

## Что сказать ребенку о ВИЧ

*В вопросах ВИЧ много специфических аспектов, и здесь родителям может понадобиться дополнительная помощь. Информацию можно найти на образовательных сайтах на эту тему, также существуют бесплатные телефоны доверия по вопросам ВИЧ/СПИДа. Вот основные темы, которые важно донести до ребенка:*

▶ ВИЧ - это вирус, он разрушает иммунную систему.

▶ ВИЧ не передается в быту, общение с ВИЧ-положительными людьми полностью безопасно.

▶ Риск передачи этого вируса есть только в некоторых ситуациях, в основном при использовании чужих инструментов для инъекций (во время употребления наркотиков, нанесения татуировки, пирсинга), при незащищенных половых контактах и от матери к ребенку во время беременности, родов, кормления грудью.

▶ Определить, есть ли у человека ВИЧ, **невозможно по внешним признакам.** Для этого нужен специальный анализ крови.

⚠ Единственный существующий способ защиты от ВИЧ во время половых отношений – это правильное использование презерватива. Важно отметить, что до разговора о презервативах нужно поговорить с детьми об интимных отношениях в целом, нельзя, чтобы половые отношения ассоциировались у ребенка только с болезнями. Не стоит бояться, что разговор о средствах контрацепции поощрит ребенка к раннему вступлению в половую жизнь. Напротив, он даст понять, что сексуальная жизнь требует ответственных решений.

▶ Некоторые родители думают, что лучше не говорить о каких-то вещах, например, о наркотиках или сексе. Однако дети все равно будут слышать о них – по телевизору и от друзей. И если не обсуждать эти темы с детьми, то кто-то, совершенно посторонний, сделает это за вас.

## Контакты:

Свердловский областной центр  
по профилактике и лечению ВИЧ-инфекции  
**Екатеринбург, ул. Ясная, 46**

Регистратура: (343) 243-16-62  
Отдел профилактики: (343) 240-89-94  
Социальная служба: (343) 240-86-13  
Детское отделение: (343) 350-41-03

### Окружные филиалы Свердловского областного центра по профилактике и лечению ВИЧ-инфекции

Западный управленческий округ –  
г. Первоуральск, ГБ N 3, пос. Динас,  
ул. Огнеупорщиков, 38, тел. (34396) 3-54-28

Восточный управленческий округ –  
г. Ирбит, инфекционная больница N 2,  
ул. Мальгина, 26, тел. (34355) 3-82-08

Южный управленческий округ –  
г. Каменск-Уральский, городская поликлиника,  
ул. Рябова, 20, тел. (3439) 37-09-09

Северный управленческий округ –  
г. Серов, ул. Льва Толстого, 15, строение 6,  
тел. (34385) 6-02-05

Горнозаводской управленческий округ –  
г. Нижний Тагил, ул. Джамбула, 45,  
тел. (3435) 34-12-27  
(во всех окружных филиалах  
работают психологи и специалисты по социальной работе)

**Узнай больше!**

Горячая линия по вопросам ВИЧ/СПИД

(343) **31 000 31**

(будние дни с 9.00 до 20.00)

[www.livehiv.ru](http://www.livehiv.ru)

Изготовлено в рамках Областной целевой программы «Совершенствование оказания медицинской помощи населению, предупреждение и борьба с социально значимыми заболеваниями на территории Свердловской области на 2011-2015 годы»



ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР  
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ И ЛЕЧЕНИЮ  
ВИЧ-ИНФЕКЦИИ

чтобы  
**ЖИТЬ**



**Как**  
**ПОГОВОРИТЬ**

**С ПОДРОСТКОМ**

**О ВИЧ**  
**ИНФЕКЦИИ**



Тема ВИЧ/СПИД считается слишком страшной и «неприличной», чтобы обсуждать ее с детьми. Хочется верить, что «наших детей» это точно не касается. Однако неумолимая статистика говорит об обратном. В России эпидемия ВИЧ-инфекции – одна из самых молодых эпидемий в мире – 90% случаев ВИЧ-инфекции приходится на людей в возрасте от 15 до 49 лет. Перспективы создания вакцины пока слишком отдалены, поэтому когда нынешние дети станут молодыми людьми – основной «группой риска», в мире проблема ВИЧ будет еще актуальнее, чем сейчас. Профилактические программы для подростков не всегда доступны. Родителям нужно действовать самим.

### Как это сделать?

## Что зависит от родителей

Существует убеждение, что в подростковом возрасте родители уже не имеют влияния на ребенка – гораздо важнее школа и сверстники. На самом деле, даже во время подростковых бунтов родители играют определяющую роль в дальнейшем поведении ребенка.

В семьях, где матери и отцы открыто говорят с детьми о половом поведении, подростковые риски встречаются гораздо реже. Самым важным является время начала таких разговоров: они должны состояться до первого сексуального опыта. Разговоры родителей с детьми о профилактике ВИЧ-инфекции необычайно эффективны. Данные опросов свидетельствуют, что большинство детей хотели бы поговорить с родителями о ВИЧ, но не верят, что могут это сделать. Так что инициатива разговора остается за родителями.



## Разговор будет серьезным



Психологи рекомендуют несколько основных правил: Одного разговора недостаточно. О трудных вопросах лучше говорить как можно чаще.

**Слушайте, что говорит ребенок:** Если ребенок задает вам вопрос о половом поведении или названии наркотика, то лучше в первую очередь спросить, что он сам думает об этом. Это поможет вам оценить уровень знаний ребенка и подобрать оптимальный ответ.

**Укрепляйте самооценку ребенка.** Исследования показывают, что низкая самооценка – один из главных факторов риска в отношении ВИЧ. Неважно, какой уровень знаний у ребенка, отсутствие уважения к себе приведет к тому, что юноша не посмеет отказаться попробовать наркотик в компании, а девушка согласится на сексуальный контакт, лишь бы не потерять расположение парня. Поэтому старайтесь чаще хвалить ребенка; ставить перед ним легко выполнимые задачи; проводить как можно больше времени наедине с ним. Все это имеет не меньший защитный эффект, чем самая достоверная информация.

**Научите ребенка говорить «нет».** Проиграйте с ребенком ситуации, когда он должен отказаться в чем-то друзьям. Например, с ребенком младшего школьного возраста можно представить ситуацию, если приятель предложит ему попробовать алкоголь. Детям важно развить навыки, которые позволят им не поддаваться давлению в вопросах полового поведения и наркотиков. Не менее важно обсудить с ребенком, чем настоящие друзья отличаются от ненастоящих, и «что хороший друг не будет уговаривать сделать что-то опасное».

Ясно говорите, что вы думаете о наркотиках. Многие родители считают, что если они сами негативно относятся к наркотикам, то и их дети придерживаются того же мнения. Однако согласно данным исследований, риск приема наркотиков ребенком уменьшается, если в семье открыто обсуждают эту позицию. Не нужно описывать употребление наркотических веществ, достаточно сказать, что эти вещества могут причинить непоправимый вред здоровью и даже убить... и что вы очень боитесь, что с ребенком может случиться нечто подобное.

**Не избегайте разговоров с детьми противоположного пола.** Некоторые родители не хотят говорить о половом поведении с детьми противоположенного пола. Эти опасения понятны. И все-таки не избегайте таких тем: мнение представителя другого пола поможет ребенку лучше разобраться в вопросах отношений. Ведь в будущем ей (или ему) предстоит разговаривать на подобные темы со своим партнером.



**Стоит найти повод. А поводом могут послужить:** статья, передача, фильм, рекламный ролик. Можно найти документальный или художественный фильм, статью о ВИЧ/СПИДе. Тогда для начала разговора достаточно спросить: «А что ты сама об этом думаешь? Что ты слышал на эту тему?» Лучшее начало серьезного разговора – внимательно выслушать самого ребенка, его суждения и, возможно, страхи. Затем вы можете поделиться собственным мнением и ответить на вопросы ребенка. Реальные люди. Ничто не произведет такого впечатления на ребенка, как пример из реальной жизни. Это может быть «звезда», заявившая, что проходит лечение от наркотической зависимости или известный человек, умерший от СПИДа, или живущий с ВИЧ.



## ТОЛЬКО ФАКТЫ

В Свердловской области официально зарегистрировано более 60 тысяч случаев ВИЧ-инфекции. Более 1% населения Свердловской области инфицирован ВИЧ. Это только официальная статистика! Реальное число людей, живущих с диагнозом ВИЧ-инфекция в Свердловской области, - 120-130 тысяч!

Относительный показатель пораженности населения области ВИЧ-инфекцией превышает среднероссийский уровень в 2,5 раза.

**Ежедневно в Свердловской области выявляется до 15 случаев ВИЧ-инфекции.**

**Наибольшая доля (до 90%) ВИЧ-инфицированных свердловчан приходится на людей в возрасте от 18 до 40 лет.**

Более 500 детей в Свердловской области живут с диагнозом ВИЧ-инфекция.

**Умерло от ВИЧ-инфекции более 9 750 ВИЧ-инфицированных.**

## ШПАРГАЛКА

**ВИЧ** - это вирус иммунодефицита человека.

**СПИД** - это синдром приобретенного иммунодефицита, последняя стадия ВИЧ-инфекции.

Вирус иммунодефицита попадает в организм и разрушает «защиту» организма.

**ВИЧ передается** только от человека к человеку **при употреблении наркотиков.**

**ВИЧ передается половым путем, через кровь и от матери к ребенку во время беременности, родов и грудного вскармливания.**

ВИЧ долгие годы никак не проявляет себя, человек выглядит абсолютно здоровым.

**Узнать, есть ВИЧ у человека или нет, можно только сдав кровь на ВИЧ.**

**ВИЧ не передается** через укус комара, а также через пользование общими бытовыми предметами с инфицированным человеком.

**В мировой практике не было ни одного случая, когда ВИЧ-положительный ребенок инфицировал другого ребенка в быту.**

## Контакты:

Свердловский областной центр  
по профилактике и лечению ВИЧ-инфекции  
**Екатеринбург, ул. Ясная, 46**

Регистратура: **(343) 243-16-62**

Отдел профилактики: **(343) 240-89-94**

Социальная служба: **(343) 240-86-13**

**Окружные филиалы Свердловского областного центра  
по профилактике и лечению ВИЧ-инфекции**

Западный управленческий округ –  
г. Первоуральск, ГБ N 3, пос. Динас,  
ул. Огнеупорщиков, 38, тел. (34396) 3-54-28

Восточный управленческий округ –  
г. Ирбит, инфекционная больница N 2,  
ул. Мальгина, 26, тел. (34355) 3-82-08

Южный управленческий округ –  
г. Каменск-Уральский, городская поликлиника,  
ул. Рябова, 20, тел. (3439) 37-09-09

Северный управленческий округ –  
г. Серов, ул. Льва Толстого, 15, строение 6,  
тел. (34385) 6-02-05

Горнозаводской управленческий округ –  
г. Нижний Тагил, ул. Джамбула, 45,  
тел. (3435) 34-12-27

(во всех окружных филиалах  
работают психологи и специалисты по социальной работе)

### Узнай больше!

Горячая линия по вопросам ВИЧ/СПИД

**(343) 31 000 31**

(будние дни с 9.00 до 20.00)

**www.livehiv.ru**

Отпечатано в типографии «АТГрупп»  
Свердловская обл., г. Среднеуральск, ул. Гашева, 2а,  
тел./факс: (343) 350-50-10, 219-54-87, atgroup@list.ru



СВЕРДЛОВСКИЙ  
ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР  
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ И ЛЕЧЕНИЮ  
ВИЧ-ИНФЕКЦИИ



**ЗНАТЬ,  
чтобы  
ЖИТЬ!**



**ВИЧ** – вирус иммунодефицита человека  
**ВИЧ-инфекция** – тяжелое, хроническое, неизлечимое заболевание, вызываемое вирусом иммунодефицита человека. Вирус ослабляет иммунную систему, выполняющую защитную функцию. Постепенно иммунная система ослабевает настолько, что уже больше не может защищать организм. В результате развивается состояние иммунодефицита, при котором человек начинает болеть различными инфекционными заболеваниями. Последней стадией ВИЧ-инфекции является СПИД.

**СПИД:**

**СИНДРОМ** – ряд признаков и симптомов, указывающих на наличие определенной болезни или состояния.

**ПРИОБРЕТЕННОГО** – не врожденного, а приобретенного в процессе жизни человека.

**ИММУННОГО** – относящегося к иммунной системе человека, которая обеспечивает защиту человека от болезнетворных микроорганизмов.

**ДЕФИЦИТА** – отсутствие ответа со стороны иммунной системы на внедрение и размножение болезнетворных микроорганизмов.

Таким образом, при ВИЧ-инфекции в какой-то момент организм исчерпывает свои ресурсы и перестает сопротивляться чужеродным агентам (микробам), развивается стадия СПИДа.

Проявления СПИДа разнообразны, в основном это так называемые оппортунистические заболевания: пневмоцистная пневмония, туберкулез, грибковые поражения кожи и внутренних органов, герпес, токсоплазмоз, саркома Капоши и другие.

### Лечение ВИЧ-инфекции

Несколько лет назад появилась антиретровирусная терапия (АРВТ) для лечения ВИЧ-инфекции. АРВТ не может уничтожить ВИЧ в организме полностью, но она сохраняет людям с ВИЧ жизнь и здоровье, не давая вирусу вредить иммунной системе. Антиретровирусные препараты необходимо принимать на протяжении всей жизни, в одно и то же время. Кроме того, АРВТ позволяет снизить риск рождения детей с диагнозом ВИЧ от ВИЧ-инфицированных родителей.

## ВИЧ – опасный и хитрый вирус

Он передается при половых контактах, от матери к будущему ребенку и при использовании нестерильных инструментов, как в медицинских целях, так и для введения наркотиков. ВИЧ кроме клеток иммунной системы поражает и другие клетки организма человека: клетки нервной системы, клетки кишечника и некоторые другие. В этих клетках вирус не размножается, но сохраняется долгие годы и недоступен для лекарственных антиретровирусных препаратов. Эта особенность вируса сохраняется в организме на протяжении многих лет делает болезнь хронической и неизлечимой.

Инфицированный человек чувствует себя и выглядит вполне здоровым и часто даже не догадывается о своей проблеме, при этом является источником инфицирования для других людей (своих половых партнеров, партнеров по «игле», если употребляет наркотики).

### СЕРОНЕГАТИВНОЕ ОКНО

От момента опасного контакта до момента появления в крови антител к ВИЧ может пройти от нескольких недель до 1 года. Если вирус иммунодефицита человека в крови уже есть, а анализ его еще не показывает – это называется периодом «серонегативного окна». Поэтому необходимо сдавать анализ крови на ВИЧ после рискованного контакта 3 раза: через 3 и 6 месяцев и через год.

**ЭТО НУЖНО ЗНАТЬ!**

Если после рискованного контакта прошло менее 72 часов, необходимо обратиться в Свердловский областной центр по профилактике и лечению ВИЧ-инфекции или в филиалы центра за консультацией к врачу-инфекционисту для оценки риска инфицирования ВИЧ и возможности его предотвращения.

### Как происходит инфицирование ВИЧ

Вирус передается только через определенные биологические жидкости организма:

**кровь/ сперма/ вагинальный секрет/ грудное молоко.**

**Это значит, что вирус может передаваться только:**

\* при любом половом контакте без презерватива

- \* при использовании нестерильных шприцев как в медицинских целях, так и для введения наркотиков
- \* от матери к ребенку во время беременности, родов и кормления грудью
- \* при переливании крови, трансплантации органов.

### КАК УБЕРЕЧЬ СЕБЯ ОТ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ

Сегодня человек с диагнозом ВИЧ-инфекция может прожить неопределенно долго. Еще несколько лет назад этот диагноз означал отсроченную во времени смерть. От 5 до 10 лет мог прожить человек с диагнозом ВИЧ-инфекция. Благодаря антиретровирусной терапии ситуация кардинально изменилась. Однако ВИЧ-инфекция – это тяжелое заболевание, которое может привести к смерти и требует от человека постоянного приема лекарственных препаратов, постоянных посещений врача, ставит под угрозу жизнь и здоровье половых партнеров, будущих детей.

Для этого **НЕОБХОДИМО:**

**ПОМНИТЕ:**

**«От ВИЧ-инфекции  
убережешься легче,  
чем от гриппа».**

- **знать свой ВИЧ-статус**
- **отказаться от наркотиков**
- **зная ВИЧ-статус свой и партнера, хранить друг другу верность или**
- **при всех половых контактах использовать презерватив.**

### КАСАЕТСЯ КАЖДОГО!

В настоящее время ВИЧ-инфекция вышла за пределы групп лиц, подверженных наибольшему риску инфицирования (потребители наркотиков, лица с многочисленными сексуальными контактами) и стала распространяться среди социально благополучного населения. ВИЧ-инфекция все активнее передается половым путем.

В 2009 году из вновь выявленных случаев ВИЧ-инфекции 50% свердловчан инфицировались половым путем. Часто женщины узнают о своем диагнозе в женской консультации, когда готовятся к рождению ребенка.

Утверждение, что ВИЧ-инфекция – это болезнь людей, относящихся к группе риска, сегодня превратилась в МИФ.

# ВИЧ КАСАЕТСЯ КАЖДОГО!