**Мифы о ВИЧ-инфекции**

Впервые столкнувшись с диагнозом ВИЧ-инфекции, люди ищут информацию в Интернете и находят различные данные, порой непроверенные и устаревшие, а иногда и вовсе откровенную ложь.

Давайте разберем некоторые мифы о ВИЧ-инфекции.

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

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. Однако не стоит отказываться от средств барьерной контрацепции: они защищают от многих других заболеваний.

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

Сегодня многие пары с положительным ВИЧ-статусом 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 - миф.**

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 - 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.