

Информация (памятка) по профилактике ВИЧ-инфекции на рабочем месте

ВИЧ-инфекция и сфера труда

ВИЧ-инфекция является проблемой, которая может быть связана с рабочим местом, и к ней следует относиться как к любой другой серьезной медицинской проблеме или ситуации, возникающей на рабочем месте. Это необходимо не только потому, что заболевание непосредственно касается трудовых ресурсов, но и потому, что человек на рабочем месте неотъемлемо связан с общественной жизнью, и работники призваны играть определенную роль в общей борьбе с эпидемией и ее последствиями.

Что такое ВИЧ-инфекция

ВИЧ (вирус иммунодефицита человека) - медленно прогрессирующее инфекционное заболевание, вызываемое вирусом, которое разрушает иммунную систему человека, которая защищает нас от различных инфекций и заболеваний и без надлежащего лечения приводит к смерти ВИЧ-инфицированного.

Во-первых, вирус, вызывающий ВИЧ-инфекцию, нестойкий в окружающей среде: он погибает вне человеческого организма при высыхании содержащих его жидкостей и практически моментально погибает при температуре выше 56°C. За всю историю изучения ВИЧ не выявлено ни одного случая заражения воздушно-капельным (при дыхании, чихании, кашле) или бытовым путем (через общую посуду, рукопожатия, объятия или в местах общего пользования (туалет, ванна, бассейн и т.д.)).

Во-вторых, ВИЧ - это ретровирус, который передается только от человека человеку и вызывает хроническую инфекцию: в течение нескольких часов с момента инфицирования ВИЧ внедряется в генетический материал клеток иммунной системы человека и остается там до конца жизни. Только четыре жидкости в организме ВИЧ-положительного человека содержат вирус в концентрациях, достаточных для инфицирования другого человека: кровь, сперма, вагинальные выделения и грудное молоко.

ВИЧ-инфекция - заболевание, вызываемое ВИЧ. Раньше последнюю стадию ВИЧ-инфекции называли «СПИДом», сейчас этот термин устарел и не должен использоваться эрудированными людьми, знающими о данной проблеме.

Пути передачи ВИЧ

Установлено, что существуют следующие пути передачи ВИЧ-инфекции:

1. Через половой акт с инфицированным партнером без использования средств индивидуальной защиты (презервативов) - на данный момент занимает лидирующую позицию;

2. При совместном употреблении инъекционных наркотических веществ с больным человеком (использование одних игл, шприцев, других инструментов для приготовления). Случаи заражения при переливании и пересадке донорских органов сейчас практически полностью исключены из-за тщательного обследования самих доноров и в последующем их биоматериала. Существует риск заражения через повреждения целостности кожных покровов (через нестерильные инструменты для маникюра, татуировок, пирсинга, бритья);

3. От ВИЧ-инфицированной матери ребенку во время беременности, родов и при кормлении грудным молоком. ВИЧ не передается через бытовые контакты, кашель, чихание или поцелуи, пользование общим туалетом или ванной, использование общей посуды или употребление продуктов питания и напитков, которых касался носитель ВИЧ; вирус не передается через укусы комаров и других кровососущих насекомых.

Как предупредить инфицирование ВИЧ?

Профилактика предполагает создание препятствия на пути вируса в виде использования презервативов, защитных средств и инструментария, например, перчаток (там, где это необходимо, например, оказывая первую доврачебную помощь человеку, о ВИЧ-статусе которого вы ничего не знаете), использование только стерильных и одноразовых игл и инструментов для прокалывания кожи, заведите свой личный маникюрный набор, с которым можно ходить к своему мастеру. Вирус быстро погибает при использовании дезинфицирующих средств, сильных моющих средств и при кипячении.

Что такое ВИЧ-статус и зачем знать о нем?

ВИЧ-статус - знание человека о наличии или отсутствии ВИЧ-инфекции в его организме после прохождения теста на ВИЧ-инфекцию. По международной статистике до 90% людей, инфицировавшихся вирусом иммунодефицита, узнают о том, что они больны только через несколько лет, когда у них появляются симптомы (5-8 лет). Таким образом, с момента заражения и до выявления факта инфицирования люди, не зная того, могут заражать других людей, в том числе своих сексуальных партнеров.

Знать свой ВИЧ-статус важно для того, чтобы:

- внести ясность - не надо будет больше гадать, инфицированы Вы или нет;
- своевременно начать прием необходимого лечения, которое улучшит качество жизни и состояние здоровья, если человек болен ВИЧ-инфекцией;
- избежать заражения других людей, если выяснится, что у человека ВИЧ-инфекция;
- подготовиться к наступлению беременности, планировать рождение и воспитание здоровых детей.

Внимание!!! Необходимо помнить о так называемом периоде «окна» - промежутке времени от момента заражения ВИЧ до момента обнаружения антител в крови длительностью от 3 до 6 месяцев. Поэтому так важно, если первый результат тестирования после какого-то рискованного случая был отрицательный, повторить исследование по истечению 6 месяцев. Пройти тестирование на ВИЧ-инфекцию можно в любой организации здравоохранения, где есть процедурный кабинет, бесплатно, добровольно и (или) анонимно.

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;
- чрезмерное доверие к сексуальным партнерам: «Этот человек из «нашего» круга, и с ним вступать в сексуальный контакт не опасно»;
- отсутствие навыков обсуждения деликатных тем с коллегами, наличие стрессовых ситуаций, переработки;
- работа, предполагающая наличие производственного риска, такого, как контакт с кровью, компонентами крови и другими жидкостями организма человека, травмы 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.

Тестирование на ВИЧ

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, т.е. вируса в организме не обнаружено, 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 соответствующему уходу, поддержке и лечению, а также изучить способы поддержания собственного здоровья. Иногда возможен сомнительный результат, который может быть связан с другими острыми или хроническими состояниями (инфекционные заболевания, аутоиммунные заболевания, беременность, туберкулез, ревматизм, опухолевые заболевания) или свидетельствовать о наличии начальной стадии заболевания. Поэтому необходимо повторить исследование через 2-4 недели.

В чем заключается тестирование?

При тестировании на ВИЧ производится забор крови для выявления антител к вирусу. В разных странах тестирование может быть разным, и для получения окончательного результата может потребоваться несколько недель, однако сейчас все большее распространение получает так называемые «экспресс-тесты» (их еще называют «простые» или «быстрые» тесты), результаты которых будут готовы уже менее чем через 40 минут. Сейчас все больше внимания уделяется экспресс-тестам по слюне, которые сделают проверку на ВИЧ в домашних условиях простой и доступной. Такие тесты можно приобрести в аптечной сети.

Основные принципы тестирования на ВИЧ:

1. Добровольность - подавшие заявления о приеме на работу или уже работающие не должны в обязательном порядке подвергаться скринингу - обследованию на ВИЧ;
2. Бесплатность - тестирование на ВИЧ бесплатное, его можно пройти в любой организации здравоохранения ХМАО, где есть процедурный кабинет.
3. Конфиденциальность - доступ к личной информации о состоянии работника по поводу наличия или отсутствия у него ВИЧ-инфекции должен определяться правилами конфиденциальности.
4. Консультирование - до и после теста на ВИЧ. Во время консультации врач подробно рассказывает пациенту, в чем состоит тестирование, что означает положительный или отрицательный ВИЧ-статус, а также какие службы могут оказать помощь по уходу, защите или профилактике.
5. Анонимность - если по какой-либо причине Вы не хотите говорить свои личные данные, то есть возможно пройти тестирование анонимно.

Что делать, если тест на ВИЧ - отрицательный?

Если результат на ВИЧ - отрицательный, на консультации врач (или консультант) предоставит пациенту следующую информацию: как можно и впредь сохранять свой ВИЧ - отрицательный статус; как правильно оценить степень собственного риска ВИЧ - инфицирования; способы предотвращения заражения; источники информации, а также ресурсы, где можно получить полную и достоверную информации о ситуации по ВИЧ- инфекции в Вашем регионе, а также получить ответы на все интересующие вопросы.

Что делать, если тест на ВИЧ - положительный?

О положительном результате теста на ВИЧ пациенту сообщает врач, назначивший обследование и врач-эпидемиолог, который приглашается для проведения послетестового консультирования, которые:

- объясняют в простых словах, что такое ВИЧ, как он влияет на иммунную систему и весь организм в целом;
- объясняют, что диагноз «ВИЧ-инфекция» и стадия заболевания будут окончательно определены врачом- инфекционистом на основании клинических, эпидемиологических и лабораторных данных;
- рассказывают, какие существуют способы лечения и когда пациенту нужно начинать антиретровирусную терапию;
- предоставляют информацию о правах и обязанностях ВИЧ-положительных граждан, а также адреса и телефоны организаций, предоставляющих поддержку лицам, живущим с ВИЧ;
- объясняют, как исключить риск передачи ВИЧ другим людям;
- как необходимо корректировать свой образ жизни;
- разъясняют, что теперь необходимо пожизненно принимать специальную терапию и стоять на учете в специальном инфекционном кабинете, а также, что вся информация об их ВИЧ-статусе конфиденциальна.

Таким образом, консультирование при обследовании на антитела к ВИЧ является не только обязательной мерой, но это еще и эффективный способ индивидуальной профилактической работы с людьми. Именно во время консультирования многие впервые задумываются о ВИЧ применительно к себе, осознают индивидуальную степень риска, получают необходимую информацию, то есть делают первый шаг к изменению поведения.

Антиретровирусная (противовирусная) терапия

В настоящее время в разных странах мира разрабатываются вакцины против ВИЧ-инфекции, но пока ни одна из них не оказалась эффективной. Существуют антиретровирусные препараты (АРВ-препараты), которые замедляют развитие заболевания и продлевают срок жизни человека, живущего

с ВИЧ. Хотя АРВ-препараты не способны полностью убить вирус, они снижают его содержание в крови до такого уровня, что человек может продолжать жить полноценной и активной жизнью, не являясь источником инфекции для близких.

Лечение ВИЧ-позитивные люди получают на протяжении всей жизни, терапия бесплатная.

Стигма и дискриминация

Случаи проявления дискриминации (действия, ущемляющие права ВИЧ-инфицированных) и стигмы (убеждение человека в постыдности действий, поступков или образа жизни ВИЧ-инфицированных) в любых коллективах, сообществах, включая семью, школу, рабочее место, нередки. Подобные ситуации, вызывающие у человека стресс и глубокие негативные переживания, еще более усугубляют положение людей, живущих с ВИЧ.

К чему приводит стигма и дискриминация:

- Подрыв усилий по профилактике: человек боится узнать свой ВИЧ-статус, боится быть непонятым и отвергнутым, считая, что незнание для него лучше.
- Может провоцировать рискованное поведение: отказ от использования презервативов, человек опасается, что изменение в поведении вызовет подозрения о наличии инфекции;
- Создает ложное чувство безопасности: ассоциируя ВИЧ-инфекцию с определенными группами лиц, человек питает иллюзию, что возможности заразиться для него не существует;
- Препятствует своевременному лечению: опасаясь, что окружающие узнают о его заболевании, человек отказывается от признания своего заболевания и принятия соответствующего лечения.

Преодолеть сложившиеся негативные представления о ВИЧ возможно и необходимо.

Трудовые коллективы - это та среда, где можно эффективно пропагандировать недопущение дискриминации в отношении людей, живущих с ВИЧ, и последовательно распространять информацию о путях распространения ВИЧ и способах предотвращения инфицирования, способствуя пониманию проблем ВИЧ-инфицированных работников и повышению уровня информированности о проблеме ВИЧ-инфекции среди населения в целом. «Устранение негативного отношения и дискриминации в сфере труда в связи с ВИЧ-инфекцией означает сохранение достойного отношения к труду, уважение достоинства самих трудящихся. Политика и стратегия, направленные на профилактику и лечение, содействуют сохранению рабочей силы: они должны охватывать всех трудящихся, где бы они ни

работали, в том числе в неформальном секторе и сельском хозяйстве. Сохраняя рабочую силу, мы сохраняем семью, общество и экономику».

Свод практических правил Международной организации труда по вопросу «ВИЧ-инфекция и сфера труда»

Основные принципы

1. Признание ВИЧ в качестве проблемы сферы труда ВИЧ является проблемой сферы труда, и подход к ней на предприятии должен быть таким же, как к любой другой серьезной болезни или состоянию здоровья.

2. Недопущение дискриминации. Следуя принципам создания достойных условий труда и соблюдения прав человека и достоинства лиц, инфицированных ВИЧ или затрагиваемых им, не должна допускаться дискриминация трудящихся на основе их фактического или предполагаемого ВИЧ-статуса. Дискриминация и негативное отношение к лицам, живущим с ВИЧ, подрывает усилия, направленные на содействие предотвращению ВИЧ.

3. Гендерное равенство. Следует признавать гендерную составляющую проблемы ВИЧ-инфекции. Женщины чаще инфицируются ВИЧ (из-за своих физиологических особенностей) и более подвержены негативным последствиям эпидемии ВИЧ, чем мужчины, в силу биологических, социокультурных и экономических факторов. Чем больше гендерная дискриминация в обществе и чем ниже социально-экономический статус женщин, тем тяжелее на них отражается ВИЧ. Поэтому большее гендерное равенство и расширение возможностей женщин играют важную роль в успешной борьбе с распространением ВИЧ и позволяют им решать проблемы, связанные с ВИЧ-инфекцией.

4. Здоровая производственная среда. Производственная среда должна быть здоровой и безопасной, насколько это практически возможно, для всех заинтересованных сторон. Следует принимать общие меры предосторожности и безопасности, иметь соответствующее оборудование с тем, чтобы исключить передачу ВИЧ через инфицированную кровь и/или биологические жидкости.

5. Социальный диалог. Успешное проведение политики и программ борьбы с ВИЧ-инфекцией требует отношений сотрудничества и доверия между работодателями, трудящимися и их представителями и правительством там, где это уместно, при активном участии трудящихся, инфицированных ВИЧ.

6. Проверка с целью воспрепятствовать приему на работу или отстранить от процесса труда (скрининг). От лиц, поступающих на работу или уже работающих, нельзя требовать прохождения тестирования на антитела к ВИЧ.

7. Конфиденциальность. Нет никаких оправданий для того, чтобы требовать от лиц, поступающих на работу или уже работающих, разглашения личных данных, имеющих отношение к ВИЧ. Другие работники также не должны принуждаться к тому, чтобы сообщать информацию подобного рода о своих коллегах. Доступ к личным данным, касающимся ВИЧ-статуса

работника, должен иметь лишь персонал, обязанный выполнять положения о неразглашении медицинских данных.

8. Продолжение отношений занятости. Инфицирование ВИЧ - не причина для прекращения занятости. Как и в случае многих других заболеваний, лица, страдающие от сопутствующих заболеваний, имеющих отношение к ВИЧ, должны иметь возможность трудиться до тех пор, пока они могут это делать в соответствии с медицинскими показаниями, выполняя имеющуюся соответствующую работу.

9. Профилактика. Инфицирование ВИЧ можно предотвратить. Устранение возможности заражения может быть достигнуто с помощью разных стратегий, которые отвечают национальным условиям и культурным традициям. Профилактике содействуют: изменение поведения людей, повышение их информированности, лечение и создание благоприятной обстановки.

10. Помощь и поддержка. Солидарность, помощь и поддержка должны быть главными ориентирами при определении политики по ВИЧ-инфекции в сфере труда. Все трудящиеся, включая ВИЧ-инфицированных, имеют право на доступные медицинские услуги. В их отношении или в отношении их близких не должно проводиться никакой дискриминации в плане доступа и получения помощи в рамках официально действующих программ медико-социального обеспечения и программ в сфере труда.