



Школа для родителей
Воспитательная служба ГБОУ СОШ № 318
«Разговоры с детьми о ВИЧ и СПИДе»
Выпуск № 12

1 декабря - Всемирный день борьбы со СПИДом

Лучший способ защитить наших детей от ВИЧ в будущем - это рассказать им о нем сейчас. Число заболевших ВИЧ в России продолжает расти. Большая часть новых случаев заражения - при незащищенных половых контактах между мужчинами и женщинами - 53,5%, и при совместном внутривенном употреблении наркотиков – 43,6%.

Вот несколько советов от педагога по половому воспитанию Берджи Айрленд – дипломированного специалиста по вопросам сексуального развития и здоровья, автора программы "Just one teenager" для детей, их родителей и учителей.

Многие дети слышали страшилки и искаженные истории о СПИДе от своих школьных друзей.

Каждый год в нашей школе проходят лекции, видеоконференции, интерактивные игры с обучающимися старших классов на тему «ВИЧ/СПИД». Приглашаются специалисты, ребята посещают выездные выставки, но об этом так же необходимо говорить дома в семье.

Родители должны честно говорить о ВИЧ и СПИДе. Если мы не расскажем нашим детям, это сделает кто-то другой и это может быть ложной или неуместной информацией.

Но! Чтобы говорить с детьми, нужно мужество. Родители должны учитывать возраст каждого ребенка. Некоторые дети способны легко схватывать факты, не расстраиваясь. Другие чувствительны и легко пугаются, когда им рассказывают факты из жизни.

Будьте рядом, когда ваш ребенок захочет поговорить с вами, но не слишком остро реагируйте и не говорите такие вещи, как “я не хочу говорить об этом” или “спроси своего отца”. Это нормально – сказать “я не знаю” и потом вместе выяснить.

Мы можем начать разговор с ребенком с историй. О ВИЧ и СПИДе написано много книг – поищите их. Вы можете попросить вашего ребенка нарисовать картину того, что он

думает о СПИДе. Многие дети рисуют вирус как монстра, который борется с солдатами – белыми кровяными тельцами. Можно попробовать сочинить рассказ по картинке.

Что сказать своим детям?

- Вы не «подхватываете» ВИЧ, как простуду.
- ВИЧ - это болезнь, которой может заразиться любой человек.
- Люди не заражаются ВИЧ и СПИДом специально.
- Люди с ВИЧ не хотят передавать вирус другим людям.
- Нет простого способа узнать, есть ли у человека ВИЧ, например, просто посмотрев на него.
- Не все худые люди заражены ВИЧ.
- Люди с ВИЧ хотят жить нормальной жизнью.
- Люди с ВИЧ легче болевают, поэтому их нужно защищать.
- Люди с ВИЧ могут лечиться медикаментами и жить в течение длительного времени, как все другие люди.

Ответы на вопросы детей должны быть честными. Поощряйте беседу, открыто обсуждая эти вопросы. Если вас сдерживают обстоятельства, культура или социальные границы, поговорите с консультантом в центре по борьбе с ВИЧ и СПИДом, он подскажет, как преподнести эту тему ребенку.

Вот некоторые часто задаваемые вопросы и основные факты, которые можно сообщить любому ребенку.

Что такое вирус?

Вирус - это источник неприятностей, который может сделать человека больным. Разные вирусы обитают повсюду, они распространяются, когда мы прикасаемся к вещам, они на нашей пище и даже в воздухе, которым мы дышим. Вирусы не могут быть уничтожены антибиотиками: только белые кровяные клетки (мы называем их “солдаты”) в организме могут сделать это.

Когда организм борется с вирусом, он создает специальную армию антител (“стреляющих солдат”) для борьбы с этим специфическим вирусом. Это означает, что если вирус снова попадет в организм, антитела начнут действовать, и человек больше не будет болеть этой конкретной болезнью (вот почему вы не заболите корью или паротитом дважды).

Однако, как только вирус попадает в организм, он остается навсегда. К счастью, сильная иммунная система поддерживает наше здоровье.



Что такое ВИЧ?

ВИЧ (вирус иммунодефицита человека) - это очень умный вирус, который атакует только людей. Вы можете объяснить ребенку, что он очень, очень маленький и если он попадет в кровь, то начнет размножаться на белых кровяных клетках.

Он делает это, “сжимая и пряча” себя в “мозгу” лейкоцита. Он убеждает лейкоцит, что это фабрика по производству ВИЧ, и начинает делать миллионы копий самого себя. После этого белые кровяные тельца разрушаются, и поэтому количество белых кровяных телец в организме становится все меньше и меньше, в то время как количество вируса увеличивается. Иммунитет падает.

Что такое СПИД?

Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) возникает через много лет после того, как человек заболел ВИЧ, когда организм уже не может производить новые белые кровяные тельца. В этот период в организме остается слишком мало защитных белых кровяных телец, которые поддерживают организм здоровым, а иммунная система (или “армия”) становится очень слабой.

Когда дремлющие вирусы, заразные болезни и даже раковые клетки имеют шанс стать сильными, говорят, что у человека СПИД. Антиретровирусные препараты могут помочь укрепить иммунную систему, и человек, который регулярно принимает эти лекарства, может жить нормальной, здоровой и продуктивной жизнью в течение многих лет.

К сожалению, когда организм умирает от СПИДа, люди умирают от множества болезней, с которыми здоровая иммунная система легко бы справилась.

Как люди заражаются ВИЧ?

Некоторые дети рождаются с вирусом. Бывает, что он передается ребенку от матери, которая не принимает лекарства от ВИЧ. Но эти дети могут получить лекарства вскоре после рождения, что поможет им оставаться здоровыми в течение многих лет. Некоторые люди могут заразиться вирусом, если им перелили кровь, в которой есть вирус. Но такие случаи сейчас крайне редки.

Старшие дети должны понимать, что ВИЧ распространяется половым путем, и что каждый человек обязательно должен использовать презервативы.

Что, если у кого-то из моих знакомых есть ВИЧ?

Помогите детям понять, что нет необходимости бояться человека, который является ВИЧ - положительным. Они не могут заразиться вирусом, играя с ВИЧ-положительным другом, делясь своей едой, держась за руки, обнимая или даже целуя, поэтому не говорите своему ребенку избегать таких детей в школе.

ВИЧ не передается:

- через рукопожатие, объятия, поцелуи;
- при кашле, чихании;
- при плавании в бассейне;
- при пользовании общим туалетом;
- при пользовании общей посудой;

- через вещи и предметы;
- через укусы насекомых.

Единственный способ определить, заражен человек или нет, пройти тестирование крови на ВИЧ.

Вирус ВИЧ удивительно слаб, когда он находится в неправильном для себя месте, например, в воздухе, в жидкости (это включает слюну комаров, плавательные бассейны, сиденья для унитазов и т. д.), бытовых чистящих средствах и всех химических веществах. Однако он невероятно силен, когда находится в нужном месте, которое находится в человеческой жидкости.

Люди заболевают не потому, что они сделали что-то плохое или что их наказывают. Когда люди больны, им нужно помочь с лекарствами, а иногда, когда они очень слабы, им нужны другие люди, чтобы помочь им делать простые повседневные вещи.

