

ПАМЯТКА ДЛЯ ПОДРОСТКОВ и РОДИТЕЛЕЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ВИЧ-инфекции и СПИДа

1 декабря – всемирный День борьбы со СПИДом!

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.

Заражение может произойти только при попадании инфицированной биологической жидкости (кровь, сперма, вагинальный секрет, грудное молоко) в кровь неинфицированного человека непосредственно или через слизистые оболочки. Известны три пути передачи ВИЧ: при незащищенном половом контакте с ВИЧ-инфицированным или больным СПИДом, при попадании крови ВИЧ-инфицированного или больного СПИДом в организм здорового человека, ВИЧ-инфицированная беременная женщина может передать вирус ребенку во время беременности, в процессе родов, при грудном вскармливании ребенка.

Нельзя заразиться ВИЧ через:

- пот, слюну, слезы, кашель;
- рукопожатия, объятия, поцелуи;
- укусы насекомых;
- общую посуду и пищу;
- общие вещи: деньги, книги, клавиатуру компьютера, бытовые предметы;
- воду (при пользовании общим бассейном, ванной, душем, туалетом).

Для предупреждения заражения ВИЧ при половом контакте следует избегать беспорядочных и случайных половых связей, пользоваться презервативом высокого качества. Следует помнить, что из противозачаточных средств только презерватив препятствует проникновению ВИЧ и при правильном использовании защищает от заражения ВИЧ-инфекцией на 98 %.

Для предупреждения попадания крови ВИЧ-инфицированного или больного СПИДом в организм здорового человека необходимо:

- 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 глазные капли, обладающие слезоотделительным и дезинфицирующим эффектом (например, 20 % - раствором альбуцида);
- при попадании крови на слизистую оболочку полости рта прополоскать рот 70 % - этиловым спиртом;
- для оказания первой медицинской помощи при кровотечениях необходимо использовать резиновые перчатки и защищать открытые участки кожи и слизистые глаз от попадания крови, любые загрязнения кровью должны рассматриваться как потенциально опасные.

Для предупреждения передачи вируса от ВИЧ-инфицированной женщины ребенку во время беременности, в процессе родов, при грудном вскармливании ребенка каждая беременная женщина может и, в идеале, должна пройти обследование на ВИЧ-инфекцию; при обнаружении вируса в организме ей для профилактики внутриутробного инфицирования назначают специальные лекарственные препараты.

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.

По вопросам получения психологической помощи и пройти обследование на ВИЧ-Инфекцию вы можете, обратившись в Свердловский областной центр по профилактике и лечению ВИЧ-инфекции «Чтобы жить» (г.Екатеринбург, ул. Ясная, 46, тел.(343) 243-16-62, (343) 383-30-18), телефон доверия **31-000-31**.