# РОДИТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
# «КАК И ЗАЧЕМ ГОВОРИТЬ С ПОДРОСТКОМ О ВИЧ-ИНФЕКЦИИ?»

Мы живем в мире, где эпидемия ВИЧ-инфекции является серьезной угрозой здоровью каждого человека. Эта информация для родителей, которые готовы вместе с детьми обсуждать вопросы сохранения здоровья и профилактики ВИЧ-инфекции.

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

## ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ РАССКАЗАТЬ О ВИЧ-ИНФЕКЦИИ РЕБЕНКУ, ВАМ НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ СЛЕДУЮЩЕЕ...

ВИЧ-инфекция – это инфекционное заболевание, которое вызывается вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Попадая в организм, ВИЧ поражает клетки иммунной системы, которые быстро истощаются и погибают под влиянием вируса. Организм становится уязвим перед опасными возбудителями. В итоге заболевание, в основе которого лежит иммунодефицит, переходит в конечную стадию – СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита).

ВИЧ-инфекция долгое время протекает бессимптомно. С момента заражения до развития СПИДа может пройти от 3 до 15 лет. В этот период человек может хорошо себя чувствовать, выглядеть здоровым и не подозревать о том, что болен.

ВИЧ передается только через определенные биологические жидкости организма (кровь, сперма, влагалищный секрет, грудное молоко).

**ВЫДЕЛЯЮТ 3 ПУТИ ПЕРЕДАЧИ ВИРУСА:**

- ✓ ПОЛОВОЙ незащищенные сексуальные контакты
- ✓ ЧЕРЕЗ КРОВЬ использование нестерильного медицинского инструментария (чаще всего при употреблении наркотиков), переливание зараженной донорской крови и ее компонентов
- ✓ ОТ МАТЕРИ К РЕБЕНКУ внутриутробно, при родах, через грудное вскармливание

При половом пути вирус передается через сперму, вагинальные выделения и менструальную кровь от зараженного человека здоровому. Опасными являются любые незащищенные сексуальные контакты. Повышают риск заражения половые отношения с многочисленными партнерами.

Презерватив (при правильном его использовании) является единственным и надежным средством защиты от ВИЧ. Любые другие средства контрацепции не защищают от заражения вирусом.

При контакте с кровью или биологическими жидкостями, содержащими кровь, заражение происходит чаще всего при внутривенном употреблении наркотических веществ через нестерильные шприцы и иглы. При этом для заражения достаточно однократного введения раствора наркотика, содержащего незначительное количество инфицированной крови.

Кроме того, вирус может попасть в организм при использовании нестерильного инструментария в тату- пирсинг-салонах. Поэтому во всех медицинских и немедицинских учреждениях важно следить за соблюдением правил проведения процедур, связанных с повреждением кожных покровов и слизистых (использование одноразовых шприцев и игл, стерильных инструментов).

От инфицированной женщины к ребенку вирус передается во время беременности, родов или при грудном вскармливании. В этом случае своевременное обследование на ВИЧ во время беременности и назначение противовирусных препаратов снижает риск инфицирования ребенка до 2%.

В БЫТУ ВИЧ НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ! Невозможно заразиться вирусом при рукопожатиях, поцелуях, объятиях, при кашле, через общую посуду и постельное белье, в бассейне или сауне, через укусы насекомых.

Также нужно знать, каким образом вирус выявляется у человека. Для этого существует специальный ТЕСТ НА ВИЧ. Это исследование определяет наличие специфических антител к ВИЧ в крови. Они вырабатываются в организме в ответ на проникновение вируса.

Тест на ВИЧ проводится БЕСПЛАТНО для всех граждан РФ в поликлиниках по месту жительства или СПИД-центре. Для этого достаточно иметь при себе паспорт и быть старше 15 лет. Также, по желанию, тестирование можно пройти анонимно.

***Только знания о ВИЧ-инфекции и соблюдение мер предосторожности способны защитить человека от ВИЧ! Обучая ребенка безопасному поведению и основам сохранения репродуктивного здоровья, Вы заботитесь о его будущем.***

## С ЧЕГО НАЧАТЬ РАЗГОВОР О ВИЧ С ПОДРОСТКОМ?

Возможно, с таких вопросов, как "было ли занятие по этой теме в техникуме?", "смотрел ли ты какой-либо фильм по этой теме?» ("Филадельфия", "Оголенный провод", "Не все потеряно", "А оркестр продолжал играть", "Лекарство", "Выше неба" и пр.), "знаешь ли ты, что такое ВИЧ/СПИД?".

## НЕСКОЛЬКО ПОЛЕЗНЫХ СОВЕТОВ

**Если Вы чего-то не знаете** честно говорите ребенку о том, что Вы не можете ответить на этот вопрос, но обязательно поищите ответ. Можно предложить поискать ответ вместе.

**Если Вы стесняетесь** признаться, что Вы не знаете, как сказать об этом? Спросить, что думает сам ребенок по этому поводу. Если по каким либо причинам Вы сами не можете вести такие откровенные беседы со своим ребенком, всегда есть вариант обратиться к профессионалам (педагогам, психологам).

**Если Вы не знаете, когда начать.** Чем раньше, тем лучше! Детям приходится слушать о проблемах с самого раннего возраста, задолго до того, как они становятся способны их понять. У родителей есть уникальная возможность – стать первыми, кто информирует ребенка о проблемах сексуальности и ВИЧ-инфекции. Именно родители способны защитить детей от заблуждений и неправильной информации, привить те ценности, которые помогут им сохранить свое здоровье.

**Начните разговор сами.** Нет ничего страшного в том, чтобы заговорить с ребенком о сексуальных отношениях и ВИЧ самостоятельно. Повседневная жизнь постоянно дает нам поводы говорить об этом. Естественно, разговаривая с ребенком, нужно использовать только те слова, которые он сможет понять. При этом учитывайте, что ребенок любого возраста заслуживает того, чтобы ответы на его вопросы были максимально честными.

**Слушайте и слышьте своих детей.** Каждый ребенок испытывает потребность во внимании. Чувствуя, что его внимательно слушают, он начинает лучше к себе относиться. Если ребенок знает, насколько он важен для родителя, ему будет проще обратиться к Вам с вопросом.

**Не забывайте напоминать о важных вопросах.** Большинство детей и подростков могут усвоить лишь небольшую часть информации из одного разговора. Поэтому необходимо время от времени напоминать и спрашивать ребенка о вашем разговоре. Это поможет Вам поправить ошибки и восполнить то, что ребенок успел забыть.

**Научите ребенка уважать самого себя.** Чем лучше ребенок относится к самому себе, чем больше верит в себя и свое будущее, тем меньше вероятность рискованного поведения!

## ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ МОЖЕТ ЗАДАВАТЬ РЕБЕНОК

*"Правда ли, что можно заразиться ВИЧ от укола иглой в транспорте?"*
**Ответ:** "Нет, в данном случае риска нет, так как на конце иглы содержится недостаточное количество вируса для заражения, к тому же он быстро гибнет во внешней среде".

*"Могу ли я заразиться ВИЧ, когда мне делают прививку?"*
**Ответ:** "Нет, от прививки заразиться ВИЧ нельзя. Каждому пациенту врач делает инъекции одноразовым шприцем, который после проведения процедуры обеззараживают и выбрасывают".

*"Как люди заражаются ВИЧ?"*
**Ответ:** "Большинство подростков и взрослых могут заразиться, если используют одни и те же иглы, что и человек с ВИЧ, когда принимают наркотики. Также можно заразиться при незащищенных сексуальных контактах".

*"А дети могут заразиться ВИЧ?"*
**Ответ:** "Некоторые дети имеют ВИЧ. Большая часть из них получили вирус еще до своего рождения, потому что такой же вирус был у их мамы".