

Библиотечка
тинейджера



БЕЗОПАСНОЕ
ПОВЕДЕНИЕ

МИФЫ
ВИЧ
СПИД
И ФАКТЫ



ЮНИТУС

unicef



Данное издание разработано и подготовлено к печати Николаевским местным благотворительным фондом «Юнитус» при поддержке Детского фонда ООН (ЮНИСЕФ) в рамках проекта «Розбудова потенціалу неурядових організацій з питань профілактики ВІЛ/СНІД, лікування та догляду людей, які живуть з ВІЛ».



ВИЧ/СПИД – это разные названия одной болезни или вообще разные болезни...

ВИЧ – это Вирус Иммунодефицита Человека. Попадая в наш организм, этот вирус постепенно подавляет его защитные силы, поражает определенные клетки иммунной системы, которая помогает бороться с разными болезнями.

СПИД – это Синдром Приобретенного Иммунного Дефицита, то есть комплекс заболеваний, которые возникают у ВИЧ-положительного человека из-за сниженного иммунитета. Особенно уязвимым человек становится к инфекционным заболе-

ваниям – туберкулезу, пневмонии и др. Такие инфекции называются оппортунистическими, они «умеют» пользоваться тем, что защитные силы ослаблены и не могут противостоять возбудителям заболеваний.

Говорят, что ВИЧ живет вокруг нас, а, попадая на кожу или внутрь человека, начинает размножаться, передаваться другим людям при телесном контакте?



Это не так. Единственным местом, где ВИЧ может жить, являются жидкости организма (кровь, сперма, выделения из влагалища, грудное молоко).

Попадая на воздух, ВИЧ, как медуза, теряет способность передвигаться и почти моментально разрушается.

ВИЧ не передается:

- ◆ при рукопожатиях, «сухих поцелуях», объятиях;
- ◆ при пользовании туалетом, плавании в бассейне;
- ◆ через слезы, пот, кашель и чихание, общую посуду, полотенца, белье;
- ◆ через укусы насекомых, например, комаров, или животных.

Из-за своей структуры ВИЧ не может приспособиться к жизни в таких разных организмах, как, например, человек и насекомые. Этот вирус похож на гаечный ключ определенного размера: за меньшие гайки он не сможет зацепиться, а большие гайки вообще не войдут в его паз.

ВИЧ передается:



Учтите, что, занимаясь сексом с использованием презерватива, но в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, вы увеличиваете риск инфицирования (соскальзывание, разрыв презерватива, ослабленный контроль над правильностью его использования).

Если двое верны друг другу, девушка принимает противозачаточные таблетки, то секс безопасен.



Это защита от нежелательной беременности, но не защита от ВИЧ или других инфекций, передающихся половым путем.

Занимаясь сексом, ты как бы занимаешься им со всеми теми, с кем твой партнер когда-либо вступал в половые связи. Поэтому, даже если вы сейчас верны друг другу, ваша безопасность не стопроцентная.

Защитить себя от ВИЧ можно, если:

- ◆ **избегать ситуаций, когда заражение возможно;**
- ◆ **не торопиться заниматься сексом, если ты не уверена, что тебе это точно надо.** Начало половой жизни – серьезный шаг для каждого. Только сам человек решает, когда он может и хочет делать «это». Мы можем выразить свою любовь и получить физическое удовольствие не только через секс, но и через поцелуи, объятия, массаж, ласки руками;
- ◆ **помнить, что существует прямая зависимость вероятности заражения от количества сексуальных партнеров;**

- ◆ **всегда пользоваться презервативом во время полового контакта.** Если твоему партнеру «наплевать» – подумай, а нужен ли такой партнер тебе;
- ◆ **не употреблять наркотики.** Если это происходит, то всегда пользуйся своими чистыми иглами, шприцами и растворами;
- ◆ **если хочешь сделать татуировку или пирсинг, убедись, что мастер использует одноразовые иглы.**



Говорят, что по внешности человека можно определить, есть ли у него ВИЧ.

Определить, что человек инфицирован ВИЧ, по внешнему виду невозможно. Человек ничего не чувствует, когда происходит заражение, а, поскольку болезнь развивается медленно, в течение нескольких лет может вообще не знать, что болен, и при этом заражать других людей.

Определить наличие вируса в организме можно, только сдав кровь для теста на ВИЧ. Причем, одного теста недостаточно. У ВИЧ есть важная особенность – в первые 3-6 месяцев после заражения тесты могут показывать отсутствие ВИЧ в крови (отрицательный результат), хотя человек уже мо-

жет заражать других. Это время называется «периодом окна». Поэтому необходим повторный анализ крови через 3-6 месяцев.

Человеку, у которого есть вирус в крови, нужно как можно раньше узнать об этом, чтобы вовремя начать лечение. Оно доступно всем без исключения и совершенно бесплатно.

Тестирование на ВИЧ – также бесплатное и анонимное.

Знание всегда лучше неопределенности, оно помогает принимать правильные и продуманные решения, а также заботиться о близких.

Эффективных лекарств против ВИЧ не существует, поэтому лечение бесполезно.

Хотя ВИЧ пока не излечим, есть лекарства, которые помогают сдерживать развитие вируса. Они настолько эффективны, что последующие тесты могут не определить вирусную нагрузку на организм человека. Если принимать лекарства в соответствии с рекомендациями врачей, то можно избежать болезней, прожить очень долго, иметь семью и детей.

Многое зависит и от образа жизни. Все, что вредно для здоровья, – алкоголь, наркотики, плохое питание – способствует разрушению иммунной системы и ускоряет развитие СПИДа.



**В вопросах здоровья доверяй
врачу-специалисту, а не советам друзей!
Помни: ты имеешь право на сохранение
в тайне информации об обращении
в медучреждение, о состоянии здоровья,
диагнозе и других сведениях, полученных
при обследовании и лечении.**

Где можно обследоваться на ВИЧ?

В СПИД-центре можно не только обследоваться, но и при необходимости получить бесплатное лечение, которое помогает сдерживать развитие ВИЧ-инфекции.

Если у тебя есть еще вопросы, нужна помощь, ты можешь позвонить нам по телефонам:

- ◆ Николаевский областной центр профилактики и лечения больных СПИДом, кабинет «Довіра», тел. 24-10-98.
- ◆ НБФ «Юнитус», тел. 71-32-08.

Консультант: заведующая поликлиническим отделением Николаевского областного центра профилактики и лечения больных СПИДом **Л. Ф. Бузовская.**

Художник: В. М. Пустильник.

Распространяется бесплатно.

Вывод форм и печать типографии ООО «Баланс-Клуб».
49047, Украина, г. Днепропетровск, пер. Станкостроительный, 4.

Заказ №

Тираж 500.