

НАША
ИНИ-
ЦИА-
ТИВА!

**ТВОЕ ЗДОРОВЬЕ
И ВИЧ/СПИД**



Автономная некоммерческая организация правового сопровождения граждан и их семей "Наша инициатива"

УЧЕБНЫЙ ЭЛЕМЕНТ: ТВОЕ ЗДОРОВЬЕ И ВИЧ/СПИД

НАША
ИНИ-
ЦИА-
ТИВА!



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ

Йошкар-Ола 2020

Изучив данный элемент, ты сможешь:

- Сформировать ценностное отношение к своему здоровью;
- Получить представление о том, что такое ВИЧ/СПИД;
- Определять способы защиты себя от ВИЧ/СПИДа;
- Узнать о правах людей с ВИЧ;
- Получить информацию об анонимном обследовании и лечении.

Оборудование, материалы и вспомогательные средства:

- «Средства контрацепции»;
- «Справочник адресов и телефонов».

Сопутствующие элементы:

- «Твое здоровье и основы безопасности жизнедеятельности»;
- «Твое здоровье и личная гигиена»;
- «Твое здоровье и наркотики»;
- «Твое здоровье и ИППП»;

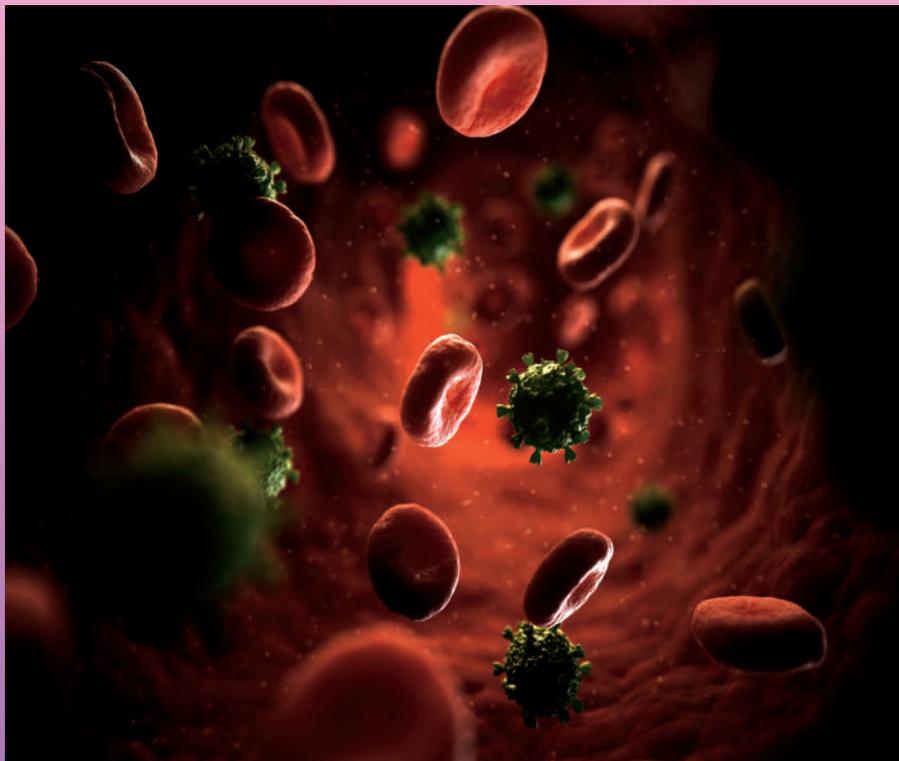


Что такое ВИЧ?

Это вирус иммунодефицита человека - неклеточный организм из нуклеиновых кислот и белковой оболочки.

ВИЧ-инфекция

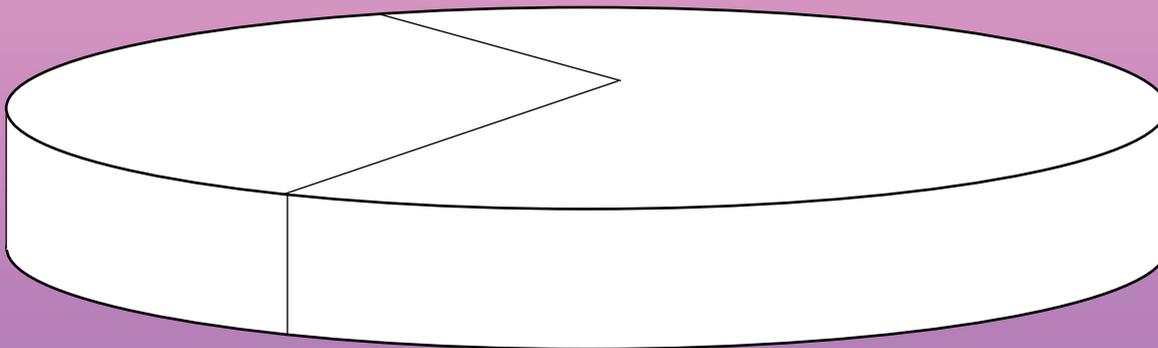
Состояние, вызванное присутствием вируса в организме. ВИЧ живет и размножается в Т-лимфоцитах, клетках, являющихся частью иммунной системы. Это разрушает их, приводя к иммунодефициту. Организм становится беззащитен перед болезнями, и у человека развивается СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита).



Существуют ли симптомы ВИЧ-инфекции?

Присутствие ВИЧ в организме не отмечается никакими особыми признаками (симптомами).

у 2/3 - присутствие ВИЧ не отмечается никакими симптомами



у 1/3 в первые 3 месяца может появиться состояние, похожее на грипп

Определить ВИЧ может только анализ крови - тест на ВИЧ!

Что такое тест на ВИЧ?

Тест показывает наличие антител в организме. Если они есть, то человек ВИЧ-положительный, а если нет, то ВИЧ-отрицательный.

Бесплатное анонимное обследование на ВИЧ можно пройти в СПИД-центрах и других медучреждениях!

Зачем человеку знать свой ВИЧ-статус?

- Иметь представления о состоянии своего здоровья;
- Планировать рождение здоровых детей;
- Снизить риск передачи;
- Укрепить здоровье и поддержать иммунную систему, и отсрочить СПИД;
- Вовремя начать принимать противовирусную терапию.



Что такое «период окна»?

Когда ты заражен, но антитела еще не выработались. Длится не более 3-х месяцев. Поэтому сдавать тест нужно через 3-и месяца после предполагаемого контакта.

Больной может передать ВИЧ другим практически сразу с момента инфицирования.

Что такое СПИД?

Состояние, когда иммунная система разрушена ВИЧ. Наблюдается ухудшение самочувствия, развиваются различные заболевания, от которых человек умирает.

От заражения до СПИДа может пройти от 3-х до 20-и лет в зависимости от образа жизни. Развитие СПИДа можно предупредить противовирусной терапией, блокирующей размножение ВИЧ и не позволяющей разрушиться иммунной системе.

Терапия не лечит ВИЧ. Она позволяет жить и чувствовать себя почти здоровым.



Как передается ВИЧ?

ВИЧ передается только через жидкости: кровь, сперму, вагинальный секрет, грудное молоко.

ВИЧ проникает в организм тремя путями:

- Половым – незащищенный секс;
- Через кровь – нестерильные медицинские инструменты;
- При пересадке органов и тканей;
- От матери к ребенку во время беременности, родов или кормления.



ВИЧ не передается?

ВИЧ слабый вирус, размножающийся только внутри клеток иммунной системы.

Потому нельзя заразиться при:

- Поцелуях, объятиях, рукопожатиях;
- Пользовании общей посудой, постельным бельем, полотенцем, туалетом;
- Общим бассейном.

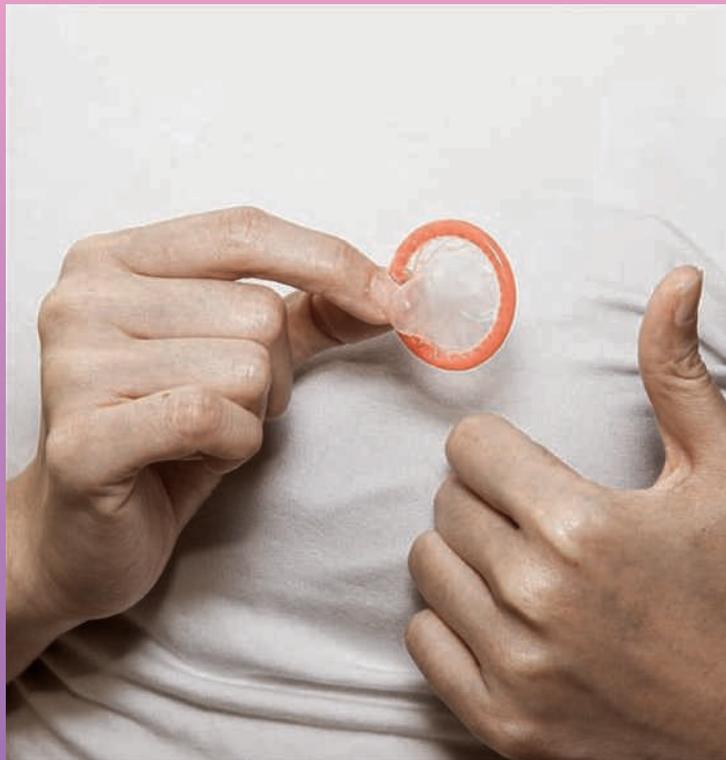
Как защититься от вируса?

Исключить попадание в организм жидкостей другого человека.

Это значит:

- Отказаться от рискованного сексуального поведения;
- Сохранять верность;
- Использовать стерильные или одноразовые инструменты (инъекции, татуировки, маникюр);
- Использовать «безопасные» сексуальные практики (непроникающие);
- Использовать презервативы.

Правильное использование презервативов - надежный способ защитить себя от ВИЧ!



Что делать если тест оказался положительным?

1. Обратиться к врачу, чтобы узнать:
 - Состояние иммунной системы;
 - Как укрепить здоровье;
 - Как лечиться;
 - Как исключить риск передачи ВИЧ другим.
2. Подумать, кому нужно сказать о своем ВИЧ-статусе, а кому - нет.
3. Подробно узнать о своих правах и не позволять нарушать их.
4. Получить информацию о жизни с ВИЧ.
5. Определить к кому можно обратиться за поддержкой.



Чем отличаются люди с ВИЧ от других людей?

Ничем! Только в их организме есть ВИЧ. Они имеют те же права, что и все. Не стоит отказываться от общения с человеком только из-за болезни.

Контрольные вопросы

1. Для здоровья требуется:
 - A. Личная гигиена;
 - B. Алкоголь и курение;
 - C. Физическая культура;
 - D. Ранняя половая жизнь.
2. ВИЧ и СПИД это:
 - A. Одно и тоже;
 - B. Разные заболевания;
 - C. ВИЧ вирус, вызывающий СПИД;
 - D. СПИД – последняя стадия ВИЧ-инфекции.
3. ВИЧ не передается через:
 - A. Кровь;
 - B. Грудное молоко;
 - C. Слюну;
 - D. Вагинальный секрет.
4. Необходимо знать свой ВИЧ-статус, чтобы:
 - A. Вовремя начать лечение;
 - B. Получить путевку;
 - C. Устроиться на работу;
 - D. Укрепить здоровье.
5. При положительном результате теста, нужно:
 - A. Обратиться в СПИД-центр;
 - B. Обратиться к друзьям;
 - C. Обратиться в учебную часть;
 - D. Рассказать всем.
6. Чтобы защититься от ВИЧ, необходимо:
 - A. Регулярно менять постельное белье;
 - B. Воздерживаться от случайных сексуальных контактов;
 - C. Иметь сексуальные отношения с разными партнерами;
 - D. Использовать презерватив.
7. ВИЧ передается:
 - A. При неиспользовании презерватива;
 - B. Через общую посуду;
 - C. При рукопожатии;
 - D. Через укусы насекомых.
8. ВИЧ не передается при:
 - A. Поцелуях, объятиях;
 - B. Применении нестерильных игл, шприцов;
 - C. Плавании в бассейне;
 - D. Общем туалете.
9. Анонимно обследоваться можно:
 - A. В аптеке;
 - B. В СПИД-центре;
 - C. В поликлинике.

ТЕЛЕФОН 8 (917) 707-92-15

EMAIL 3.16@MAIL.RU

САЙТ [HTTP://INITIATIVE12.RU/O-NAS/](http://INITIATIVE12.RU/O-NAS/)

ГРУППА В «ВКОНТАКТЕ»

[HTTPS://VK.COM/NASHA_INICIATIVA](https://vk.com/nasha_iniciativa)