

6.

Распространение ВИЧ-инфекции другими способами

История Кирилла

Как передается ВИЧ

ВИЧ, алкоголь и наркотики

ВИЧ и переливание крови

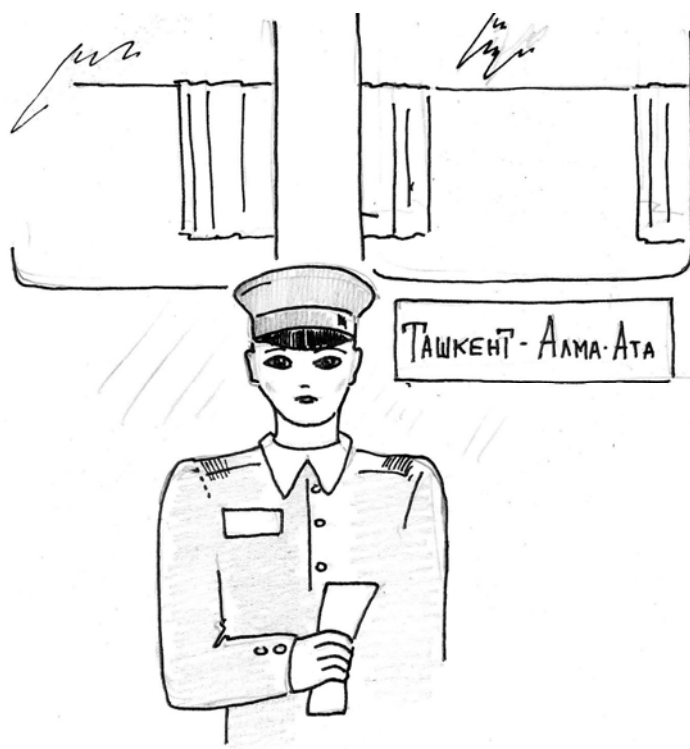
ВИЧ в поликлинике

ВИЧ за пределами поликлиники

Матери, дети и ВИЧ

Заблуждения насчет ВИЧ

Ответы на вопросы Кирилла



История Кирилла

Кирилл работает проводником в поезде. Почти каждый день он путешествует из Ташкента в Алма-Ату. Людям в поезде редко удаётся проконсультироваться с врачом, и поэтому они задают Кириллу самые разные вопросы. Он даёт советы, а также мыло, витамины и жаропонижающие лекарства, которые у него есть в запасе. Много людей в поезде также спрашивали его, есть ли у него лекарство от СПИДа. Он считает, что один из курсов витаминов и пенициллин предотвращают СПИД. Он спрашивает: «Вы можете помочь мне продавать лекарства от СПИДа? Могу ли я заразиться СПИДом от людей в поезде?»

Как передается ВИЧ

В большинстве случаев, люди заражаются ВИЧ через секс. Но существуют и другие способы передачи ВИЧ: через грязные иглы и медицинские инструменты, через переливание зараженной крови и от матери к ребенку. В этой главе мы обсудим эти способы распространения ВИЧ.

ВИЧ, алкоголь и наркотики

Алкоголь и наркотики увеличивают вероятность того, что человек заразится ВИЧ или заразит других. Это происходит не из-за того, что ВИЧ находится в алкоголе и наркотиках - он в них не находится - а из-за того, что люди, находящиеся в алкогольном или наркотическом опьянении, не могут ясно думать и легче совершают действия, которые ставят их перед риском заражения ВИЧ. Самый распространенный способ - небезопасный секс. Многие употребляют алкоголь. Некоторые пьют столько алкоголя, что он им вредит. Таких людей называют "алкоголиками". Также распитие алкоголя вредит организму; алкоголь влияет на поведение людей, что в свою очередь вредит их отношениям с другими людьми и их работоспособности. Некоторые люди почти никогда не пьют спиртное.

Вопросы-«ловушки»

Некоторые люди не знают о том, что у них проблема с алкоголем. Если вы спросите кого-нибудь, есть ли у него проблема с алкоголем, вам могут не сказать правду. Вот несколько вопросов, которые можно задать в таком случае. Если человек ответит "да" хотя бы на два вопроса, у него скорее всего есть проблема с алкоголем.

1. Вы когда-нибудь пытались снизить количество выпиваемого алкоголя?
2. Вас раздражает, когда с вами говорят о том, сколько вы пьете?
3. Вы когда-нибудь ощущали чувство вины по этому поводу?
4. Была ли вам когда-нибудь нужна порция алкоголя с утра, чтобы успокоить нервы или предотвратить головную боль?

Когда речь заходит о заражении или распространении ВИЧ, проблема состоит в том, что алкоголь заставляет людей принимать неадекватные решения. Например, поход за выпивкой в бар может заставить мужчину потратить деньги на алкоголь, вместо нужд семьи. После нескольких стаканов он может решить навестить проститутку, даже зная, что она может быть ВИЧ-инфицированной.

Люди, принимающие наркотики, подвержены риску заражения ВИЧ так же как и пьющие люди. Те, кто принимают наркотики, могут заниматься сексом за деньги и за наркотики. Они иногда так сильно хотят наркотики, что занимаются небезопасным сексом. Использование наркотиков также опасно, потому что ВИЧ передаётся через иглы шприцов. Человек, использующий грязную иглу, вместе с наркотиком вводит себе немного чужой крови. Если в крови есть ВИЧ, он может заразиться.

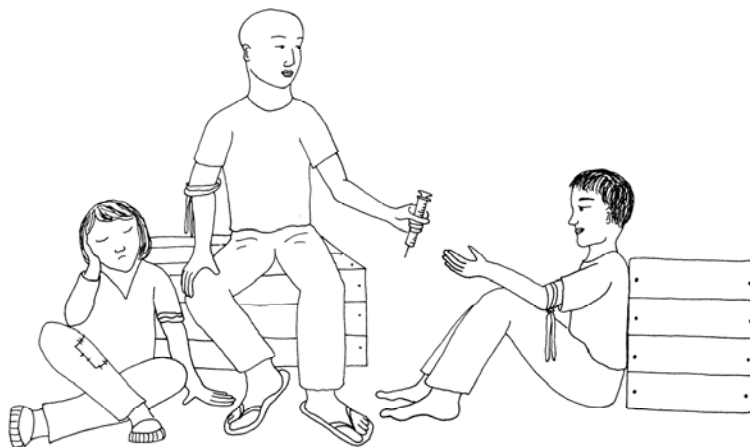
В некоторых странах противозаконно иметь у себя иглы или шприцы, если их не прописал доктор .

Миллионы людей во всем мире используют наркотики

Болезни, связанные с алкоголем, есть примерно у 5 - 10% населения земли.

Каждый год от алкоголя умирает два миллиона людей. Примерно 144 миллиона (примерно 2.5% мирового населения) курят марихуану или гашиш. Примерно 14 миллионов употребляют кокаин, 9 миллионов употребляют героин и 29 миллионов принимают амфетаминовые наркотики.

Люди, принимающие героин или амфетамины, часто нелегально покупают иглы или берут их в долг у кого-нибудь ещё. В Нью-Йорке (США) люди вводят себе наркотики в так называемых "шприцевых галереях", где берутся в долг использованные иглы. Этими иглами пользуется много разных людей. Чем больше люди обмениваются иглами, тем более вероятно, что они заразятся ВИЧ.



Обмен иглами распространяет ВИЧ

Наркоманы могут снизить риск заражения ВИЧ тремя способами:

1. Прекратить употреблять наркотики.

Часто сложно прекратить употребление наркотиков, потому что к ним привыкают. Зависимым от наркотиков людям становится плохо, если они перестают их принимать. Хотя бросить наркотики очень сложно, но это всё-таки возможно. Таким людям можно помочь.

Узнайте, есть ли в вашем городе программы реабилитации и как в них

начать участвовать. Познакомьтесь с работниками этих программ. В ряде стран могут быть клиники, выдающие наркоманам метадон. Метадон - это такой же наркотик, как морфин или героин, но его глотают, поэтому его употребление не распространяет ВИЧ. Метадон даёт меньший "кайф", чем героин, но он длится 24 часа. Это значит, что наркотик не надо принимать каждые несколько часов. Так как метадон легален, ради него не надо воровать или заниматься сексом, чтобы расплатиться за наркотики.



Как наркоманам избежать ВИЧ?

Ввод наркотиков не вызывает СПИД напрямую; обмен игл с другими людьми способствует заражению ВИЧ. Вот почему людям надо избегать обмена иглами, использования оборудования для приготовления внутривенных наркотиков, а также ваты или чего-либо другого, используемого для ввода наркотиков.

Внутривенные (ВВ) иглы используются, чтобы брать из вены кровь и чтобы вводить жидкости и лекарства в организм человека. Традиционные лекари, врачи и медсестры используют внутривенные иглы.

Также эти иглы используются для введения в вену наркотиков. ВИЧ распространяется через употребление наркотиков во всем мире. В некоторых регионах 50 % (и более) населения, принимающего наркотики, заражены ВИЧ. Наркоманы могут передать ВИЧ не только другим наркоманам, но также своим сексуальным партнерам. Если женщина забеременеет, она может передать ВИЧ своему ребенку. Распространение ВИЧ среди людей, обменивающимися иглами - это проблема самого человека, его или её сексуального партнера и их детей.



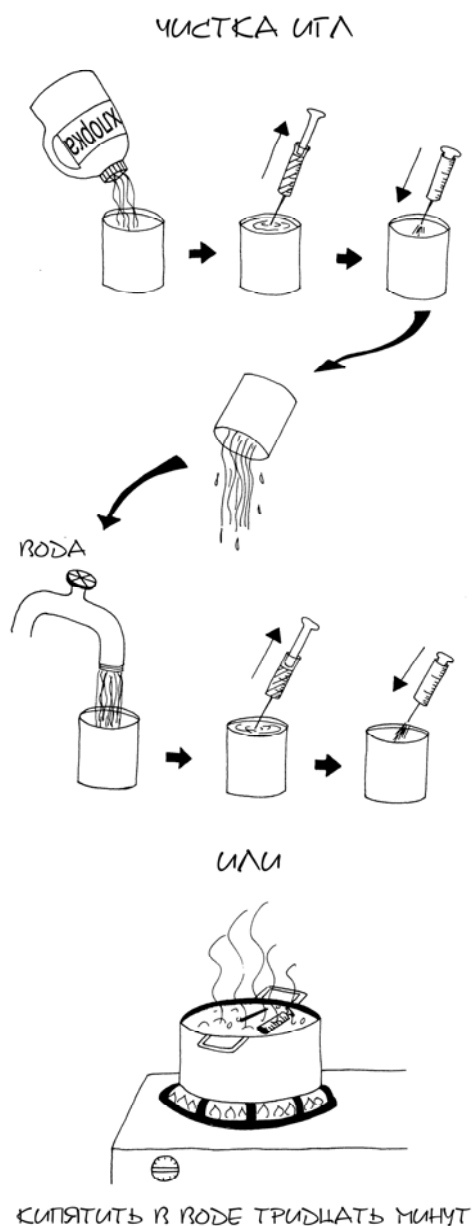
Человек, пользовавшийся одними и теми же иглами с другими людьми, может передать ВИЧ своему партнеру и их ребенку.

2. Пользуйтесь новыми иглами.

Если наркоман не в состоянии прекратить употребление наркотиков, он может избежать заражения ВИЧ, пользуясь только чистыми, новыми иглами. Объясните наркоманам, что грязные иглы распространяют ВИЧ. Если в вашем городе есть программа по обмену игл, скажите наркоманам, что им могут выдать новые иглы взамен старых. Некоторые считают, что такие программы могут увеличить количество наркоманов. Но в странах с программами по обмену игл количество наркоманов не увеличивается, а количество заражаемых ВИЧ наркоманов уменьшается. (Люди, пользующиеся новыми, чистыми иглами меньше заражаются также кожными инфекциями.)

3. Пользуйтесь чистыми иглами.

Иногда достать новые иглы сложно или дорого. В таких случаях, надо научиться, как чистить иглы. Все, пользующиеся иглами, должны чистить их между приемами. Самый распространенный метод чистки – хлором. Хлор убивает ВИЧ, но хлор не следует принимать внутрь, потому что он ядовитый. Так что после чистки им игл промойте их чистой водой. Также иглы можно прочистить, подержав их в кипящей воде 30 минут. (См. также "Как чистить иглы и другие инструменты" дальше в данной главе).



ВИЧ и переливания крови

Кровь и продукты из неё (такие, как сыворотка или плазма) могут спасти человеку жизнь. Однако они также могут представлять для человека опасность. Если кровь и препараты из крови не были подвержены тщательной проверке, человек может заразиться от них рядом инфекций, включая СПИД. Шансы заразиться ВИЧ от непроверенной крови зависят от того, у скольких доноров (людей, сдающих кровь) был ВИЧ. Например, в городе, где ВИЧ есть у 25% доноров, а кровь не проверяется, ВИЧ есть в каждой четвертой порции крови. ВИЧ находили во всех частях крови. Это значит, что упакованные красные кровяные клетки, сыворотка, плазма и свернувшаяся кровь могут содержать ВИЧ. Даже в тех местах, где кровь тщательно проверяется все равно существует небольшой риск того, что она содержит ВИЧ, а также вирусы, содержащие гепатит, холеру или другие микроорганизмы. Многие страны мира принимают особые меры для того, чтобы избежать попадания ВИЧ в запасы крови. Они делают это, во-первых - проверяя доноров, во-вторых - проверяя кровь. Банки крови собирают и складывают кровь для последующего использования. Чтобы уменьшить риск того, что кровь содержит ВИЧ или другие микроорганизмы, банки крови проверяют доноров, расспрашивая их об их сексуальной и наркотической практике. Затем людей с высоким риском ВИЧ просят не сдавать кровь. Это уменьшает возможность того, что в запасах крови будет ВИЧ. К сожалению, в местах с большим количеством ВИЧ-инфицированных сложно найти доноров.

Примерный список вопросов в банке крови:

Вот несколько вопросов, которые задают в банках крови, клиниках и больницах, чтобы проверить доноров и узнать, у кого высокий риск ВИЧ. Если человек ответит положительно хотя бы на один вопрос, его кровь не будет использоваться.

Есть ли у Вас СПИД или положительный тест на ВИЧ (вирус СПИДа)?

Занимались ли Вы сексом с кем-то, у кого есть СПИД, или у кого положительный тест на ВИЧ?

Занимались ли вы когда-нибудь сексом за деньги или наркотики?

Занимались ли вы сексом с проституткой?

Вводили ли вы себе когда-нибудь такие наркотики, как героин или амфетамины?

Занимались ли вы сексом с кем-нибудь, кто вводил себе такие наркотики?

Делали ли вам когда-нибудь переливание крови?

Есть ли у вас гомосексуальный опыт?

Вы чувствуете сегодня недомогание?

У людей, которым платят, чтобы они сдавали кровь, наличие ВИЧ-инфекции более вероятно, чем у добровольцев. Это происходит потому, что люди, которым нужны деньги, могут сказать неправду, отвечая на вопрос, есть ли у них ВИЧ. Также более вероятно, что они принимали наркотики, занимались сексом за наркотики или деньги или занимались сексом с ВИЧ-инфицированными. Людям не должны платить за сдачу крови.

В дополнение к опросам доноров, банки крови должны также проверять на вирус саму кровь. Кровь с ВИЧ надо уничтожать. Тест на ВИЧ точен всегда, кроме того промежутка в несколько недель между заражением и моментом, когда организм начинает производить антитела. В это время тест может быть отрицательным, даже если у человека есть вирус. (Более подробная информация о тестах на ВИЧ в 7й и 8й главах). В тех местах, где доноры и кровь проверяются, количество заражаемых ВИЧ уменьшилось.

Надо осторожно взвешивать риск и преимущества вливания пациенту донорской крови. Нельзя давать пациенту больше крови, чем требуется. Независимо от того, как тщательно была проверена кровь, всё равно есть небольшой риск заражения ВИЧ. Перед переливанием врачам следует окончательно решить, действительно ли пациенту нужна кровь. Сейчас большинство больниц реже делают переливание крови, чем десять лет назад. Иногда переливание требуется, чтобы спасти человеку жизнь, и в таком случае преимущества переливания крови перевешивают над риском заражения ВИЧ. Узнайте, как проверяется кровь в вашем городе, и спросите, какая есть возможность того, что в порции крови содержится ВИЧ. Конечно, риска заражения ВИЧ от самой сдачи крови нет, если используются чистые иглы. Можете убедить не зараженных ВИЧ людей сдавать донорскую кровь. Это пополнит запасы крови и уменьшит распространение ВИЧ.

Существуют способы уменьшить риск заражения ВИЧ от переливания крови. Один способ - взять кровь у самого пациента за несколько недель до операции. Тогда в случае необходимости переливания будет доступна его кровь. Это - самый безопасный способ переливания. Но часто для этого не хватает времени или места в банках крови.

Как уменьшить риск заражения ВИЧ при переливании крови

Выбор доноров

Объясните медработникам риск распространения ВИЧ через переливания крови. Используйте опросник, чтобы отсеивать доноров с высоким риском. Пользуйтесь кровью доноров-добровольцев, а не доноров, которым платят. Пользуйтесь кровью самого пациента, когда это возможно. Используйте доноров с низким риском заражения ВИЧ.

Проверка донорской крови

Проверяйте на ВИЧ всю донорскую кровь. Если кровь невозможно проверить, часто можно использовать метод отсеивания. Например, можно соединить образцы из десяти порций крови от разных лиц и проверить их. Если тест положительный, можно проверить отдельно каждую порцию, или избавиться от всех десяти. Отрицательный тест означает, что все десять порций безопасны.

Медицинская практика

Не делайте переливания крови, если это не необходимо. Когда это возможно, вместо крови используйте её заменители, такие как физраствор. Термически обрабатывайте такие препараты крови, как плазму и сгустки, чтобы убить вирус

В районе с большим количеством ВИЧ-инфицированных вирус может особенно быстро распространиться, если иглы и инструменты используются более одного раза.

Но большинство медработников знают, что ВИЧ может передаваться таким путем, поэтому они либо не используют иглы дважды, либо чистят иглы и инструменты, прежде чем использовать их ещё раз. Если принимать эти простые меры, распространение ВИЧ в больницах и поликлиниках будет редким.

ВИЧ в поликлинике

ВИЧ может распространиться в поликлиниках через грязные иглы и медицинские инструменты (скальпели, хирургические щипцы, ножницы, расширители, и т. д.), которые использовались, чтобы ввести человеку лекарства, взять кровь, провести обследование или провести операцию.

Как стерилизовать иглы и другие инструменты

Термические методы

Требуемое время

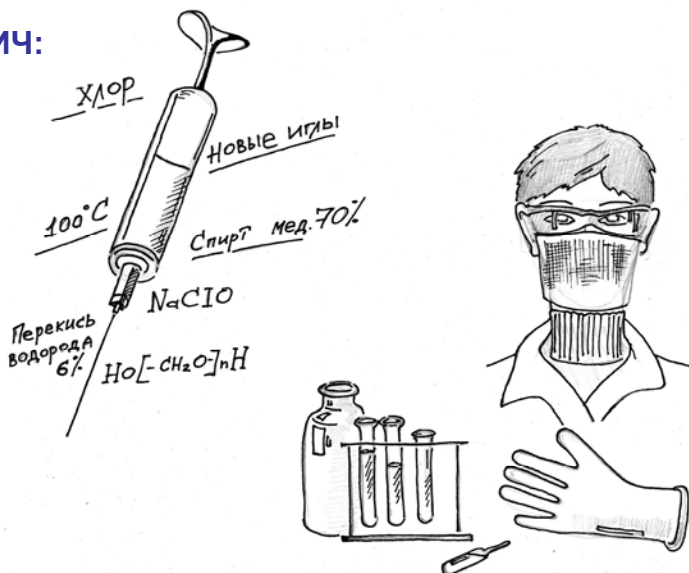
| | |
|--|----------|
| Кипячение | 30 минут |
| Пар | 30 минут |
| Сухая печь, 77 градусов по Цельсию (170 по Фаренгейту) | 30 минут |

Для стерилизации игл и других инструментов можно использовать следующие химикаты.

Инструменты следует промыть водой и потом продержать хотя бы 30 минут в одном из этих растворов. Инструменты надо положить в чистом месте и дать им высохнуть перед использованием.

Химикаты, деактивирующие ВИЧ:

Гипохлорид натрия 0,5%
Двуокись натрия 30 мл.
Глютаральдегид 2%
Формалин 4%
Параформальдегид 1%
Перекись водорода 6%
Перекись этила 1%
Лизол 1%
Глюконат хлоргексидина 4/25%
Водный раствор аммония 1:1
Изоприловый спирт 50%
Хлорамин 2%
Спирт медицинский 70%



Ни один из них не принимать внутрь!

Как избежать заражения ВИЧ в поликлинике

Когда люди просят вас посоветовать, как избежать заражения ВИЧ во время посещения врача, можете сказать им, чтобы они:

*Требовали использования новых или стерилизованных инструментов.
Посещали врачей, которые стерилизуют иглы, пользуясь методами, описанными в этой главе.
Спрашивали доктора, возможно ли вместо инъекции принимать таблетки.
При пирсинге и нанесении татуировок пользовались стерилизованными инструментами.
Просили врачей пользоваться новыми, чистыми перчатками при процедурах, во время которых возможно загрязнение жидкостями тела.*

Как медикам избежать заражения ВИЧ на работе?

Люди, ухаживающие за людьми с ВИЧ, часто боятся заразиться вирусом от пациентов. Такие процедуры, как инъекции, взятие крови, проведение тазовых обследований (обследование вагины или шейки матки) и проведение операций обычно подразумевают некоторый контакт с жидкостями тела. Но если следовать обычным мерам безопасности, риск заражения ВИЧ от пациента или медика очень мал. (Раздел под названием "Находитесь ли вы в состоянии риска" предлагает некоторые вопросы, которые могут помочь медикам узнать, есть ли у них риск заражения или распространения ВИЧ в поликлинике).

Рискуете ли Вы заразиться ВИЧ на работе?

Как часто Вы контактируете с жидкостями тела?
Что Вы делаете, чтобы избежать таких контактов?
Вы защищаетесь от них всё время или только иногда?
Как вы чистите инструменты? Стерилизуете ли вы их?
Вы используете шприцы многократно или выкидываете их после каждого использования?
Есть ли у вас безопасное место для острых грязных инструментов?
Доступны ли чистые перчатки?
Если рабочее место небезопасно, какие меры вы принимаете?



Тазовое обследование с использованием грязного инструмента может заразить женщину ВИЧ. Чистыми инструментами и перчатками надо пользоваться всегда при контакте с жидкостями тела (во время тазовых обследований, при использовании игл и во время хирургических операций). Лучше всего использовать перчатки только один раз, после чего их надо выбрасывать. Некоторые резиновые перчатки сделаны для многократного использования; такие перчатки надо стерилизовать после каждого использования в одном из растворов, перечисленных в разделе "Как уничтожить ВИЧ".

Шансы заражения ВИЧ, уколовшись иглой.

Очень маловероятно заразиться ВИЧ, случайно уколовшись иглой, до этого использованной для ВИЧ-инфицированного человека. Таким способом заражаются примерно один человек из 300. Есть несколько факторов, увеличивающих шансы того, что человек заразится ВИЧ от укола иглой:

Если рана глубокая и в мышце;

Если в игле была кровь пациента;

Если у пациента СПИД (это может означать, что в крови пациента больше вируса, чем если бы у него был просто ВИЧ).

Если перчатки достать невозможно, медик должен тщательно мыть руки сразу после контакта с каждым пациентом. Ногти на пальцах рук должны быть короткими, а любые открытые ранки на руках надо защищать водонепроницаемыми пластырями, лентой или повязками.

Как не пораниться при использовании игл, скальпелей и других острых инструментов

В клинике

Нельзя

Надевать колпачки обратно на иглы
Гнуть или ломать иглы

Обязательно

Убирать использованные иглы с рабочего места
Класть иглы и другие острые инструменты в специальные коробки после использования
Держите такие контейнеры рядом с рабочим местом
Надевайте перчатки при использовании игл для взятия крови (если вы уколетсяь после взятия крови у пациента, перчатка немного очистит иглу от крови пациента, прежде чем игла проколет Вам кожу)
Пользуйтесь защитными средствами, такими как перчатки, халаты, маски и защитные очки, когда ожидается много контакта с жидкостями тела.
Сразу мойте руки, если на них такая жидкость, а также мойте их после каждого пациента.

В хирургическом кабинете

Кладите острые инструменты обратно на поднос, а не в открытую руку. Всегда говорите «возвращаю иглу» при передаче этих инструментов.
Перебинтовывайте все ранки и царапины на руках, прежде чем надевать перчатки.
Надевайте двойную пару перчаток
Если кровь или другая жидкость тела попадет под перчатку, немедленно снимите перчатки, очистите руки и наденьте новые, чистые перчатки.

Столы и полы надо мыть раствором с хлором каждый день *и* после каждого обследования или процедуры. Люди, производящие уборку, должны надевать перчатки. Если у вас есть только грязные инструменты, подумайте, что более значимо:

риск распространения ВИЧ, или результат обследования или процедуры. Может быть, лучше не лечить пациента в такой ситуации, если речь не идет о его жизни. Иглы, выбрасываемые вместе с бумагами и бельем, могут привести к травмам. Иглы и другие острые инструменты следует выбрасывать в специальную коробку. Коробка должна быть из материала достаточно плотного и прочного, чтобы иглы и другие инструменты её не проткнули. Можно купить такие коробки из пластика

или можно использовать прочную картонную коробку с небольшим отверстием сверху. Обозначьте все эти коробки, чтобы никто их случайно не открыл и не поранился. После использования все иглы нужно сразу выбрасывать в этот контейнер. Нельзя оставлять иглы в других местах – иглы и другие острые инструменты, спрятанные на подносах и смешанные с ватой и бумагой, могут быть смертельно опасными. Также не следует надевать колпачок обратно на иглу – таким образом, произошло много травм.

Если кто-то поранился грязным инструментом или иглой, следует немедленно промыть рану водой с мылом. При уколе иглой с ВИЧ - инфицированной кровью есть 1 из 300 шансов того, что Вы заразитесь ВИЧ. Это достаточно высоко, чтобы принимать меры безопасности всерьез, но и достаточно низко, чтобы уровень распространения ВИЧ в медучреждениях оставался низким.

ВИЧ вне клиники

Люди пользуются иглами для введения лекарств и вне поликлиник и больниц. Например, люди с диабетом делают это дома.

Татуировки, пирсинг, нанесение шрамов и обрезание

Во всем мире некоторые люди делают себе татуировки и шрамы. Если иглы, бритвы или ножи, используемые для нанесения таких знаков на коже не стерильные, ВИЧ может передаваться от одного человека к другому. В некоторых частях мира люди прокалывают части тела и вставляют туда ювелирные украшения. ВИЧ может распространиться, если используемые прокалывающие инструменты не достаточно стерилизуются. ВИЧ также может передаваться через акупунктурные иглы, если их не стерилизовать перед повторным использованием.

В некоторых частях света мальчикам и девочкам делают обрезание до того, как они достигнут совершеннолетия. Обрезание у мальчиков означает, что ему срезают крайнюю плоть на головке члена. «Обрезание» или «генитальное увечье» у девочек означает, что срезается клитор и/или половые губы. Иногда зашивается влагалище. Обрезания производятся либо в больнице или клинике, либо там, где позволяют религиозные каноны.

Если инструменты не стерилизуются, ВИЧ также может распространиться при такого рода операциях.

Матери, дети и ВИЧ

ВИЧ может передаваться от матери к ребенку во время беременности, родов или кормления грудью. Без антиретровирусных лекарств или других превентивных мер примерно один из каждых трех детей, рожденных женщинами с ВИЧ, будет инфицирован вирусом во время беременности или родов. Шанс того, что мать передаст вирус ребенку, можно сильно снизить, если она будет принимать антиретровирусные лекарства во время последних трех месяцев беременности или во время родов. Смотрите раздел «Лекарства от ВИЧ» в приложении, чтобы узнать, как принимать эти лекарства.

Лучший способ предотвратить передачу ВИЧ детям – это, в первую очередь, защитить от ВИЧ матерей. Смотрите главы 5 и 12, чтобы узнать, как помочь женщинам и их партнерам избежать распространения ВИЧ.

Если у женщины уже есть ВИЧ и она не хочет беременеть, или подвергать риску заражения ВИЧ ребенка, она может пользоваться контрацептивами, чтобы предотвратить беременность. Некоторые распространенные контрацептивы – это презервативы, противозачаточные таблетки и инъекции (Депо-Провера), диафрагмы, внутриматочные приспособления и имплантаты. Презервативы – единственные средства, которые могут также предотвратить ВИЧ. Некоторые пары занимаются сексом только, когда у женщины месячные, так как в это время меньше вероятности того, что она забеременеет. Это плохо срабатывает, если пара не следит внимательно за тем, в какие дни женщина может забеременеть. Пары могут также избежать беременности, занимаясь оральным сексом или прикасаясь друг к другу, вместо полового контакта. Если женщина с ВИЧ всё-таки забеременеет, она может подумать об аборте. Если аборт производится правильно, это безопасная процедура. Но в некоторых обществах аборт запрещен законом, а в некоторых обществах нет условий для безопасных абортов. Рождение ребенка может быть таким важным для женщины или её семьи, что она может решить родить ребенка, несмотря на риск передачи ВИЧ. Это сложное решение, и у многих людей, в том числе, у семьи женщины и окружающих будут разные мнения насчет того, что ей делать. Когда рождает женщина с ВИЧ, сложно узнать, есть ли у ребенка ВИЧ. У всех

детей, родившихся от ВИЧ - инфицированных матерей, обнаруживаются антитела ВИЧ в крови, потому что эти антитела передаются от матери к плоду во время беременности. Тесты на ВИЧ ищут антитела ВИЧ, поэтому у всех детей с ВИЧ-инфицированными матерями тест даёт положительные результаты. Это не означает, что ВИЧ есть у всех детей. Через 15-18 месяцев антитела матери покинут тело ребенка, и тогда тест на ВИЧ будет верным. Большинство новорожденных с ВИЧ заболевают в первые два года жизни. Но некоторые вырастают и живут с ВИЧ многие годы.

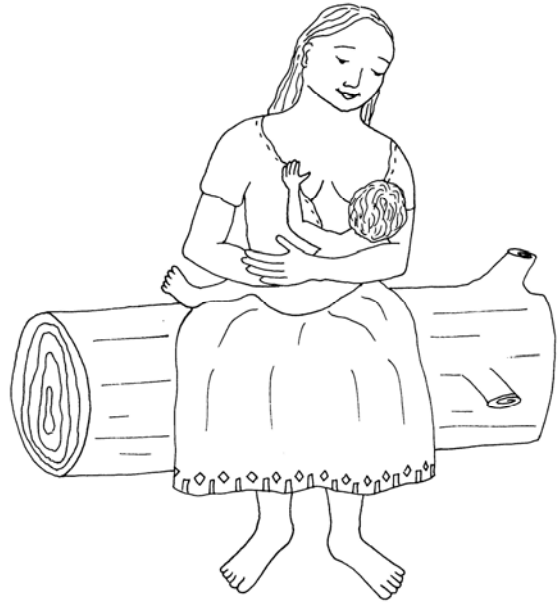
Кормление грудью и ВИЧ

Грудное молоко – лучшее питание для новорожденных. Оно питательней, безопасней и дешевле, чем молоко в бутылках или смеси для новорожденных. Грудное молоко также защищает ребенка от болезней. У детей, кормящихся грудью, больше шансов оставаться здоровыми и жить дольше. К сожалению, матери с ВИЧ могут передать инфекцию своим детям через грудное молоко. Никто не знает, почему ВИЧ передается одним детям, но не передается другим, но, вероятно, ВИЧ легче передается во время кормления грудью, когда:

- *мать недавно заразилась ВИЧ;*
- *мать сильно больна СПИДом;*
- *вместе с грудным молоком мать также даёт ребенку смеси, чай или другие жидкости;*
- *у матери на сосках трещины или имеется инфекция молочных желез;*
- *у ребенка во рту молочница;*



Для большинства матерей, даже матерей с ВИЧ, кормление грудью – самый безопасный способ питания ребенка. Это потому, что в большинстве мест молочные смеси и другие молочные продукты вызывают у многих младенцев болезни и смерть от диареи или голода. Намного больше детей умирают от приёма в пищу молочных смесей, чем от ВИЧ-инфекции, передавшейся через кормление грудью. Если мать с ВИЧ выбирает кормление грудью, вот несколько советов по безопасности:



- *Первые 6 месяцев давайте только грудное молоко. Новорожденные, которым дают и грудное молоко, и формулу, чай или другие продукты имеют большую вероятность заражения, чем те, кто питается только грудным молоком. Любая другая пища или жидкости будут раздражать внутренности ребенка.*
- *Полностью прекратите кормление грудью через 6 месяцев.*
- *Держите ребенка правильно, чтобы избежать травм сосков.*
- *Сразу лечите молочницу, поврежденные соски и заражения молочных желез.*
- *Не кормите ребенка из груди с маститом или абсцессом – вместо этого сцеживайте молоко и выкидывайте.*

У женщины, которую лечат лекарствами от ВИЧ, меньше вероятности передать болезнь при кормлении грудью.

У ребенка, которого кормят только молочными смесями, никакого шанса заражения ВИЧ через грудное молоко. Таким образом, если молочные смеси можно безопасно давать, это лучший выбор. Хотя кормление смесями безопасно лишь в том случае, когда у семьи достаточно средств для их приобретения, а также есть чистая вода для добавления в смесь и возможность стерилизовать бутылки. Семьи, в которых детям дают смеси, должны точно соблюдать инструкции по их приготовлению. Не делайте смесь слишком жидкой, добавляя больше воды или меньше молока или самой смеси. Грязные бутылки, соски или слишком жидкие смеси могут привести к смерти ребенка.

Распространенные ошибки в представлениях о ВИЧ

Многие волнуются о заражении ВИЧ. Например, в одном городе в США родители протестовали, чтобы не позволить девятилетнему ребенку с ВИЧ ходить в школу, потому что они думали, что их дети смогут заразиться ВИЧ в школе. Мы знаем, что нет никакого риска у детей, посещающих школу вместе с ВИЧ - инфицированным ребенком; однако в случае появления любой новой болезни, страх и отсутствие знаний вызывают у людей ложные решения о поведении в отношении данной болезни.

За больными людьми следует ухаживать, будь у них рак, диабет, или СПИД. В прошлом с больными раком обращались несправедливо. Хотя рак не передается от человека к человеку, некоторые люди потеряли работу и друзей, когда становилось известным, что у них рак. У больных раком эти сложности были по причинам социальным, а не биологическим. То же происходит и с ВИЧ. Хотя ВИЧ - это инфекционное заболевание, но оно может передаваться от человека к человеку только несколькими способами. Мы все должны стараться не позволить страхам перед ВИЧ и СПИДом вызывать несправедливое отношение к людям.

Ответы на вопросы Кирилла

«Вы можете помочь мне продавать лекарства от СПИДа? Могу я заразиться СПИДом от людей в поезде?»

У Кирилла несколько очень важных вопросов о СПИДе. Он немного знает о данной болезни, но у него также есть ложная информация. Так как у него много пациентов в поезде, ему важно знать о том, как распространяется ВИЧ. Он должен понять, что ВИЧ может передаваться от человека к человеку через грязные иглы. Кирилл думает, что он может остановить распространение ВИЧ инъекцией пенициллина и витаминов. Это опасная идея. Если люди поверят Кириллу, они посчитают, что могут заниматься небезопасным сексом и обмениваться иглами с ВИЧ - инфицированными и всё равно не заразиться вирусом. Инъекции, предотвращающей заражение ВИЧ, не существует. Вы можете попытаться поговорить об этом с Кириллом. Через некоторое время он мог бы помогать вам рассказывать пассажирам о том, как люди заражаются ВИЧ.

Для профилактики ВИЧ лучше всего использовать новую иглу для каждой инъекции. Но для тщательной чистки игл и шприцев также помогает использование хлорки.