

## InfoVIHtal # 31 Что такое СПИД?

СПИД расшифровывается как Синдром приобретённого иммунодефицита:

- ✓ **Синдром** – это комплекс проблем, связанных со здоровьем, которые характеризуют определенную болезнь на продвинутой стадии.
- ✓ **Иммунодефицит** - имеется в виду слабость иммунной системы, которая не позволяет ей противостоять некоторым заболеваниям.
- ✓ **Приобретенный** - имеется в виду, что любой человек может приобрести болезнь - заболеть или заразиться ей.

### Что вызывает СПИД?

СПИД вызывает вирус, называемый ВИЧ: Вирус Иммунодефицита Человека, который беспрепятственно размножаясь приводит к развитию заболевания. При заражении ВИЧ организм человека старается противостоять инфекции, для чего вырабатывает специальные белковые вещества - «антитела». Функция антител – уничтожить ВИЧ и предотвратить его размножение.

Обычно говорят о «тесте на ВИЧ или на СПИД», но это не совсем правильно. В действительности так называемый «Элиза»-тест - это анализ, выявляющий наличие в организме антител, которые являются специфическими показателями присутствия ВИЧ, но не СПИДа. (См. *InfoVIHtal # 32: 'Анализ на ВИЧ'*)

Таким образом, быть ВИЧ-инфицированным или носителем ВИЧ - не то же самое, что болеть СПИДом. Многие ВИЧ-инфицированные люди могут жить много лет не заболевая СПИДом.

По мере того как ВИЧ размножается, иммунная система ослабляется, поскольку вирус нуждается в человеческих клетках, чтобы производить новые вирусы. Вирусы, паразиты и бактерии, которые в обычных условиях не вызвали бы больших проблем, пользуются тем, что иммунная система повреждена, чтобы распространиться в организме, и вызывают так называемые «оппортунистические» заболевания. Таким образом, можно сказать, что постоянное размножение ВИЧ,, вред наносимый им иммунной системе, а также «оппортунистические» инфекции, пользующиеся слабостью иммунной системы, приводят к развитию СПИДа.

### Как приобретается СПИД?

Мы уже сказали, что СПИД не приобретается, так как это синдром. Сначала происходит заражение ВИЧ, а потом может развиваться СПИД.

ВИЧ можно заразиться путем незащищенных половых контактов с зараженным человеком, даже если он не выглядит больным и даже если у него отрицательный результат анализа на ВИЧ. Кровь, влагалищные жидкости, сперма и материнское молоко у зараженных ВИЧ, содержат достаточное количество вирусов, чтобы заразить других людей. Другие распространенные каналы переноса ВИЧ:

- Общие шприцы (для введения наркотиков)
- Контакт с материнской кровью во время родов или через материнское молоко во время кормления.

До настоящего времени, не было зарегистрировано ни одного случая заражения ВИЧ через слезы или слюну. В то же время доказано, что оральный секс наименее опасен среди всех видов контактов, связанных с сексуальной практикой. Однако, это не значит, что риск полностью отсутствует, особенно если во рту есть ранки или кровоточивость десен – этого достаточно для проникновения ВИЧ и других болезней, передающихся половым путем. (см. *InfoVIHtal # 15: «Оральный секс»*).

### Что мне делать, если я ВИЧ – инфицированный?

Может быть, вы заразились ВИЧ, но не знаете об этом. (См. *InfoVIHtal # 1: 'Первичная диагностика ВИЧ - инфекции'*) В некоторых случаях это проявляется в следующих симптомах, напоминающих симптомы гриппа: температура, головная боль, мышечная и суставная боль, желудочная боль, воспаление лимфоузлов или кожные высыпания в течение одной или двух недель. В других случаях не появляется никаких симптомов. (См. *InfoVIHtal # 6: 'Первичное заражение ВИЧ'*)

factores de riesgo, como por ejemplo, alta presión sanguínea, diabetes, exceso de peso, tabaquismo o herencia.

### Lечение

Hasta ahora no existe un método único y efectivo de tratamiento de las alteraciones de la distribución de las grasas acumuladas durante la terapia antirretroviral. Sin embargo, se puede mejorar y controlar el nivel de colesterol y los triglicéridos con ayuda de actividades físicas regulares, dejar de fumar, usar métodos de contracepción orales en lugar de otros métodos de contracepción, o cambios en la dieta tras una consulta con un dietista.

El uso de suplementos con ácidos grasos Omega-3 también puede tener un efecto significativo sobre el nivel de colesterol. Esto puede ser mucho más efectivo que intentar obtener la cantidad necesaria de ácidos grasos Omega-3 solo a través de la dieta. Por ejemplo, una dosis diaria de 4g de suplemento Omacor® (90% Omega-3 y éster etílico) contiene la misma cantidad de ácidos grasos Omega-3 que 150g de salmón, 700g de atún, 210g de sardinas, 1.1kg de caballa, 280g de salmón o 1.7kg de sardinas o 850g de camarones.

Si la dieta, los suplementos y los ejercicios físicos no son suficientes, se pueden tomar medicamentos que bajen el nivel de lípidos, como las fibrinas para bajar el nivel de triglicéridos en la sangre. En casos excepcionales, las grasas acumuladas pueden ser eliminadas mediante cirugía, aunque en caso de acumulación de grasa en el abdomen este método no siempre es viable. Durante los cambios de grasa se usan diferentes tipos de cirugía estética.

Para bajar el nivel de colesterol se pueden usar estatinas. Sin embargo, las estatinas pueden interactuar con medicamentos que se toman como parte de la terapia antirretroviral, por lo que se deben tomar solo después de una consulta con un médico especialista en VIH. En caso contrario, las estatinas pueden reducir la efectividad de la terapia antirretroviral.

Cambiar la combinación de medicamentos antirretrovirales también se usa cuando se desarrolla lipodistrofia o alteraciones metabólicas, especialmente el cambio de un inhibidor de la transcriptasa inversa (NRTI) por un inhibidor no nucleosídico de la transcriptasa inversa (NNRTI) o abacavir. En la mayoría de los casos, aunque no siempre, el cambio de combinación de medicamentos pasa sin problemas. Algunas personas prefieren, a pesar de los efectos no deseados, continuar con el tratamiento que les está ayudando.

### Control de los cambios de grasa

Al iniciar la terapia antirretroviral, el desarrollo de los cambios de grasa puede ser controlado en etapas tempranas. El control se puede hacer con ayuda de estudios de ultrasonido, que muestran la distribución de la grasa, los músculos y los huesos, o también con ayuda de antropometría, que se usa para medir las grasas acumuladas. También se hace un control médico de los cambios de peso, de la presión sanguínea y del nivel de grasa y azúcar en la sangre. Estos parámetros cambian después de cada comida, por lo que se deben hacer análisis antes de comer.