**Газета «Медицина для Вас» № 04 от 14.06.2023г**

**Почему в XXI веке стоит перестать бояться диагноза ВИЧ**

С тех пор, как в 1983 году ученые открыли вирус иммунодефицита человека, прошло почти 40 лет. Сегодня диагноз “ВИЧ-инфекция” не приговор, а благодаря открытию высокоактивной антиретровирусной терапии само заболевание перешло в разряд контролируемых. Однако страхи и предрассудки, связанные с ВИЧ и его терминальной стадией - СПИДом, живы и сейчас. Причина - в нехватке знаний. Именно это приводит к тому, что люди, получившие положительный тест, воспринимают диагноз трагически, а общество стигматизирует ВИЧ-инфицированных.

Ученые установили, что ВИЧ - ретровирус, который поражает клетки иммунной системы и делает организм уязвимым для внешних агентов, атакующих иммунитет. Иммунодефицит, развивающийся в результате заражения ВИЧ-инфекцией, приводит к повышенному риску возникновения у человека ряда заболеваний, которым здоровая иммунная система может противостоять. ВИЧ-инфицированные заболевают туберкулезом в сто раз чаще здоровых людей. Кроме того, у них чаще развиваются онкология и оппортунистические инфекции - заболевания, вызванные условно-патогенными вирусами, бактериями или простейшими. К таким, например, относятся герпес, кандидоз и вирус папилломы человека.

На протяжении многих лет информация о смертельной опасности заболевания вызывала панику и порождала мифы. В то же время очевидная опасность болезни заставила ученых всего мира сплотиться и начать поиски эффективной терапии.

Сегодня, когда с ВИЧ-инфекцией в мире живет более 38 миллионов человек, такая терапия существует и доступна во многих странах. Речь об антиретровирусной терапии (АРВТ). И, хотя препарат для полного излечения от вируса еще не изобрели, благодаря современным лекарствам заболевание перешло в разряд полностью контролируемых. ВИЧ-положительный человек, принимая назначенные врачом препараты, живет обычной жизнью.

**Путь к одной таблетке**

ВИЧ стал контролируемой хронической инфекцией, а люди, которые получают лекарства, перестают умирать от СПИДа. Вирусная нагрузка у людей, принимающих антиретровирусную терапию, снижена до неопределяемого уровня, они могут создавать семьи с ВИЧ-отрицательными партнерами, рожать здоровых детей, что было невозможно представить себе еще в 80-е годы. И теперь в лечении таких пациентов появилась новая цель: предоставить людям, живущим с ВИЧ, максимально удобные препараты, которые не будут влиять на их жизнь, позволят свести риск развития резистентности (невосприимчивости к терапии) и появления побочных эффектов к минимуму.

Другим большим достижением фармацевтики стала разработка препаратов по типу “два или три в одном”, в которых сочетаются лекарства разных групп.

Эти лекарства эффективны по нескольким причинам. Прежде всего, такая схема намного удобнее: человек пьет всего одну таблетку в день и может выбирать комфортное для себя время приема, не нужно подстраивать весь день под график терапии. Кроме того, риск забыть выпить одну таблетку намного ниже, а процент пациентов, которые придерживаются лечения, выше. И, конечно, большинство новых препаратов вызывают меньше побочных эффектов. Масштабное применение АРВТ помогло предотвратить около 7,8 миллиона смертей. Меняется и тактика лечения: если поначалу врачи назначали терапию пациентам с высокой вирусной нагрузкой, то теперь, согласно новым клиническим рекомендациям ВОЗ, лечение должны получать все в кратчайшие сроки после постановки диагноза “ВИЧ-инфекция”.

На современном этапе перед медициной стоят новые задачи: добиться полного освобождения от вируса. Кроме того, мировое медицинское сообщество ждет появления первых препаратов инъекционной терапии пролонгированного действия. Их разработка началась в 2010-х. Они позволят заменить ежедневный прием таблеток инъекционным введением лекарства раз в два месяца, что еще больше упростит лечение.

**Правда или ложь**

Столкнувшись с диагнозом впервые, люди ищут информацию в Интернете и находят непроверенные и устаревшие данные, а иногда и откровенную ложь. Движение ВИЧ-диссидентов распространяет информацию о бесполезности лечения: по их мнению, терапия приводит к проблемам со здоровьем и даже летальным исходам. Проблема в том, что доступной информации о высокоактивной антиретровирусной терапии не так много или написана она сложным наукообразным языком. В результате люди до сих пор верят мифам, связанным с ВИЧ и АРВТ.

**1. ВИЧ-положительные люди не могут иметь отношений с ВИЧ-отрицательными людьми, потому что могут инфицировать близких.**

Иногда люди боятся подойти к ВИЧ-инфицированному, обнять его. На самом деле ВИЧ не распространяется воздушно-капельным путем и через общие предметы быта. Вирус иммунодефицита человека передается исключительно через кровь, сперму, материнское грудное молоко и другие биологические жидкости. При этом, если ВИЧ-инфицированный принимает назначенные лекарства правильно, при достижении неопределяемой вирусной нагрузки он не заразит партнера даже при незащищенном сексе. Иногда достичь полной неопределяемости вируса можно за две недели терапии, однако считается, что человек не передает ВИЧ только спустя полгода после первого анализа с неопределяемой нагрузкой. Однако даже в этом случае не стоит отказываться от средств барьерной контрацепции: они защищают от многих других заболеваний.

**2. ВИЧ-положительным нельзя иметь детей.**

Сегодня многие пары с положительным статусом ВИЧ имеют здоровых детей. По статистике, если ВИЧ-положительная женщина соблюдает рекомендации врачей во время беременности, шансы родить здорового младенца составляют 98-99%. При отсутствии же противовирусной профилактики у беременной во время родов и в течение первого времени жизни ребенка ВИЧ передается в 20-40% случаев. Если у беременной впервые выявляют ВИЧ, ей сразу же назначают антиретровирусные препараты для профилактики перинатальной передачи вируса: женщине - в периоды беременности и родов, ребенку - в течение первых четырех недель жизни. Кроме того, новорожденного переводят на искусственное вскармливание сразу после рождения, чтобы минимизировать риск заражения.

**3. От ВИЧ умирают.**

Сегодня мировая медицина считает ВИЧ хронической инфекцией, поддающейся контролю. Опыт показал, что, если принимать современные препараты, ВИЧ-положительные люди живут столько же, сколько в среднем обычный человек.

Люди с ВИЧ-инфекцией могут принимать антиретровирусные препараты и вести нормальный образ жизни, пока ученые придумывают лекарство, способное раз и навсегда остановить вирус.

**4. ВИЧ распространен только внутри традиционных групп риска.**

Последний, но самый важных миф. ВИЧ вышел за пределы традиционных групп риска - людей, употребляющих инъекционные наркотики, представителей ЛГБТ-сообщества и секс-работниц. Более 60% новых случаев инфицирования связаны с гетеросексуальными контактами. Поэтому каждый человек должен ответственно относиться к своему здоровью и здоровью близких: использовать барьерные средства контрацепции и регулярно, раз в полгода-год, сдавать анализ на ВИЧ. Часто передача вируса происходит именно из-за незнания своего статуса и несвоевременного начала приема антиретровирусных препаратов.

**ГККП «Центр по профилактике ВИЧ-инфекции» акимата г. Астаны**

**Корчева О.Б.,**

**помощник эпидемиолога**

**отдела эпиднадзора за ВИЧ-инфекцией**