

# ВИЧ И СПОСОБЫ ПОДДЕРЖАНИЯ ИММУНИТЕТА ПРИ ЗАРАЖЕНИИ

Выполнил студент 227 группы

Шестиперов Артем

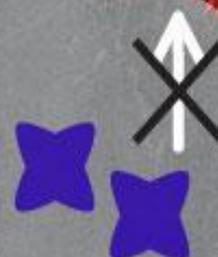
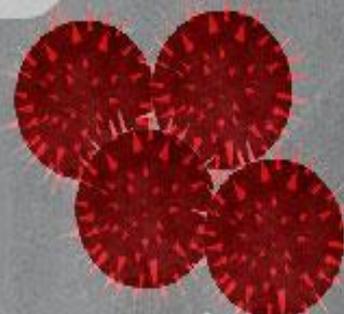
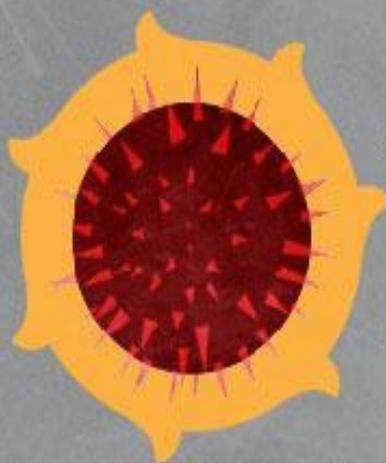
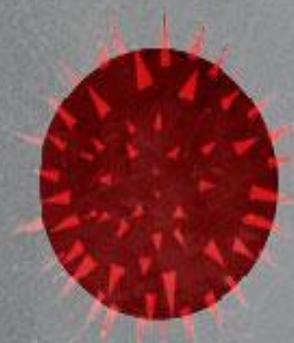


Вирус иммунодефицита человека — болезнь, поражающая иммунную систему, способствующая развитию тяжелых сопутствующих заболеваний. Вирус ВИЧ-инфекции избирательно поражает иммунные клетки, которые имеют специфические молекулярные элементы CD4, в основном это элементы лимфатической системы

**ВИЧ**

**T-ЛИМФОЦИТ**

T-лимфоциты разрушаются и гибнут, переставая отдавать команду защиты организма



Вирус проникает  
внутри T-лимфоцита

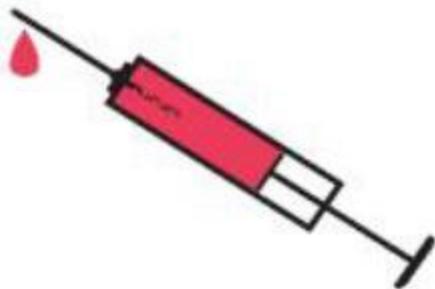
Вирус формирует  
внутри свою копию

B-клетки перестают  
вырабатывать антитела к  
вирусам и бактериям

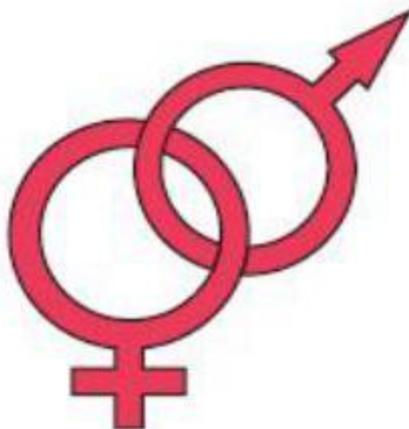
клетки-убийцы  
не уничтожают их

# Передача ВИЧ от зараженного человека здоровому возможна тремя путями

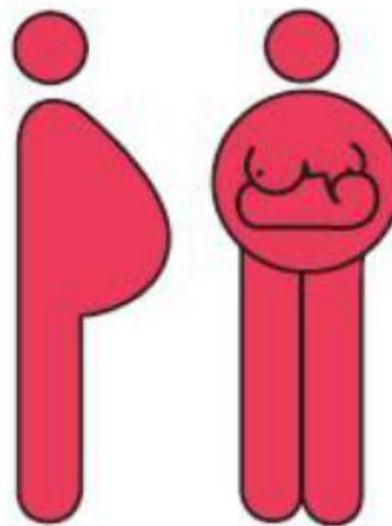
*Через кровь,  
например, при  
использовании  
загрязненных  
кровью шприцев*



*Половой путь*



*«Мать-дитя» при  
беременности  
и кормлении  
грудью*



- Особенностью иммунной системы при ВИЧ является:
- Отсутствие формирования иммунного ответа, вследствие постоянной мутации вирусов;
- Поражение иммунных клеток;
- Угнетение функции клеточного иммунитета;
- Поражение лимфоцитов типа CD4, что приводит к постоянному снижению его продуцирования;
- Неизменное наличие признаков сниженного иммунитета;
- Развитие иммунодефицита

- Снижается сопротивляемость к заболеваниям переносимым домашними животными;
- Увеличивается вероятность заболеваний, после контакта с простывшими людьми;
- Иммуитет при ВПЧ (папилломавирус человека) и других оппортунистических заболеваниях сильно ослабляется даже у людей с ВИЧ-отрицательным статусом. Поэтому у ВИЧ-положительных людей такие инфекции, как папилломы, протекают значительно тяжелее, последствия от их перенесения серьезнее, вплоть до развития раковых новообразований;
- Резко ухудшается состояние при употреблении алкоголя и никотина

The background of the slide is a dark, wavy, reddish-brown shape representing a blood vessel. Scattered throughout are several red blood cells, depicted as red, biconcave discs. Interspersed among the red blood cells are several HIV virus particles. These are spherical, light blue-green structures with numerous small, darker blue-green spikes protruding from their surfaces, representing the viral envelope and glycoprotein spikes. The overall scene is set against a black background.

Узнав о положительной пробе на вирус иммунодефицита, необходимо:

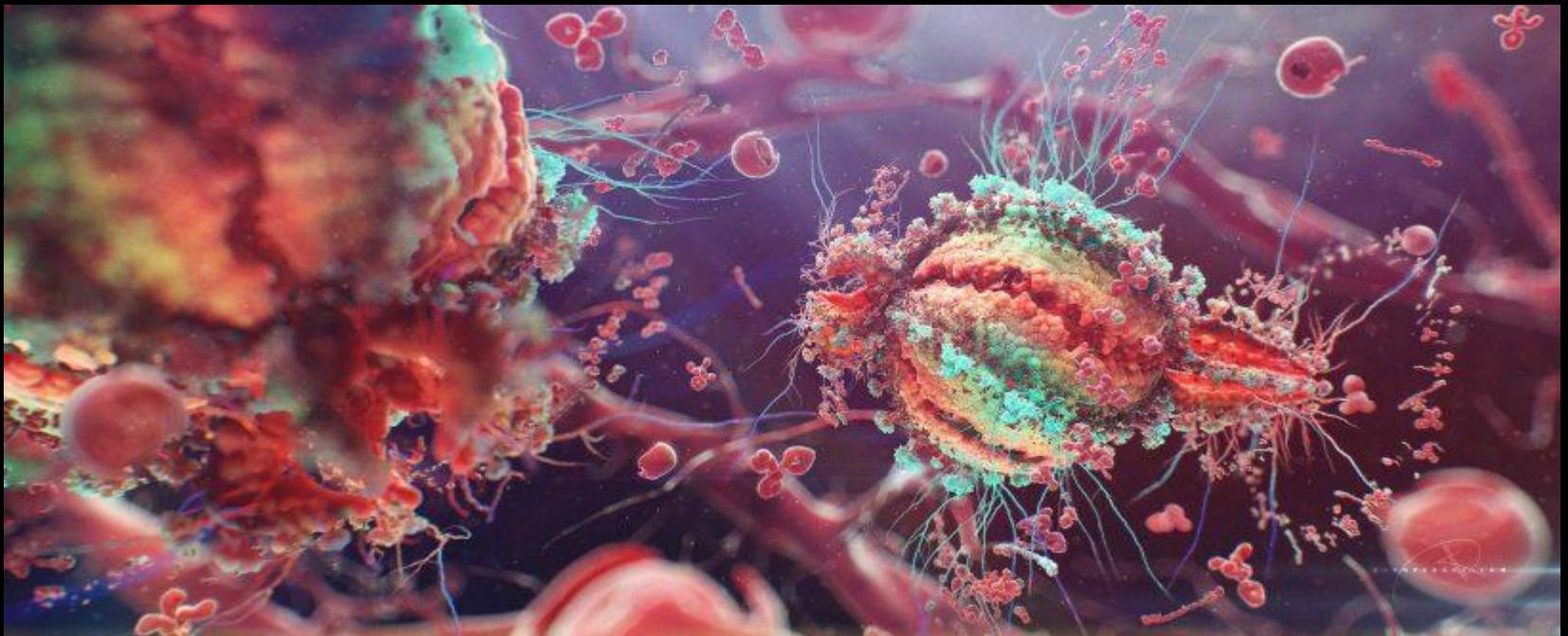
- Повторно сдать анализ крови;
- При повторном положительном тесте, сразу встать на учет к врачу.

# ТЕРАПИЯ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ВИЧ

- ✓ Антиретровирусные средства;
  - ✓ Витаминные комплексы;
  - ✓ Лекарства при наличии сопутствующих заболеваний;
  - ✓ Диеты, поддерживающие иммунитет.
-

# КАК ПОВЫСИТЬ ИММУНИТЕТ ПРИ ВИЧ

- ❑ Отказ от вредных привычек (курение, алкоголь)
- ❑ Занятия спортом (бег, тренажерный зал, длительные прогулки)
- ❑ Закаливания (обтирания холодной водой, контрастный душ)
- ❑ Здоровый полноценный сон и отдых



# ПИТАНИЕ

- Овощи, фрукты, ягоды
  - Жирная морская рыба (источник ЖК, витаминов и микроэлементов)
  - Нежирное мясо (источник белков)
  - Зерновые продукты, бобовые
  - Молочные продукты
  - Крупы
  - Сухофрукты
  - Орехи
-



# ВИТАМИНЫ И МИНЕРАЛЫ

- Особенно необходимы:
- Цинк — действует на общую сопротивляемость организма;
- Селен — повышает функции кроветворения, стимулирует деятельность кровяных клеток;
- Омега-3 — качественно повышает иммунитет;
- Калий — улучшает сопротивляемость к инфекциям;
- Магний — положительно влияет на сердце, нервную систему, состояние крови.
- А так же, витамины которые способны активизировать иммунную деятельность: витамин С, А, Д3, К, Е, Р, РР, витамины группы В.

ВИЧ положительный статус — это не приговор. Жизнь продолжается. Многие люди, узнав о своем диагнозе, продолжают активную социальную жизнь, заводят семьи, радуются каждому прожитому дню.

Положительный настрой — это часть лечения, здоровая нервная система и психика помогает поддерживать иммунитет.



- Больше гулять на свежем воздухе;
- Выезжать еженедельно на природу;
- Заниматься спортом;
- Овладевать различными хобби;
- Учиться языкам;
- Употреблять в пищу продукты с высоким содержанием магния, витаминов группы В, Е и С;
- Верить в себя, доверившись своим близким, получить дополнительную опору, ведь они смогут поддержать в любой ситуации