

# Беременность

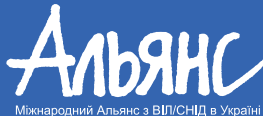
The background of the slide is white, decorated with several watercolor-style illustrations of fish in shades of blue and green. The fish are scattered across the page, with some appearing larger and more detailed than others. The overall aesthetic is soft and artistic.

СЕРИЯ ДЛЯ ПОЗИТИВНЫХ ЛЮДЕЙ

Материал подготовлен и опубликован организациями: «Врачи без границ» – Голландия в Украине и Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине.

Издание основано на серии «Информация для ВИЧ-позитивных людей», выпущенного NAM в 2002 году. Дополнительную информацию, а также электронную версию серии можно найти на сайте NAM по адресу: [www.aidsmap.com](http://www.aidsmap.com).

Электронную версию также можно найти по адресу: [www.msf.org.ua](http://www.msf.org.ua) и [www.aidsalliance.org.ua](http://www.aidsalliance.org.ua).



# Беременность

Этот буклет разработан для ВИЧ-позитивных женщин и их партнеров, которые планируют зачатие ребенка. Для любого человека рождение и воспитание ребенка — важная составляющая его полноценной жизни. Для ВИЧ-позитивного мужчины или женщины рождение ребенка может казаться значительно более сложной задачей, чем для неинфицированных людей. **Однако многие люди, живущие с ВИЧ, имеют детей, а при правильном уходе и образе жизни их дети могут быть здоровы и они сами могут чувствовать себя хорошо.**

Цель этого буклета состоит в том, чтобы ответить на некоторые вопросы, касающиеся ВИЧ и рождения здорового ребенка. **Но буклет не может заменить консультацию врача, который с учетом индивидуальных особенностей предоставит более подробную информацию.**

|  |    |
|--|----|
| <b>Контактная информация</b> .....                                       | 3  |
| <b>Словарь</b> .....   | 5  |
| <b>Общая информация о ВИЧ и СПИД</b> .....                               | 8  |
| Пути заражения ВИЧ .....   | 8  |
| Лечение ВИЧ .....  | 9  |
| <b>Передача ВИЧ от матери к ребенку</b> .....                            | 12 |
| Профилактика передачи ВИЧ от матери к ребенку .....                      | 13 |
| АРВ-терапия и передача ВИЧ от матери к ребенку .....                     | 14 |
| <b>ВИЧ и беременность</b> .....  | 18 |
| Желание забеременеть .....   | 18 |
| Что необходимо принять во внимание,<br>если вы хотите забеременеть ..... | 20 |
| Женщина уже беременна .....  | 22 |
| <b>Как безопасно забеременеть</b> .....                                  | 23 |
| Если оба партнера ВИЧ-позитивны .....                                    | 24 |
| Дискордантные пары .....   | 25 |
| Что такое «промывка спермы» .....  | 27 |
| <b>Общее состояние здоровья и беременность</b> .....                     | 28 |
| Если вы употребляете наркотики .....                                     | 29 |
| <b>Послеродовой уход</b> .....   | 31 |
| Младенец и тест на ВИЧ .....   | 32 |
| <b>Приложение 1</b> .....  | 34 |

## Контактная информация

Главным учреждением, которое имеет опыт лечения пациентов, живущих с ВИЧ, является Институт эпидемиологии и инфекционных болезней им. Л. В. Громышевского Академии медицинских наук Украины — отделение СПИД (Лавра, Киев).

**Тел.: (044) 280 6429, Светлана Николаевна Антоняк.**

- Бесплатный круглосуточный телефон доверия по вопросам ВИЧ/СПИД:  
**8 800 500 4510.**

Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине осуществляет несколько проектов по уходу и поддержке (приверженность лечению, общественные центры для ВИЧ-позитивных, группы самопомощи, реабилитация ВИЧ-позитивных потребителей наркотиков). Вы можете обратиться к партнерам Альянса:

- Всеукраинская сеть ЛЖВ. **Тел.: (044) 425 6989, 425 1087.**
- «Час життя плюс» (Киев). **Тел.: (044) 254 5840, Анатолий Бондаренко.**
- «Вертикаль» (Киев). **Тел.: (044) 279 7297, Александр Красовский.**
- «Жизнь+» (Одесса). **Тел.: (048) 711 1869, Сергей Федоров.**
- Реабилитационный центр «Ступени» (Одесса). **Тел.: (048) 714 5032, Александр Ахмеров.**
- Донецкое областное общество содействия ВИЧ-инфицированным (Донецк). **Тел.: (0622) 66 7147, Ольга Косинова.**
- «С Надеждой» (Кривой рог). **Тел. (0564) 51 0579, 51 0579, Андрей Горобец.**

- «Виртус» (Днепропетровск). **Тел.: (0562) 47 0511, Ольга Беляева.**
- «Світло Надії» (Полтава). **Тел.: (0532) 50 8599, Максим Демченко.**
- «Наdejда и Спасение» (Симферополь). **Тел. (0652) 55 1279/80, Александр Яцюк.**
- «Час життя» (Николаев). **Тел.: (0512) 57 1816, Ирина Парахонько.**
- «Возвращение к жизни» (Знаменка). **Тел.: (05233) 3 2954, Александр Остапов.**
- «Шаг в будущее» (Луганск). **Тел.: (0642) 52 5432, Лариса Анохина.**
- «Сподівання» (Запорожье). **Тел.: (061) 224 0764, Руслан Паршиков.**
- «Солидарность» (Ивано-Франковск). **Тел.: (0342) 77 7331, Роман Остяк.**
- «Позитив» (Винница). **Тел.: (0432) 21 4074, 39 3923, Игорь Матковский.**

В городах Одессе, Николаеве и Симферополе международная организация «Врачи без границ» осуществляет проект по уходу и лечению. Информацию об этом проекте вы можете получить в:

- Одесском областном центре СПИД. **Тел.: (048) 728 9394.**
- Одесском представительстве Сети ЛЖВ (Жизнь+). **Тел.: (048) 711 1852.**
- «Альтернатива» (Одесса). **Тел.: (067) 959 3136. Стелла Сусленко**
- Сателитной клинике при Одесском областном роддоме. **Тел.: (048) 751 2078.**
- Николаевском областном центре СПИД. **Тел.: (0512) 24 1098.**
- Николаевском представительстве Сети ЛЖВ. **Тел.: (0512) 57 1816.**
- Крымском республиканском центре СПИД. **Тел.: (0652) 25 1264.**
- Крымском представительстве Сети ЛЖВ. **Тел.: (0652) 26 6046, 55 1224.**

## Словарь

**Антиретровирусные (АРВ) препараты** — лекарственные препараты, способные приостановить размножение ВИЧ и тем самым остановить разрушение иммунной системы.

**Антиретровирусная терапия (АРТ)** — лечение, замедляющее размножение вируса иммунодефицита человека. Позволяет надолго продлить срок жизни при ВИЧ-инфекции, а также приостановить развитие СПИД.

**Азидотимидин (AZT)** — АРВ-препарат, который может использоваться для предотвращения передачи ВИЧ от матери к ребенку. Также известен под названием ретровир или зидовудин (ZDV).

**Вирусная нагрузка** — показатель количества вируса в плазме крови. Указывает, насколько быстро вирус размножается в организме.

**Дискордантная пара** — пара, в которой только один партнер является ВИЧ-позитивным.

**Клетки CD4** — клетки, которые поражает ВИЧ. Показатель количества этих клеток дает представление о состоянии иммунной системы. Снижение количества клеток CD4 свидетельствует о повреждении иммунной системы.

**ВИЧ** — вирус иммунодефицита человека.

**Консультант по принципу «равный — равному»** — человек, прошедший специальную подготовку для того, чтобы помочь клиенту найти собственные ответы на интересующие вопросы и принять самостоятельное решение. Консультант зачастую имеет такой же жизненный опыт, как и его клиент. Например, консультантом для ВИЧ-позитивной беременной женщины будет ВИЧ-позитивная женщина, уже родившая.

**Эфавиренц (EFV)** — АРВ-препарат, также известный как сустива или эффервен. Противопоказан для приема во время беременности.



**Невирапин (NVP)** — АРВ-препарат, который используется для профилактики передачи ВИЧ от матери к ребенку. Также известен как вирамун или невимун.

**Опportunистические или ВИЧ-ассоциированные инфекции** — специфические инфекции, вызывающие болезнь у человека с ослабленной иммунной системой.

**Передача вируса от матери к ребенку** — передача инфекции, например ВИЧ, от матери к ее ребенку. ВИЧ может передаваться во время беременности, родов и при грудном вскармливании.

**Промывка спермы** — процесс отделения сперматозоидов от семенной жидкости. Такая «промывка» очищает сперму от инфекций, включая ВИЧ.

**СПИД** — синдром приобретенного иммунодефицита — поздняя стадия ВИЧ-инфекции.

## Общая информация о ВИЧ и СПИД

ВИЧ (вирус иммунодефицита человека) поражает иммунную систему, которая защищает организм человека от болезней. Это незаметный процесс. Человек, инфицированный ВИЧ, может выглядеть и чувствовать себя достаточно хорошо в течение многих лет и даже не знать о наличии инфекции в организме. Однако со временем ВИЧ повреждает иммунную систему. Когда это происходит, человек становится более подвержен инфекциям, известным как **оппортунистические инфекции**, с которыми здоровая иммунная система могла бы справиться. При ослаблении иммунной системы эти болезни возникают все чаще и носят более тяжелый характер. Когда у человека развивается оппортунистическая инфекция, это может свидетельствовать, что у него СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита). Такое происходит чаще всего после многих лет жизни с ВИЧ.

## Пути заражения ВИЧ

ВИЧ передается через кровь, сперму, вагинальную жидкость и грудное молоко. Передача ВИЧ происходит, как правило, во время:

- незащищенного вагинального, орального или анального секса (без использования презервативов) с человеком, инфицированным ВИЧ;
- использования одной иглы или шприца с человеком, который инфицирован ВИЧ; либо при введении загрязненного ВИЧ наркотика;
- от ВИЧ-позитивной матери к ребенку во время беременности, родов или грудного вскармливания;
- переливания донорской крови от человека, инфицированного ВИЧ;
- попадания ВИЧ-инфицированной крови, спермы или вагинальных выделений в открытые раны.

## Лечение ВИЧ

В настоящее время ВИЧ является хроническим неизлечимым заболеванием, а не смертельным, как принято считать. Лекарственного средства, полностью излечивающего от ВИЧ-инфекции, не существует. Вирус остается в организме человека на протяжении всей его жизни. Однако разработаны **антиретровирусные (АРВ) препараты**, которые противодействуют ВИЧ и предохраняют иммунную систему человека, не позволяя ВИЧ-инфекции раз-

виться в СПИД. Высокоактивная антиретровирусная терапия (ВААРТ), также известная как комбинированная терапия (прием трех/четырех препаратов одновременно), **должна включать стандартную комбинацию из не менее чем трех препаратов.** Лечение одним препаратом (монотерапия) используется только для профилактики передачи ВИЧ от матери к ребенку.

В определенный момент большинству ВИЧ-позитивных людей необходимо лечение. Однако наступление такого момента очень индивидуально. Большинству людей, скорее всего, придется начать лечение АРВ-препаратами примерно через пять лет после инфицирования ВИЧ. Начав лечение, ВИЧ-позитивный человек должен продолжать его в течение всей жизни.

Скорость прогрессирования ВИЧ измеряется показателем количества **клеток CD4**. Это клетки в организме человека, которые преимущественно поражает ВИЧ. Таким образом, обследование на количество клеток CD4 отражает состояние иммунной системы. Их низкий уровень означает, что иммунная система серьезно поражена.

Степень прогрессирования ВИЧ-инфекции также измеряется показателем **вирусной нагрузки** — количеством вируса в плазме крови. Однако в данное время в Украине анализ на вирусную нагрузку не является широко доступным.

Для получения большей информации о лечении ВИЧ-инфекции обращайтесь к буклетам «АРВ-терапия» и «АРВ-препараты».

## Передача ВИЧ от матери к ребенку

Хотя не каждая беременная ВИЧ-позитивная женщина передает вирус своему ребенку, этот путь передачи является основным способом инфицирования детей ВИЧ.

Передача вируса может произойти до рождения ребенка, во время или после родов:

- во время беременности плод может быть инфицирован ВИЧ через плаценту;
- во время родов ребенок может быть инфицирован ВИЧ, находящимся в секретах родовых путей;
- при грудном вскармливании ребенок может быть инфицирован ВИЧ, находящимся в молоке или крови матери.

### **Риск заражения ребенка ВИЧ повышается, если у матери:**

- есть симптомы СПИД;
- ослаблена иммунная система (низкое количество клеток CD4);
- высокая вирусная нагрузка;
- разрыв плодного пузыря происходит более чем за четыре часа до родов (вместо планового кесарева сечения);

- роды длятся более 12 часов;
- имеются генитальные инфекции (например, инфекции, передающиеся половым путем, такие как хламидиоз и др.);
- наступают преждевременные роды;
- отсутствует АРВ-терапия во время беременности или родов;
- инфицирование женщины ВИЧ происходит во время беременности.

## **Профилактика передачи ВИЧ от матери к ребенку**

Для снижения риска инфицирования ребенка ВИЧ необходимы следующие мероприятия:

- назначение АРВ-препаратов матери во время беременности, родов и ребенку сразу после рождения;
- рациональное ведение родов (при необходимости плановое кесарево сечение);
- кормление ребенка молочной смесью вместо грудного вскармливания.

**Все три вышеуказанных мероприятия вместе могут значительно снизить риск передачи вируса ребенку.**

## **АРВ-терапия и передача ВИЧ от матери к ребенку**

Цель проведения антиретровирусной терапии ВИЧ-позитивной беременной женщине — снижение риска передачи ВИЧ от матери к ребенку во время беременности и в родах. Эта цель достигается назначением **антиретровирусных препаратов**.

В настоящее время, **согласно Национальным протоколам, беременная женщина имеет право на получение полноценного консультирования, обследования на базе центров СПИД с целью определения методов профилактического лечения**. Осознанное желание женщины получить полноценное лечение является залогом успеха профилактических программ.

Профилактическое лечение назначается врачом акушером-гинекологом женской консультации и специалистом СПИД-центра.

- ✿ Лечение матери во время беременности, родов и новорожденного препаратами AZT (ретровир) или NVP (невирапин) может снизить риск передачи ВИЧ от матери к ребенку на две трети. Однако сама по себе комбинация AZT/NVP не является адекватным лечением для женщины.



- Беременным ВИЧ-позитивным женщинам в продвинутых стадиях заболевания, при уровне CD4 менее 350 кл/мкл рекомендуется назначение высокоактивной ретровирусной терапии (ВААРТ). Препаратами выбора для беременных является сочетание: ретровир (зидовудин, AZT) + эпивир (ламивудин, ЗТС) + вирамун (невирапин, невимун) или ретровир+ эпивир + вирасепт (нельфинавир).
- Не рекомендуется использовать такие препараты, как сустива (эфаверенц, еффервен) и видекс (диданозин, DDI), особенно в сочетании с зеритом (ставудин). Очень важно, начиная АРВ-терапию, учитывать возможность наступления беременности.
- Если женщина уже принимает ВААРТ и наступила беременность, необходимо обсудить с лечащим врачом возможное воздействие приема таких препаратов на будущего ребенка. Плод наиболее уязвим к токсичным действиям лекарств в первые три месяца беременности. Прием АРВ-препаратов в это время может увеличить риск врожденных дефектов. Однако прекращение приема препаратов может увеличить вероятность передачи ВИЧ от матери к ребенку, так как в результате этого уве-

личится вирусная нагрузка. Решение о продолжении или прекращении АРВ-терапии в этот период зависит от того, какой АРВ-препарат принимает женщина. Необходимо проконсультироваться с лечащим врачом.

- ✿ Женщины, получающие антиретровирусную терапию во время беременности, должны быть ознакомлены с возможными побочными эффектами лечения. Прием препарата ретровир иногда способствует развитию анемии (снижению уровня гемоглобина). С целью профилактики этого состояния необходимо проводить регулярный контроль общего анализа крови (2 раза в месяц), принимать витамины для беременных. В некоторых случаях проводится лечение препаратами железа. Все назначения должны производиться лечащим врачом.

В последующем женщине необходимо помнить о назначенном профилактическом лечении во время беременности (сроки, дозы, длительность приема, название препаратов). Эта информация будет важна в дальнейшем при выборе схемы лечения ВИЧ-инфекции в продвинутых стадиях.

Более подробно о дозах и схемах АРВ для беременных женщин и новорожденных вы можете прочитать в приложении 1 на стр. 34.

Согласно Национальной программе по профилактике ВИЧ-инфекции у новорожденных в Украине, гарантировано бесплатное обеспечение антиретровирусными препаратами беременных и новорожденных. Получите консультацию у врача или обратитесь в организации, список которых представлен на стр. 3—4.

ВИЧ-позитивная женщина, которая планирует беременность, должна обсудить возможные варианты профилактического назначения АРВ-препаратов с врачом. Это позволит ей принять решение относительно того, начинать ли ВААРТ во время беременности или принимать один препарат в последние месяцы беременности.

## **ВИЧ и беременность**

### **Желание забеременеть**

**Если вы хотите забеременеть, вам предварительно рекомендуется узнать о своем ВИЧ-статусе.** Если вы ВИЧ-позитивны, существуют несколько шагов, которые можно осуществить для того, чтобы уменьшить риск передачи ВИЧ будущему ребенку.

Вам могут сделать анализ на ВИЧ в Центре профилактики и борьбы со СПИД, в кабинете доверия при районной поликлинике или женской консультации. Данный анализ включает проверку образца крови на наличие антител к ВИЧ.

В женской консультации всем беременным предлагают тест на ВИЧ. Однако важно знать, что кровь на это исследование сдается добровольно. Каждый человек имеет право отказаться от тестирования на ВИЧ, но в интересах будущего ребенка матери предпочтительнее иметь информацию о своем ВИЧ-статусе. Законодательство Украины обязывает медицинских работников соблюдать конфиденциальность при обследовании на ВИЧ.

Все тесты на ВИЧ в кабинетах доверия и женских консультациях должны сопровождаться консультированием как перед тестом, так и при получе-

нии результатов одной или двумя неделями позднее. Это хорошая возможность спросить о ВИЧ, его лечении и организациях, которые могут вам помочь, а также о последствиях вашего желания иметь детей. По законодательству Украины предоставление консультирования является обязательным. Если у вас есть вопросы или беспокойство и вам не предложили консультацию, мы советуем обратиться в организации, список которых приведен на стр. 3—4.

**Тест на ВИЧ обычно дает достоверный результат только через три месяца после инфицирования.** Поэтому, если вы в течение предыдущих трех месяцев сталкивались с каким-либо риском заражения ВИЧ, рекомендуется пройти повторное тестирование через три месяца (без какого-либо риска), чтобы быть абсолютно уверенной в том, что результаты анализа достоверны. Это может иметь значение для планирования вашей семьи.

Если у вас есть партнер, было бы целесообразно вам обоим сдать анализы на ВИЧ, независимо от результатов вашего теста.

Если вы и/или ваш партнер окажетесь ВИЧ-позитивными, может возникнуть много переживаний и вопросов относительно беременности. Вам мо-

жет помочь врач, кроме того, в некоторых больницах предлагают помощь **консультанта по принципу «равный — равному»**. Это ВИЧ-позитивная мать, которая столкнулась с теми же трудностями, что и вы, и многие из них преодолела. Ее опыт может принести пользу вам и вашему малышу.

Все проекты организации «Врачи без границ», контактные данные которой представлены на стр. 4, имеют консультанта по принципу «равный — равному».

Если вы ВИЧ-позитивны, вероятно, что в роддоме вас положат в специальную палату для людей с инфекционными заболеваниями. Женщины с неизвестным ВИЧ-статусом также могут быть помещены в эту палату. Однако условия пребывания в ней не должны быть хуже, чем в других палатах роддома.

## **Что необходимо принять во внимание, если вы хотите забеременеть**

Если вы ВИЧ-позитивны и хотите иметь ребенка, рекомендуется обсудить ваше желание с врачом Центра профилактики и борьбы с ВИЧ/СПИД либо с акушером-гинекологом женской консультации или центра репродуктивного здоровья. В таком случае можно будет подобрать оптимальную схему про-

филактики заражения ВИЧ вашего будущего ребенка. После медицинского осмотра будет принято решение о лечении сопутствующих заболеваний (например, анемии), а также инфекций, передающихся половым путем (если они будут выявлены). Врач определяет время начала и схему приема АРВ-препаратов, порекомендует оптимальный метод рождения ребенка (естественные роды или кесарево сечение), проконсультирует по вопросам выбора вскармливания ребенка.

**Если вы начинаете АРВ-терапию и планируете в будущем иметь детей, необходимо обсудить это с вашим врачом перед началом лечения, так как некоторые комбинации препаратов (особенно включающие эфавиренц) не рекомендованы во время беременности.**

Беременность не ухудшает ваше состояние, связанное с ВИЧ. Правда, во время беременности защитные силы материнского организма несколько ослаблены. Однако исследования показали, что беременность не ускоряет развитие болезни у ВИЧ-позитивной женщины. У женщин с бессимптомной ВИЧ-инфекцией беременность не оказывает влияния на прогрессирование заболевания. Обычные симптомы беременности, такие как тошнота, рвота,

слабость или головокружение, могут наблюдаться у ВИЧ-положительных женщин, как и у других беременных женщин.

Универсальная рекомендация для ВИЧ-положительных женщин: **старайтесь вовлечь отца ребенка в процесс консультирования и тестирования на ВИЧ.** Поддержка отца ребенка и семьи очень важна для вас и вашего ребенка. Такая же поддержка потребуется вашему партнеру, если он окажется ВИЧ-положительным.

Возможно, вы захотите обсудить будущее своего ребенка в долгосрочной перспективе, особенно если вы и ваш партнер ВИЧ-положительны, и подумать о том, кто будет заботиться о ребенке, если вы или он не сможете этого делать.

## **Женщина уже беременна**

**Если вы уже беременны и у вас обнаружен ВИЧ, это не означает, что у вашего ребенка обязательно также будет ВИЧ. Это значит, что вам необходимо получить медицинские рекомендации, которые увеличат вероятность рождения ребенка, не инфицированного ВИЧ.**

Вам рекомендуется пройти полное медицинское обследование, для того чтобы узнать о состоянии вашего здоровья и о стадии развития заболевания.



Некоторые врачи могут убеждать вас прервать беременность. **Но это должно быть ВАШЕ решение.** Для некоторых женщин риск того, что ВИЧ передается ребенку, может быть слишком большим, чтобы продолжить беременность. Это верно для женщин, у которых уже появились симптомы СПИД или чья вирусная нагрузка высокая, или количество клеток CD4 снижается даже при получении АРВ-терапии, поскольку высокий показатель вирусной нагрузки/низкий показатель количества клеток CD4 увеличивает риск передачи вируса. Однако женщины с низкой вирусной нагрузкой/высоким количеством клеток CD4 могут родить здорового ребенка.

Возможность прерывания беременности в значительной степени будет зависеть от срока беременности. Так как это сложное решение, важно посоветоваться со своим партнером или другими людьми, которым вы доверяете, с вашим врачом и консультантом по принципу «равный — равному».

## Как безопасно забеременеть

Практикуя незащищенный секс для того, чтобы забеременеть, женщина может подвергнуть риску инфицирования ВИЧ себя или своего партнера.

Поэтому если принятие решения иметь ребенка не обязательно зависит от вашего ВИЧ-статуса, то способ зачатия — зависит.

Существуют некоторые риски, связанные с зачатием, которые зависят от того, кто инфицирован ВИЧ: вы, ваш партнер или оба.

## Если оба партнера ВИЧ-позитивны

Если оба партнера ВИЧ-позитивны, наиболее частым выбором, как правило, является зачатие ребенка природными методами. Однако существуют некоторые вопросы, которые вам стоит предварительно выяснить:

- Если вы принимаете АРВ-терапию, как это повлияет на здоровье будущего ребенка?
- Возможно ли, что вы или ваш партнер больны инфекцией, передающейся половым путем?
- Существует ли риск повторного инфицирования ВИЧ? Это возможно, если ваш партнер инфицирован другим, более агрессивным или устойчивым к препаратам вирусным штаммом.

- ✿ Находится ли ваше здоровье в данный момент в хорошем состоянии или было бы лучше подождать и попробовать забеременеть позднее?

## Дискордантные пары

**Если женщина ВИЧ-позитивна**, а ее партнер ВИЧ-негативен или имеет неизвестный ВИЧ-статус, возможно искусственное оплодотворение путем введения спермы партнера при помощи шприца (без иглы). Попросите вашего партнера эякулировать в посудину/презерватив без сперматоцидной смазки, наберите сперму в шприц и вставьте шприц во влагалище так далеко, насколько это будет удобно. Чем ближе к шейке матки, тем эффективней технология.

Некоторые партнеры могут пойти на риск, практикуя незащищенный секс в наиболее фертильное время для женщины (во время овуляции), а также при условии, что уровень вирусной нагрузки женщины низкий или неопределяемый, а показатель количества клеток CD4 высокий. Риск заражения мужчины ВИЧ-позитивной женщиной значительно ниже, чем риск инфици-

рования женщины ВИЧ-позитивным мужчиной. Однако такой риск существует всегда.

Лучше забеременеть, когда вы себя хорошо чувствуете и ваш показатель количества клеток CD4 высокий, а вирусная нагрузка низкая, так как в этом случае снижается риск передачи ВИЧ вашему ребенку. В Украине анализ на вирусную нагрузку проводят в крайне ограниченном количестве, поэтому состояние здоровья женщины может быть определено только по количеству клеток CD4 и клиническим показателям.

**Если мужчина ВИЧ-позитивен**, а женщина ВИЧ-негативна, существует риск заражения женщины при незащищенном сексе. Некоторые пары могут принимать во внимание определенные факторы, связанные с состоянием здоровья их партнеров — отсутствие инфекций, передающихся половым путем, хорошее общее состояние здоровья, высокий показатель количества клеток CD4. Однако, несмотря на это, риск передачи вируса все же существует. Единственная альтернатива — процесс, который называется очищение («промывка») спермы.

## Что такое «промыть» спермы?

В процессе этой процедуры происходит отделение сперматозоидов от семенной жидкости. Долгие годы она использовалась в больницах по лечению бесплодия и банках спермы. Однако методика очищения спермы с целью снижения или исключения возможности передачи инфекций, таких как ВИЧ, матери или ребенку начала развиваться только в последнее десятилетие.

Согласно исследованиям, проведенным недавно в Великобритании, «промыть» спермы с последующим искусственным осеменением, возможно, является самым безопасным способом зачатия ребенка для ВИЧ-дискордантной пары, где мужчина ВИЧ-позитивен.

Очищение спермы можно сделать за границей и в Украине. [За дополнительной информацией обращайтесь в Международный Альянс по ВИЧ/СПИД или Всеукраинскую сеть людей, живущих с ВИЧ \(см. стр. 3\).](#)

## Общее состояние здоровья и беременность

Каждой беременной женщине следует заботиться о своем здоровье и здоровье будущего ребенка. Ей необходим хороший отдых, беременные женщины не должны перенапрягаться. Рекомендуются спать ночью не менее восьми часов, а многим необходим еще более длительный сон. Женщине необходимо сбалансированное питание. Хорошо заранее начать принимать витамины и осуществлять другие шаги по улучшению собственного здоровья (например, прекратить курить, употреблять алкоголь, начать реабилитацию от наркотиков). Беременность увеличивает потребность женщины в калориях и белке. Фолиевая кислота, железо, кальций и жидкости наиболее важны для развития плода, поэтому в диету матери должно быть включено необходимое количество каждого из этих веществ. Такие изменения и в дальнейшем окажут положительное влияние на развитие ребенка, в то же время улучшив состояние здоровья матери.

Большое значение имеют регулярные физические упражнения. Они укрепляют мышцы, облегчают течение беременности и родов. Плавание и ходьба оказывают положительное влияние, так как они дают небольшую

нагрузку на мышцы. Эти аспекты дородового ухода в одинаковой мере важны для всех беременных женщин, независимо от их ВИЧ-статуса.

## Если вы употребляете наркотики

Если вы употребляете наркотики, о наступлении беременности вы можете узнать позднее, чем обычно, в связи с возможным нарушением менструального цикла, связанным с употреблением наркотиков. Употребление наркотиков внутривенно (с использованием нестерильных инструментов и раствора) сопряжено с повышенным риском ВИЧ-инфекции. **Поэтому вам особенно важно раннее обращение в женскую консультацию для сдачи теста на ВИЧ.** При положительном результате теста на ВИЧ врачи помогут разработать наиболее подходящую программу профилактики заражения вашего ребенка. Вам следует учитывать, что употребление наркотиков связано с повышением риска рождения ребенка раньше положенного срока, поэтому не откладывайте «на завтра» посещение врача. Многие дети, матери которых систематически употребляли наркотики во время беременности, вскоре после рождения ис-

пытают синдром абстиненции («ломку»), поэтому для них надо разработать специальную программу лечения.

Если у вас существенные материальные затруднения и вы не можете самостоятельно обеспечить вашего ребенка молочной смесью, скажите об этом врачу или консультанту по принципу «равный — равному». Они помогут найти выход из сложившейся ситуации. Рекомендуется обратиться в организации, занимающиеся снижением вреда, к психологу, наркологу, которые помогут преодолеть физическую и психологическую зависимость от наркотиков и свести к минимуму негативные последствия их употребления.

Если вы занимаетесь коммерческим сексом, не забывайте, что регулярное использование презервативов во время беременности снижает риск заражения вашего ребенка инфекциями, которые передаются половым путем (например, сифилисом), и, как следствие этого, снижает риск инфицирования вашего ребенка ВИЧ.

**Помните, что независимо от вашего социального положения, расы, религиозных и политических убеждений вам и вашему ребенку должна быть оказана медицинская помощь, чтобы сохранить ваше здоровье и здоровье ребенка.** Это право гарантировано Конституцией Украины.



## Послеродовой уход

Уход за ВИЧ-позитивной матерью и ребенком может не отличаться от ухода после обычных родов без осложнений. Вам понадобится принять решение относительно кормления вашего ребенка, если это не было решено еще до родов. Вы можете чувствовать себя неуверенно, у вас могут появиться вопросы относительно ухода за собой и своим ребенком. Это обычное явление для любой женщины, а ВИЧ-позитивным женщинам настоятельно рекомендуется регулярно обращаться за советом к консультанту по принципу «равный — равному». Он также может дать вам совет по вопросам контрацепции. Вам и вашему ребенку необходимо регулярно посещать врача или медсестру для получения информации о вашем здоровье, а также советов и ухода.

Женщина, а особенно ВИЧ-позитивная, должна избегать нежелательных беременностей. О способах предупреждения нежелательной беременности можно посоветоваться с врачом женской консультации или центра планирования семьи.

## Младенец и тест на ВИЧ

Новорожденному можно сделать иммуноферментный анализ (ИФА) на ВИЧ, но он не обязательно покажет, инфицирован ли ребенок. Все дети получают временную защиту от инфекций (антитела) от своих матерей. Поэтому у ребенка, рожденного ВИЧ-позитивной матерью, будет, как правило, положительный результат анализа на ВИЧ, потому что тест обнаружит у ребенка антитела матери. У детей, не инфицированных ВИЧ, материнские антитела исчезают чаще всего к возрасту 18 месяцев. Только тогда тест на ВИЧ показывает, есть ли у ребенка ВИЧ-инфекция.

Согласно законам Украины, все дети, рожденные ВИЧ-позитивными матерями, считаются ВИЧ-позитивными, пока в их крови находят антитела к ВИЧ. Детям проводится обследование ИФА в 6, 12 и 18 месяцев.

Есть еще один более специализированный тест на определение вируса, а не антител к нему, которой используется во многих странах. Такой тест называется полимеразная цепная реакция (ПЦР). Он может установить правильный диагноз относительно наличия вируса у ребенка до того, как тест на антитела даст четкий результат в возрасте 18 месяцев. Но этот анализ в

Украине широко не распространен. Тестирование крови детей методом ПЦР, в соответствии с Национальным протоколом, проводится в возрасте 1—2 месяцев. При получении отрицательного результата — повторное обследование проводится в 6 месяцев.

При получении положительных результатов повторное обследование проводится через 2 недели после первого обследования.

На основании результатов ПЦР и клинического течения заболевания у ребенка может быть установлен диагноз ВИЧ-инфекции и при необходимости начата ВААРТ.

Если вам нужна дальнейшая информация по этому вопросу, пожалуйста, обратитесь к вашему врачу и консультанту по принципу «равный — равному».

## Приложение 1

### **Схемы и дозы АРВ для беременных женщин и новорожденных** **При обращении женщины за помощью в сроке беременности до 28**

**недель** ей рекомендуется курс профилактического лечения ретровиrom (зидовудином, AZT). До родов женщина принимает ретровир по 300 мг 2 раза в день, в родах (после начала схваток до рождения ребенка) по 300 мг ретровира каждые 3 часа. После рождения ребенка женщине отменяется прием ретровира.

Ребенок получает ретровир в виде сиропа в течении 7 дней, начиная с первых дней жизни.

**Если женщина обратилась за помощью в сроке беременности после 28 недель**, ей также рекомендуется профилактическое лечение ретровиrom по 300 мг 2 раза в день до родов, в родах (после начала схваток до рождения ребенка) по 300 мг ретровира 2 раза в день вместе с 1 дозой препарата вирамун (невимун) 200 мг однократно в начале родов.

Ребенок получает ретровир в виде сиропа в течение первых 7 дней и вирамун в виде сиропа в течение 72 часов после рождения однократно.

Женщины, не состоявшие на учете в женской консультации и СПИД-центре, не обследованные во время беременности, имеют право на обследование на ВИЧ в роддоме с использованием экспресс-тестов.

В таком случае при согласии женщины назначается профилактическое лечение препаратом вирамун (невимун) 200 мг однократно в начале родов, ребенок получает невимун в виде сиропа в течение 72 часов после рождения однократно.

Если женщине во время беременности не проводилось профилактическое лечение, то в начале родовой деятельности она получает невирапин перорально в виде сиропа в дозе 200 мг однократно. Новорожденному в возрасте 72 часов после рождения назначается невирапин в виде сиропа однократно, а также сироп ретровира в дозе 4 мг/кг веса каждые 12 часов в течение 4 недель.

**Другие буклеты из серии для позитивных людей:  
«АРВ-терапия», «АРВ-препараты», «Быть здоровым»,  
«Тем, кто впервые узнал о своем ВИЧ-статусе», «Приверженность к  
АРВ-терапии», «Туберкулез и ВИЧ».**

Вы можете заказать бесплатные экземпляры этих буклетов по тел.:  
(044) 490 5485 (86, 87, 88) или (044) 220 6709/(048) 777 6434.

### **Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине**

**Адрес:** ул. Димитрова, 5,  
корпус 10А, 6-й этаж  
03680, г. Киев, Украина  
**Тел.:** (+380 44) 490 5485,  
490 5486, 490 5487,  
490 5488  
**Факс:** (+380 44) 490 5489  
**E-mail:** office@aidsalliance.org.ua  
**Web:** www.aidsalliance.org.ua

### **«Врачи без границ» — Голландия в Украине**

**Адрес:** ул. Эспланадная, 28-а,  
3-й этаж,  
01023, г. Киев, Украина  
**Тел./Факс:** (+380 44) 220 6709,  
220 4586, 220 7503,  
227 3729  
**E-mail:** office@msf.kiev.ua  
**Web:** www.msf.org.ua

Распространяется бесплатно  
Тираж 10 000 экз.  
Редактор: Лили Хайд  
Литературный редактор:  
Людмила Недилько  
Дизайн: Андрей Афанасьев,  
Лили Хайд  
Перевод: Алена Этокова

Редакционная коллегия:  
Светлана Антоняк  
Анатолий Бонданенко  
Ирина Борушек  
Константин Леженцев  
Татьяна Логинова  
Анна Максимова  
Сольвег Хамилтон  
Алла Щербинская

Соредакторы:  
Татьяна Дешко  
Ольга Журавлева  
Сара Ламонд  
Руслан Малюта  
Игорь Матковский  
Наталья Моисеева  
Елена Пурик  
Павел Смирнов

Мы очень благодарны за комментарии и предложения людям, живущим с ВИЧ из Киева и Одессы, а также Майклу Картеру (NAM) и всем, кто принял участие в обсуждении и подготовке буклета.

Данное переиздание профинансировано в рамках реализации программы «Преодоление эпидемии ВИЧ/СПИД в Украине», поддержанной Глобальным фондом для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией в рамках грантового соглашения UKR-102-G04-N-00 от 15 марта 2004 года.

Изложенные мнения и точки зрения являются мнениями и точками зрения автора, издавшего данную продукцию, и не могут рассматриваться как мнения или точки зрения Глобального фонда для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией. Глобальный фонд для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией не участвовал в одобрении или утверждении как непосредственно опубликованного материала, так и возможных вытекающих из него заключений.

The views described herein are the views of the author, and do not represent the views or opinions of The Global Fund to Fight AIDS, Tuberculosis & Malaria, nor is there any approval or authorization of this material, express or implied, by The Global Fund to Fight AIDS, Tuberculosis & Malaria.

За средства:



Investing in our future

**The Global Fund**

To Fight AIDS, Tuberculosis and Malaria

Третье издание, 2005

© «Врачи без границ» – Голландия в Украине и  
Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине

## **Сегодня бесплатное лечение ВИЧ стало доступным для людей, живущих в любом регионе Украины.**

Обращайтесь в региональные центры профилактики и борьбы со СПИД или непосредственно в Украинский центр профилактики и борьбы со СПИД, лечебной базой которого является клиника Института эпидемиологии и инфекционных болезней им. Л. В. Громашевского АМН Украины. **(044) 280 6429**

**Телефон доверия по проблемам ВИЧ/СПИД  
8 800 500 4510, бесплатно, круглосуточно.**