

ЧТО ВАМ ВАЖНО ЗНАТЬ О ВИЧ



ГБУЗ «Областной центр по
профилактике и борьбе со СПИДом
и инфекционными заболеваниями»

дети.спидцентр.рф
г. Челябинск


ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ЗДОРОВО!

Как вы думаете, что позволит прожить долгую, счастливую, полноценную жизнь? Конечно же, – здоровье.

Сейчас в России официально зарегистрировано более 800 000 человек живущих с ВИЧ-инфекцией, при этом большое число инфицированных – это молодые люди в возрасте до 35 лет, свыше 8 000 – это дети до 15 лет.

В 13, 15, 17 лет трудно поверить, что Вам может угрожать смертельная болезнь. Часто кажется, что болеют и умирают только старые люди. Но с ВИЧ-инфекцией все обстоит по-другому: это хроническое заболевание, т. е., попадая в организм человека, вирус остается там на всю жизнь.

Возможно, Вы уже что-то знаете о ВИЧ/СПИДе. Наша брошюра для тех, кто заботится о своем здоровье и стремится сохранить свой иммунитет. Ведь заботясь о своем здоровье, мы заботимся о здоровье будущего поколения.



ВИЧ/СПИД: ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

В - вирус - вид мельчайших организмов, которые являются возбудителями заболеваний.

И - иммунодефицита - явление, при котором иммунная система выходит из строя.

Иммунная система - защитный механизм организма, работа которого состоит в обнаружении и уничтожении возбудителей различных заболеваний.

Ч - человека. Вирус живет и размножается только внутри клеток человека и передается только от человека к человеку.

С - синдром - это группа симптомов различных заболеваний. Больные СПИДом часто болеют несколькими заболеваниями одновременно, так как иммунная система не может бороться с распространением вируса.

П - приобретенного - появился в течение жизни, но не при рождении.

И - иммунного

Д - дефицита.





Заражение ВИЧ

Стадия СПИДа




Заболевание, которое вызывает ВИЧ, называется «ВИЧ-инфекция». СПИД является последней стадией ВИЧ-инфекции.

Стадия СПИДа наступает, когда иммунная система практически разрушена.

ВИЧ-положительные люди многие годы могут не знать о своем заболевании. Это объясняется тем, что ВИЧ-инфекция не имеет ярко выраженных внешних признаков, в отличие, например, от «ветрянки». Кроме того, долгое время после инфицирования человек может чувствовать себя абсолютно здоровым. Но, несмотря на отсутствие внешних проявлений, заболевание постепенно развивается в организме.

ВИЧ разрушает клетки иммунной системы, которые отвечают за борьбу с болезнями. Для людей, живущих с ВИЧ, любые заболевания представляют большую опасность.

На сегодняшний день ВИЧ-инфекция является хроническим заболеванием.



КАК ПЕРЕДАЕТСЯ ВИРУС

Вирус иммунодефицита содержится практически во всех биологических жидкостях организма. Но инфицирование может произойти только при контакте с четырьмя из них:

- кровь;
- сперма;
- влагалищный секрет;
- материнское молоко.

Таким образом, когда мы говорим о передаче вируса, необходимо помнить, что инфицирование связано с определенным поведением. Его называют рискованным.



Пути передачи:

1 «Кровь в кровь»: прямой контакт крови ВИЧ-инфицированного человека с кровью неинфицированного.

Передача вируса, в частности, возможна:

- при использовании нестерильного медицинского инструментария, в том числе, игл и шприцев для введения наркотических веществ;
- во время использования нестерильных игл для прокалывания ушей, пирсинга, нанесения татуировок.

2. Половой: Передача вируса возможна:

- во время полового контакта любым способом без презерватива.

3. Вертикальный: инфицирование младенца от ВИЧ-положительной матери.

Передача вируса возможна:

- во время беременности;
- во время родов;
- во время кормления грудью.

Важно учитывать, что женщина, когда готовится стать матерью, должна знать свой ВИЧ-статус и выполнять все предписания врачей для защиты будущего ребенка. Эти меры позволят снизить риск передачи заболевания от матери ребенку до 1 % и менее. Тогда ВИЧ-инфицированная женщина может родить здорового ребенка.

КАК НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ ВИРУС?

- через слюну: при поцелуе, кашле, чихании и т. д.;
- при рукопожатии и объятиях;
- через пот и слезы;
- через насекомых (в том числе кровососущих) и животных;
- через пищу, приготовленную ВИЧ-положительным человеком, общую посуду и столовые приборы;
- через мочу и кал, в частности, во время пользования общим туалетом или душем;
- во время совместных занятий спортом, посещения бассейна;
- через постельное белье.



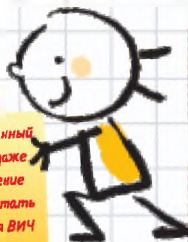
СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ ОТ ВИЧ

➤ Избегайте контактов с кровью других людей. Всегда пользуйтесь своими предметами личной гигиены (бритва, маникюрные принадлежности, зубные щетки).

➤ Никогда не употребляйте наркотические вещества.

➤ Если Вы хотите сделать татуировку или пирсинг, то Вам необходимо убедиться в том, что мастер по тату или пирсингу соблюдает все меры безопасности: одел перчатки и использует новую, стерильную иглу.

Даже один-единственный половой контакт, даже однократное введение наркотиков могут стать причиной заражения ВИЧ



Для подростков самый лучший и надежный способ обезопасить себя от заражения ВИЧ-инфекцией - соблюдать правила безопасного поведения - **ВВП (ВОЗДЕРЖАНИЕ, ВЕРНОСТЬ, ПРЕЗЕРВАТИВ)**.

ВОЗДЕРЖАНИЕ от половой жизни означает, что человек в течение какого-либо срока не вступает в сексуальные отношения. Это обычный период, во время которого Вы продолжаете свободно общаться с друзьями, встречаться с любимой или любимым, завязывать новые знакомства. Даже если Вы имеете сексуальный опыт, Вы всегда можете отказаться от физической близости на некоторое время.

Аргументы «ЗА»

Любовь можно проявить без секса. Далеко не всегда вступление в интимные отношения означает, что оба партнера одинаково нежно относятся друг к другу. И тем более половая близость не заставит кого-либо полюбить.



Многие люди всех возрастов по собственному решению воздерживаются от сексуальных отношений. И при этом они любимы и уважаемы!

Первый половой контакт, как и все последующие, может привести к беременности.

По внешнему виду партнера нельзя определить, есть ли у него какое-либо заболевание. Точно это могут показать только результаты анализов.

Даже одного сексуального контакта, незащищенного презервативом, достаточно для того, чтобы человек заразился одной или сразу несколькими **инфекциями, передающимися половым путем (ИППП)**.

Например, сифилисом, хламидиозом, гонореей, ВИЧ.

Научитесь говорить «НЕТ»

Прежде, чем принять решение о начале половой жизни, разберитесь в своих чувствах. Научитесь говорить «нет» самим себе: это поможет принимать разумные, взвешенные решения. Не оглядывайтесь на окружающих! Мы все разные. Каждый из нас уникален. Мы принимаем решения самостоятельно и должны совершать обдуманнные поступки.

Придерживайтесь своей позиции, говорите об отказе от секса прямо: не придумывайте «уважительных» причин, ведь «уход» от прямого ответа может быть расценен как согласие! Общайтесь с людьми, которые уважают ваше решение воздержаться от секса.

Стойте на своем: повторяйте свое «нет» вновь и вновь без объяснения причин и оправданий.

Перейдите в наступление и спросите «Почему ты на меня давишь?».

Откажитесь от продолжения беседы: «Я не хочу больше об этом говорить».

Обозначьте свои границы заранее: партнер должен знать и принимать их.

ВЕРНОСТЬ. Когда Вы чувствуете, что пришло время начинать половую жизнь, именно верность своему партнеру поможет Вам защитить себя и его. Если Вы и ваш партнер вступаете в половую связь только друг с другом, и у Вас у обоих нет ВИЧ-инфекции и ИППП, то Вы не рискуете ими заразиться. Однако для того, чтобы быть уверенными, что вы оба здоровы, вам следует сдать анализы на ВИЧ-инфекцию и ИППП. Верность не защитит Вас, если один уже был заражен ИППП или ВИЧ во время предыдущих отношений.



Если Вы все-таки решили начать половую жизнь, Вам следует научиться правильно пользоваться презервативами и предохраняться во время всех сексуальных контактов.

ПРЕЗЕРВАТИВ – изделие из латекса, специально предназначенное для того, чтобы надевать его на половой член во время секса. Качественный презерватив, при правильном использовании, является наилучшей защитой от заражения половым путем не только ВИЧ, но и другими ИППП, а также предохраняет от беременности.



Презерватив препятствует проникновению в органы половых секретов партнеров (спермы, вагинальных выделений), а также крови, в которых может содержаться ВИЧ. Поэтому, хотя презерватив предназначен для мужчин, он защищает от заражения и мужчин, и женщин.

Причем презерватив необходим в течение всего полового акта, вне зависимости от его вида.

Покупайте презерватив в аптеке, проверьте срок годности и целостность упаковки



КАК МОЖНО ОБНАРУЖИТЬ ВИЧ?

Выявить вирус в организме можно только с помощью специального анализа крови - теста на антитела к ВИЧ.

После попадания вируса в кровь, организму человека требуется **от 14 дней до 6 месяцев** для выработки такого количества антител, которое позволит обнаружить их при анализе. Поэтому очень важно сдать анализ на антитела к ВИЧ несколько раз: **через 3 и 6 месяцев** после возможного инфицирования.

Зачем Вам знать есть ли у Вас ВИЧ?

- Вовремя предотвратить возможные осложнения.
- Планировать семейные отношения и рождение здорового ребенка в будущем.
- Учитывать необходимость постоянного наблюдения и планировать учебу и работу.

Если ваш друг или близкий человек сообщил Вам, что у него ВИЧ.

Человеку, живущему с ВИЧ, требуется поддержка, а именно - ваша готовность выслушать и понять, не осуждая и не обвиняя, а также поддержать. Помните, что ВИЧ не передается через дружбу!

ГБУЗ «Областной центр по профилактике и борьбе со СПИДом и
инфекционными заболеваниями»



ул. Пекинская, д. 7

deti.spidцентр.рф

Телефон отдела профилактики:

8 (351) 214-99-07

образовательные лекции, семинары, тренинги для подростков,
педагогов, психологов по актуальным вопросам ВИЧ/СПИДа, а также
по программе «Ладья»

ladya-deti.ru



ПОЛЕЗНЫЕ КОНТАКТЫ

Общероссийский единый телефон доверия для детей,
подростков и их родителей

8-800-2000-122 (круглосуточно)