, неможливо. Інколи в носіїв ВІЛ-інфекції протягом десятків років не виявляється жодних симптомів хвороби. Та навіть якщо вони виглядають цілком здоровими, такі люди залишаються носіями вірусу, а отже можуть передати інфекцію під час статевого контакту або іншими шляхами.

Де саме роботодавці та профспілкові лідери можуть отримати більше інформації про ВІЛ/СНІД?

Дуже часто люди почуваються непевними у своїх знаннях про ВІЛ/СНІД. А для того, щоб зрозуміти, як передається ВІЛ і як запобігти інфікуванню, потрібен час, міркування, доступ до інформації, можливість поставити питання й отримати відповіді, і, звичайно, терпіння й наполегливість. Тож зважайте, що більше інформації з цього приводу завжди можуть надати лікар, медична сестра або представник громадської організації, який працює в галузі профілактики ВІЛ або спілкується з носіями інфекції.

Якщо ви бажаєте отримати більше інформації про ВІЛ/СНІД:

- На веб-сторінці Центру контролю й профілактики захворювань у США (CDC) можна знайти факт-аркуші про ВІЛ/СНІД — адреса: www.cdc/brrta.org. Знайдіть також інформацію з питань, що стосуються ВІЛ/СНІДу, на веб-сторінці Національної інформаційної палати CDC зі СНІД: www.cdcnpin.org.
 - Отримайте детальні статистичні дані та іншу інформацію про поширення ВІЛ/СНІД у світі на веб-сторінці Спільної Програми ООН з ВІЛ/СНІДу — Програма ООН-СНІД: www.unaids.org, www.un.kiev.ua.
 - Інформація стосовно України та країн СНД і Східної Європи міститься на веб-сторінках таких організацій:
 - Міжнародний Альянс з ВІЛ/СНІДу www.aidsalliance.kiev.ua
 - Всеукраїнська мережа людей, що живуть із ВІЛ www.lgvc.org.ua
 - Компанія “Діапрофмед” <http://www.aids-dpm.com>
 - Агенція США з міжнародного розвитку www.usaid.kiev.ua
 - Британська Рада www.britishcouncil.org.ua
 - Лікарі без кордонів www.msf.org.ua та ін.
 - Серед багатьох інших веб-сайтів, що надають найбільш нову інформацію про шляхи передачі ВІЛ/СНІДу, методи профілактики й догляду за хворими є:
 - СНІД і Африка: www.aidsandafrika.com
 - Глобальна інформаційно-навчальна система з питань СНІДу: www.aegis.com
 - Карибський центр епідеміології: www.carec.org
 - Міжнародна ініціатива „Вакцини проти СНІДу” (IAVI): www.iavi.org
 - Національне агентство з досліджень у сфері СНІД у Франції:
<http://igs-server.cnrs-mrs.fr/anrs/index2.html>
 - Всесвітня Організація Охорони Здоров'я, що надає інформацію та посилання: www.who.int/m/topics/hiv_aids/en/index.html
 - У Додатку 8 див. глосарій термінів з ВІЛ/СНІД
 - У Додатку 11 див. пункт „Посилання та ресурси”, включно з багатьма веб-сайтами, де можна знайти інформацію щодо ВІЛ/СНІДу, яка постійно поновлюється.
-

Примітки:

¹ Інший поширений термін, який вживався раніше, — це „захворювання”, що передаються

статевим шляхом” (ЗСШ). Однак сполучення ІСШ є більш точним та наочнішим, оскільки чимало з цих інфекцій мають безсимптомний перебіг.

² Про *універсальні запобіжні заходи* можна довідатися більше з матеріалів, які пропонують Центри контролю та профілактики захворювань. *MMWR*, 1988; вип. 37, № 24. "Поновлення: універсальні запобіжні заходи для профілактики передачі вірусу імунодефіциту людини, вірусу гепатиту В та інших збудників, що передаються через кров, у медичних закладах". Їхній опис міститься у виданні Американського Червоного Хреста „Щомісячні факти про СНІД”, „Що таке універсальні запобіжні заходи?”, за адресою: www.redcross.org/services/hss/tips/june/juntip01.html.