Тренинг по профилактике СПИДа

«Остановим СПИД вместе!»

Здоровье народа превыше всего,
Богатство земли не заменит его.
Здоровье не купишь,
Никто не продаст.
Его берегите, как сердце, как глаз.
Абай

Автор: педагог-психолог Мизинов В.В.

Цель занятия: дать первичную информацию для участников тренинга о том, как передается и как не передается ВИЧ/СПИД. Научить избегать ситуации, в которых можно заразиться ВИЧ/СПИДом.

Ключевые слова:

ВИЧ - вирус иммунодефицита человека;

ВИЧ-инфекция - инфекционное заболевание, которое протекает с поражением жизненно важных клеток защитной (иммунной) системы организма, возникает в результате заражения ВИЧ, имеет несколько стадий;

СПИД - синдром приобретенного иммунодефицита, является конечной стадией ВИЧ-инфекции;

Иммунная система человека - обеспечивает защиту организма (иммунитет) от болезнетворных микробов, вирусов, простейших, паразитов, опухолевых клеток.

Ход занятия:

1. Приветствие.

Здравствуйте! Я рада видеть вас. Сегодня мы с вами проведем тренинг о СПИДе. Сегодня вы узнаете, как защитить себя от страшной болезни, будут проводиться интересные упражнения.

2. Мини - лекция

Задача: ввести в тему занятия.

А теперь немного информации о СПИДе. Впервые случай этого странного заболевания был зарегистрирован в 1978 г. Позже ученые дали ему название СПИД и обнаружили вирус (ВИЧ), который его вызывает. До сих пор неизвестно, откуда пришел ВИЧ/СПИД. Одни считают, что он появился сначала у обезьян, другие – что его искусственно создали люди.

Точно известно одно: **ВИЧ/СПИД – смертельное заболевание, от которого нет лекарства или вакцины**. Эпидемия стремительно распространяется по всем странам и континентам. Больше всего от этого заболевания страдает молодежь в возрасте от 14 до 29 лет.

• Сегодня в мире ВИЧ/СПИДом больны более **40 млн человек**.

• **Каждую минуту** в мире примерно **10 человек** заражаются ВИЧ.

• В России официально зарегистрировано почти 1 млн. ВИЧ-инфицированных.

• 80% ВИЧ- инфицированных в России – молодежь от 14 до 29 лет.

• В Балаково 2400 человек ВИЧ- инфицированных

Это данные официальной статистики. Но, скорее всего, ВИЧ-инфицированных гораздо больше. Многие живут с ВИЧ, даже не подозревая об этом. Они не сдавали анализы и, соответственно, нигде не зарегистрированы.

Итак, мы узнали не очень приятную правду. А теперь давайте с вами выясни степень вашей информированности. Упражнение называется «Живая диаграмма»

3. Упражнение «Согласны ли Вы?»

Задачи: выяснить степень информированности участников по данной проблеме.

Инструкция:

Вам предложен ряд утверждений. Если Вы согласны с утверждением, ставите на листе бумаги « +», если не согласны – « - ».

Утверждения могут быть, например, такими:

-ВИЧ и СПИД – это одно и тоже.

- ВИЧ можно заразиться, если пользоваться общей посудой с ВИЧ-инфицированным.

- По внешнему виду человека, возможно, определить, есть ли у него ВИЧ.

- Употребление инъекционных наркотиков – единственный путь заражения ВИЧ.

- ВИЧ передается через кровососущих насекомых.

- Если человек заразился ВИЧ, то тест сразу же покажет наличие вируса в его организме.

- Чтобы обезопасить себя, можно сделать прививку против ВИЧ.

- ВИЧ поддается полному излечению.

Если бы вы точно знали информацию, соответствующую утверждениям, у Вас было бы больше «+». А теперь следующее упражнение.

4. Мини-лекция о происхождении СПИДа.

ВИЧ – инфекция и СПИД – это совершенно новая и непривычная для людей болезнь. Учёные и врачи считают, что ВИЧ появился на Земле не более 50 лет назад. Однако за это короткое время СПИД уже унёс свыше 22 миллионов жизни.

До сих пор не удалось найти лекарство, полностью излечивающих СПИД, и способов защитной прививки (вакцинации) от ВИЧ.

Даже в вопросе, когда и как появился вирус иммунодефицита человека, пока не всё окончательно ясно. Существует несколько гипотез, но одна из них доказана:

1 – я *гипотеза* – большинство исследователей склоняются к мысли, что заболевание возникло в Африке, а затем распространилось на другие территории (США и страны Европы). Согласно африканской гипотезе предшественником ВИЧ могли быть близкородственные вирусы приматов. В Африке были выявлены очаги, где у обезьян достаточно широко распространялся вирус, сходны с вирусом иммунодефицита человека.

2 – я *гипотеза* – вирус мог приспособится к жизни в человеческом организме благодаря широкому использованию таких научных достижений

20 века, как пересадки органов и других открытий в медицине, которые могли способствовать формированию как более слабых, так и более опасных форм вируса.

3 – я *гипотеза* – искусственное возникновение вируса в конце 70 – х годов на основе бактериологического оружия.

4 – я *гипотеза*- вирус мог существовать с древних времён, меняя модификацию.

Человек, как и все живые существа, состоит из клеток. Каждая клетка имеет свой «управляющий центр» - ядро. Вся работа жизнедеятельность (работа) клетки контролируются ядром. Именно в эту основную часть клеток – защитников организма внедряется опасный микроб (ВИЧ) после того, как он смог проникнуть в тело человека ВИЧ как бы «консервируется» в клетках иммунной системы (которые призваны оборонять организм от внедрения любых пришельцев – возбудителей болезней. Длительное время (несколько лет) защитные силы у заражённых людей ещё способны противостоять натиску болезненных организмов. Но человек уже никогда не сможет освободиться от опасных «пришельцев ВИЧ», которые сохраняются в ядре пораженной клетки в течении всей его жизни. Со временем активность «чужаков» нарастает и в ослабленном организме легко возникают различные заболевания, которые приводят к гибели зараженного человека.

Всемирная эпидемия инфекции, вызываемой вирусом иммунодефицита человека, является в истории человечества крупнейшим событием 20 века, которое можно поставить в один ряд с двумя мировыми войнами, как по числу жертв, так и по ущербу, который она наносит обществу.

СПИД впервые был зарегистрирован в 1981 году в США. Когда были выявлены групповые заболевания мужчин в возрасте 25 – 45 лет гомосексуальной ориентации. Затем стали выявлять и у представителей других слоёв населения (наркоманы, проститутки). В России о первом случае заражения официально объявлено в 1987 году (молодая жительница Санкт - Петербурга). ЯНАО – 1995 год.

5. Упражнение «Жидкости организма»

Задача: помочь группе понять и запомнить, в каких жидкостях организма содержится ВИЧ.

Инструкция:

Ведущий говорит участникам группы, что они уже видели, насколько быстро может распространяться ВИЧ-инфекция, и объясняет, что для защиты от инфицирования каждый должен знать, какими путями ВИЧ передается, а какими – нет. Группе предлагается перечислить все возможные жидкости человеческого организма (не только те, в которых может присутствовать ВИЧ). После того как все жидкости перечислены и записаны на доске или ватмане, ведущий задает вопрос, в каких из них, по мнению участников, может содержаться ВИЧ. Сначала отмечаются жидкости, которые называют участники, затем – другим цветом – жидкости, в которых ВИЧ на самом деле присутствует в концентрации, достаточной для того, чтобы быть опасным для человека. Ведущий рассказывает группе об основных путях передачи ВИЧ-инфекции через отмеченные жидкости.

6. Ситуационная задача.

Человек сдал кровь на анализы и только что узнал, что у него обнаружен ВИЧ.

Что он почувствует?

Что он станет делать?

Преподаватель зачитывает ситуацию и выслушивает мнение учащихся.

Вывод: большинство людей чувствуют сильную тревогу, страх за себя или за своих близких, гнев, подавленность, отчаяние. Когда вас переполняют чувства, самое важное - не принимать поспешных решений. Если это произойдет, важно получить поддержку и понимание со стороны близких, достойно прожить отпущенное время.

7. Упражнение «Оценка степени риска»

Задача: рассказать группе о существующих степенях риска и о том, в каких ситуациях риск может быть высоким, а в каких – низким.

Инструкция:

Когда определены основные пути передачи ВИЧ, нужно понять, в каких ситуациях это может произойти с самими участниками.

Если человек правильно оценивает риск, ему легче защитить себя и своих близких. Всем участникам группы раздаются карточки, на каждой из которых описана какая- либо ситуация. Участникам дается время подумать над описанными ситуациями. Ведущий предлагает каждому участнику прикрепить доставшиеся ему карточки к соответствующему уровню на плакате. Прикрепляя карточку, каждый участник должен объяснить, почему он сделал именно такой выбор.

СИТУАЦИИ:

Сексуальный контакт без презерватива

Высокий

Использование общего шприца для введения наркотика

Высокий

Сексуальный контакт в состоянии наркотического или алкогольного опьянения

Высокий

Использование нестерильных инструментов для нанесения татуировок

Высокий

Использование общей бритвы

Высокий

Переливание крови:

- С соблюдением правил забора, хранения и транспортировки крови
- Без соблюдения правил забора, хранения и транспортировки крови

Низкий

Высокий

Различные косметические процедуры, нанесение татуировок, пирсинг с соблюдением правил и в специальном салоне

Низкий

Инъекции в лечебных учреждениях

Низкий

Укусы насекомых

Нет

Укусы животных

Нет

Использование чужой зубной щетки

Нет

Использование общей посуды для приготовления пищи

Нет

Уход за больным СПИДом

Нет

Объятия с ВИЧ- инфицированным человеком

Нет

Дружеский поцелуй («в щечку»)

Нет

Любовный поцелуй

Нет

Поездка в общественном транспорте вместе с ВИЧ- инфицированным человеком

Нет

Посещение школы вместе с ВИЧ - инфицированным учеником

Нет

Посещение бассейна, бани, сауны вместе с ВИЧ- инфицированным человеком

Нет

Массаж

Нет

Касание одеждой

Нет

Рукопожатие

Нет

Использование общественных туалетных комнат

Нет

Питье из общественных питьевых источников

Нет

8. Упражнение «Помоги принять решение»

Ситуации для обсуждения:

А. Витя и Алёна познакомились на дискотеке и начали встречаться. Через некоторое время они пошли на дискотеку вместе, танцевали все медленные танцы, а потом Витя проводил Алену домой и поцеловал. У Вити и раньше были девочки, но для Алены этот поцелуй оказался первым в жизни. Когда Алёна рассказала о Вите подругам, те спросили, собирается ли она заниматься с ним сексом. Алёна не знала, что ответить, потому что у большинства ее подруг уже были сексуальные отношения с парнями. Она раздумывает: если Витя предложит ей начать сексуальные отношения, согласиться на это или подождать. Что вы посоветуете Алёне?

Б. Антон попросил у своего друга Миши совета. Он уже несколько месяцев встречается с девушкой по имени Нина. Она ему нравится, и они много времени проводят вместе. Но когда Антон завёл с Ниной разговор о сексе, она сказала, что любит его, но к сексу пока не готова. Антон не знает, почему Нина отказывается заниматься с ним сексом, и не понимает, что должен делать. Как вы думаете, что может Миша посоветовать Антону?

В. Маша и Игорь уже давно любят друг друга. Они часто видятся и мечтают о совместном будущем. У них еще не было сексуальных отношений,

и они даже не говорили об этом друг с другом, но, наконец, настал момент откровенно обсудить этот вопрос. Как вы думаете, что они должны сказать друг другу?

9.Заключительная часть.

Подведение итогов тренинга.

Для того, чтобы произошло заражение, необходимо попадание жидкостей ВИЧ-инфицированного или больного СПИДом, в которых концентрация вируса достаточная для заражения, в кровоток морового человека. Это возможно **при следующих ситуациях:**

• сексуальный контакт, предполагающий проникновение в тело партнера: в данном случае возможно попадание крови, спермы и вагинального секрета в микротравмы, которые всегда образуются на коже и слизистых оболочках при трении;

воспалительные заболевания половых органов, вызванные инфекциями, передаваемыми половым путем (сифилис, гонорея, генитальный герпес, трихомониаз и др.) увеличивают риск передачи ВИЧ;

• совместное использование шприцев или игл (например, при введении наркотиков);

• переливание зараженной цельной крови или ее компонентов, пересадка органов и тканей;

• применение нестерильного хирургического и инъекционного инструментария, игл для введения каких-либо препаратов, прокалывания ушей, нанесения татуировок, пирсинга;

• использование чужих лезвий для бритья;

• во время вынашивания и родов ребенка ВИЧ - инфицированной женщиной:

• вскармливание новорожденного грудным молоком ВИЧ - инфицированной женщины.

Таким образом, ВИЧ передается только тремя путями:

1. Через кровь.

2. Половым путем.

3. От матери к ребенку

Обращение к обучающимся:

Какие неясные вопросы и не высказанные мнения остались по данной теме.

Что нового вы узнали на тренинге?

Что было наиболее полезным для вас?

«Какая информация была неожиданной для вас?

Упражнение «Интересное – полезное»

Задача: выяснить, что нового, интересного и полезного узнали участники тренинга и какой вывод сделали.

Инструкция:

Каждый участник тренинга высказывает свое мнение о тренинге, рассказывают, что понравилось, что нет, что для них было самым важным, что нового узнали, какой вывод сделали.

Уважаемые студенты, просим Вас, присылать свои высказывания по электронному адресу: mizinov07@mail.ru.