

# Памятка по профилактике ВИЧ/СПИД для родителей и педагогов МБДОУ Детский сад «Синяя птица»



## Что мы должны знать о ВИЧ/СПИД?

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ), попадая в организм, постепенно истощает иммунную систему, защищающую нас с Вами от различных негативных факторов (вирусы, бактерии, простейшие и т.д.). В результате этого постепенно присоединяются различные заболевания, от которых и погибают больные на фоне резкого снижения иммунитета. ВИЧ-инфицированный человек может прожить годы, прежде чем произойдет ухудшение его здоровья и инфекция перейдет в стадию СПИДа. Наибольшее количество вируса содержится в крови, выделениях гениталий (сперма, вагинальный секрет), грудном молоке. Другие биологические жидкости человека содержат незначительное количество вируса и поэтому не заразны. В начале человек может выглядеть и чувствовать себя совершенно здоровым, даже не зная о наличии у него заболевания, но при этом уже являться источником инфицирования других людей.



### Вирус иммунодефицита попадает в организм человека тремя путями:

- при незащищенном сексуальном контакте;
- при использовании нестерильных игл, шприцев, загрязненных кровью инфицированного, или при переливании крови от ВИЧ-инфицированного;
- от ВИЧ-инфицированной матери во время беременности, родов или при грудном вскармливании ребенка.

В настоящее время большинство заражений (80%-90%) происходит при половых контактах вследствие игнорирования средств защиты, беспорядочных половых связях. Риск заражения возрастает при наличии сопутствующих инфекций, передаваемых половым путем (ИППП).



### Как избежать заражения:

- повышение уровня знаний по проблеме ВИЧ/СПИД и навыков безопасной жизнедеятельности. Ведение здорового образа жизни, который включает и безопасный секс, исключающий попадание биологических жидкостей инфицированного в организм другого человека. А также ответственное отношение к своему здоровью;
- обязательное использование средств профилактики при каждом случайном сексуальном контакте (презерватив);
- уменьшение количества половых партнеров;
- выявление и лечение болезней, передающихся половым путем;
- использование одноразового инструментария при татуировке, бритье и других манипуляциях, связанных с повреждением кожи и слизистых оболочек;
- при беременности обязательное обследование на ВИЧ-инфекцию с целью предупреждения инфицирования ребенка и проведения профилактического лечения. Чтобы определить инфицирован человек или нет, необходимо сдать анализ крови. Это можно сделать в любом медучреждении, где есть процедурный кабинет, в том числе анонимно.

**Помните! На сегодняшний день специфических мер профилактики и радикальных методов лечения ВИЧ-инфекции НЕТ. Человек заражается ВИЧ в результате своих безответственных действий и поступков.**