**Пресс-релиз**

**к 1 декабря «Всемирный день борьбы со СПИД»**

В предверии Всемирного Дня борьбы с ВИЧ/СПИДом 1 декабря 2019г., который в этом году проводится на тему: «Решающая роль сообщества», необходимо объединить усилия сообществ людей, живущих с указанным заболеванием, государственных структур и общественных организаций. В реализации данной компании необходимо широко использовать средства массовой информации, предлагая оптимистичный подход. Несмотря на немалые вложения в борьбу с эпидемией, число заразившихся ВИЧ в России практически не снижается.

Мировое сообщество ставит перед собой ряд глобальных целей и задач, направленных на снижение числа новых случаев заражения ВИЧ-инфекцией, снижение смертности от СПИДа и. в конечном итоге, на прекращение распространения ВИЧ-инфекции в мире. Конечная цель в глобальном масштабе – положить конец эпидемии к 2019 году. Для ее реализации была принята амбициозная, но вполне достижимая стратегия «90-90-90». Конечная цель стратегии: к 2020 году 90% людей, живущих с ВИЧ, должны знать о своем статусе, 90% всех людей, у которых диагностирована ВИЧ-инфекция, должны получать антивирусную терапию, у 90% людей получающих антивирусную терапию, должна наблюдаться вирусная супрессия.

Человек, заразившись ВИЧ, на протяжении нескольких лет может не знать о своем заболевании, может чувствовать себя здоровым. СПИД – конечная стадия ВИЧ развивается в среднем 10-12 лет. Основная задача – выявить людей, живущих с ВИЧ и не знающих о своем статусе, обеспечить им доступ к лечению и профилактике. Единственный способ узнать свой статус – это тестирование на ВИЧ.

 **Надо помнить - ВИЧ – это не приговор!**

Если статус человека при обследовании положителен, то необходимо изменить свой образ жизни. Сейчас при использовании антиретровирусной терапии можно снизить уровень вирусной нагрузки. Строго соблюдая прописанное лечение по времени и дозе и в соответствии с назначенной диетой, человек продолжает нормально жить. Для поддержания нормального иммунитета необходимо исключить факторы риска: курение, злоупотребление алкоголем, употребление наркотиков, несбалансированное питание и стрессы.