**1 декабря – Всемирный день борьбы со СПИДом.**

Вот некоторые распространенные мнения на тему СПИДа с комментариями.

**Зачем мне вообще об этом думать? СПИД - редкая болезнь, меня не коснется. Гораздо выше вероятность попасть под машину.**

По статистике попасть под машину больше вероятности, чем заразиться ВИЧ. Но статистика также показывает, что число новых случаев ВИЧ-инфекции в нашей стране год от года растет в геометрической прогрессии. В мире каждую минуту происходит 6 новых заражений. При этом ваш [личный риск](http://www.aids.ru/prevent/risk.shtml) заражения может быть выше среднестатистического.

**Я не в группе риска, мне СПИД не страшен.**

Давно устарело мнение, что ВИЧ-инфекция поражает только мужчин-гомосексуалов, наркоманов, проституток, "людей с беспорядочными половыми связями". ВИЧ ничего не знает о придуманных людьми "[группах риска](http://www.aids.ru/prevent/privent/risk.shtml)". Например, этому вирусу безразлично, был ли половой контакт гомо- или гетеросексуальным, в браке или со случайным партнером, по любви или за деньги. Ваш [личный риск](http://www.aids.ru/prevent/risk.shtml) заражения определяют совсем другие факторы.

**Не употреблять наркотики.**

Начиная с 1996 г., 90% новых заражений ВИЧ в России происходят при употреблении наркотиков в инъекциях. Общие шприцы, иглы и посуда для приготовления наркотика - самый "эффективный" путь распространения ВИЧ. Заразиться может как наркоман "со стажем", так и тот, кто впервые попробовал уколоться.

**Пользоваться презервативами.**

Правильное и постоянное (каждый раз с каждым партнером) использование качественных и не поврежденных [презервативов](http://www.aids.ru/prevent/condom.shtml) является надежной защитой как от ВИЧ-инфекции, так и от ряда других заболеваний, передающихся половым путем, и от нежелательной беременности.

**Вести здоровый образ жизни.**

Да, если здоровый образ жизни для вас - это отказ от наркотиков и [безопасный секс](http://www.aids.ru/prevent/safesex.shtml).

**Надежной защиты от СПИДа вообще не существует, потому что никто не знает наверняка, как можно и как нельзя заразиться.**

ВИЧ - самый изученный вирус из всех, открытых учеными. Вероятность заражения тем или иным путем проверена не только теоретически, но и на основе пятнадцатилетней практики специалистов всего мира. Мнение, что "от СПИДа защититься нельзя" чаще всего означает, что человек не имеет достоверной информации либо в силу обстоятельств не может изменить свое поведение и снизить риск заражения.

**Когда риск передачи вируса отсутствует**

О невозможности "случайной" передачи ВИЧ сказано и написано уже так много, что, казалось бы, это ни у кого не должно вызывать сомнений. Однако по-прежнему можно услышать или прочитать рассуждения о "теоретическом риске" передачи инфекции через укус насекомого или через поцелуй. Не имея никакого эпидемиологического смысла, эти мифы, тем не менее, играют свою пагубную роль, порождая, с одной стороны, атмосферу паники и иррационального страха перед носителями ВИЧ, а с другой - фатализм и надежду "на авось": зачем менять свое сексуальное [поведение](http://www.aids.ru/prevent/privent/strategiya04.shtml), если в любой момент тебя может укусить смертельный комар?

**Почему комары не могут переносить ВИЧ-инфекцию?**

В начале эпидемии СПИДа высказывались опасения, что ВИЧ-инфекцию могут переносить комары, клопы и другие кровососущие насекомые. Однако исследования, проведенные в ряде стран, доказали, что даже на территориях с высокой частотой случаев ВИЧ-инфекции и большим количеством насекомых-кровососов случаев заражения таким путем не обнаружено. Если бы такой путь передачи был возможен, географическое распространение эпидемии было бы совершенно иным, чем то, которое существует сейчас.

Когда комар жалит человека, он впрыскивает не кровь предыдущей жертвы, а свою слюну. Такие заболевания, как желтая лихорадка и малярия, передаются через слюну некоторых видов комаров, поскольку возбудители этих болезней способны жить и размножаться в слюне комара. Но ВИЧ не способен размножаться в организме комара или любого другого кровососа, поэтому, даже попадая в организм насекомого, не выживает и не может никого заразить.

**Почему ВИЧ не передается через поцелуй?**

****В прессе были сообщения о том, что якобы зарегистрированы случаи передачи вируса при [поцелуях](http://www.aids.ru/prevent/kiss.shtml). Аргументируют это тем, что вирус в некотором количестве присутствует в слюне ВИЧ-инфицированного человека - существует даже тест на ВИЧ, основанный не на крови, как обычно, а на слюне.

В слюне вирус присутствует в чрезвычайно низкой концентрации, недостаточной для заражения. Зарегистрированы сотни тысяч случаев передачи ВИЧ-инфекции, при которых был с точностью установлен источник заражения. Если бы слюна представляла реальный риск, среди этих сотен тысяч была бы значительная доля людей, получивших ВИЧ при кашле, чихании, поцелуях. Однако опыт показывает, что такой риск заражения ВИЧ отсутствует. Слюна может представлять опасность только в том случае, *если в ней видна кровь*. Это же относится ко всем другим выделениям человека, кроме спермы, влагалищных секреций и грудного молока. Если нет видимой крови - заражение ВИЧ-инфекцией через слюну, пот, мочу и другие выделения, невозможно.

**Как долго живет вирус вне организма человека**

***На открытом воздухе вирус погибает через несколько минут. Внутри шприца он может жить значительно дольше. О жизнеспособности ВИЧ приводят разные, часто противоречивые данные. Где же правда?***

Относительно жизни ВИЧ вне тела человека существует много заблуждений и неправильных толкований научных данных. В лабораторных исследованиях используются концентрации вируса, которые по крайней мере в 100.000 раз выше встречающихся в природе. При использовании таких искусственно высоких концентраций ВИЧ может оставаться живым в течение 1-3 дней после высыхания жидкости.

Означает ли это, что ВИЧ в естественной концентрации может жить вне человеческого тела до трех суток? Конечно, нет. Лабораторная концентрация превышает природную по крайней мере в 100.000 раз. Если мы экстраполируем данные исследований применительно к естественной концентрации вируса, мы увидим, что **ВИЧ может жить вне организма всего несколько минут**. Если бы ВИЧ жил вне организма в течение многих часов или дней (в своих природных концентрациях), мы несомненно наблюдали бы случаи бытового заражения - а их не бывает.

Особый интерес представляет срок жизни ВИЧ внутри шприца или полой иглы. Оказалось, что на него влияет целый ряд факторов, в том числе количество крови в игле, титр (количество) вируса в крови, температура окружающей среды. Количество крови в игле частично зависит от размеров иглы и от того, втягивают ли кровь внутрь иглы.

В одном исследовании шприцев, содержащих кровь, инфицированную очень высоким титром ВИЧ-1, оказалось, что жизнеспособный вирус содержался в некоторых иглах через 48 дней хранения при постоянной температуре. При этом жизнеспособность вируса снижается со временем: через 2-10 дней хранения живой вирус был изолирован только в 26 % шприцев. Сохранности живого вируса также способствовали большой объем крови в шприце и низкие температуры хранения. Жизнеспособность вируса ниже при низких титрах, при высокой или изменяющейся температуре и при небольшом объеме крови. **Для целей профилактики инъекционной передачи ВИЧ следует предполагать, что использованный шприц или полая игла (без стерилизации) может содержать живой вирус в течение нескольких суток**.