

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ПЕДАГОГОВ

ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ВИЧ-инфекции и СПИДа среди детей и подростков

Мы живем в мире, где эпидемия ВИЧ-инфекции является серьезной угрозой здоровью каждого человека.

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) — это инфекция, заражение которой может привести к синдрому приобретенного иммунодефицита (СПИДу). И хотя излечиться от ВИЧ-инфекции нельзя, ранняя диагностика и лечение очень эффективны и позволяют человеку не терять качество жизни, поддерживая свое здоровье на нормальном уровне. Однако болезнь всегда лучше предотвратить, чем всю жизнь лечить ее дорогостоящими препаратами.

Семья несет огромный социальный и культурный потенциал. Без участия семьи невозможно полноценно реализовать такие важные цели как обучение и воспитание. Формирование ребенка как личности начинается в семье; опыт взаимодействия с другими людьми, система нравственных норм и ценностей закладываются во внутренний мир ребенка и отрабатываются в семье. Ответственность за безопасное будущее детей, воспитание правильной жизненной позиции возлагается прежде всего на родителей. Перед родителями стоит непростая задача – помочь ребенку разобраться в море противоречивой информации, выработать отношение к ней, сформировать ответственную жизненную позицию.

Знание основ профилактики ВИЧ-инфекции и других заболеваний, передающихся половым путем, – залог здорового будущего ваших детей!

Что такое ВИЧ и СПИД?

ВИЧ — это вирус, который приводит к повреждению иммунной системы организма. А иммунная система, как известно, защищает организм от различных инфекций. Когда иммунная система работает плохо, человек не может бороться со многими серьезными заболеваниями. Негативные последствия заражения могут обнаружиться в течение нескольких месяцев, а иногда это происходит сразу — когда новорожденные появляются на свет, уже зараженные ВИЧ. У взрослых, живущих с ВИЧ, поражение иммунной системы может происходить более медленно. Если ВИЧ – это вирус, провоцирующий дефицит иммунитета, то СПИД – это синдром, к которому приводит инфекция. СПИД – терминальная стадия развития ВИЧ-инфекции. Приобретенный синдром постепенно разрушает организм человека, приводя к опасным заболеваниям (пневмонии, туберкулезу, раку, нервно-психологическим расстройствам и др.).

Как проявляется ВИЧ?

Пока развиваются симптомы, могут пройти годы, поэтому многие люди просто не знают, что у них ВИЧ. И все это время они способны, не осознавая этого, передавать вирус другим людям. Большинство зараженных ВИЧ выглядят вполне здоровыми, поэтому вы не можете сказать, просто глядя на человека, есть у него эта инфекция или нет. Анализ крови — это единственный достоверный способ диагностирования ВИЧ. Как ВИЧ не передается? Вирусом **нельзя** заразиться:

- поздоровавшись или обнявшись с человеком с ВИЧ;
- сидя рядом или играя с человеком с ВИЧ;
- употребляя пищу, приготовленную человеком с ВИЧ;
- используя стаканы, посуду или тарелки совместно с человеком с ВИЧ;
- совместно с человеком с ВИЧ плавая в бассейне.

Кроме того, вы не можете получить ВИЧ через:

- воздух;
- укусы насекомых (в том числе укусы комаров);
- системы при сдаче вами крови.

Что ваши дети должны знать о ВИЧ и СПИДе? Изучите с вашими детьми информацию о ВИЧ и СПИДе, в том числе то, как ВИЧ не передается. Маленькие дети, конечно, не в состоянии понять все, но они должны знать, что:

- никогда нельзя трогать чью-либо кровь;
- никогда нельзя прикасаться к иглам или шприцам, а если дети найдут их в мусорке или на земле, им следует обязательно рассказать об этом взрослым.

Старшие дети и подростки должны знать:

Профилактика СПИДа начинается с осознания личной ответственности. ВИЧ - необычный вирус: человек может быть инфицирован много лет и казаться при этом абсолютно здоровым.

Попав в организм, вирус постепенно разрушает иммунную систему, убивая клетки крови, которые являются частью иммунной (защитной) системы организма. Если человек инфицирован, еще не значит, что у него сразу разовьется СПИД. Вирус может находиться в организме десять и более лет, прежде чем человек почувствует какие-либо симптомы заболевания. В течение всего периода он может выглядеть и чувствовать себя абсолютно здоровым и при этом передать этот вирус другим.

Можно получить ВИЧ, не подозревая этого, и можно передать ВИЧ другим, не зная об этом.

Профилактика парентерального пути передачи ВИЧ:

- отказаться от употребления наркотических веществ;
- подвергать обработке, в т. ч. с использованием дезинфицирующих средств многоцветные инструменты для маникюра/педикюра/пирсинга/татуажа;
- при попадании чужой крови на раневую поверхность необходимо промыть рану проточной водой, обработать 3 % раствором перекиси водорода или спиртосодержащим раствором (70 %), после обработки закрыть рану пластырем;
- при попадании крови на слизистую глаза промыть глаза водой и закапать глазными каплями, обладающими слезоотделительным и дезинфицирующим эффектом (например, 20 % раствором альбуцида);
- при попадании крови на слизистую оболочку полости рта прополоскать рот 70 % этиловым спиртом;
- для оказания первой медицинской помощи при кровотечениях необходимо использовать резиновые перчатки и защищать открытые участки кожи и слизистые глаз от попадания крови, любые загрязнения кровью должны рассматриваться как потенциально опасные.

Профилактика вертикального пути передачи ВИЧ:

Согласно действующему законодательству, каждая беременная женщина может пройти обследование на ВИЧ-инфекцию.

При обнаружении вируса в организме ей для профилактики внутриутробного инфицирования назначают специальные лекарственные препараты.

Тестирование на ВИЧ:

Пройти обследование на ВИЧ-инфекцию можно **анонимно и бесплатно** в любом лечебно-профилактическом учреждении, в отделах профилактики СПИД республиканского и областных центров гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья.

В настоящее время нет лекарства, способного уничтожить ВИЧ в организме человека, нет вакцины, способной предотвратить заражение. Никто не застрахован от заражения ВИЧ.

Любой человек в любом возрасте вне зависимости от места проживания и религиозных убеждений может заразиться.

Только знания (о путях передачи и профилактике ВИЧ-инфекции) и поведение конкретного человека в «опасных» ситуациях способны защитить его от заражения.

Каждый сам принимает решения и несет ответственность за свои поступки, за свою жизнь!

КАК ГОВОРИТЬ С ДЕТЬМИ О ВИЧ-ИНФЕКЦИИ И СПИДЕ?

Разговор с ребенком о ВИЧ/СПИДе можно отнести к «сложным» темам, таким, как разговор о жизни или смерти.

Все родители переживают за своих детей и это вполне естественно. Внутренняя позиция родителей включает естественную потребность оградить своих детей от всевозможных трудностей и проблем в настоящем и будущем. Часто от родителей можно услышать: «я *предостерегаю своего ребенка от всех возможных и невозможных опасностей, помогаю ему справляться с трудными ситуациями, стараюсь буквально руками развести тучи над его головой*».



Но, иногда, слепо защищая ребенка от агрессивного мира, родители забывают, что он не всегда будет находиться в безопасном вакууме, что ему придется жить самостоятельно.

Вопросы о ВИЧ-инфекции и СПИДе могут появиться у подростка в период полового созревания, когда тема интимных отношений становится ему по-настоящему интересна. Но к этому моменту он уже должен быть готов получить информацию о ВИЧ-инфекции и владеть минимумом необходимой информации.

Половое самосознание и поло-ролевое поведение формируется у ребенка до 6 лет.

Дети до 6 лет:

Не нуждаются в подробных описаниях и не способны усвоить сложные термины. Объяснения в этом возрасте должны быть простыми и доступными.

Необходимые знания: о своем теле и его здоровье. Ребенок должен иметь навыки личной гигиены, понимать, что такое пол и почему мальчики отличаются от девочек. Стоит честно ответить на вопросы о браке, рождении

детей, интимных отношениях мужа и жены и их биологической значимости. Ребенка могут интересовать вопросы о различных частях тела и их назначении. Необходимо, чтобы дома он мог свободно говорить об этом, не стесняться задавать любые вопросы. Не стоит допускать развития ошибочных представлений или формировать слишком сильное чувство стыда у ребенка, связанное с вопросами секса. В этом возрасте дети не могут самостоятельно разобраться в этой теме. Вовремя полученные от родителей (или специалистов по согласованию с родителями) правильные и точные ответы оставят меньше времени для размышлений и нездорового фантазирования.

Среди вопросов здоровья и гигиены можно рассказать о различных возбудителях болезней, передающихся от человека к человеку самыми разными путями.

Дети от 7 до 11 лет:

Не готовы к усвоению даже базовых знаний о ВИЧ-инфекции. Поэтому в таком возрасте можно дать наиболее общее толкование СПИДа как болезни, которая возникает из-за инфекции, попадающей в кровь человека.

Необходимые знания: точная информация о сексуальной жизни человека, ее положительные и отрицательные стороны (профилактика беспорядочных сексуальных связей, вред раннего начала половой жизни, предоставление элементарных знаний об инфекциях, передающихся через кровь и половым путем). Особое внимание стоит уделить семейным ценностям не только в разговорах с детьми, но и в жизни. Личный пример родителей очень важен для ребенка.

Для лучшего восприятия информации можно вместе с ребенком нарисовать схему, демонстрирующую схему работы иммунной системы человека, когда организм борется против элементарной простуды, и что происходит, когда в организм попадает вирус иммунодефицита.

Предложите ребенку поиграть в "волшебный замок", представив, что организм человека – это замок, в котором живут сказочные жильцы – клетки, поддерживающие порядок и чистоту своего дома. Но, как и всем живым существам, им необходимы отдых, питание и помощники. И есть те, кто пытается захватить дом (организм человека) – это вирусы, бактерии, грибки.

Через игры и разговоры у Вас появится возможность проверить знания и навыки ребенка в вопросах личной гигиены и продолжить формирование у него полезных привычек.

А вот стоит ли обсуждать в этом возрасте, что такое «презерватив» или «безопасный секс», решать Вам.

Подростки 12-17 лет:

В этом возрасте важно обеспечить ребенка доступной всесторонней и точной информацией о путях заражения ВИЧ и мерах по его предупреждению, а также об обстоятельствах, повышающих риск заражения.

Откровенно поговорите со своим ребенком. Этот разговор может быть трудным, но он важен, так как для подростка реален риск инфицироваться ВИЧ.

Невозможно постоянно следить за тем, где и чем занят подросток, поэтому именно Вы должны убедить и научить своего ребенка принимать обдуманные и верные решения.

Подростку необходимо дать полные знания о ВИЧ, инфекциях, передающихся половым путем (ИППП), сексе. Не менее важно поделиться взглядами родителей на эти вопросы.

Вы можете обсудить это не только один на один, но принять участие в акциях и различных мероприятиях, посвященных этому вопросу.

Успехов и здоровой счастливой жизни Вам и Вашим детям!

