



Материал издан в рамках федеральной субсидии, направленной на профилактику ВИЧ-инфекции, гепатитов В и С. Министерство здравоохранения Омской области. БУЗОО "Центр профилактики и борьбы со СПИД и инфекционными заболеваниями". ООО

"Омскбланкиздат". Омск, 2022. Тираж 300 экз.

БУЗОО "Центр профилактики и борьбы со СПИД и инфекционными заболеваниями"
ул. 20 лет РККА, 7; ул. 50 лет Профсоюзов, 119/1. тел. 90-40-50, www.aidsomsk.ru



ВИЧ-инфекция

ВИЧ (Вирус Иммунодефицита Человека) – один из самых опасных для человека вирусов. Он поражает иммунную систему, основная задача которой – защищать наш организм от инфекций. Каждый год более 70 000 людей в России заражается ВИЧ.

Попав в организм несколько лет вирус ведет «тихую» жизнь, не «досаждая» человеку. Но все это время он неустанно разрушает иммунную систему, размножаясь за счет ее основных клеток – лимфоцитов.

СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита) – конечная стадия ВИЧ-инфекции. С момента заражения до развития стадии СПИД может пройти от 7 до 15 лет.

В КАКИХ СЛУЧАЯХ ЕСТЬ РИСК ЗАРАЗИТЬСЯ ВИЧ-ИНФЕКЦИЕЙ, А В КАКИХ НЕ СТОИТ БЕСПОКОИТЬСЯ?



Профилактика потребления психоактивных веществ

1. Взрослый человек – не тот, которому все позволено, которого не накажут, потому что он уже взрослый. Взрослый – человек разумный, способный нести ответственность за свой выбор, который не зависит от давления других людей.

2. Выбирая ПАВ, ты поддаешься влиянию сверстников-наркоманов, которые диктуют тебе свою волю, а такой выбор нельзя назвать свободным!

3. Употребляя ПАВ, ты рискуешь заразиться ВИЧ-инфекцией, гепатитом, туберкулезом, инфекциями, передаваемые половым путем.

4. Наркомания напрямую связана с нарушением закона.

5. Употребление ПАВ перечеркивает будущее: поступление в ВУЗ, устройство на престижную высокооплачиваемую работу, возможность иметь семью и здоровых детей.

6. Если много энергии и свободного времени – потратить ее на занятие спортом, творчеством, музыкой.

7. Если ты уже попробовал наркотики и хочешь остановиться – обратиться к специалистам, которые помогут тебе решить проблему, пока не поздно вернуться к здоровому образу жизни.

Мифы и правда о наркотиках

Миф:

Наркотики
помогают
решать
проблемы и
делают жизнь
интереснее

Правда:

Это иллюзия! Наркотики
не решают проблемы,
они сами становятся
очень серьезной
проблемой. Наркотики
не делают жизнь
человека интереснее.
Они сокращают ее и
приводят к смерти!

Правда:

Тогда ответьте на
вопрос: почему тех, кто
принимает наркотики,
называют
"зависимыми"?!

Миф:

Наркотики
делают
человека
свободным

**ВИЧ МОЖЕТ
ПЕРЕДАВАТЬСЯ
ЧЕРЕЗ:**



Нестерильные
медицинские
инструменты



Внутривенное
употребление
наркотиков



От ВИЧ-
инфицированной
матери ребенку
во время
беременности,
родов и грудном
вскармливании



Переливание
зараженной
крови



Незащищенный
половой контакт
(вагинальный,
анальный,
оральный)

**ВИЧ НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ
ЧЕРЕЗ:**



Посуду, белье,
одежду



Кашель,
чихание,
слезу, пот



Общий туалет
или душ



Поцелуй



Воду, еду

Как узнать что у тебя ВИЧ?

Невозможно определить по внешним признакам, что человек инфицирован ВИЧ, поскольку вирус может находиться в организме в течение нескольких лет, не проявляя никаких симптомов заболевания.

Только с помощью анализа крови можно определить, что человек инфицирован. Кровь на ВИЧ можно сдать бесплатно в любой медицинской организации или купить тест в аптеке для проведения самотестирования.

Когда следует сдавать кровь на анализ?

Что такое период «серонегативного окна»?

Поскольку анализ выявляет не сам вирус, а антитела к нему, то обследование необходимо проводить тогда, когда организм вырабатывает их достаточное количество, то есть столько, чтобы тест-система смогла их обнаружить.

Для выработки антител нужно время – в среднем 3-6 месяцев (у некоторых – до 1 года). Период, когда вирус в организме уже есть, а антитела еще не выработаны в достаточном количестве и не обнаруживаются тест-системами, называется периодом «серонегативного окна». Обследование в этот период может показать отрицательный результат даже при наличии вируса в организме.

Мифы и правда о наркотиках

Миф:

Мы живем один раз, все нужно попробовать, в том числе наркотики

Правда:

Да уж, те, кто пробовал, кроме наркотиков в этой жизни точно ничего не увидят!

Миф:

Легкие наркотики, такие как травка, принимать можно – это безопасно

Правда:

Любой наркотик – это ЯД! А как может быть яд безопасен для организма?!

Мифы и правда о наркотиках

Миф:

От одного раза
никакого
вреда не будет
и ты не
привыкнешь

Правда:

Даже разовое
употребление наркотика
причинит организму
сильный вред! К любым
наркотикам можно
привыкнуть уже после
первой пробы!

Правда:

Так думали все
наркоманы, когда в
первый раз пробовали
наркотики. Уже после
первой пробы человек
становится
зависимым!

Миф:

От
употребления
наркотиков
всегда можно
отказаться

Существует ли лекарство от ВИЧ?

Существуют лекарственные противовирусные препараты, которые подавляют размножение вируса, не дают болезни прогрессировать и не допускают перехода ВИЧ-инфекции в стадию СПИДа. Препараты назначает врач-инфекционист после проведения исследований и постановки на диспансерное наблюдение. Лечение ВИЧ-инфекции проводится бесплатно. Вылечить ВИЧ полностью до сих пор нельзя.



Защититься от ВИЧ можно, если:

- вести здоровой образ жизни (ежедневная физическая активность, рациональное питание, закаливание организма, полноценный отдых, профилактика вредных привычек и стрессовых состояний);
- не употреблять наркотики и алкоголь;
- отказаться от незащищенных сексуальных контактов, использовать презерватив;
- тату и пирсинг делать в специализированных салонах, предварительно убедившись, в стерильности инструментов.

ИППП-инфекции, передаваемые половым путем

Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП) – это заболевания, передающиеся преимущественно во время полового акта от одного инфицированного партнера другому. В настоящее время известно более 40 ИППП.

Наиболее часто встречающиеся из них: сифилис, гонорея, трихомониаз, хламидиоз, микоплазмоз, кандидоз, папилломавирусная инфекция, генитальный герпес, гепатиты В и С, ВИЧ-инфекция и др.

Инфекции, передаваемые половым путем:

-могут вызвать бесплодие, серьезное повреждение внутренних органов

-могут быть переданы партнеру и ребенку при беременности и в родах

Первые симптомы после незащищенного полового акта проявляются:

ВИЧ-инфекция

Спустя месяцы или даже годы

Сифилис

1-12 недель, поражает кожу и внутренние органы, невынашивание беременности



Психоактивные вещества

Под психоактивным веществом (ПАВ) понимается любое химическое вещество, способное при однократном приеме изменять настроение, физическое состояние, самоощущение и восприятие окружающего, поведение. К психоактивным веществам относятся наркотики, алкоголь, никотин (в виде табачных изделий или продуктов для вэйпинга), кофеин и др.



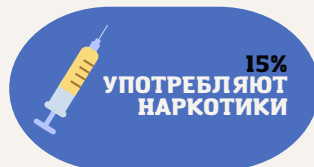
Причины употребления ПАВ:

- 64% влияние друзей
- 48% стремление стать "своим" в компании



Причины употребления ПАВ:

- 52% стремление избавиться от неприятных переживаний, мыслей
- 46% влияние компании



Причины употребления ПАВ:

- 60% стремление к удовольствию
- 60% влияние компании

Основными методами профилактики ИППП являются:

1. Не вступать в сексуальные контакты - это лучший способ избежать ИППП.
2. Избегать случайных половых связей. Чем меньше сексуальных партнеров, тем меньше риск заболевания.
3. Не стесняться узнать больше о своем возможном партнере, поговорить о его прошлых сексуальных контактах и об использовании им наркотиков внутривенно. И не вступать в половую связь с тем, кто не внушает доверия.
4. До вступления в половой контакт обращать внимание на наличие каких-либо признаков ИППП у партнера (язвочки, сыпь, покраснение, выделения) и не вступать в половую связь, если будет замечено что-то, вызывающее подозрение.
5. Соблюдать нормы личной гигиены, так как при их грубом нарушении некоторыми ИППП можно заразиться и в быту. Возбудители болезней, передаваемых половым путем, проникают через микроскопические повреждения кожи и слизистых оболочек половых органов, ротовой полости, прямой кишки.
6. Обязательно пользоваться презервативами при любом сексуальном контакте (вагинальном, анальном, оральном).

Гепатиты В и С

1-9 месяцев, причина цирроза, рака печени

Гонорея

2-21 день или бессимптомно, поражает кожу, суставы

Трихомониаз

5-28 дней или бессимптомно, вызывает преждевременные роды

Хламидиоз

2-7 дней или бессимптомно, поражает суставы, является причиной бесплодия

Папилломавирусная инфекция

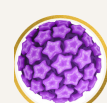
Недели и месяцы или бессимптомно, причина рака шейки матки

Генитальный герпес

1-30 дней или бессимптомно, неизлечим, но контролируется медикаментозно

Гарднереллез, микоплазмоз, уреаплазмоз

Чаще бессимптомно, являются условно-патогенными возбудителями



Стоит провериться на инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), если ты думаешь что:

У меня только один половой партнер, зачем проверяться?

У меня нет никаких симптомов, значит я не заражен



Я использую спермицидные средства и они также эффективны против ИППП

Я мочусь и спринцуюсь после каждого полового акта

Мой партнер обследован потому что работает в детских или медицинских учреждениях?

Я не заражен, ведь у меня был только прерванный половой акт



Я не могу получить ИППП при оральном и анальном сексе

Мой врач увидел бы признаки ИППП при профилактическом осмотре или диспансеризации без анализов

Когда провериться на ИППП?

- Имела место любая форма незащищенного полового акта
- Создание пары с новым партнером, даже если до этого вы предохранялись и проводили профилактику
- Планирование беременности

Как узнать ИППП?

- Многие протекают бессимптомно
- Зуд и жжение, иногда боли в интимной зоне
- Покраснение, прыщики, язвы в области половых органов и заднего прохода
- Выделения из половых органов, запах
- Частое, болезненное мочеиспускание
- Увеличение лимфатических узлов в паховой области
- Дискомфорт во время полового акта

Как проверить?

- Пойти к врачу вместе с партнером. ИППП можно выявить с помощью одного или нескольких методов
- Анализ крови (иммуноферментный анализ)
- Бактериологические исследования (посев)
- ДНК-анализы (ПЦР)
- Микроскопические исследования (мазок на ИППП)

Как уберечь себя и партнера от ИППП?

- Самое безопасное, если у тебя будет только один партнер (который не инфицирован и не имеет других половых партнеров)
- Одним из наиболее доступных и эффективных методов защиты от заражения половыми инфекциями во время вагинального, орального и анального секса является использование презервативов