



## **ПАМЯТКА ДЛЯ ПОДРОСТКОВ, РОДИТЕЛЕЙ И ПЕДАГОГОВ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ВИЧ-инфекции и СПИДа.**

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) — это инфекция, заражение которой может привести к синдрому приобретенного иммунодефицита (СПИДу). И хотя излечиться от ВИЧ-инфекции нельзя, ранняя диагностика и лечение очень эффективны и позволяют человеку не терять качество жизни, поддерживая свое здоровье на нормальном уровне.

Однако болезнь всегда лучше предотвратить, чем всю жизнь лечить ее дорогостоящими препаратами. Узнайте больше о ВИЧ и СПИДе, чтобы сохранить как собственное, так и здоровье своих близких.

### **Что такое ВИЧ и СПИД?**

ВИЧ — это вирус, который приводит к повреждению иммунной системы организма. А иммунная система, как известно, защищает организм от различных инфекций. Когда иммунная система работает плохо, человек не может бороться со многими серьезными заболеваниями.

Негативные последствия заражения могут обнаружиться в течение нескольких месяцев, а иногда это происходит сразу — когда новорожденные появляются на свет, уже зараженные ВИЧ. У взрослых, живущих с ВИЧ, поражение иммунной системы может происходить более медленно. О людях с ВИЧ говорят, что у них СПИД, когда их иммунная система значительно повреждена или, когда у них появляются ВИЧ-ассоциированные инфекции либо рак.

### **Как проявляется ВИЧ?**

Пока развиваются симптомы, могут пройти годы, поэтому многие люди просто не знают, что у них ВИЧ. И все это время они способны, не осознавая этого, передавать вирус другим людям. Большинство зараженных ВИЧ выглядят вполне здоровыми, поэтому вы не можете сказать, просто глядя на человека, есть у него эта инфекция или нет. Анализ крови — это единственный достоверный способ диагностирования ВИЧ.

### **Как ВИЧ не передается?**

Вирусом нельзя заразиться:

- поздоровавшись или обнявшись с человеком с ВИЧ;
- сидя рядом или играя с человеком с ВИЧ;
- употребляя пищу, приготовленную человеком с ВИЧ;
- используя стаканы, посуду или тарелки совместно с человеком с ВИЧ;
- совместно с человеком с ВИЧ используя ванную или плавая в бассейне.

Кроме того, вы не можете получить ВИЧ через:

- воздух;
- укусы насекомых (в том числе укусы комаров);
- системы при сдаче вами крови.

## Что ваши дети должны знать о ВИЧ и СПИДе?

Изучите с вашими детьми информацию о ВИЧ и СПИДе, в том числе то, как ВИЧ не передается. Маленькие дети, конечно, не в состоянии понять все, но они должны знать, что:

- никогда нельзя трогать чью-либо кровь;
- никогда нельзя прикасаться к иглам или шприцам, а если дети найдут их в мусорке или на земле, им следует обязательно рассказать об этом взрослым

### Старшие дети и подростки должны знать:

Профилактика СПИДа начинается с осознания личной ответственности. ВИЧ — необычный вирус: человек может быть инфицирован много лет и казаться при этом абсолютно здоровым. Попав в организм, вирус постепенно разрушает иммунную систему, убивая клетки крови, которые являются частью иммунной (защитной) системы организма. Если человек инфицирован, еще не значит, что у него сразу разовьется СПИД. Вирус может находиться в организме десять и более лет, прежде чем человек почувствует какие-либо симптомы заболевания. В течение всего периода он может выглядеть и чувствовать себя абсолютно здоровым и при этом передать этот вирус другим. Можно получить ВИЧ, не подозревая этого, и можно передать ВИЧ другим, не зная об этом.

### Профилактика парентерального пути передачи ВИЧ

- отказаться от употребления наркотических веществ;
- подвергать обработке, в т. ч. с использованием дезинфицирующих средств многократно используемые инструменты для маникюра/педикюра/пирсинга/татуажа;
- при попадании чужой крови на раневую поверхность необходимо промыть рану проточной водой, обработать 3 % раствором перекиси водорода или спиртосодержащим раствором (70 %), после обработки закрыть рану пластырем;
- при попадании крови на слизистую глаза промыть глаза водой и закапать глазными каплями, обладающими слезоотделительным и дезинфицирующим эффектом (например, 20 % раствором альбуцида);
- при попадании крови на слизистую оболочку полости рта
- прополоскать рот 70 % этиловым спиртом;

### Профилактика вертикального пути передачи ВИЧ.

Согласно действующему законодательству каждая беременная женщина может пройти обследование на ВИЧ-инфекцию. При обнаружении вируса в организме ей для профилактики внутриутробного инфицирования назначают специальные лекарственные препараты.

### Тестирование на ВИЧ.

Пройти обследование на ВИЧ-инфекцию можно анонимно и бесплатно в любом лечебно-профилактическом учреждении, в отделах профилактики СПИД республиканского и областных центров гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья.

**В настоящее время нет лекарства, способного уничтожить ВИЧ в организме человека, нет вакцины, способной предотвратить заражение. Никто не застрахован от заражения ВИЧ. Любой человек в любом возрасте вне зависимости от места проживания и религиозных убеждений может заразиться. Только знания (о путях передачи и профилактике ВИЧ-инфекции) и поведение конкретного человека в «опасных» ситуациях способны защитить его от заражения.**

**Каждый сам принимает решения и несет ответственность за свои поступки, за свою жизнь!**