

ПРОСТО
О ВАЖНОМ



Teens & Sex

ВИЧ/СНІД



ЮНИТУС

ЄДНАЙМОСЯ ЗАРАДИ ДІТЕЙ

ЄДНАЙМОСЯ ПРОТИ СНІДУ



Буклет переиздається Николаевским благотворительным фондом «Юнітус» при піддержке Детского фонда ООН (ЮНІСЕФ) в рамках проекту «Забезпечення максимального доступу підлітків, які практикують ризиковану поведінку в умовах епідемії ВІЛ/СНІД, до комплексних послуг служб охорони здоров'я, соціальних служб, програм з урахуванням гендерних особливостей».



Что такое ВИЧ?

ВИЧ – это **В**ирус **И**ммунодефицита **Ч**еловека. ВИЧ постепенно разрушает защитные силы организма, иммунную систему, которая помогает нам бороться с разными болезнями.

Что такое СПИД?

СПИД – это **С**индром **П**риобретенного **И**ммунного **Д**ефицита человека, к которому может привести ВИЧ. Если защитные силы организма почти полностью разрушены, человек может погибнуть от любой инфекции.

Как долго может прожить человек с ВИЧ?

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

чим, но есть лекарства, которые помогают сдерживать развитие заболевания. Если человек принимает лекарства от ВИЧ, то может прожить очень долго и иметь нормальную жизнь, семью и детей.

Можно ли по внешности человека определить, заражен ли он?

Болезнь развивается медленно. В течение нескольких лет человек может вообще не знать, что он болен, и при этом заражать других людей.

Как человек может почувствовать, что заразился ВИЧ?

Невозможно почувствовать, что произошло заражение. Можно сразу определить, что порезан палец или сломана кость, но в момент проникновения вируса человек не испытывает никаких необычных ощущений.

Где живет ВИЧ?

Единственным местом, где этот вирус чувствует себя хорошо и имеет возможность двигаться, являются жидкости организма человека. Попадая на воздух, ВИЧ, как медуза, теряет способность передвигаться и почти моментально разрушается.

Из-за своей структуры вирус не может приспособиться к жизни в таких разных организмах, как, например, человек и насекомые. Этот вирус похож на гаечный ключ «на 18»: за гайки меньшего размера он не сможет зацепиться, а гайки большего размера вообще не войдут в его паз.

Как можно заразиться ВИЧ?

ВИЧ живет только в жидкостях организма (крови, сперме, выделениях из влагалища, грудном молоке).

ВИЧ передается:

- ◆ через общие иглы, шприцы, посуду при употреблении наркотика;
- ◆ через любые половые контакты (вагинальный, оральный, анальный секс), если они были без презерватива. 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);
- ◆ от матери к ребенку во время беременности, родов или при грудном вскармливании;
- ◆ при нанесении татуировок и пирсинга иглами и другими инструментами, которые до тебя использовал кто-то еще;
- ◆ при переливании крови.



Можно ли заразиться через поцелуи?

ВИЧ не передается: при рукопожатиях, «сухих поцелуях», объятиях, при пользовании туалетом, плавании в бассейне, через слезы, пот, кашель и чихание, общую посуду, полотенца, белье, укусы животных и комаров.

Может ли девушка, принимающая противозачаточные таблетки, заразиться ВИЧ?

Это скорее защита от нежелательной беременности, чем защита от ВИЧ или других инфекций, передающихся половым путем.

Если двое верны друг другу, то секс безопасен?



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.

Как можно защитить себя от ВИЧ?

◆ 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 он 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.

Как можно узнать, есть ли у меня ВИЧ?

Только сдав кровь для теста на ВИЧ. Причем одного теста недостаточно. У ВИЧ есть важная особен-

ность – в первые 3-6 месяцев после заражения тесты могут показывать отсутствие ВИЧ в крови (отрицательный результат), хотя человек уже может заражать других. Это время называется «периодом окна». Поэтому необходим повторный анализ крови через 3-6 месяцев.

Зачем нужно обследоваться на ВИЧ?

Человеку, у которого есть вирус в крови, нужно как можно раньше узнать об этом, чтобы вовремя получить лечение. Оно доступно всем без исключения, и совершенно бесплатно. Правильное лечение может продлить жизнь человека на долгий срок и избавить его от болезней. Знание всегда лучше неопределенности, оно помогает принимать правильные и продуманные решения, а также заботиться о близких.

**Ты можешь получить
анонимную консультацию,
позвонив по бесплатному,
круглосуточному
«телефону доверия»**

0 800 500 451

**национальной
телефонной линии
по ВИЧ/СПИД.**



ДУМАЙ О БЕЗОПАСНОМ СЕКСЕ ДО, А НЕ ПОСЛЕ ПОЛОВОГО АКТА!

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

**В вопросах здоровья доверяй
врачу-специалисту, а не советам подруг!**

**Помни: ты имеешь право на сохранение
в тайне информации об обращении
в медучреждение, о состоянии здоровья,
диагнозе и других сведений, полученных
при обследовании и лечении.**