



**Организация
профилактической работы
по вопросам ВИЧ-инфекции
и пропаганде здорового образа жизни
в трудовом коллективе**

ВИЧ-инфекция – это инфекционное заболевание человека с поражением иммунной системы, присоединением вторичных (оппортунистических) инфекций (туберкулез, пневмония и др.), образованием опухолей и прогрессирующим поражением нервной системы, приводящих инфицированных к летальному исходу.

СПИД – синдром приобретенного иммунного дефицита – последняя стадия ВИЧ-инфекции, наступающая через определенный период времени (6-12 лет) от момента заражения.

Инфицированные ВИЧ в течение 2-7 лет не имеют проявлений болезни, но являются источником заражения для других лиц.

ПУТИ ПЕРЕДАЧИ И ФАКТОРЫ РИСКА ВИЧ-ИНФЕКЦИИ

1. Половой путь реализуется через незащищенные половые контакты (без презерватива) с ВИЧ-инфицированным партнером. Среди всех возможных способов передачи ВИЧ половой контакт остается основным. Предпосылкой для этого служит непосредственный контакт с биологическими жидкостями, содержащими вирус. Наиболее высокие концентрации вирусных частиц обнаруживаются в крови и семенной жидкости. Риск заражения партнерши при половом контакте существенно возрастает, если у партнера выраженный иммунодефицит или симптоматическая стадия ВИЧ-инфекции. Важно отметить, что точный расчет вероятности заражения после полового контакта с ВИЧ-инфицированным партнером невозможен.

Установлено, что риск заражения ВИЧ при половых контактах с ВИЧ-инфицированным, который получает антиретровирусную терапию, невысок. При условии, если он строго соблюдает режим приема препаратов, регулярно проходит медицинские обследования и у него отсутствуют любые симптомы других заболеваний, передающихся половым путем.

Женщины более подвержены риску заражения ВИЧ-инфекцией. Вероятность заражения женщины от мужчины при половом контакте в 2-2.5 раза выше, чем мужчины от женщины.

Это объясняется следующим:

- ✓ объем семенной жидкости в 2-4 раза больше, чем количество выделяемого женщиной секрета, а значит больше и количество попадаемых в женский организм вирусных частиц;
- ✓ площадь поверхности, через которую вирус может проникнуть внутрь, у женщины значительно больше;
- ✓ в семенной жидкости ВИЧ содержится в большей концентрации, чем в секретах влагалища;
- ✓ гигиенические процедуры после полового контакта у мужчин провести легче и они более эффективны, чем у женщины.

2. Парентеральный путь – заражение через кровь.

- Необходимо осторожно обращаться с чужой кровью – например, в случае пореза или кровотечения избегать попадания ее в глаза, в рот, на незажившие ранки или царапины. Через кровь передается не только ВИЧ, но и многие другие опасные инфекции – например, вирусный гепатит С.

- Заражение может произойти при переливании крови от ВИЧ-инфицированных доноров или при использовании нестерильного медицинского инструментария. Но сейчас это практически исключено, благодаря мерам безопасности (одноразовый инструментарий, современные методы дезинфекции и стерилизации, карантинизация донорской крови).

- Наиболее часто происходит заражение при внутривенном употреблении наркотиков: при использовании общих шприцев, игл, общей посуды, общего фильтра.

- Также есть опасность заражения ВИЧ-инфекций в процессе нанесения татуировки и при пирсинге, особенно если это делать не в специальных салонах.

- Заразиться можно через общую бритву и зубную щетку.

Если чужая кровь попала на неповрежденную кожу нужно вымыть этот участок мылом, а потом обработать спиртом, при попадании крови на поврежденную кожу необходимо провести обработку 70% спиртом, смазать йодом и обратиться в медицинское учреждение.

3. Вертикальный путь – от ВИЧ-инфицированной матери ребенку во время беременности, родов и при грудном вскармливании. Вероятность рождения ВИЧ-инфицированного ребенка от ВИЧ-инфицированной матери при отсутствии профилактических мер составляет 30-50%. При получении беременной женщиной антиретровирусной профилактики частота передачи ВИЧ от матери ребенку снижается до 1–2%.

Как нельзя заразиться ВИЧ:

- через чихание, кашель, поэтому пребывание в одном помещении с инфицированным человеком неопасно;

- через укусы насекомых;

- при использовании общей посуды, полотенец, постельного белья, телефона, канцелярских принадлежностей, ванны, унитаза и т.д.;

- при объятиях, рукопожатиях, поцелуях.

Общение с ВИЧ-инфицированным человеком неопасно, если исключить секс без презерватива и совместное употребление наркотиков.

Зачем знать свой ВИЧ-статус?

ВИЧ-статус – это наличие или отсутствие ВИЧ-инфекции у человека.

Знать свой ВИЧ-статус важно для того, чтобы:

- выяснить причину плохого самочувствия и (или) получить информацию о состоянии своего здоровья;

-
- снизить риск передачи вируса другому человеку;
 - своевременно начать антиретровирусную терапию;
 - подготовиться к наступлению беременности, планировать рождение и воспитание здоровых детей;
 - поддержать иммунную систему и не допустить стадии СПИД.

Многие люди, живущие с ВИЧ, не знают об этом. У них нет никаких симптомов, вирус никак не проявляет себя. Тестирование дает два больших преимущества – вы сможете точно узнать свой статус и принять необходимые меры:

- если ваш ВИЧ-статус окажется отрицательным, то вы сможете позаботиться о том, чтобы в дальнейшем защитить от инфекции себя и своих близких;
- если ваш ВИЧ-статус окажется положительным, то вы сможете получить доступ к специальному лечению, изучить способы поддержания собственного здоровья, а также оградить от заражения близких людей.

Факторы, увеличивающие риск инфицирования для некоторых групп работников.

Некоторые ситуации на рабочих местах создают повышенный риск инфицирования, хотя главной причиной все же остается не профессия, а поведение человека. Ниже приводится список таких ситуаций:

- работа, связанная с мобильностью, особенно с необходимостью регулярно выезжать из дома от супругов или партнеров;
- работа в замкнутом географическом пространстве с ограниченными возможностями общения и получения медицинской помощи;
- работа и проживание в исключительно мужском коллективе;
- ситуации, при которых работник не имеет возможности обеспечить себе защиту от инфекции;
- преимущественно мужская работа, где женщины составляют меньшинство;
- работа, предполагающая наличие производственного риска, такого, как контакт с кровью, компонентами крови и другими жидкостями организма человека, травмы медицинскими иглами, контакты с инфицированной кровью, случаи несоблюдения всеобщих мер предосторожности и (или) использования непригодного оборудования.

К этому списку можно добавить ситуации, не связанные с трудовой занятостью, при которых безработные, мигранты, не имея работы и чувствуя себя покинутыми всеми, могут добровольно или по принуждению вступить в случайные половые отношения, тем самым подвергая себя угрозе инфицирования ВИЧ. Особенно это касается молодых одиноких женщин.

ЛЕЧЕНИЕ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ

Антиретровирусные препараты для лечения ВИЧ-инфекции помогают снизить количество вируса в крови и увеличить число иммунных (защитных) клеток, улучшая состояние здоровья пациента. Рекомендуется ежегодное профилактическое обследование населения на ВИЧ-инфекцию с целью раннего ее выявления и своевременного назначения антиретровирусной терапии. Медикаментозные препараты

для излечения от ВИЧ-инфекции и вакцина для предупреждения заражения ВИЧ сегодня отсутствуют.

Профилактика. Здоровый образ жизни. Отказ от употребления алкоголя и других психоактивных веществ, которые не позволяют человеку вести себя адекватно, что не исключает незащищенные половые контакты.

Профилактика предполагает создание препятствия на пути вируса в виде использования презервативов, защитных средств и инструментария, например, перчаток и масок (там, где это необходимо), использование только стерильных игл и инструментов для прокалывания кожи. Вирус погибает при использовании дезинфицирующих средств и при кипячении.

Результаты исследования оценки уровня информированности населения по вопросам ВИЧ-инфекции позволяют сделать вывод, что уровень информированности по проблеме ВИЧ/СПИД средний:

- Установки на безопасное поведение в области профилактики ВИЧ-инфекции недостаточны.
- Исходя из анализа ответов, можно говорить об общественной норме, направленной на социальную изоляцию инфицированных, так как стереотипы и мифы о ВИЧ-инфекции выступают весомым приоритетом в сознании граждан.

Необходимо продолжать активное информирование населения по повышению знаний о ВИЧ-инфекции для устранения ошибочных мнений по формированию установок на безопасное поведение

На каждом предприятии должна быть сформирована четкая система работы по профилактике ВИЧ-инфекции от назначения кураторов и планирования, до проведения мероприятий по данной проблеме, в том числе с участием представителей организаций здравоохранения.

В данном методическом материале предложен примерный алгоритм профилактической работы в трудовом коллективе по вопросам ВИЧ-инфекции и пропаганде здорового образа жизни.

РУКОВОДИТЕЛЯМ ПРЕДПРИЯТИЙ, УЧРЕЖДЕНИЙ, ОРГАНИЗАЦИЙ:

1. на предприятии, в учреждении, организации **назначается куратор по вопросам профилактики ВИЧ-инфекции** для организации эффективной работы по указанной проблеме.

2. ежегодно разрабатывается **ведомственный план работы** по пропаганде здорового образа жизни и профилактике ВИЧ-инфекции. Проводится анализ его выполнения (*Приложение 1*);

3. включать в планы работы в трудовых коллективах раздел «Забота о здоровье трудового коллектива», с проведением мероприятий лабораторно- диагностических услуг для членов трудового коллектива без отрыва от производства;

4. каждое предприятие должно иметь **информационный материал** (памятки, плакаты, буклеты), тематический стенд, «уголки здоровья» по указанной тематике. Обеспечивать на постоянной основе информационным материалом по профилактике ВИЧ-инфекции все рабочие места;

5. проводятся **мероприятия** к Единым Дням здоровья, Всемирному Дню профилактики СПИДа, Дню памяти жертв СПИДа;

6. организуются в трудовых коллективах **обучающие занятия, семинары**, тематические встречи, совещания, «круглые столы», лекции, видеопказы, радиовыступления по радиоточке по проблеме ВИЧ-инфекции и другим инфекционным заболеваниям, пропаганде здорового образа жизни;

7. проводится **тематическая подписка** на газеты и журналы по вопросам ВИЧ-инфекции и пропаганде здорового образа жизни;

8. использование **профилактической информации** по вопросам ВИЧ/СПИД **собственного производства** – обратная сторона расчетных листков на зарплату;

9. размещение на информационных стендах информацию о возможности и порядке обследования на ВИЧ-инфекцию, в том числе анонимно, и получении консультации по данной проблеме;

ПРИКАЗ (ОБРАЗЕЦ) (приложение1)

«___» _____ 20___ г. № _____

О назначении ответственного
за проведение работы
по профилактике ВИЧ-инфекции

В целях организации работы по профилактике ВИЧ-инфекции, повышения информированности работников предприятия по вопросам сохранения и укрепления здоровья

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Назначить **ответственным** за проведение работы по профилактике ВИЧ-инфекции (ответственное лицо) _____ и обеспечить проведение мероприятий, направленных на информирование работников по профилактике ВИЧ-инфекции, по вопросам сохранения и укрепления здоровья.

2. Ответственному за организацию работы по профилактике ВИЧ-инфекции разработать план работы на _год и обеспечить его выполнение.

Директор предприятия

**ПЛАН (примерный)
работы предприятия (организации, учреждения) по профилактике ВИЧ-инфекции
и социально опасных болезней, пропаганде здорового образа жизни
в трудовом коллективе (приложение 2)**

№ п/п	Наименование мероприятия	Исполнитель	Срок исполнения
1.	Назначить приказом руководителя ответственное лицо за организацию работы по профилактике ВИЧ-инфекции и пропаганду здорового образа жизни в трудовом коллективе		
2.	Совместно с ОГБУЗ «Белгородский центр профилактики и борьбы со СПИД» организовать учебу ответственного за профилактическую работу		
3.	Пропагандировать в трудовом коллективе здоровый образ жизни силами ведомственных медработников, специалистов муниципальных ЦРБ		
4.	Создать систему морального и материального стимулирования работников, ведущих здоровый образ жизни и отказывающихся от вредных привычек, поощрения семейного воспитания, отдыха и спорта		
5.	Предусматривать в планах социально-экономического развития денежные средства для проведения мероприятий по профилактике ВИЧ-инфекции и пропаганде ЗОЖ		
6.	Организовывать тематические встречи с врачами ОГБУЗ «Белгородский центр профилактики и борьбы со СПИД» (лекции, беседы и др.)		
7.	Обеспечить оформление и поддержание актуальной информации на информационных стендах, информационных уголках по профилактике ВИЧ-инфекции, социально опасных болезней, пропаганде ЗОЖ на проходных, в местах отдыха трудового коллектива		
8.	Ежегодно издавать за счет собственных средств информационный материал по профилактике ВИЧ-инфекции и пропаганде ЗОЖ		
9.	Систематически размещать на сайте актуальную и достоверную информацию о ВИЧ-инфекции (использовать раздел «новости» официального сайта ОГБУЗ «Белгородский центр профилактики и борьбы со СПИД»).		

** План может быть расширен, дополнен или изменен с учетом специфики работы предприятия (мужской или женский коллектив, вахтовый или разъездной методы работы и т.д.).*

**Варианты рекламных строк
по профилактике ВИЧ-инфекции для размещения
на листовках по заработной плате (приложение 3)**

- ВИЧ-реальность! Случайные связи – угроза счастливой жизни. Ваших будущих детей.
- ВИЧ-реальность! Безопасное поведение – правильный выбор!
- ВИЧ-реальность! Сохрани верность. Сбереги любовь и семью!
- ВИЧ-реальность! Сохраняя верность семье, вы защищаете свое будущее.
- ВИЧ-реальность! Знать, думать, помнить, жить.
- ВИЧ-реальность! Здоровый я - здоровая страна!
- ВИЧ-реальность! Здоровье – мой выбор! Моя жизнь – в моих руках
- ВИЧ-реальность! Главное оружие против ВИЧ – любовь и верность!
- ВИЧ-реальность! Береги свою жизнь и наше будущее!

ПОСЛАНИЕ

Какие бы отношения не связывали с партнером, всегда есть смысл сохранять верность, соблюдать правила безопасного сексуального поведения. Рискованное сексуальное поведение может привести к инфицированию ВИЧ. Узнай больше о ВИЧ/СПИДе – это даст уверенность в сохранении своего здоровья и здоровья своих близких. Если есть хоть какие-то причины сомневаться в своем ВИЧ-статусе, следует пройти тестирование на ВИЧ.

Анкета для тестирования**уровня информированности населения о ВИЧ-инфекции**

Просим Вас принять участие в социологическом исследовании, посвященном выявлению информированности различных групп населения по вопросам ВИЧ-инфицирования. От искренности и полноты Ваших ответов будет зависеть обоснованность рекомендаций по улучшению существующей ситуации. *При ответах на заданные вопросы выберите те варианты ответа, которые в наибольшей степени соответствуют Вашему мнению, и их номер обведите в кружок.* Убедительно просим отвечать искренне, самостоятельно, не пропуская вопросы, руководствуясь конкретными указаниями, содержащимися в тексте анкеты. Анонимность Ваших ответов гарантируется. Будут использованы только обобщенные данные.

1. Как бы Вы охарактеризовали ВИЧ-инфекцию? (выберите один ответ)

	Шифр
1. ВИЧ-инфекция – это вирусное заболевание, имеющее особенности течения и специфические способы передачи от человека к человеку.	
2. ВИЧ-инфекция – это афера, не имеющая ничего общего с действительностью.	
3. Затрудняюсь ответить.	

2. Может ли проблема ВИЧ-инфекции коснуться Вас лично? (один ответ)

	Шифр
1. Да, может	
2. Нет, не может (я контролирую свою безопасность)	
3. Затрудняюсь ответить	

3. Какое влияние на организм человека оказывает ВИЧ-инфекция? (один ответ)

	Шифр
1. Разрушает свертывающую систему крови	
2. Вызывает нарушения пищеварения	
3. Разрушает иммунную систему	
4. Вызывает разрушения костной ткани	
5. Не влияет на здоровье	
6. Затрудняюсь ответить	

4. Отметьте известные Вам пути передачи ВИЧ-инфекции (выберите все варианты ответов, соответствующие Вашей точке зрения)

	Шифр
1. Курение (передача сигареты другому лицу)	
2. Плавание в бассейне	
3. Использование для инъекций общих (не одноразовых или нестерильных) игл и шприцев	
4. Через поцелуи	
5. От матери к ребёнку (во время беременности, родов)	
6. От матери к ребёнку (через грудное молоко)	
7. При рукопожатии	
8. Незащищённые половые контакты с человеком, ВИЧ-статус которого неизвестен	
9. Использование нестерильного оборудования для пирсинга и татуировок	
10. Укусы насекомых	
11. Использование общих бритвенных или маникюрных принадлежностей	
12. При проведении медицинских манипуляций (переливание крови и др.)	
13. Затрудняюсь ответить	

5. Какие биологические среды являются наиболее опасными при передаче ВИЧ-инфекции? (выберите все варианты ответов, соответствующие Вашей точке зрения)

	Шифр
1. Кровь	
2. Слюна	
3. Сперма	
4. Вагинальный секрет	
5. Пот, слезы и другие выделения	
6. Грудное молоко	
7. Затрудняюсь ответить	

6. Кто, по Вашему мнению, входит в группы с наиболее высоким риском заражения и передачи ВИЧ-инфекции? (выберите все варианты ответов, соответствующие Вашей точке зрения)

	Шифр
1. Студенты, учащаяся молодежь	
2. Медицинские работники, работающие с биологическими средами пациентов	
3. Лица, имеющие случайные сексуальные связи	
4. Лица, употребляющие инъекционные наркотики	
5. Лица с нетрадиционной сексуальной ориентацией	
6. Пациенты стоматологических учреждений	
7. Клиенты маникюрных и педикюрных салонов (кабинетов)	
8. Лица, предоставляющие коммерческие сексуальные услуги	
9. Затрудняюсь ответить	

7. Как можно обнаружить ВИЧ-инфекцию у человека? (один ответ)

	Шифр
1. По внешнему виду	
2. При сдаче анализа крови на ВИЧ-инфекцию	
3. Затрудняюсь ответить	

8. Предшествует ли заболеванию скрытый период, когда внешних проявлений нет, а человек уже является вирусоносителем и может заражать других людей? (один ответ)

	Шифр
1. Да, такой период есть	
2. Нет	
3. Затрудняюсь ответить	

9. Всегда ли ВИЧ-инфекция переходит в хроническое заболевание? (один ответ)

	Шифр
1. Да	
2. Нет	
3. Затрудняюсь ответить	

10. Может ли ВИЧ-инфицированная женщина родить здорового ребенка? (один ответ)

	Шифр
1. Нет, ни при каких условиях	
2. Да, если регулярно принимает лекарства по предписанию врача	
3. Затрудняюсь ответить	

11. Как Вы считаете, есть ли лекарства, способные улучшить и продлить жизнь ВИЧ-инфицированному человеку? (один ответ)

	Шифр
1. Да, есть	
2. Нет, таких лекарств не существует	
3. Затрудняюсь ответить	

12. Чем характеризуется процесс лечения при ВИЧ-инфицировании? (один ответ)

	Шифр
1. Одномоментным введением лекарственного препарата и быстрым излечением	
2. Лечение в течение 5 - 7 дней (как при любой другой инфекции)	
3. Длительным (в течение многих лет) и скрупулезным (без перерыва) приемом назначенных врачом препаратов	
4. Затрудняюсь ответить	

13. Располагаете ли Вы достоверными сведениями об уровне распространенности ВИЧ-инфекции на территории Вашего проживания? (один ответ)

	Шифр
1. Да	
2. Нет	
3. Затрудняюсь ответить	

14. Какие, по Вашему мнению, меры следует предпринять в случае опасности заражения ВИЧ-инфекцией? (выберите все варианты ответов, соответствующие Вашей точке зрения)

	Шифр
1. Применить гигиенические процедуры	
2. Пройти незамедлительное обследование на ВИЧ-инфекцию	
3. Пройти неоднократное обследование на ВИЧ-инфекцию	
4. Ожидать каких-либо внешних проявлений (ухудшения самочувствия, кожных высыпаний, подъема температуры и др.)	
5. Затрудняюсь ответить	

15. Можно ли снизить риск инфицирования ВИЧ при постоянном использовании презервативов во время сексуальных контактов? (один ответ)

	Шифр
1. Да	
2. Нет	
3. Затрудняюсь ответить	

16. Знаете ли Вы, куда в случае необходимости надо обратиться, чтобы сдать анализ на ВИЧ-инфекцию? (один ответ)

	Шифр
1. Да	
2. Нет	
3. Затрудняюсь ответить	

17. Настроены ли Вы толерантно по отношению к вирусоносителям? (один ответ)

	Шифр
1. Да	
2. Нет	
3. Затрудняюсь ответить	

18. Каким источникам информации о ВИЧ-инфекции Вы склонны доверять в наибольшей степени? (можно отметить несколько ответов)

	Шифр
1. Окружающие люди (родители, друзья, знакомые, однокурсники, коллеги)	
2. Средства массовой информации (интернет и др.)	
3. Медицинские работники	
4. Преподаватели	
5. Сотрудники, работающие на телефоне доверия Центра СПИД	
6. Затрудняюсь ответить	

19. Нуждаетесь ли Вы в углубленной информации по ВИЧ-инфекции? (один ответ)

	Шифр
1. Да	
2. Нет	
3. Затрудняюсь ответить	

20. Значима ли для Вас регулярность получения информации о ситуации с распространенностью ВИЧ-инфекции и методах борьбы с ней? (один ответ)

	Шифр
1. Да	
2. Нет	
3. Затрудняюсь ответить	

21. Ваши пожелания и предложения по повышению информированности населения в вопросах ВИЧ-инфекции? (напишите) _____

Далее сообщите, пожалуйста, некоторые сведения о себе.

22. Пол	1. Мужской
	2. Женский
23. Возраст	1. до 20 лет
	2. 20-29 лет
	3. 30-39 лет
	4. 40-49 лет
24. Образование	1. Среднее общее
	2. Среднее специальное
	3. Высшее; незаконченное высшее (с 4-го курса вуза)
25. Занятость	1. Работа постоянная
	2. Работа временная
	3. Учащийся, студент
	4. Занят домашним хозяйством, нахожусь в декретном отпуске, отпуске по уходу за ребенком
	5. Самозанятость; фрилансер (свободный художник, свободный работник)

	б. Временно не работаю, безработный
26. Как Вы оцениваете свое материальное положение?	1. Хорошее
	2. Удовлетворительное
	3. Плохое
	4. Очень плохое

Благодарим за участие в исследовании!

Единственный надежный метод убедиться в отсутствии ВИЧ-инфекции – пройти тестирование на антитела к ВИЧ сразу после того, как вы подверглись риску инфицирования (вступали в сексуальные контакты без использования презерватива, либо употребляли инъекционные наркотики) и спустя 3, 6 и 12 месяцев после ситуации, связанной с риском инфицирования.

ОБСЛЕДОВАТЬСЯ
на ВИЧ-инфекцию
в том числе, анонимно.

КОНСУЛЬТАЦИЮ
по вопросам ВИЧ-СПИД можно получить
по телефону