

Информация для предоставления родителям учащихся:

Дорогие родители!

Нашим детям предстоит жить в мире, где есть эпидемия ВИЧ/СПИДа. Говорить на подобную тему с ребенком нелегко и многие родители сомневаются, необходимо ли обсуждать такие вопросы с детьми, как и когда это лучше делать.

Почему так важно говорить о ВИЧ/СПИДе со своим ребенком?

С начала эпидемии в мире заразились ВИЧ примерно 78 миллионов человек, и около 39 миллионов человек умерли от заболеваний, связанных с ВИЧ-инфекцией. Сегодня в мире насчитывается более 35 миллионов ВИЧ-инфицированных. На 1 января 2016 года в Российской Федерации число россиян, инфицированных вирусом иммунодефицита достигло 1 млн. человек. В Ямало-Ненецком автономном округе, на начало 2016 года, за весь период эпидемии, начиная с 1995 года, выявлено уже 2617 человек.

Нашим детям предстоит жить в мире, где есть эпидемия СПИДа. Как бы нам ни хотелось оградить ребенка от «взрослых» проблем, рано или поздно ему придется с ними столкнуться. Как бы ни было сложно обсуждать тему ВИЧ/СПИДа с ребенком, делать это необходимо. Подавляющее большинство школьников младших классов уже слышали об этой проблеме. И, хотя дети узнают о существовании СПИДа довольно рано, их представления больше похожи на фильм ужасов, чем на реальные факты. Именно у Вас, уважаемые родители, есть возможность прояснить для них этот вопрос. Разумеется, для этого Вам придется сначала самим получить достоверную информацию. Разговор о ВИЧ/СПИДе станет основой для разговора о безопасном поведении в отношении ВИЧ-инфекции, а, следовательно, поможет защитить вашего ребенка, когда он вырастет.

Для того чтобы правильно ответить на возникающие вопросы ребенка, Вам нужно будет знать некоторые термины и понятия.

Что такое ВИЧ, ВИЧ-инфекция, СПИД?

ВИЧ-инфекция – инфекционное заболевание, которое вызывается **вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ)**. Заболевание считается неизлечимым, так как до сих пор нет лекарств, которые убивали бы вирус, может иметь очень длительный скрытый период, протекающий бессимптомно.

Чем оно опасно? ВИЧ поражает иммунные клетки, в силу чего человек становится более восприимчивым даже к болезням, которые для здоровых людей не представляют никакой опасности. Истощившись, клетки иммунной системы разрушаются и погибают. В итоге заболевание переходит в конечную стадию – **СПИД – синдром приобретенного иммунодефицита**. Человек на этой стадии из-за снижения иммунитета оказывается уязвимым для многих инфекций, которые называют **оппортунистическими**. К ним относятся пневмоцистная пневмония, туберкулез, кандидоз, опоясывающий лишай и др.

Скорость развития заболевания бывает разной: иногда с момента инфицирования до развития СПИДа проходит более 10 лет, иногда – всего 2-3

года.

Развитие СПИДа можно предотвратить, если вовремя начать лечение, позволяющие сдерживать размножение вируса, замедлять наступление стадии СПИДа и лечить оппортунистические инфекции, возникающие на фоне иммунодефицита.

Почему чаще говорят о СПИДе, а не о ВИЧ?

Говоря о проблеме ВИЧ/СПИДа, люди часто упускают важную деталь: ВИЧ и СПИД – это разные, пусть и взаимосвязанные явления. Надо понимать, что СПИД – это состояние, вызываемое вирусом иммунодефицита человека. Называя проблему как таковую, правильнее говорить о ВИЧ/СПИДе. И уж совсем неверно говорить о любом ВИЧ-положительном человеке, что он «болен СПИДом».

Почему же многие не видят разницы между ВИЧ и СПИДом? Скорее всего, это вызвано историей развития проблемы. В первые годы, когда врачи только начали заниматься этой темой, они еще не могли выделить вирус. Поэтому все случаи, о которых становилось известно, обнаруживались уже на стадии СПИДа, когда у человека развиваются оппортунистические инфекции со всеми свойственными им симптомами. Причина развития СПИДа стала известна позднее, когда был выделен ВИЧ и ученые узнали о его свойствах, однако слово «СПИД» уже отложилось в сознании людей. Более того, в те годы еще не существовало антиретровирусной терапии, которая позволяла перевести стадию СПИДа в бессимптомную и восстановить состояние здоровья человека, поэтому в обществе понятие СПИД приравнивалось к летальному исходу.

С разработкой антиретровирусной терапии ВИЧ-инфекция стала хроническим заболеванием, с которым люди могут прожить всю свою жизнь. В этом смысле заболевание можно приравнять к сахарному диабету: человек принимает два раза в день по три-четыре таблетки, чтобы сдерживать развитие вируса в крови, а диабетик получает инъекцию инсулина, чтобы контролировать состояние сахара.

Поэтому в контексте текущей ситуации более правильно говорить о ВИЧ-инфекции: ведь все меньше людей достигают стадии СПИДа, но все больше людей в нашей стране становятся ВИЧ-положительными.

Сейчас, когда заболевание и вызывающий его вирус достаточно изучены, когда известны люди, живущие с ВИЧ и 15 и более лет и до сих пор не столкнувшиеся со СПИДом, не разделять эти термины нельзя. Без лечения человек может умереть от различных заболеваний на стадии СПИДа, но жить с ВИЧ в организме, при правильном лечении, он может годами.

Пути передачи ВИЧ.

Половой. ВИЧ передается от ВИЧ-инфицированного человека к здоровому через сексуальные контакты: через сперму, вагинальные выделения и менструальную кровь от зараженного человека здоровому. Любые незащищенные сексуальные отношения (без презерватива), частые и с многочисленными партнерами – увеличивают риск заражения. В этом случае, правильное использование латексного презерватива при сексуальных контактах –

единственный способ защитить себя и своих партнеров от заражения! Другие контрацептивные средства ни в коем случае не защищают ни от инфекций, передающихся половым путем, ни от ВИЧ-инфекции.

Через кровь. Во много раз возрастает риск заражения при попадании инфицированной крови, что и происходит, например, при внутривенном введении наркотических веществ (заразиться можно на всех этапах приготовления и введения раствора: при пользовании общим шприцем и иглой). Вирус также может попасть в организм с инфицированной кровью при пользовании общими бритвенными принадлежностями, иглами при нанесении татуировки, пирсинга.

От матери к ребенку. 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%.

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

Помните!

Ваши знания о ВИЧ - это возможность уберечь от него Вашего ребенка. Обучая его безопасному поведению и объясняя 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, когда и что рассказать Вашему ребенку, как лучше это сделать.

Чтобы уберечь своего ребенка, Вам нужно работать на опережение, прививать ребенку образ жизни, исключающий заражение.

Дети до 7 лет не нуждаются в подробностях и не способны усвоить сложные термины. Объяснения должны быть простыми и доступными. 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.

Если ребенок поранился, он должен знать, что необходимо промыть ранку проточной водой, обязательно сообщить о случившемся родителям (воспитателям в детском саду и т.д.). Объясняйте ребенку, что нельзя трогать колющие и режущие предметы (шприцы, лезвия, иголки и др.), особенно поднимать такие предметы на улице!

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 заразиться ВИЧ нельзя. Врач каждому делает прививку одноразовым шприцем, который после обеззараживают и выбрасывают».

Немаловажный совет психологов!

Родителям, у которых несколько детей, следует говорить с ними по отдельности, даже об одном и том же предмете. Почему? Дети разного возраста находятся на разных стадиях развития, им нужен разный объем информации, они имеют разный словарный запас и их интересуют разные вопросы. Более того, старший ребенок будет доминировать в дискуссии и младший так и не сможет высказаться.

Дети от 7 до 11 лет более способны к усвоению базовых знаний относительно ВИЧ-инфекции. Им можно сказать, что СПИД – это болезнь, возникающая из-за инфекции, которая попала в кровь. Для большей наглядности можно нарисовать схему, объясняющую работу иммунной системы человека, когда организм борется против элементарной простуды, и что происходит, когда организм попадает ВИЧ.

Предложите ребенку поиграть в «волшебный замок», представив, что организм человека – это замок, в котором живут сказочные жильцы – клеточки, поддерживающие порядок и чистоту своего дома. Но, как и всем живым существам, им необходимы отдых, питание и помощники. И у Вас появится возможность проверить знания и навыки ребенка в вопросах личной гигиены и продолжить формирование полезных привычек.

Детские представления о СПИДе часто бывают пугающе неправильными. Важно как можно раньше развеять все заблуждения. Например, восьмилетняя девочка, играя во дворе, разбивает коленку, а другой ребенок говорит ей, что теперь она может заболеть СПИДом. Родители могут объяснить ей: «Нет, ты не заболеешь СПИДом, его вызывает ВИЧ, а ВИЧ не может проникнуть в организм, если просто разбить коленку. Это может произойти только, если кровь человека с ВИЧ попадает в кровь человека без ВИЧ. Понимаешь?».

Не забудьте!

К подобному разговору придется возвращаться в будущем. Одна беседа не сможет сформировать у ребенка четкое представление по такому сложному вопросу. Давайте ребенку информацию точную и подходящую для его возраста.

Восьмилетним детям можно сказать: *«СПИД – это такая болезнь, из-за которой людям становится очень плохо. Она появляется из-за ВИЧ, это такой*

вирус, то есть маленькая клеточка, которую даже нельзя увидеть».

Вопросы, которые может задавать ребенок такого возраста:

Вопрос: «Как люди заражаются ВИЧ?»

Ответ: «Люди могут заразиться ВИЧ при употреблении наркотиков, при близких взаимоотношениях, возникающих между мужчиной и женщиной».

Здесь важно уделить внимание и такой проблеме как наркомания. Детям младшего возраста можно говорить о проблеме примерно так: «Существуют хитрые вещества, которые сначала заставляют людей смеяться, а потом плакать. Чем больше их принимать, тем меньше радости они приносят и больше горя. Человек теряет разум, волю, здоровье, семью, работу и друзей, а потом и жизнь. А сам не понимает этого, потому что видит мир через кривое зеркало, как Кай из сказки про Снежную королеву».

А вот стоит ли обсуждать с детьми такого возраста, что такое «презерватив» или «безопасный секс», решать Вам, но перед таким разговором стоит подумать, а не захочет ли Ваш ребенок на практике проверить полученные знания.

Вопрос: «А дети могут заразиться ВИЧ?»

Ответ: «Очень немногие дети имеют ВИЧ. Большая часть из них получили этот вирус еще до своего рождения, потому что такой же вирус был у их мамы».

Подростков 12-17 лет важно обеспечить доступной всесторонней и точной информации о путях заражения ВИЧ и мерах по его предупреждению, обстоятельствах, повышающих риск заражения. Откровенно поговорите со своим ребенком. Это может быть очень трудный разговор. Но имейте в виду:

- риск инфицироваться ВИЧ для подростка вполне реален;
- Вы не можете постоянно следить за тем, что делает ваш ребенок;
- именно Вы должны убедить вашего ребенка принимать верные решения.

Подросткам необходимо предоставить полные знания о ВИЧ/СПИД, сексе и контрацепции. А также о том, каковы взгляды родителей на эти вопросы. Поэтому поговорите с ними о:

- половой зрелости (развитии груди, менструациях, поллюциях и т.д.);
- о контрацепции, в частности о презервативах, – средствах, помогающих предотвратить ВИЧ-инфекцию и инфекции, передающиеся половым путем (ИППП), а также нежелательную беременность у девочек;
- конкретно о ИППП, включая вирусные гепатиты В и С;
- об опасности алкоголя и наркотиков.

С целью профилактики заражения ВИЧ и другими ИППП родители могут ориентировать подростков на:

- отсроченное начало половой жизни;
- принятие ответственного решения о вступлении в сексуальные контакты;
- соблюдение взаимной верности половых партнеров.
- взаимоуважении и взаимной ответственности за свое здоровье и здоровье партнера;
- использование презерватива при каждом половом контакте;

- отказ от употребления наркотиков.

Начать такой разговор достаточно сложно, поэтому обдумайте, что и как Вы хотите сказать вашему ребенку. Признайтесь, что чувствуете себе неуверенно, скажите что-нибудь вроде: *«Мои родители никогда не говорили со мной об этом. Жаль, что они не делали этого»*. Можете сказать, что есть случаи, когда ВИЧ-инфицированные заразились в подростковом возрасте.

Помните!

Главное условие любого разговора – это честность. Найдите в себе силу честно ответить, что не знаете или не готовы дать ответ на какой-либо вопрос и перенесите ответ на другое время. Если, по каким либо причинам, Вы сами не можете вести такие откровенные беседы со своим ребенком, – всегда можете обратиться к профессионалам (педагогам, психологам).

Что еще необходимо знать современным родителям?

ВИЧ и наркотики.

Различные факторы могут заставить ребенка начать принимать наркотики: влияние друзей, элемент самоутверждения, проявление свободы и независимости, любопытство, заполнение душевной пустоты, снятие стресса, уход от проблем, реклама на телевидении и многое другое.

Причины могут быть разными, но суть одна – мнение вашего ребенка по вопросу наркотиков может успеть сформировать человек, заинтересованный в том, чтобы ваш ребенок стал наркоманом. Ребенок должен знать, как Вы относитесь к наркотикам, что вы не «профан» в этом вопросе и готовы обсудить с ним тему наркотиков. Объясните ребенку, что такое наркотики, какие могут быть физические и психологические проблемы после его употребления.

У детей старшего возраста должна быть информация о возможном заражении ВИЧ-инфекцией, вирусными гепатитами В и С при употреблении наркотиков. Люди, употребляющие наркотики, часто используют общие шприцы, иглы посуду, растворы. На них могут находиться частички зараженной крови!

Подросток по своей природе независим. Сделайте акцент на том, что при употреблении наркотиков человек полностью теряет свою самостоятельность, свободу. Чужой человек полностью навязывает ему свою волю, манипулирует и управляет им. Он для наркоторговца просто объект, на котором можно заработать деньги. В то время, когда другой будет богатеть, он, зависимый и жалкий, будет искать деньги на очередную дозу. Вы знаете своего ребенка, знаете, что для него сейчас является важным – покажите, какие изменения в его мечтах могут произойти, если он станет употреблять наркотики. Подготовьте ребенка к тому, чтобы при первом случае, даже под давлением, он смог сказать наркотикам «нет».

Вопросы пола и секса.

Для многих родителей задача просвещения в половом вопросе своего ребенка представляется щекотливой. Родители всячески уклоняются от этой

темы. Причиной может быть воспитание, полученное самими родителями, непросвещенность в сексуальных вопросах.

Прежде чем говорить с ребенком на эту тему, родителям самим нужно подготовиться. Чтобы избежать неуверенности, смущения, ложного стыда при разговоре с ребенком можно почитать специальную литературу, обсудить эту проблему в кругу таких же родителей, обратиться за помощью к специалистам. Счастье ваших детей в будущем во многом зависит от полового воспитания, полученного в детстве. Дети уже в раннем возрасте проявляют интерес ко всему, что связано с существованием двух разных полов. Они видят, что отличаются друг от друга строением тела. Замечают, что женщины выходят замуж, мужчины женятся, как строение тела женщины отличается от строения тела мужчины. Задумываются, откуда берутся дети. Эти представления они реализуют в играх: дочки-матери, больницу и т.д.

Дети уже с 4-х лет начинают задавать родителям вопросы о рождении детей, откуда они берутся. **В 5-7 лет** их интересует, каким образом дети появляются из живота матери. **В 8 лет** им уже интересно: как дети попадают в живот матери? Часто родители не готовы к таким вопросам. Начинают придумывать про аистов, про капусту или уходят от ответа. Это неправильно. На вопрос ребенка всегда нужно давать достоверный ответ. Просто нужно делать на уровне понимания ребенка.

Дети до 7 лет не в состоянии понять сексуальные отношения взрослых. С ними в доброжелательной манере нужно говорить о здоровье, о личной гигиене, об отношениях между мальчиками и девочками. **С 8 лет** они понимают более сложные вещи. Нельзя уходить от вопроса взаимоотношения полов. **С 11 лет** у них проявляется интерес к противоположному полу, они хотят нравиться, их заботит собственный внешний вид, начинают оказывать знаки внимания, ухаживать. И хотя в этот период редки половые связи, они начинают расспрашивать о формах половых отношений. Это самый удобный момент дополнительно рассказать им о инфекциях, передающихся половым путем. **Подростки 14-18 лет** должны быть информированы о том, как сохранить свое репродуктивное здоровье. Всегда нужно говорить подросткам, что лучший способ защитить себя от нежелательной беременности, от ВИЧ, ИППП, дающий 100% гарантии – воздержание от половых контактов.

Аргументы, которые родители могут предложить своим детям в качестве разумных оснований для воздержания от ранней половой жизни, обычно следующие:

- **Семейные традиции.** Родители считают половую жизнь до брака недопустимой. Настаивают на том, что так требуют приличия и правила их социальной среды. Они строго контролируют свободное время и контакты.

Часто нежелание конфликта с родителями останавливает подростка от проявлений активности в сексуальной сфере. Однако, нередки и открытые конфликты с родителями, упреки в их адрес по поводу излишнего контроля и

обвинение в несвоевременности. Крайние проявления недовольства подростка могут вылиться в бунт и привести к противоположным результатам.

- **Религиозные ценности.** Верования, не допускающие половую связь вне брака, могут повлиять на глубоко верующего подростка и стать препятствием к ранним половым контактам. Эта система аргументов получает все более широкое распространение.

- **Страх перед беременностью.** Один из самых «останавливающих» факторов, как для юношей, так и для девушек. Для девушек убедительным представляется то, что их физическая незрелость, неподготовленность организма к родам, возможный стресс при прерывании беременности, физиологические и психологические последствия родов или аборта могут отложить отпечаток на всю последующую жизнь. Возражения со стороны девочки-подростка, что она будет пользоваться презервативом для защиты от беременности, не могут быть признаны убедительными. Девушки чаще находятся в отношениях с более старшим партнером по возрасту, и именно он, как правило, принимает решение об использовании презерватива, и, во-вторых, юный возраст и обычно пассивная роль женщины в половых отношениях, не позволяют ей настоять на презервативе при нежелании партнера им пользоваться.

Социальные последствия ранней беременности: социальная незрелость, неподготовленность к семейной жизни в материальном, педагогическом, социальном, психологическом плане пугают не только девушку, но и юношу. В среде подростков еще бытует мнение, что на забеременевшей «своей» девушке надо жениться, что в этом возрасте не представляется им желательным. Кроме того, несовершеннолетие девушки ставит юношу в отношения не только психологической, но и юридической зависимости.

- **Страх перед инфекциями, передающимися половым путем.** ВИЧ, вирусные гепатиты В и С, другие ИППП передаются при незащищенных половых контактах. Случайность контактов, неумение настоять на использовании презерватива, несоблюдение гигиенических правил увеличивают риск заражения в раннем возрасте. Этот аргумент – прекрасная возможность «подтолкнуть» своего ребенка к образованию в сексуальной сфере, не запугивая его, а ненавязчиво предлагая знания о безопасном поведении, развенчивая мифы, и, создавая базу для ответственных отношений.

- **Возможность насильственных половых контактов.** При рискованном поведении увеличивается возможность принудительного вступления в половую связь. Огласка сексуально свободного поведения порождает дополнительные притязания со стороны представителей противоположного пола. Девушки часто недооценивают силу этого аргумента, так как родители придают ему чрезмерно этическую окраску с употреблением отрицательных образов.

- **Установка на дружеские отношения и ожидание любви.** Подход к воздержанию как проявлению уважения к личности и настрой на длительные

дружеские отношения в построении отношений с противоположным полом – достойная замена скоропалительным сексуальным отношениям.

Медицинские манипуляции и косметические процедуры.

Еще одну опасность могут представлять медицинские и косметические процедуры. Взрослея, девочки начинают следить за собой, делают маникюр, педикюр. Мальчики начинают бриться. Если при этом происходит нарушение кожных покровов и слизистых оболочек общими и нестерилизованными инструментами, которыми мог перед этим кто-то пользоваться, то существует риск заражения. На таких инструментах общего пользования могут остаться следы крови, содержащей вирус.

В раннем возрасте легко приучить ребенка пользоваться только своими, личными инструментами: зубной щеткой, полотенцем, мочалкой, бритвенным станком, маникюрными ножницами. У ребенка должна быть своя зубная щетка, у подростка своя бритва и маникюрные принадлежности. И он никому не должен их одалживать, так же брать на пользование чужие. Или, например, среди подростков модно делать пирсинг, татуаж, тату. Если вам не удалось переубедить ребенка и он собрался сделать пирсинг (татуаж, тату) – проследите, чтобы он сделал это в специальном салоне, у мастера, соблюдающего санитарно-дезинфекционный режим.

Чем опасны инфекции, передающиеся половым путем?

Инфекции, передающиеся половым путем – это группа заболеваний, которые передаются преимущественно во время полового контакта. Число известных сегодня ИППП превышает 30.

Как передаются ИППП? Все ИППП вызываются болезнетворными микробами (бактериями, вирусами, простейшими, паразитами) и передаются в большинстве своем посредством полового контакта и через кровь (в основном через загрязненные иглы и шприцы). Но сифилис, герпетическая, цитомегаловирусная и папилломавирусная инфекции могут передаваться также посредством тесного контакта («кожа к коже») и через поцелуи.

Беременная женщина может передавать большинство ИППП своему ребенку по время беременности или родов.

Вирусные гепатиты В и С (вирусы, которые поражают печень) имеют те же пути передачи, что и ВИЧ, но гепатит С в 10 раз, а гепатит В в 100 раз более заразен чем ВИЧ! Передача гепатита В возможна так же и контактно-бытовым путем (пользование полотенцами, банными принадлежностями и т.д.).

Каковы симптомы ИППП? Наиболее распространенные симптомы ИППП у мужчин:

- боль и жжение при мочеиспускании;
- белые или желтые выделения из полового органа;
- язвы, пузырьки или бородавки на половом органе, коже промежности или на других частях тела.

Наиболее распространенные симптомы ИППП у женщин:

- необычные выделения из влагалища с запахом или без него;
- зуд и раздражение влагалища;
- язвочки, пузырьки, бородавки во влагалище или вокруг него, а также различные высыпания на коже промежности и на других частях тела;
- болезненность при половом акте или мочеиспускании;
- боль в нижней части живота.

В нередких случаях многие ИППП протекают без всяких симптомов.

Каковы последствия ИППП? Инфекции, передаваемые половым путем, могут вызывать очень серьезные последствия для здоровья. У женщин несвоевременно и неправильно леченные ИППП могут привести к хроническим заболеваниям мочеполовой системы, бесплодию и внематочной беременности, у мужчин – к бесплодию и различным хроническим заболеваниям (например, простатиту).

Инфицирование вирусными гепатитами В и С может привести к серьезным осложнениям, таким как цирроз (изменение строения) и рак (злокачественное новообразование) печени, а в ряде случаев – к смерти.

Излечимы ли ИППП? Большинство наиболее распространенных инфекций, передаваемых половым путем, излечимы. Существуют эффективные средства и методы лечения гонореи, сифилиса, хламидиоза и многих других инфекций. Важную роль здесь играет своевременное обращение за медицинской помощью.

Что Вы должны делать, если заразились ИППП? Если у Вас возникло подозрение, что Вы заражены ИППП, не впадайте в панику, не занимайтесь самолечением, а как можно скорее обратитесь к врачу-дермато-венерологу, гинекологу или урологу. В случае установления диагноза:

- Выполняйте все предписания врача и пройдите полный курс лечения, даже если симптомы исчезли и Вы почувствовали себя лучше. Если же Вы не долечитесь, симптомы могут повториться.
- Исключите половые контакты до тех пор, пока не проведете полный курс лечения. Иначе Вы можете передать ИППП своему партнеру и затем повторно заразиться от него.

- Помогите своему партнеру в лечении: порой очень трудно начать разговор об этом, но, тем не менее, нужно не только сказать ему о необходимости обращения к врачу и лечению, но и привести партнера к врачу.
- Регулярно посещайте врача, чтобы убедиться в окончательном выздоровлении. Если окажется, что Вы выздоровели не до конца, Вам могут назначить дополнительный курс лечения.

Как предупредить заражение ИППП? От большинства ИППП, включая защищает презерватив ПРИ УСЛОВИИ его правильного использования.

Для профилактики гепатита В применяется вакцинация. В медицинских учреждениях можно сделать серию из трех прививок, которые защищают от гепатита В. Против гепатита С вакцины нет!

Надежная защита от ИППП – любовь и верность в браке или одному сексуальному партнеру, забота о своем здоровье и здоровье своего партнера (регулярные осмотры у гинеколога, уролога, дерматовенеролога).

Сегодня мы познакомили Вас лишь с малой частью сведений, необходимых для получения результата – ответственного поведения вашего ребенка. Получение информации – процесс пассивный, важно ее использование в процессе личных взаимодействий. Не оставляйте взятую на себя роль, если Вам покажется, что изменения во взаимодействиях с ребенком несмотря на добросовестное выполнение рекомендованных приемов, незначительны. Давно замечено, что для замены прежних мысленных представлений на новые требуется значительный отрезок времени. Вы можете убедиться в пользе, оценив поведенческие стратегии своих взрослеющих детей.

Получить более подробную информацию по вопросам ВИЧ/СПИДа, инфекций, передающихся половым путем и вирусных гепатитов В и С можно по телефонам:

ГБУЗ ЯНАО «Салехардская окружная клиническая больница» тел. 8(34922) 4-10-

81

ГБУЗ ЯНАО «Губкинская ГБ» тел. 8(34936) 3-44-99

ГБУЗ ЯНАО «Новоуренгойская ЦГБ» тел. 8(34949) 4-42-67

ГБУЗ ЯНАО «Лабытнангская ГБ» тел. 8(34992) 5-05-84

ГБУЗ ЯНАО «Таркосалинская ЦРБ» тел. 8(34997) 2-29-98

ГБУЗ ЯНАО «Муравленковская ГБ» тел. 8(34938) 2-48-01

ГБУЗ ЯНАО «Надымская ЦРБ» тел. 8(34995) 3-27-10

ГБУЗ ЯНАО «Тазовская ЦРБ» тел. 8(34940) 2-13-80

ГБУЗ ЯНАО «Мужевская ЦРБ» тел. 8(34994) 2-16-28

ГБУЗ ЯНАО «Ярсалинская ЦРБ» тел. 8(34996) 3-01-35
ГБУЗ ЯНАО «Красноселькупская ЦРБ» тел. 8(34932) 2-27-13
ГБУЗ ЯНАО «Аксарковская ЦРБ» тел. 8(34993) 2-20-33
ГБУЗ ЯНАО «Ноябрьская ЦГБ» тел. 8(3496)31-54-89

ГБУЗ «Ямало-Ненецкий окружной центр профилактики и борьбы со СПИД»
Интернет-сайт: aids.yamalzdrazh.ru

г. Ноябрьск, ул. Изыскателей, 55, тел. 8 (3496) 42-53-97; 32-74-51; 42-80-45