

## ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ О ВИЧ-ИНФЕКЦИИ И СПИДЕ



ВИЧ-инфекция - это инфекционное заболевание, которое вызывается вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ); заболевание имеет очень длительный скрытый период, протекающий бессимптомно; ВИЧ поражает нервные и иммунные клетки, в силу чего человек становится более восприимчивым даже к таким болезням, которые для здоровых людей не представляют никакой опасности. Истощившись, клетки иммунной системы разрушаются и погибают. Организм становится уязвим к инфекциям и вредным воздействиям внешней среды. В итоге заболевание, в основе которого лежит иммунодефицит, переходит в конечную стадию - СПИД.

ВИЧ передается от ВИЧ-инфицированного человека к здоровому через сексуальные контакты.

Вирус передается через сперму, вагинальные выделения и менструальную кровь от зараженного человека здоровому;

Любые незащищенные сексуальные отношения, частые и с многочисленными партнерами - увеличивают риск заражения;

Правильное использование латексного презерватива при сексуальных контактах - единственный способ защитить себя и своих партнеров от заражения;

Контрацептивные средства ни в коем случае не защищают ни от заболеваний, передающихся половым путем, ни от СПИДа.

ВИЧ передается от ВИЧ-инфицированной женщины к ее ребенку во время беременности, во время родов или после рождения при грудном вскармливании. В этом случае своевременное обследование на ВИЧ во время беременности и назначение противовирусных препаратов снижает риск инфицирования ребенка до 2-5%.

Во много раз возрастает риск заражения при попадании инфицированной крови, что и происходит при внутривенном введении наркотических веществ; при этом иногда достаточно однократного введения. При внутривенном введении наркотиков можно

заразиться на всех этапах приготовления и введения раствора: при пользовании общим шприцем и иглой.

Вирус может попасть в организм с инфицированной кровью при пользовании общими бритвенными принадлежностями, иглами при нанесении татуировки, пирсинга.

ВИЧ не передается: через укусы кровососущих насекомых, в общественном транспорте, предметы обихода, через пользование туалетом, ванной, посудой и т.д.

**ПОМНИТЕ, ЧТО ВАШИ ЗНАНИЯ О СПИДЕ - ЭТО  
ВОЗМОЖНОСТЬ УБЕРЕЧЬ ОТ НЕГО ВАШЕГО РЕБЕНКА.  
ОБУЧАЯ ЕГО БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ И  
НАПОМИНАЯ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ВЫ  
СОХРАНИТЕ ЕГО ЗДОРОВЬЕ!**

#### **КАК ГОВОРИТЬ С ДЕТЬМИ О ВИЧ-ИНФЕКЦИИ И СПИДЕ**

Вы знаете своего ребенка лучше, чем кто-либо. Поэтому только Вам следует решать, что рассказать Вашему ребенку и как лучше это сделать.

Дети до 7 лет не нуждаются в подробностях и не способны усвоить сложные термины. Объяснения должны быть простыми и доступными. Желание детей - уверенность в безопасности вашей и своей. А задача родителей сделать эту безопасность реальной. И начинать следует с элементарных правил личной гигиены. Приучите ребенка к аккуратности, мойте руки и чистите зубы вместе с ним, а затем научите его делать это самостоятельно. Организуйте прогулки, движение, физические упражнения на свежем воздухе - все это процесс формирования полезных привычек.

#### **ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ МОЖЕТ ЗАДАВАТЬ РЕБЕНОК ТАКОГО ВОЗРАСТА:**

Вопрос: "А правда, что если я буду плохо себе вести, то заболею СПИДом?"

Ответ: "Нет, если дети плохо себя ведут, они не болеют СПИДом. Но мы с папой будем очень расстроены, что у нас такой непослушный ребенок".

Вопрос: "А я могу заразиться ВИЧ, когда мне делают прививку?"

Ответ: "Нет, от прививки заразится ВИЧ нельзя. Врач каждому делает прививку одноразовым шприцем, который после обеззараживают и выбрасывают".



### **НЕСКОЛЬКО ПОЛЕЗНЫХ СОВЕТОВ**

1. Не избегайте сложных вопросов! Нужно помнить, что ребенок живет не в вакууме. Он смотрит телевизор, читает журналы, общается с друзьями и получает самую разную, зачастую неверную информацию. Если не начать обсуждать с ним трудные вопросы как можно раньше, кто-то другой, возможно не самый лучший кандидат, возьмет эту задачу на себя.
2. Чем раньше, тем лучше! Детям приходится слышать о проблемах с самого раннего возраста, задолго до того, как они становятся способны их понять. У родителей есть уникальная возможность, которой нет ни у учителей, ни у воспитателей. Они могут стать первыми, кто заговорит с ребенком о данной проблеме, и когда он вырастет, никто не сможет ввести его в заблуждение неправильной информацией или отсутствием тех ценностей, которые Вы хотите ему привить.
3. Начинайте разговор сами! Нет ничего страшного в том, чтобы заговорить с ребенком о СПИДе самостоятельно. Повседневная жизнь постоянно дает нам прекрасные поводы. Естественно, разговаривая с ребенком, нужно использовать только те слова, которые он сможет понять.
4. Не стесняйтесь разговоров о сексе! Если Вы не дадите своему ребенку информацию, это сделают за Вас посторонние.
5. Необходима правдивая информация! Дети хотят, чтобы взрослые обсуждали с ними сложные вопросы. Каждый родитель имеет возможность говорить с ребенком о моральных и нравственных ценностях. Научные исследования показывают, что дети полагаются на нравственное руководство своих мам и пап и нуждаются в нем, так что не забывайте четко пояснить, во что Вы верите, и что Вы считаете правильным.
6. Дети не слышат тех, кто их не слушает! Ваш ребенок испытывает потребность во внимании. Чувствуя, что его внимательно слушают, ребенок начинает лучше к себе относиться. Если ребенок знает, насколько он важен для Вас, ему будет проще обратиться к Вам с вопросом.
7. Дети заслуживают честности! Ребенок любого возраста заслуживает того, чтобы ответы на его вопросы были честными. Мы можем обсуждать или не обсуждать с ребенком детали определенных ситуаций, но не следует оставлять слишком большие пробелы в его представлениях. Вам может очень не понравиться то, каким образом дети восполнят свои знания.

8. Терпение и труд, и еще раз терпение! Часто нам кажется, что мы знаем, о чем ребенок хочет сказать, задолго до того, как он сформулирует предложение. Но не заканчивайте фразу за него, как бы вам этого не хотелось. Терпеливо слушая, мы позволяем ребенку думать самостоятельно и даем ему понять, что он достоин внимания.

9. Повторенье - мать ученья! Большинство детей и подростков могут усвоить лишь небольшую часть информации из одного разговора. Поэтому необходимо подождать какое-то время, а затем спросить ребенка, помнит ли он ваш разговор. Это поможет Вам поправить ошибки и восполнить то, что ребенок успел забыть.

10. Учитывайте возраст ребенка! Дайте ребенку информацию точную и подходящую для его возраста. Ребенку, не достигшему подросткового возраста, будет сложно понять, каким образом презервативы могут защитить от ВИЧ-инфекции. А если Вы не говорили с ребенком о сексе, то не стоит начинать этот разговор с проблемы ВИЧ/СПИДа.

11. Научите ребенка уважать себя! Чем лучше ребенок относится к самому себе, тем меньше вероятность рискованного поведения!

12. Безопасность ребенка - прежде всего! Некоторые взрослые до сих пор верят, что проблема СПИДа касается только представителей неких "групп риска" и совершенно не имеет никакого отношения к их детям. Не позволяйте собственным предрассудкам стать угрозой безопасности Вашего ребенка.

