

## 21 мая – Международный день памяти людей, умерших от СПИДа



Ежегодно в третье воскресенье мая вспоминают людей, умерших от СПИДа. Международный день памяти проводится с целью выразить солидарность с людьми, живущими с ВИЧ, информировать общество о профилактике заболевания, заставить задуматься о том, что проблема ВИЧ-инфекции может коснуться каждого из нас. Эта социально-значимая дата является самым продолжительным общественным событием в области ВИЧ/СПИДа, отмечается она более чем в 75 странах мира в 40-й раз.

Впервые Международный День памяти людей, умерших от СПИДа, был проведен в 1983 г. в американском городе Сан-Франциско. В 80-е годы стремительно увеличивалось количество новых случаев ВИЧ-инфекции, в том числе нарастала смертность от СПИДа (синдрома приобретенного иммунодефицита). СПИД – это последняя, наиболее тяжелая стадия ВИЧ-инфекции.

Согласно мировой статистке за весь период наблюдения от сопутствующих ВИЧ/СПИДу заболеваний и состояний умерло 36,3 (от 27,2 до 47,8) млн. человек. Вместе с тем, благодаря достижениям современной медицины такое заболевание как ВИЧ-инфекция больше не является смертельным приговором. Вовремя начав *лечение антиретровирусными препаратами* и следуя всем указаниям врача, люди, живущие с ВИЧ (далее ЛЖВ), могут прожить долгую и полноценную жизнь. Качество жизни ВИЧ-позитивных людей благодаря этим лекарственным препаратам почти ничем не отличается от качества жизни людей без ВИЧ.

Одним из знаков памяти и солидарности с людьми, которых затронула проблема ВИЧ/СПИДа, является красная лента, которую в 1991 году предложил в качестве символа художник Франк Мур. И в настоящее время в этот день люди прикрепляют к своей одежде *красные ленточки*.

В День памяти существует *традиция шитья квилтов — памятных полотен, лоскутных картин на ткани, посвященных памяти близких людей*. Эта традиция зародилась с 1987 г., когда активист Клив Джонс предложил создать лоскутное одеяло в память обо всех людях, умерших от СПИДа.

В настоящее время распространение ВИЧ-инфекции в основном происходит за счет *полового пути передачи – до 78%*. 3/4 всех случаев регистрируется среди лиц в возрасте от 30 до 49 лет. *В структуре заболевших на каждые 10 человек приходится 6 мужчин*. В социальной структуре ВИЧ-положительных лиц, среди впервые выявленных лиц, каждый второй ВИЧ-положительный человек относился к работающему населению (рабочие, служащие, ИП).

*Сегодня звучит призыв к тестированию на ВИЧ*. Важно понимать, что любой человек вне зависимости от пола, социального статуса, уровня дохода и образования по тем или иным причинам может быть инфицирован ВИЧ и долгое время даже не догадываться об этом. Своевременное выявление вируса дает возможность бороться за качество и продолжительность жизни каждого отдельно взятого человека.

Одним из наиболее значимых аспектов ВИЧ-инфекции является *проблема преодоления стигмы, связанной с ВИЧ*. *Стигма* (от греч. στίγμα ‘знак, пятно, отметина’ и англ. stigma ‘клеймо, ярлык’) — это предвзятое, негативное отношение, придание каких-либо особых свойств или признаков. Стигма чаще всего базируется на неверных представлениях о заболевании, предрассудках и страхах.

Стигма по отношению к ВИЧ-положительным людям является *серьезной проблемой, как психологического, так и медико-социального характера*, что может проявляться в низкой приверженности к лечению (или отказу от лечения) и медицинскому наблюдению.

В обществе стигма преимущественно выражается не в физическом насилии, а в негативном эмоционально-психологическом воздействии со стороны других людей (например, устные негативные высказывания). Такие действия во многом формируют отрицательные эмоции, которые испытывают по поводу своего «+» статуса люди, живущие с ВИЧ (стыд, страх, изоляция от общества, боязнь раскрытия ВИЧ-положительного статуса, увольнения с работы).

*Неблагоприятные последствия стигмы:*

- развитие у людей, живущих с ВИЧ, личной (или внутренней) стигматизации – предубеждений против самих себя, что может привести к отказу от лечения и прогрессированию заболевания;
- распространение ВИЧ-инфекции среди населения по причине низкой обращаемости за услугами по профилактике ВИЧ;
- отказ от тестирования на ВИЧ (например, из-за страха перед реакцией окружающих люди боятся узнать, инфицированы они или нет);
- неприятие и умалчивание проблемы (ошибочное мнение о том, что «ВИЧ-инфекция – это проблема маргинальных слоев населения»).

Устранение стигмы в отношении ВИЧ-положительных людей позволяет разрушить психологический барьер, препятствующий тестированию на ВИЧ, создать условия для своевременного обращения за помощью и лечением, для изменения поведения, уменьшить необоснованные страхи и нормализовать отношения между людьми.

**Если у Ваших друзей или близких оказался ВИЧ, не отворачивайтесь от них. Будьте с ними деликатны, не стесняйтесь говорить об этой проблеме. Ваша поддержка им просто необходима!**

Сегодня профилактика ВИЧ-инфекции носит комплексный характер и направлена на формирование ответственного отношения к своему здоровью и приверженности здоровому образу жизни в целом.

### **Что надо делать, чтобы не инфицироваться ВИЧ?**

- будьте верны друг другу в паре;
- используйте презерватив при сексуальных контактах, если не знаете ВИЧ-статус партнера;
- не пробуйте наркотики – никакие и нигде;
- если вы употребляете наркотики – откажитесь от их употребления, если не получается – пользуйтесь только одноразовыми стерильными шприцами, иглами, растворами для инъекций;
- татуировки и пирсинг делайте только в специализированных салонах.

Традиционно в Международный День памяти людей, умерших от СПИДа, проводятся различные информационно-образовательные мероприятия, в храмах проходят поминальные богослужения.

Врач-эпидемиолог службы  
главного врача-диетолога

О.И. Кондратова