

ВСЕМИРНЫЙ  
ДЕНЬ БОРЬБЫ  
СО СПИДОМ

1 ДЕКАБРЯ 2018

30 ЛЕТ

# ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ТЕСТИРОВАНИИ НА ВИЧ

ЖИВИ  
ПОЗИТИВНО

Узнай свой ВИЧ-статус



---

# 30 ЛЕТ СОВМЕСТНЫХ ДЕЙСТВИЙ ПРОШЛО СО ВРЕМЕНИ ПЕРВОГО ВСЕМИРНОГО ДНЯ БОРЬБЫ СО СПИДОМ 1 ДЕКАБРЯ 1988 ГОДА.

Глобальная приверженность цели покончить с эпидемией СПИДа позволила достичь значительного прогресса. В 2017 году около 75 % людей, живущих с ВИЧ, знали свой ВИЧ-статус, и 59 % из них получали лечение.

Однако количество новых случаев ВИЧ-инфекции снижается недостаточно быстро, и, несмотря на доступность высококачественного и эффективного лечения, слишком много людей все еще умирают от болезней, связанных со СПИДом. Сегодня 36,9 миллиона мужчин, женщин и детей, живут с ВИЧ во всем мире. Это больше, чем когда-либо прежде. Четверть из них не знает, что у них есть вирус.

Люди, живущие с ВИЧ, не должны умирать от СПИДа, а людей, у которых нет ВИЧ-инфекции, следует обеспечить знаниями и средствами профилактики ВИЧ, необходимыми для того, чтобы их статус оставался отрицательным.

## **Всемирный день борьбы со СПИДом — 2018**

В 2018 году Всемирный день борьбы со СПИДом посвящен тестированию на ВИЧ. Тестирование на ВИЧ позволяет действовать: получить лечение, если у вас ВИЧ-инфекция, или защитить себя, если у вас ВИЧ-инфекции нет. Знание вашего ВИЧ-статуса дает вам возможность контролировать свое здоровье и благополучие.

**В 2017:**

**36,9 МЛН ЧЕЛОВЕК В МИРЕ  
ЖИЛИ С ВИЧ.**

---

**ЧЕТВЕРТЬ ВСЕХ ЛЮДЕЙ,  
ЖИВУЩИХ С ВИЧ (9,4 МЛН), НЕ  
ЗНАЛИ, ЧТО У НИХ ЕСТЬ ВИРУС.**

---

**21,7 МЛН ЧЕЛОВЕК ПОЛУЧАЛИ  
ЛЕЧЕНИЕ (59 % ЛЮДЕЙ,  
ЖИВУЩИХ С ВИЧ).**

---

**1,8 МЛН ЧЕЛОВЕК БЫЛИ  
ВПЕРВЫЕ ИНФИЦИРОВАНЫ ВИЧ.**

---

**940 000 ЧЕЛОВЕК УМЕРЛИ ОТ  
БОЛЕЗНЕЙ, СВЯЗАННЫХ СО  
СПИДОМ.**

## Зачем тестироваться?

Тестирование — единственный способ узнать наверняка, есть ли у вас ВИЧ. Если вы считаете, что подверглись риску заражения, важно узнать свой ВИЧ-статус и при получении положительного результата как можно скорее начать лечение. Чем быстрее вы начнете лечение, тем здоровее будете и тем меньше вероятность, что вы передадите вирус.

Если вы беременны или планируете беременность, важно пройти тест на ВИЧ, чтобы узнать, нужно ли вам принимать антиретровирусные препараты, чтобы предотвратить передачу вируса вашему ребенку и, что важно, сохранить здоровье в течение длительного времени, придерживаясь устойчивой антиретровирусной терапии.

Людам с отрицательным результатом теста должны быть доступны услуги по профилактике ВИЧ, чтобы они продолжали защищать себя от ВИЧ-инфекции.



**«Со мной была моя мама, были и мои самые близкие приятели. Когда речь идет о ВИЧ, нужно быть готовым к длинному путешествию. Мы многому научились вместе».**  
Йешуа, Гана.

---

«ТЕСТ НА ВИЧ ...  
ЭТО ПОСМОТРЕТЬ  
НА СОСТОЯНИЕ  
ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ  
И ВАШЕЙ ЖИЗНИ».

Леони | Камерун

---





## Как узнать, подвержен ли я риску?

Риск заражения ВИЧ-инфекцией может отличаться в зависимости от страны к стране и от сообщества к сообществу. Например, в некоторых странах Африки к югу от Сахары количество живущих с ВИЧ взрослых людей в возрасте от 15 до 49 лет превышает 20 %.

В регионах с высокой распространенностью ВИЧ людям важно знать их статус — прежде всего, новорожденным, детям, молодежи, особенно молодым девушкам и девочкам, а также беременным и мужчинам всех возрастов.

Кроме того, некоторые ключевые группы населения, в том числе гомосексуальные мужчины и другие мужчины, имеющие половые связи с мужчинами, трансгендерные люди, работники секс-бизнеса, люди, употребляющие внутривенные наркотики, заключенные в тюрьмах и других местах лишения свободы, а также мигранты, более подвержены риску заражения ВИЧ и должны пройти тест на ВИЧ.

## Опрос на необходимость тестирования

Если вы не знаете, следует ли вам пройти тест на ВИЧ, пройдите наш опрос.

Ответьте на следующие вопросы:

- Проживаете ли вы в регионе с высоким уровнем распространения ВИЧ?
- Проживали ли когда-либо вы или члены вашей семьи в регионе с высоким уровнем распространения ВИЧ?
- Приходилось ли вам пользоваться услугами секс бизнеса, платить за секс деньгами, товарами или услугами, либо получать такую плату?
- Были ли у вас когда-либо диагностировано или искали ли вы лечение от другой инфекции, передающейся половым путем?
- Болели ли вы когда-либо туберкулезом?
- Если вы мужчина, был ли у вас секс с другим мужчиной без презерватива?
- Если вы трансгендер, был ли у вас секс без презерватива?
- Доводилось ли вам употреблять внутривенные наркотики, пользуясь инъекционным инструментарием совместно с другими людьми?
- Был ли у вас секс без презерватива с человеком, который мог бы ответить положительно на любой из вышеприведенных вопросов?
- Был ли у вас секс без презерватива с человеком, живущим с ВИЧ, и вы не уверены, каков у него уровень вирусной нагрузки?
- Вы беременны или планируете беременность?

**Если на какой-либо из этих вопросов вы ответили положительно**, будет целесообразно пройти тест на ВИЧ. Знание вашего ВИЧ-статуса позволит вам принимать информированные решения по поводу своего здоровья и при необходимости получить доступ к жизненно важному лечению.

**Если вы ответили положительно более чем на один из этих вопросов**, вам настоятельно рекомендуется пройти тестирование на ВИЧ. Если вы чувствуете, что подвергаетесь постоянному риску заражения ВИЧ, вам рекомендуется воспользоваться услугами по профилактике ВИЧ и проходить тест на ВИЧ каждые шесть месяцев.

**Если на все эти вопросы вы ответили отрицательно**, вероятность заражения ВИЧ для вас невысока; однако тестирование на ВИЧ выполняется быстро и просто, оно позволит вам подтвердить свой отрицательный статус и даст необходимые знания для поддержания здоровья.



# ПОЧЕМУ ВАЖНО ЗНАТЬ СВОЙ ВИЧ-СТАТУС

## Тестирование спасает жизни

Люди могут начать лечение в связи с ВИЧ, только если они знают, что живут с вирусом – однако около 9,4 миллиона человек в мире не знают, что живут с ВИЧ.

### Количество людей, получающих терапию в связи с ВИЧ



## Узнать раньше – начать лечение раньше

Чем раньше будет поставлен диагноз ВИЧ-инфекция, тем раньше можно начать жизненно важное лечение. А чем раньше начнется лечение после инфицирования ВИЧ, тем лучше будет результат. Раннее выявление ВИЧ и надлежащее лечение позволяют людям жить долгой и полноценной жизнью.



## Оставаться свободным от ВИЧ

Результат тестирования на ВИЧ открывает доступ – в зависимости от ВИЧ-статуса тестируемого – к различным вариантам профилактики ВИЧ, позволяющим уберечь себя и своих близких от инфицирования ВИЧ.



## Неопределяемый = Непередающий

Тестирование на ВИЧ – путь к лечению, а эффективное лечение – это отличный инструмент профилактики ВИЧ: оно спасает жизни и предотвращает передачу вируса. Лечение ВИЧ-инфекции снижает вирусную нагрузку, т.е. количество ВИЧ в организме человека – до неопределяемого уровня. Человек с неопределяемым уровнем ВИЧ не передаёт вирус кому-то другому.



## Остановить передачу ВИЧ от матери младенцу

Беременная или кормящая грудью женщина, живущая с ВИЧ, имеет доступ к целому ряду возможностей, гарантирующих, что она останется здоровой, а её ребенок родится и будет жить без ВИЧ. Но это станет возможным, если только она будет знать свой ВИЧ-статус.

**Я ПРОШЕЛ  
ТЕСТИРОВАНИЕ**

## Имею право на здоровье

Принимая решение об определении своего ВИЧ-статуса, человек делает выбор в пользу своего права на здоровье



## Жить полноценной жизнью

Тестирование на ВИЧ также даёт возможность проверить на другие заболевания, такие как туберкулез, гепатит, гипертония и сахарный диабет. Тестирование сэкономит ваши деньги, а кому-то спасёт жизнь.



---

**«Я ДУМАЮ, ЧТО ОТНОШЕНИЕ ЛЮДЕЙ СИЛЬНО ИЗМЕНИЛОСЬ. УРОВЕНЬ СТИГМЫ, СВЯЗАННОЙ С ВИЧ-СТАТУСОМ, СНИЗИЛСЯ. ЛУЧШЕ ЗНАТЬ СВОЙ СТАТУС.»**

**Чарльз и Франсин | Камерун**

---

## Как пройти тестирование на ВИЧ?

В большинстве медицинских учреждений тестирование на ВИЧ является простой и бесплатной процедурой. Существует множество мест, где вы можете пройти тест на ВИЧ: у участкового врача, в медицинской клинике, учреждениях планирования семьи и дородовой помощи, больницах и мобильных тестовых лабораториях; если в вашем регионе доступен набор для самостоятельного тестирования, вы можете провести тест дома.

Тест на ВИЧ проводится путем взятия крови из пальца или вены, или мазка со слизистой оболочки полости рта. В зависимости от типа теста, который вы используете, вы можете получить результаты через 20 минут, но если образец нужно отправить в лабораторию, это может занять несколько недель.

Независимо от способа прохождения тестирования до и после процедуры вы должны получить информацию о ВИЧ и иметь возможность задать вопросы. Тестирование на ВИЧ также дает возможность провериться на другие заболевания, включая вирусный гепатит, туберкулез и инфекции, передающиеся половым путем.

## Является ли тестирование на ВИЧ конфиденциальным?

Тестирование на ВИЧ всегда должно быть добровольным и конфиденциальным. Все услуги по тестированию должны предоставляться с соблюдением пяти обязательных требований: согласие, конфиденциальность, консультирование, точные результаты и информация о мерах по профилактике, уходу и лечению.

## Что делать, если у меня положительный результат?

Положительный результат проверки на ВИЧ может стать потрясением; однако, важно помнить, что, благодаря огромному прогрессу в медицине, теперь доступно эффективное лечение для предотвращения заболеваний, связанных с ВИЧ.

Если вы получили положительный результат при самостоятельном тестировании с использованием готового набора, вам необходимо обратиться в клинику или больницу, чтобы подтвердить результат при помощи последующего анализа крови. Вы можете обратиться в ближайшее медицинское учреждение, в котором вас проконсультируют.

В случае положительного результата очень важно начать лечение ВИЧ-инфекции как можно скорее, даже если вы чувствуете себя хорошо. Чем раньше начнется лечение, тем оно эффективнее. Люди могут прожить долгую и полноценную жизнь при раннем выявлении ВИЧ и надлежащим лечении и поддержке.

После начала антиретровирусной терапии проходить повторные тестирования на ВИЧ не нужно, но следует регулярно определять вирусную нагрузку. Низкий или неопределяемый уровень вирусной нагрузки означает, что лечение эффективно и вирус подавлен.

Для ВИЧ-отрицательных людей важно продолжать защищать себя от ВИЧ, а если вы чувствуете, что подвергаетесь повышенному риску, рекомендуется каждые шесть месяцев проходить тест на ВИЧ.

## Устранение стигматизации и улучшение доступа

Очень важно избавиться от стигматизации ВИЧ — иррационального или вызванного страхом негативного отношения, поведения и суждений о людях, живущих с ВИЧ. Стигма, связанная с ВИЧ, удерживает людей от обращения за помощью, включая профилактику, тестирование и лечение ВИЧ.

Устранение связанных с ВИЧ стигматизации и дискриминации в системе здравоохранения по отношению к ключевым группам населения и людям, живущим с и затронутым ВИЧ, способно разрушить имеющиеся барьеры и повысить доступ к услугам в области ВИЧ.

Многие мужчины избегают тестирования на ВИЧ и обращения к системе здравоохранения из-за того, что медицинские организации зачастую не приспособлены к их потребностям, что делает посещение больницы или клиники дискомфортным. Если службы здравоохранения станут более дружественными к мужчинам, в частности, если будет больше специалистов-мужчин, это позволит им активнее искать информацию и советы по поводу своего здоровья, включая тестирование на ВИЧ.

## Что я могу сделать?

**Тестирование на ВИЧ** — это важный шаг, и во Всемирный день борьбы со СПИДом мы призываем вас:

- Получить информацию о ВИЧ-инфекции.
- Снизить стигматизацию, открыто обсуждая проблемы ВИЧ.
- Оценить свой риск заражения ВИЧ-инфекцией и пройти опрос на необходимость тестирования.
- Пройти тестирование на ВИЧ, если вы думаете, что могли подвергнуться риску заражения.
- Поделиться материалами Всемирного дня борьбы со СПИДом в социальных сетях.
- Посетить мероприятие Всемирного дня борьбы со СПИДом в вашем регионе.

Для получения дополнительной информации обратитесь к сайту [knowyourstatus.unaids.org](http://knowyourstatus.unaids.org)



---

**«НЕ ВОЛНУЙТЕСЬ... ПРОСТО  
ИДИТЕ И ПРОЙДИТЕ ТЕСТ».**

**Артем | Беларусь**

---

# ТЕСТИРОВАНИЕ НА ВИЧ – ЧТО НЕОБХОДИМО ОБ ЭТОМ ЗНАТЬ

## Отставание в тестировании

В 2017 году четверть всех людей, живущих с ВИЧ в мире, не знали своего ВИЧ-статуса. Если люди не знают своего статуса, они не могут начать лечение или определиться, какие варианты профилактики подходят для них лучше всего.

## Только ты решаешь, нужно ли тебе тестироваться на ВИЧ

Любое решение о тестировании на ВИЧ остается за тобой. Никто – ни врачи, ни партнёры, ни члены семьи, ни работодатели, ни кто-либо другой – не имеют право заставить тебя пройти тест.

## Никому не обязательно знать о твоём тесте или результате

Медицинские работники обязаны соблюдать конфиденциальность в отношении любой касающейся тебя медицинской информации. Тестирование на ВИЧ, его результат и любое обсуждение результата являются конфиденциальными. Только сам тестируемый вправе решать, говорить ли кому-либо ещё о результате или нет.

## Поговорим о тестировании и его результате

При тестировании в клинике у человека появляется возможность поговорить с консультантом, который поможет понять, как будет проходить тестирование, каков его результат, а также обсудить любые вопросы, вызывающие беспокойство. После тестирования консультант даст индивидуальные рекомендации в зависимости от результата и подскажет возможные варианты дальнейших действий.

## Пройти тестирование легко

Тестирование на ВИЧ быстрое и безболезненное. Забор крови из пальца или руки или образец слюны – вот всё, что для этого нужно. Человек, проходящий тест, обычно будет знать результат в течение 20 минут, но придется подождать дольше, если образец должен быть отправлен в лабораторию.

## Пройди тест ещё раз

Любой, кто подвергает себя риску заразиться ВИЧ, должен знать свой текущий статус и регулярно проходить тестирование на ВИЧ, по крайней мере каждые шесть месяцев для людей с повышенной риском.

## Ты можешь пройти тест дома

Комплекты для самостоятельного тестирования на ВИЧ уже доступны во многих странах и появляются повсеместно, что позволяет людям определить свой статус в любое время, дома без посторонних. При положительном результате необходимо пройти повторное тестирование в клинике, чтобы подтвердить результат и получить подходящие услуги по профилактике, лечению и поддержке.

## Знать свой статус всегда полезно

Прохождение тестирования всегда полезно, независимо от его положительного или отрицательного результата. Люди, прошедшие тестирование, либо получают возможность лечения, которое может спасти их жизнь, либо будут знать варианты профилактики, которые помогут им и их близким оставаться свободными от ВИЧ.

## Убедись в результате теста

Отрицательный результат теста на ВИЧ означает, что человек не ВИЧ-позитивен. Это успокаивает, но нужно иметь в виду «период окна» – период времени до трех месяцев, когда человек уже инфицирован ВИЧ, но тест еще это не показывает. Если человек продолжает подвергаться риску заражения ВИЧ, то ему или ей следует проходить тестирование на ВИЧ каждые 6–12 месяцев.

Положительный результат теста на ВИЧ всегда будет перепроверяться вторым тестом для подтверждения результата. Иногда результат второго теста может не совпасть с первым, и в этом случае рекомендуется повторить тест через шесть недель. Если результаты двух тестов с использованием двух разных образцов оказываются положительными, диагноз ВИЧ-инфекция подтверждается, и встает вопрос как можно более раннего начала лечения.







20 Avenue Appia  
1211 Geneva 27  
Switzerland

+41 22 791 3666

[unaids.org](http://unaids.org)