



Вирус простого герпеса (Herpes simplex virus — HSV) — это распространённый вирусный инфекционный агент, вызывающий поражения кожи и слизистых оболочек.

Он представлен двумя основными типами:

- Herpes simplex virus type 1 (HSV-1) — чаще вызывает орофациальные (ротовые) проявления, например «простуду на губах», но может вызывать и генитальные поражения.
- Herpes simplex virus type 2 (HSV-2) — чаще виноват в генитальных формах герпеса.

Некоторые ключевые цифры:

- Около 3,8 млрд людей младше 50 лет (□ 64 %) во всём мире инфицированы HSV-1.
- Около 520 млн людей в возрасте 15-49 лет (□ 13 %) имеют HSV-2.
- Большинство инфекций протекают бессимптомно или остаются нераспознанными.
- Инфекция инкапсулируется в нервных ганглиях и может рецидивировать: вытесняется, но не устраняется полностью.

Почему важно говорить об этом?

1. Высокая распространённость и недооценённость проблемы.

Герпес — одна из самых распространённых вирусных инфекций в мире, но при этом многие считают её «несерьёзной» или «не заслуживающей внимания». Такое отношение мешает своевременной диагностике, профилактике и снижению риска осложнений.

2. Большая доля бессимптомных носителей.

По данным ВОЗ, значительная часть инфицированных даже не подозревает о наличии вируса. Это означает, что вирус продолжает циркулировать в популяции, а люди невольно заражают партнёров и близких.

3. Высокий риск передачи даже без высыпаний.

Асимптоматическое выделение HSV — один из ключевых факторов распространения инфекции. Об этом важно знать, чтобы корректно оценивать риски и понимать, что защита требуется всегда, а не только при видимых проявлениях.

4. Влияние на репродуктивное здоровье и неонатальные риски.

Неонатальный герпес — редкое, но крайне тяжёлое состояние. Информированность будущих родителей и медработников помогает вовремя выявлять риски и предотвращать тяжёлые осложнения.

5. Связь с повышенным риском ВИЧ-инфицирования.

Наличие генитального герпеса (особенно HSV-2) увеличивает риск заражения ВИЧ. Это делает профилактику и информирование о герпесе частью более широкой стратегии общественного здоровья.

6. Снижение стигматизации.

Молчание вокруг темы герпеса создаёт ложное впечатление, что эта инфекция «постыдна» или встречается редко. Открытое обсуждение помогает уменьшить чувство стыда, способствует обращению за медицинской помощью и улучшает качество жизни людей.

7. Понимание, что инфекции неизлечимы, но управляемы.

Поскольку вирус остаётся в организме пожизненно, важно объяснять людям, как контролировать рецидивы, уменьшать риск передачи и вовремя обращаться за лечением — это делает жизнь с вирусом безопасной и предсказуемой.

Как происходит передача?

- HSV-1 передаётся преимущественно через контакт со слюной, поражёнными участками кожи или слизистых рта.
- HSV-1 также может передаваться на генитальную область через орально-генитальный контакт.
- HSV-2 передаётся при сексе с носителем вируса, даже если нет видимых проявлений инфекции.
- Возможна передача от матери ребёнку во время родов (неонатальный герпес).

Почему это важно?

- Хотя герпес часто воспринимается как «легкая» инфекция, он неизлечим: вирус остаётся в организме навсегда.
- При HSV-2 отмечено повышенное риск заражения HIV/AIDS примерно в 3 раза.
- У людей с ослабленным иммунитетом возможны тяжёлые осложнения: менингоэнцефалит, диссеминированная инфекция.
- На уровне общественного здравоохранения важно распространять информацию об инфекции, поскольку её распространённость высока, а многие заражённые не знают о своей инфекции.

Как предотвратить заражение?

Вот рекомендации на основе данных World Health Organization (ВОЗ) и других авторитетных источников:

1. Избегать контакта с активными высыпаниями

- При симптомах орального герпеса (образование пузырьков, язвочек) избегайте поцелуев, орального контакта с другими людьми, а также использования общих предметов (стаканы, ложки и т.д.).
- При симптомах генитального герпеса воздержитесь от сексуальной активности до полного заживления.

2. Использование барьерных методов защиты при половых контактах

- Презервативы снижают, но не устраняют полностью риск передачи, поскольку вирус может передаваться через те участки кожи, которые не покрыты защитой.
- Важно, чтобы оба партнёра были осведомлены о возможности передачи даже при отсутствии симптомов (асимптоматическое выделение вируса).

3. Ограничение числа сексуальных партнёров / длительные моногамные отношения

- Один из мер — быть в длительных взаимно моногамных отношениях с партнёром, у которого нет герпеса.

4. Диагностика и лечение

- При первом эпизоде инфекции важно обратиться к врачу — ранняя противовирусная терапия может помочь уменьшить тяжесть и длительность течения.

Информационная неделя, посвящённая герпесу (16–23 ноября) — важная возможность обратить внимание на широко распространённую, но часто недооценённую инфекцию — *Herpes simplex virus*. По данным ВОЗ, миллиарды людей во всём мире инфицированы HSV-1 или HSV-2. Хотя полное излечение пока не существует, ответственность за профилактику — на каждом из нас. Избегание контактов во время высыпаний, использование барьерных методов, открытый разговор с партнёрами и своевременное обращение за медицинской помощью — вот ключевые шаги, которые помогут снизить риск и повлиять на ситуацию на уровне общественного здравоохранения.