**Что должен знать подросток о ВИЧ-инфекции и СПИДе**

ВИЧ – вирус иммунодефицита человека, поражающий защитную систему человеческого организма. ВИЧ разрушает клетки иммунной системы. В 1 мм3 крови здорового человека содержится от 800 до 1200 «защитных» клеток (их называют Т4-хелперы). Когда их число снижается до 500 и ниже, наступает иммунодефицит, который делает человека беззащитным перед любой инфекцией. Более того, микроорганизмы, которые совершенно безопасны для здорового человека, после повреждения его иммунной системы начинают вызывать серьёзные заболевания. Когда у ВИЧ-инфицированного человека развивается сразу несколько заболеваний, ему ставится диагноз «СПИД» – синдром приобрётенного иммунодефицита. СПИД – это последняя стадия развития ВИЧ-инфекции, когда количество Т4-хелперов в крови падает ниже 200 в 1 мм3 крови. ВИЧ/СПИД – неизлечимое заболевание. От этого вируса пока нет вакцины, и существующие лекарства лишь облегчают течение болезни и продляют жизнь ВИЧ-инфицированных.

**Как происходит заражение ВИЧ?**

           ВИЧ распространяется от заражённых ВИЧ-инфекцией:

* при небезопасном сексе (без презерватива);
* при использовании заражённых шприцев во время введения наркотиков;
* при переливании заражённой крови;
* от инфицированной матери ребёнку.

**Как выглядит носитель вируса ВИЧ?**

* Не думайте, что определить ВИЧ-инфицированного можно по внешнему виду. Человек с ВИЧ может и не выглядеть больным. Часто ВИЧ-инфицированные долгое время выглядят и чувствуют себя хорошо. Они могут быть носителями вируса в течение многих месяцев и даже лет, прежде чем заболеют. Но всё это время они могут, сами того не зная, заражать других, если будут заниматься небезопасным сексом или пользоваться общими шприцами.

**Заражённый шприц ещё опаснее**

Во многих странах мира одним из основных путей передачи ВИЧ-инфекции всё чаще становится внутривенное введение наркотиков. В Восточной Европе и России вероятность распространения ВИЧ-инфекции среди наркоманов достигла угрожающе высокого уровня. По признанию самих наркоманов, они почти всегда пользуются общими шприцами и наполняют их из одной ёмкости. Если на вечеринках подростки «балуются» наркотиками – спиртным, экстази, марихуаной – это чрезвычайно опасно! Потеряв контроль над собой, можно потерять жизнь – либо из-за передозировки, либо из-за небезопасного секса, который грозит ВИЧ-инфицированием.

**Наркотики:**

* + заставляют вас забыть о том, что для вас важно;
  + изменяют вашу психику и влияют на ваши взгляды;
  + мешают сказать «НЕТ»;
  + мешают уговорить партнёра пользоваться презервативом;
  + с тех пор как в 1981 году в Нью-Йорке был зарегистрирован первый случай заболевания СПИДом от внутривенного употребления наркотиков, этим путём в мире было инфицировано свыше 3,5 млн человек.

**ВИЧ не передается:**

* + при кашле и чихании;
  + через пищу и посуду;
  + при обычных медицинских осмотрах;
  + через объятия, поцелуи и рукопожатия;
  + через укусы насекомых;
  + через воду, в том числе при плавании в бассейнах и естественных водоёмах;
  + при пользовании общим туалетом.

**ПОМНИ!**

**Предметы, повреждающие кожу, могут привести к заражению, поэтому делать татуировки – опасно. Соприкосновение кровоточащих ран и порезов с инфицированными предметами – опасно. Испачканные кровью иглы, шприцы, колющие и режущие предметы могут быть инфицированы. Лучше их не трогать. Предметы, повреждающие кожу, могут привести к заражению, поэтому самостоятельно прокалывать уши не рекомендуется.**