Уважаемые родители!
1 декабря – всемирный День борьбы со СПИДом!

СПИД (синдром приобретённого иммунодефицита) — это комплекс заболеваний и проблем со здоровьем, который возникает из-за низкого иммунитета
СПИД – чума 21 века, лекарство от которого ещё не изобрели

Почему Вы должны говорить о СПИДе со своим ребёнком?

Дети слышат о ВИЧ и СПИДе в общественных местах, от друзей во дворе, проблема СПИДа достаточно часто освещается средствами массовой информации: фильмы, плакаты, репортажи, статьи в газетах и журналах. Что из всего этого «информационного блока» помнит и понимает Ваш ребёнок? Какие выводы для себя делает? Как будет себя вести?

У подростков возникает много вопросов и тревог относительно СПИДа. Кто лучше родителей сможет на них ответить?

В России четверо из десяти подростков (37%) совершают первый половой акт в девятом классе, семеро из десяти (66%) вступают в половые отношения к выпускному классу. Каждый год каждый четвёртый подросток заболевает инфекцией, передаваемой половым путём (ИППП); хламидиоз гораздо чаще встречается у подростков, чем у взрослых мужчин и женщин, распространённость гонореи среди подростков выше, чем среди мужчин и женщин в возрасте 20-44 лет. По данным Федерального научно-методического центра по профилактике и борьбе со СПИДом одна треть всех случаев заболеваний СПИДом регистрируется среди людей в возрасте от 15 до 30 лет.

Задача родителей не просто поговорить с ребёнком об этой проблеме и предоставить ему достоверную и научную информацию о СПИДе, но и помочь ему в принятии и следовании принципам ответственного поведения. Для подростков это в первую очередь - воздержание от половых актов , отказ от употребления алкоголя и наркотиков. Составляющими ответственного поведения также являются верность в отношениях, использование презерватива при каждом половом акте. Тема сексуальных отношений часто остаётся запрещённой во многих семьях, родители испытывают чувство неловкости при её обсуждении. Сравните, что важнее - Ваша неловкость при таком разговоре или безопасность Вашего ребёнка? Подобные беседы подскажут ребёнку, что Вы признаёте за ним право быть взрослым, они помогут ему самостоятельно принять ответственное решение о воздержании от раннего начала половой жизни.

Получение ребёнком информации о СПИДе должно быть систематическим. Лучший способ научить вашего ребёнка тому, как защититься от СПИДа, состоит в том, чтобы говорить о нем в неформальной обстановке и много раз, поскольку Ваш ребёнок растет, и у него могут появиться все новые и новые вопросы.

Семья является защитницей и основным звеном в профилактике СПИДа. Именно в семье с самого рождения формируется личность и моральные ценности. Именно в семье мальчики учатся быть мужчинами, а девочки - женщинами, с соответствующими представлениями, установками и поведением. И девочек, и мальчиков нужно воспитывать так, чтобы они росли самостоятельными, уверенными в себе, способными на уважительные и уравновешенные отношения

В каком возрасте следует разговаривать с ребенком о проблеме СПИДа?

Учитывая тот факт, что болезнь с каждым годом все молодеет, то инстинкт сохранения потомства должен диктовать то, что чем раньше ребёнок узнает о проблеме, тем лучше.

Исходить следует из того, что очень часто первый сексуальный опыт у современных подростков появляется в 14-15 лет, а значит начинать разговоры необходимо многим ранее. Психологи считают, что тему СПИДа следует ставить перед ребёнком в период 9-12 лет. Именно в этот период в его организме начинают происходить физические и психологические изменения. По причине этих изменений ребёнок испытывает массу стрессов и переживаний, связанных с социализацией, частью которой могут быть конфликты со сверстниками, педагогами и т. д. Как следствие, он становится уязвим и именно в этот период, если нет необходимых знаний, ребенок попадает под влияние «более опытных» подростков.

Что надо знать о ВИЧ иСПИДе?

ВИЧ-инфекция — это хроническое инфекционное заболевание. Средства излечения от него до сих пор не найдены, поэтому в настоящее время заболевание приводит к неминуемому фатальному исходу. Вызывается ВИЧ-инфекция вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Последняя стадия заболевания называется СПИД (синдром приобретённого иммунодефицита)

Специфических клинических проявлений (симптомов) у ВИЧ-инфекции нет! Диагноз можно поставить только после лабораторного исследования крови. ВИЧ-инфицированные люди длительно время после заражения (3-6 и более лет) выглядят здоровыми, хорошо себя чувствуют и заражают здоровых людей
В концентрациях, достаточных для заражения здорового человека, ВИЧ находится только в четырёх жидкостях больного ВИЧ-инфекцией: крови, сперме, женских вагинальных выделениях, грудном молоке
Достоверно известны три пути заражения:
- половой (при половом контакте с ВИЧ-инфицированным);
- через кровь (при переливании крови и ее препаратов и использовании нестерильных игл и шприцев, при внутривенном введении наркотиков);
- от матери к ребёнку (во время беременности, родов, кормления грудью).
ВИЧ не передается:
- при дружеских поцелуях;
- при рукопожатиях;
- при кашле, чихании;
- через посуду, одежду, белье;
- при посещении бассейна, сауны, туалета;
- при укусах насекомых.
Меры профилактики и защита: специфических средств профилактики ВИЧ-инфекции в настоящее время в мире не существует, поэтому защита от этой страшной болезни зависит от образа жизни и поведения самого человека. Есть простые правила и принципы:
- главным условием предупреждения заражения является нравственная чистота и верность избранному спутнику жизни;
- необходимо избегать случайных половых связей; при их возникновении пользоваться презервативом;
- не нужно иметь половых связей с людьми, употребляющими наркотики;
- никогда не нужно употреблять наркотические вещества;
- необходимо везде и всегда пользоваться только личными предметами гигиены (зубные щетки, бритвы, ножницы);
- необходимо требовать применения стерильного инструмента при обслуживании в различных учреждениях и организациях.
Важно помочь Вашему ребенку осознать, какие его поступки могут оказаться рискованными, выработать правила безопасного поведения.
Когда будете узнавать новые факты о СПИДе, не торопитесь передавать их своему ребёнку, сначала убедитесь в их достоверности. Дело в том, что средства массовой информации часто пытаются «ошарашить» обывателя каким-либо сенсационным сообщением, не всегда убедившись в научной или практической обоснованности приводимых фактов.

Мифы и реальность о ВИЧ и СПИДе

Приведем только несколько самых распространённых мифов.
1. СПИДом можно заразиться.
До сих пор многие путают названия ВИЧ и СПИД.
СПИД — синдром приобретённого иммунодефицита. Иммунодефицит означает, что иммунная система, защищающая наш организм от инфекций, перестает работать. Иммунодефицит может быть у человека врождённым, а может развиться из-за старости или тяжёлых заболеваний. СПИД — иммунодефицит, возникающий вследствие разрушения защитной системы организма вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).
Как и все вирусы, для размножения ВИЧ нуждается в чужой клетке. В организме человека есть только один вид клеток, в которых размножается ВИЧ - это вид клеток иммунной системы, который называется CD4. Какие-то время иммунная система сдерживает ВИЧ и восполняет потерянные CD4. Но без лечения через несколько лет ВИЧ может привести к иммунодефициту - к СПИДу. Поэтому говорить «заразиться СПИДом» или «анализ на СПИД» - неправильно. Передается ВИЧ, то есть вирус, и его же определяет анализ.
2. Анализы на ВИЧ часто показывают неправильный результат.
Иногда можно услышать , что анализ на ВИЧ может не показывать наличие вируса несколько лет. Это не так. ВИЧ-инфекция может не давать о себе знать несколько лет, это правда. Но тест на ВИЧ становится положительным у большинства инфицированных уже в первые месяцы после заражения, у 5% этот процесс занимает до полугода.
А вот положительный результат первого анализа на ВИЧ (ИФА) действительно иногда неправильный - ложно-положительный. Поэтому его обязательно проверяют другим анализом - подтверждающим (иммуноблот). Этот подтверждающий анализ совсем другого типа, он более точный. Поэтому если Вам говорят, что анализ на ВИЧ «сомнительный» или «положительный и нужно перепроверить» - не надо сразу паниковать или идти пересдавать анализ в другое учреждение. Вот если и подтверждающий анализ тоже положительный, тогда врач имеет право поставить диагноз «ВИЧ-инфекция».
3. ВИЧ распространяют через иглы в кинотеатрах (дискотеках, транспорте).

Многие слышали о пресловутых «уколах иглами». И в газетах писали, и по Интернету ходят слухи про это, и у подруги друга был друг, которого вроде бы так укололи. Одна лишь проблема: за 3 десятка лет эпидемии не было зафиксировано ни одного достоверного случая инфицирования таким способом. Случайный укол медицинской иглой (например, медсестра укололась сразу после инъекции заражённому пациенту) связан с очень маленьким риском — не более 0,1%.
4. В презервативах есть маленькие отверстия, через которые проникает ВИЧ.
Очень часто религиозные деятели, а то и простые обыватели, говорят о том , что в латексном презервативе есть такие маленькие отверстия, которые гораздо больше ВИЧ . Но дело в том, что вирусы находятся в жидкостях организма. Они не имеют способность просачиваться куда-либо. Если презерватив не пропускает жидкость, значит, не пропускает и вирус.
Презерватив защищает на 98% - 100% - при условии правильного использования. Его эффективность против ВИЧ показали многие исследования. Вот одно из них: 171 пара, в которой у одного партнёра был ВИЧ, в течение нескольких лет постоянно пользовалась презервативами, только 3 партнёрам в результате передался ВИЧ, то есть презерватив надежно защитил 98% пар от вполне реального риска.
5. Если беременная инфицирована ВИЧ, её ребёнок обязательно заразится.
В отношении беременности при ВИЧ преувеличений более чем достаточно. Доказано, что вирус иммунодефицита человека может передаться ребёнку от матери во время беременности, родов или вскармливания грудью. Если женщина кормит грудью и во время беременности и родов не были приняты защитные меры, то риск для ребенка составит 20-30%. Искусственное вскармливание и специальная противовирусное терапия во время беременности уменьшит этот риск до 1-2%. Именно поэтому во время беременности женщины сдают анализ на ВИЧ, чтобы можно было принять все меры для защиты ребенка.
6. ВИЧ-инфекция — это смертельный приговор.
Сегодня ВИЧ-инфекция — это медленное хроническое заболевание, то есть, нет способа избавить организм от вируса, однако задержать развитие вируса вполне реально.
Часто в средствах массовой информации публикуют сообщения о «волшебниках», которые смогли вылечить ВИЧ - кто нагреванием человека до огромной температуры, кто молитвой, а кто воздействием таинственных биополей . За этими сообщениями обычно стоят мошенники, выманивающие деньги из отчаявшихся людей. До сих пор не было зафиксировано ни одного случая излечения от ВИЧ. Но это не значит, что ВИЧ-инфекцию вообще нельзя лечить.
Существует эффективное средство лечения ВИЧ-инфекции - комбинированная противовирусная терапия, которая подавляет размножение ВИЧ в организме. Цель терапии — остановить развитие ВИЧ-инфекции и не допустить, чтобы у человека развился СПИД. Терапию против ВИЧ нужно принимать постоянно, примерно как инсулин при диабете или таблетки при гипертонии. Многим людям с ВИЧ начинать терапию ещё рано - их иммунная система пока сама справляется с вирусом, но на стадии СПИДа может быть уже поздно. Поэтому так важно, чтобы ВИЧ был найден у человека вовремя.
Если подвести итог, реальную, а не мифическую ВИЧ-инфекцию, можно обнаружить, можно лечить, и точно можно от неё защититься. И первое, что нужно сделать, чтобы позаботиться о своем здоровье и здоровье близких людей - это отказаться от этих и других мифов.

Какие меры принимаются для борьбы с эпидемией ВИЧ-инфекции?

До сих пор не изобретено лекарство для лечения СПИДа , как и вакцина для профилактики заражения ВИЧ. Несмотря на это, ВИЧ- инфекцию можно предупредить. Обучение населения приёмам профилактики заражения может сыграть на данном этапе едва ли не решающую роль. На сегодняшний день реализация проектов помощи и поддержки лиц, больных ВИЧ-инфекцией, контроль за препаратами крови, учёт особенностей распространения эпидемии также помогают решать уже существующие проблемы и планировать будущее.
ВОЗ, начиная с 1986 года, обеспечивает практическую координацию мер по борьбе со СПИДом на национальном и международном уровне. Глобальная программа ВОЗ по СПИДу действует в 150 странах; в большинстве стран созданы национальные программы по борьбе со СПИДом для согласования действий и поддержки всех тех, кто работает по этой теме. В эти программы входят как государственные учреждения, так и различные неправительственные организации, частные лица, представители СМИ и т. д. Глобальной программой ВОЗ признана жизненная необходимость такого сотрудничества для успеха любых мероприятий по профилактике и борьбе со СПИДом.
К сожалению, человечеству, вероятно, не скоро удастся избавиться от ВИЧ-инфекции и СПИДа. Поэтому советуем Вам не прекращать бесед с ребёнком о ней. Пусть для Вас и Вашего ребёнка не будет запретных тем для разговора. Советуем не читать подростку нотаций, тогда он с большей охотой будет обращаться к Вам за советом при возникновении каких-либо проблем

ПОМНИТЕ, ЧТО ВАШИ ЗНАНИЯ О СПИДЕ — ЭТО ВОЗМОЖНОСТЬ УБЕРЕЧЬ ОТ НЕГО ВАШЕГО РЕБЁНКА.

ОБУЧАЯ ЕГО БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ И НАПОМИНАЯ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ, ВЫ СОХРАНИТЕ ЕГО ЗДОРОВЬЕ!