1 декабря — День борьбы со СПИДОМ   
  
Что каждый из нас должен знать о своем иммунитете?  
1 декабря отмечается Международный день борьбы со СПИДом. Он учрежден ВОЗ в 1988 году для того, чтобы по всему миру люди были осведомлены об опасности этого заболевания и о том, как его избежать.

Также эта дата — день памяти жертв СПИДа   
Многие государственные, общественные и медицинские организации по всему миру в этот день проводят просветительские и диагностические мероприятия. В 1996 году начала функционировать Объединенная программа ООН по ВИЧ/СПИД (ЮНЭЙДС) — эта организация взяла на себя планирование и продвижение Всемирного дня борьбы со СПИДом.  
  
Первый случай заболевания был зарегистрирован в 1981 году, а в 1982-м оно получило название СПИД. Аббревиатура расшифровывается как «синдром приобретенного иммунного дефицита». Как понятно из названия, при этой болезни человек практически лишается иммунной защиты и уязвим для любой мимолетной инфекции — рядовой насморк становится смертельным.   
Как это выглядит на клеточном уровне?

В крови критически падает число лимфоцитов, которые отвечают за иммунитет.   
СПИД — конечная стадия ВИЧ-инфекции.  
  
Основные пути заражения ВИЧ и СПИДом — незащищенные половые контакты, внутривенные инъекции нестерильной иглой, а также грудное вскармливание, при котором вирус передается от матери ребенку. Заражение происходит при попадании биологических жидкостей на слизистые оболочки тела. Бытовым путем «подцепить» ВИЧ нельзя — этот вирус вне человеческого организма быстро гибнет, чувствителен к воздействию температур от 56 градусов и выше.   
Что нужно знать о ВИЧ — в нашей инфографике.