**Поговорите со своими детьми о ВИЧ**

**Почему необходимо знать и говорить о ВИЧ?**

* По оценкам ООН число людей, живущих с ВИЧ-инфекцией, в мире более 37 миллионов человек. За период существования ВИЧ-инфекции (с 1981 года) умерло около 34 миллионов человек - почти половина из заразившихся ВИЧ. Это характеризует заболевание как самую разрушительную эпидемию в истории человечества и объясняет масштаб предпринимаемых мер.
* В России эпидемия ВИЧ-инфекции началась значительно позднее, чем в Америке и Европе, - в 1990 году, и продолжает развиваться. На 30.06.2018 года более 978 000 россиян живут с ВИЧ-инфекцией. За весь период (с 1987 года) в России умерло более 270 000 людей, инфицированных ВИЧ. Конечно, выявлены не все инфицированные, поскольку до сих пор не все проходят тестирование на ВИЧ и не знают свой ВИЧ-статус, и в действительности людей, живущих с ВИЧ-инфекцией, может быть в 2 раза больше. Самая неблагополучная ситуация по ВИЧ-инфекции в стране сложилась в Иркутской, Свердловской, Кемеровской, Самарской областях.
* В Свердловской области первый случай ВИЧ-инфекции зарегистрирован в 1990 году. Сегодня с ВИЧ живут более 75 тысяч жителей нашей области, т.е. каждый 50-й. Ежегодно ВИЧ выявляют примерно у 5000-6000 человек.
* Люди с ВИЧ - это мужчины и женщины, дети и взрослые, которые сегодня учатся или работают, рожают и воспитывают детей, живут в обществе. ВИЧ-инфекция давно вышла за пределы групп риска и теперь распространяется среди обычных людей.

Чтобы помочь своему ребенку сохранить здоровье, начните серьезный разговор сами – не ждите, что ребенок заговорит с вами на эту тему первым!

**Что необходимо знать о ВИЧ/СПИДе?**

**ВИЧ (вирус иммунодефицита человека)** - вирус, который поражает клетки иммунной (защитной) системы организма человека и вызывает длительно текущее, бессимптомное на протяжении многих лет заболевание, которое называют **ВИЧ-инфекция**.

**СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита)** – это последняя стадия ВИЧ-инфекции, характеризующаяся полным разрушением иммунной системы, развитием комплекса заболеваний и смертельным исходом.

**Вирус иммунодефицита человека может попасть в организм человека тремя путями:**

1. **Через кровь** (при использовании нестерильных игл, шприцев, инструмента для татуировки и пирсинга, чужих бритв, чужих маникюрных принадлежностей и чужих зубных щеток);
2. **Половым путем** (при всех видах незащищенных половых контактов с человеком, ВИЧ-статус которого неизвестен);
3. **От матери ребенку** (во время беременности, родов и при грудном вскармливании).

**В быту ВИЧ не передается, т.к. вирус НЕ МОЖЕТ жить ВНЕ клетки**. Он быстро погибает во внешней среде. Вот поэтому сВИЧ-позитивными абсолютно не опасаясь можно дружить, танцевать, обниматься, целоваться, есть из одной посуды, пользоваться общими туалетными и душевыми комнатами, спальнями и бассейнами, заниматься в одном тренажерном зале.

***С целью профилактики заражения ВИЧ родители могут ориентировать подростков на:***

* недопустимость употребления наркотиков;
* соблюдение правил личной гигиены;
* **воздержание** (более позднее начало половой жизни);
* соблюдение **взаимной верности** партнеров;
* использование барьерных средств защиты (**презерватива)** при каждом половом контакте.

**Как поговорить с ребенком о ВИЧ/СПИДе?**

***Дети до 7 лет*** не нуждаются в подробностях и начинать следует с элементарных правил личной гигиены. Приучите ребенка к аккуратности, мойте руки и чистите зубы вместе с ним, а затем научите его делать это самостоятельно и объясните, что ни при каких обстоятельствах нельзя пользоваться чужой зубной щеткой. На прогулках объясните, что нельзя подбирать валяющиеся шприцы или иглы, т.к. можно уколоться и заболеть разными тяжелыми болезнями.

***Дети от 7 до 11 лет*** способны к усвоению базовых знаний относительно ВИЧ/СПИДа. Им можно сказать, что ВИЧ-инфекция – это болезнь, возникающая из-за вируса, который попал в кровь и разрушил важную систему, которая защищает нас от разных заболеваний (можно вместе посмотреть фрагмент мультфильма «ВИЧ/СПИД» о действии вируса на иммунную систему). И еще раз напомнить о правилах личной гигиены.

***Детей 12-17 лет*** важно обеспечить точной информацией о путях заражения ВИЧ и мерах защиты. Откровенно поговорите со своим ребенком, ведь ему важно знать, каковы ваши взгляды на эти вопросы. С 16 лет Вы можете объяснить, какие риски существуют при незащищенных половых контактах (возможность инфицирования заболеваниями, передающимися половым путем, в т.ч. ВИЧ-инфекцией, наступление беременности), и как можно свести их к минимуму: предложить партнеру использовать барьерные средства защиты (презервативы, от фр. préservatif, от позднелат. praeservo — «предохраняю»).

Важно понимать, что просвещение ребенка в таких важных деликатных вопросах, должно происходить не единоразово – это планомерная работа.

Не стоит пугать ребенка ВИЧ и СПИДом. Негативная информация, согласно исследованиям психологов, забывается быстрее. Необходимо говорить спокойно и рассудительно, начиная с основ, но понятно для ребенка, учитывая его возрастные особенности.

Учитывая все эти моменты, вам будет проще поговорить на столь важную тему. Это поможет уберечь ребенка от ВИЧ-инфекции, поскольку формирование личности начинается именно с детского возраста и то, какие основы вы заложили в это время, влияет на всю его дальнейшую жизнь.

***Найдите подходящие слова на*** ***2live.ru, СТОПВИЧСПИД, livehiv.ru***

**Свердловский областной центр профилактики и борьбы со СПИД**

**г. Екатеринбург, ул. Ясная, 46, тел. (343)240-12-54**

Регистратура (343)383-30-18

Регистратура детского отделения (343)286-30-14

Отдел профилактики и психосоциального консультирования (343)240-89-94

Филиалы ОЦ СПИД:

**Западный управленческий округ, г. Первоуральск**,

ул. Огнеупорщиков, 38, (34396)3-54-20

**Восточный управленческий округ, г. Ирбит,**

Ул. Мальгина, 26, (34355)6-31-12

**Южный управленческий округ, г. Каменск-Уральский,**

Ул. Рябова, 20, (3439)37-3-09-09

**Северный управленческий округ, г. Серов,**

Ул. Льва Толстого, 15, стр. 6, (34385)6-02-05

**Горнозаводской управленческий округ, г. Нижний Тагил,**

Ул. Джамбула, 45, (3435)47-62-39

**Телефон доверия (343)31-000-31**