

Памятка для подростков

Профилактика ВИЧ/СПИДа.

Это важно знать!

Сейчас в мире заражено ВИЧ более 43 млн человек, при этом 80% всех ВИЧ-инфицированных – молодые люди в возрасте до 30 лет и 3 млн – это дети до 15 лет. В 13, 15, 17 лет трудно поверить, что тебе может угрожать смертельная опасность. Часто кажется, что болеют и умирают только старые и пожилые люди, но со СПИДом обстоит по-другому. СПИД – это одна из самых серьезных болезней, с которыми приходится сталкиваться твоим ровесникам во всем мире, поэтому важно знать, как избежать заражения. Получив необходимые знания, ты сумеешь оградить себя от многих серьезных проблем сейчас и в будущем.

СПИД и ВИЧ

СПИД – синдром приобретенного иммунодефицита.

Синдром – это набор определенных проявлений болезни – симптомов. СПИД развивается у людей, заразившихся ВИЧ-инфекцией и является конечной стадией этой болезни.

ВИЧ – вирус иммунодефицита человека, он поражает разные клетки организма, в первую очередь – иммунную систему. Люди, зараженные ВИЧ, называются «ВИЧ-инфицированными». С момента заражения ВИЧ до развития СПИДа может пройти от 5 до 15 лет. Пока ВИЧ-инфекция не перешла в стадию СПИДа, инфицированный человек может чувствовать себя хорошо, выглядеть здоровым и даже не подозревать, что заражен. Только врач при помощи специального анализа может определить, что человек заражен. Независимо от давности заражения инфицированный человек может передавать ВИЧ другим людям.

Как происходит заражение ВИЧ?

ВИЧ передается только через определенные жидкости организма, это:

§ Кровь

§ Сперма

§ Грудное молоко

Поэтому заразиться можно:

§ При сексуальных контактах без презерватива. Вирус может передаваться при разных формах сексуальных контактов как разнополых, так и однополых партнеров;

§ Через кровь. Чаще всего сейчас этот путь реализуется при внутривенном введении наркотиков, когда используются общие шприцы и иглы.

Заражению может способствовать:

§ Приобретение готового раствора наркотика, который в процессе изготовления мог быть инфицирован. Если наркотик разбирают нестерильными шприцами из общей емкости;

§ Промывание использованных шприцев в одной общей емкости;

§ Пользование другими «общими» предметами для приготовления и введения наркотиков: ложки, кружки, ватные тампоны, жгуты и др.

Так как ВИЧ передается с инфицированной кровью, нельзя пользоваться иглами для пирсинга или для нанесения татуировки, если ими уже пользовались другие люди.

Нельзя пользоваться после других людей предметами, которые могут повредить кожный покров.

ВИЧ не передается:

- § При общих бытовых контактах: рукопожатиях, объятиях, дружеских поцелуях, пользовании общей посудой, туалетом, бассейном, постельным бельем;
- § При разговоре, кашле, чихании;
- § Через пот и слезы;
- § От домашних животных;
- § При укусах кровососущих насекомых.

Есть ли надежный способ защиты от ВИЧ/СПИДа?

Для подростков самый лучший и надежный способ обезопасить себя от заражения ВИЧ-инфекцией – это отказаться от сексуальных контактов и употребления наркотиков.

Многие используют этот способ, и он всегда действует.

Когда трудно отказаться от какой-то коллективной глупости, вроде наркотиков, подумай: зачем бежать вместе со стадом? Оставайся собой и не нужно извиняться, говоря, нет.

10 способов сказать «нет»

Причин отказы от разной глупости много, иногда можно даже приврать ради пользы дела:

- § Эта дрянь не для меня!
- § Есть увлечения покруче!
- § Не сегодня и не сейчас!
- § Нет уж, у меня и так вагон неприятностей!
- § Мои мозги пока не лишние!
- § Ты что? У меня аллергия!
- § Я не хочу умственно отсталых детей!
- § Я уже пробовал – мура!
- § Я не тороплюсь на тот свет!
- § Я в завязке!

Даже один-единственный половой контакт, даже однократное введение наркотиков могут стать причиной заражения ВИЧ.

Если же молодые люди все-таки решили начать половую жизнь, им следует научиться правильно пользоваться презервативами и предохраняться во время всех сексуальных контактов.