**Консультация**

**"ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ**

**О ВИЧ-ИНФЕКЦИИ И СПИДЕ".**

Нашим детям предстоит жить в мире, где есть эпидемия СПИДа. Говорить на подобную тему с ребенком нелегко, и многие родители сомневаются, можно ли в принципе обсуждать такие вопросы с детьми, как и когда это лучше делать. Для того чтобы правильно ответить на возникающие вопросы ребенка, Вам нужно будет знать некоторые термины и понятия.

**ВИЧ-инфекция** - это инфекционное заболевание, которое вызывается вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ); заболевание имеет очень длительный скрытый период, протекающий бессимптомно; ВИЧ поражает нервные и иммунные клетки, в силу чего человек становится более восприимчивым даже к таким болезням, которые для здоровых людей не представляют никакой опасности. Истощившись, клетки иммунной системы разрушаются и погибают. Организм становится уязвим к инфекциям и вредным воздействиям внешней среды. В итоге заболевание, в основе которого лежит иммунодефицит, переходит в конечную стадию - СПИД.

ВИЧ передается от ВИЧ-инфицированного человека к здоровому через сексуальные контакты.Вирус передается через сперму, вагинальные выделения и менструальную кровь от зараженного человека здоровому. Любые незащищенные сексуальные отношения, частые и с многочисленными партнерами - увеличивают риск заражения. Правильное использование латексного презерватива при сексуальных контактах - единственный способ защитить себя и своих партнеров от заражения. Контрацептивные средства ни в коем случае не защищают ни от заболеваний, передающихся половым путем, ни от СПИДа.

ВИЧ передается от ВИЧ-инфицированной женщины к ее ребенку во время беременности, во время родов или после рождения при грудном вскармливании. В этом случае своевременное обследование на ВИЧ во время беременности и назначение противовирусных препаратов снижает риск инфицирования ребенка до 2-5%.

Во много раз возрастает риск заражения при попадании инфицированной крови, что и происходит при внутривенном введении наркотических веществ; при этом иногда достаточно однократного введения. При внутривенном введении наркотиков можно заразиться на всех этапах приготовления и введения раствора: при пользовании общим шприцем и иглой.

Вирус может попасть в организм с инфицированной кровью при пользовании общими бритвенными принадлежностями, иглами при нанесении татуировки, пирсинга.

ВИЧ не передается: через укусы кровососущих насекомых, в общественном транспорте, предметы обихода, через пользование туалетом, ванной, посудой и т.д.

**ПОМНИТЕ, ЧТО ВАШИ ЗНАНИЯ О СПИДЕ - ЭТО ВОЗМОЖНОСТЬ УБЕРЕЧЬ ОТ НЕГО ВАШЕГО РЕБЕНКА. ОБУЧАЯ ЕГО БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ И НАПОМИНАЯ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ВЫ СОХРАНИТЕ ЕГО ЗДОРОВЬЕ!**

**КАК ГОВОРИТЬ С ДЕТЬМИ О ВИЧ-ИНФЕКЦИИ И СПИДЕ.**

Вы знаете своего ребенка лучше, чем кто-либо. Поэтому только Вам следует решать, что рассказать Вашему ребенку и как лучше это сделать.

**Дети до 7 лет не нуждаются в подробностях и не способны усвоить сложные термины.Объяснения должны быть простыми и доступными.** **Желание детей - уверенность в безопасности вашей и своей. А задача родителей сделать эту безопасность реальной. 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. Организуйте прогулки, движение, физические упражнения на свежем воздухе - все это процесс формирования полезных привычек.**

**Вопросы, которые может задавать ребенок такого возраста:**

Вопрос: "А правда, что если я буду плохо себе вести, то заболею СПИДом?"

Ответ: "Нет, если дети плохо себя ведут, они не болеют СПИДом. Но мы с папой будем очень расстроены, что у нас такой непослушный ребенок".

Вопрос: "А я могу заразиться ВИЧ, когда мне делают прививку?"

Ответ: "Нет, от прививки заразится ВИЧ нельзя. Врач каждому делает прививку одноразовым шприцем, который после обеззараживают и выбрасывают".

**НЕСКОЛЬКО ПОЛЕЗНЫХ СОВЕТОВ:**

**1.Не избегайте сложных вопросов!** Нужно помнить, что ребенок живет не в вакууме. Он смотрит телевизор, читает журналы, общается с друзьями и получает самую разную, зачастую неверную информацию. Если не начать обсуждать с ним трудные вопросы как можно раньше, кто-то другой, возможно не самый лучший кандидат, возьмет эту задачу на себя.

**2.Чем раньше, тем лучше!** Детям приходится слышать о проблемах с самого раннего возраста, задолго до того, как они становятся способны их понять. У родителей есть уникальная возможность, которой нет ни у учителей, ни у воспитателей. Они могут стать первыми, кто заговорит с ребенком о данной проблеме, и когда он вырастет, никто не сможет ввести его в заблуждение неправильной информацией или отсутствием тех ценностей, которые Вы хотите ему привить.

**3.Начинайте разговор сами!** Нет ничего страшного в том, чтобы заговорить с ребенком о СПИДе самостоятельно. Повседневная жизнь постоянно дает нам прекрасные поводы. Естественно, разговаривая с ребенком, нужно использовать только те слова, которые он сможет понять.

**4.Не стесняйтесь разговоров о сексе!** Если Вы не дадите своему ребенку информацию, это сделают за Вас посторонние.

**5.Необходима правдивая информация!** Дети хотят, чтобы взрослые обсуждали с ними сложные вопросы. Каждый родитель имеет возможность говорить с ребенком о моральных и нравственных ценностях. Научные исследования показывают, что дети полагаются на нравственное руководство своих мам и пап и нуждаются в нем, так что не забывайте четко пояснить, во что Вы верите, и что Вы считаете правильным.

**6.Дети не слышат тех, кто их не слушает!** Ваш ребенок испытывает потребность во внимании. Чувствуя, что его внимательно слушают, ребенок начинает лучше к себе относиться. Если ребенок знает, насколько он важен для Вас, ему будет проще обратиться к Вам с вопросом.

**7.Дети заслуживают честности!** Ребенок любого возраста заслуживает того, чтобы ответы на его вопросы были честными. Мы можем обсуждать или не обсуждать с ребенком детали определенных ситуаций, но не следует оставлять слишком большие пробелы в его представлениях. Вам может очень не понравиться то, каким образом дети восполнят свои знания.

**8.Терпение и труд, и еще раз терпение!** Часто нам кажется, что мы знаем, о чем ребенок хочет сказать, задолго до того, как он сформулирует предложение. Но не заканчивайте фразу за него, как бы вам этого не хотелось. Терпеливо слушая, мы позволяем ребенку думать самостоятельно и даем ему понять, что он достоин внимания.

**9.Повторенье - мать ученья!** Большинство детей и подростков могут усвоить лишь небольшую часть информации из одного разговора. Поэтому необходимо подождать какое-то время, а затем спросить ребенка, помнит ли он ваш разговор. Это поможет Вам поправить ошибки и восполнить то, что ребенок успел забыть.

**10.Учитывайте возраст ребенка!** Дайте ребенку информацию точную и подходящую для его возраста.

**11.Научите ребенка уважать себя!** Чем лучше ребенок относится к самому себе, тем меньше вероятность рискованного поведения!

**12.Безопасность ребенка - прежде всего!** Некоторые взрослые до сих пор верят, что проблема СПИДа касается только представителей неких "групп риска" и совершенно не имеет никакого отношения к их детям. Не позволяйте собственным предрассудкам стать угрозой безопасности Вашего ребенка.

**Памятка для родителей по профилактике ВИЧ/СПИД.**

**ВИЧ-инфекция**- медленно прогрессирующее инфекционное заболевание, возникающее вследствие заражения вирусом иммунодефицита человека.

Заболевание поражает иммунную систему, в результате чего организм становится высоко восприимчив к различным вторичным инфекциям (которые ранее не могли вызвать заболевание (оппортунистические инфекции)) и злокачественным опухолям, приводящим в конечном итоге больного к гибели.

СПИД (синдром приобретенного иммунного дефицита) - конечная или терминальная стадия заболевания.

Источник заражения - человек, инфицированный вирусом, - вирусоноситель или больной СПИД. Вирусоносители часто считают себя здоровыми, не подозревая о том, что инфицированы, так как в течение нескольких лет у них могут отсутствовать признаки болезни.

**Заражение может произойти:**

1. При половом контакте, даже если он был единственным. Риск заражения возрастает у людей:

•имеющих многочисленные половые связи, особенно случайные или с малознакомыми партнерами;

•уже болеющих венерическими заболеваниями, что облегчает проникновение ВИЧ.

2. При переливании зараженной крови или через загрязненные кровью инструменты, при инъекциях, что характерно для наркоманов, употребляющих наркотики внутривенно.

3. Возможна передача вируса от матери ребенку во время беременности и родов.

ВИЧ не передается:

•через пищу, воду, бытовым путем - при пользовании общей ванной, туалетом, посудой;

•не отмечено ни одного случая в мире заражения при уходе за ВИЧ-инфицированными и больными СПИД;

•невозможна передача этого вируса комарами, слепнями и другими кровососущими насекомыми.

**Признаки заболевания.**

Инкубационный (скрытый) период длится от 2-3 недель до 3 месяцев. Затем у трети зараженных людей развивается острая фаза болезни (повышение температуры, боли в горле, увеличение лимфоузлов, может быть сыпь, общая слабость), которая через 2-4 недели проходит без всякого лечения. У 2/3 зараженных этот период протекает скрыто. После этого в течение длительного времени видимых проявлений заболевания может и не быть (вирусоносительство). В дальнейшем появляется ряд клинических признаков, которые позволяют врачам заподозрить наличие ВИЧ-инфекции у человека. В среднем от начала инфицирования до терминальной стадии ВИЧ-инфекция, нося перемежающий характер, длится 10-15 лет. Но в одних случаях заболевание трансформируется в СПИД в течение месяцев, в других - многих лет. Непосредственной причиной смерти чаще всего служат оппортунистические инфекции и саркома Капоши, а у больных ВИЧ/СПИД наркоманов еще и туберкулез.

Диагноз ВИЧ-инфекции ставится по результатам специального исследования крови, которое в большинстве случаев дает результат через 3 месяца после заражения. Обследование на ВИЧ-инфекцию можно произвести анонимно.

**Показаниями для обследования на ВИЧ- инфекцию являются:**

•лихорадка более 1 месяца;

•понос более 1 месяца;

•необъяснимая потеря массы тела на 10% и более;

•затяжное, повторяющееся или не поддающееся обычному лечению воспаление легких;

•постоянный кашель более 1 месяца;

•увеличение лимфоузлов 2-х и более групп свыше 1 месяца;

•слабоумие у ранее здоровых людей.

**Основной метод предупреждения болезни - прерывание путей передачи инфекции:**

1. Для предупреждения полового пути передачи следует иметь одного надежного полового партнера или пользоваться презервативами при случайном сексуальном контакте - они существенно снижают риск заболевания ВИЧ-инфекцией, венерическими заболеваниями.

2. В медицинских учреждениях проводятся мероприятия по обеззараживанию инструмента, исследуются все порции донорской крови.

3. Не употребляйте наркотики - борьба с наркоманией - это борьба с ВИЧ-инфекцией.