

ВИЧ НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ:



при рукопожатии



при поцелуе



при пользовании общим туалетом



через посуду



через слезы, слюну,
при чихании и кашле



через укусы насекомых



через укусы животных



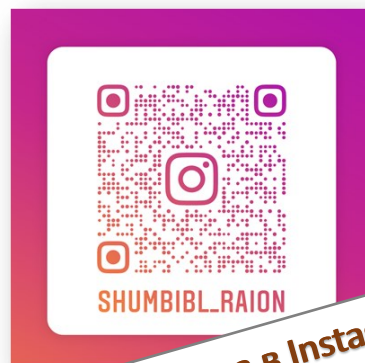
при совместном купании



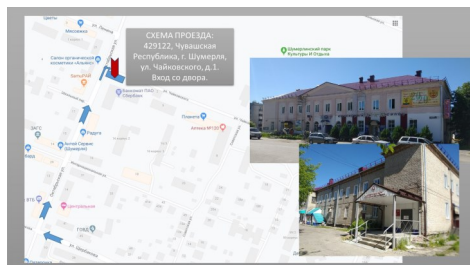
в общественном транспорте



через белье и полотенца



Библиотека в Instagram



МБУ «Централизованная система библиотечного и архивного дела Шумерлинского района»
ул. Чайковского, д. 1
Телефон: +7(83536)2-66-30
Эл. почта: shumrazbs@mail.ru
Адрес сайта:
http://gov.cap.ru/Default.aspx?gov_id=891
Мы в социальных сетях:
<https://ok.ru/profile/566829377499>
<https://vk.com/public196215180>
https://instagram.com/shumbibl_raion?utm_medium=copy_link



Библиотека в
ВКОНТАКТЕ



Официальный
сайт
библиотеки



Библиотека в
ОДНОКЛАССН
ИКАХ

МБУ "ЦЕНТРАЛИЗОВАННАЯ СИСТЕМА
БИБЛИОТЕЧНОГО И АРХИВНОГО
ДЕЛА ШУМЕРЛИНСКОГО РАЙОНА"



Жизнь рядом с ВИЧ -положительным человеком

Информационный буклет



Шумерлинский район, 2021

Люди, инфицированные ВИЧ, ничем не отличаются от здоровых - они также заводят друзей, женятся, рожают детей. Несомненно, в такой ситуации создание семьи требует намного больше усилий, особенно если инфицирован только один партнер.

Как жить с человеком, у которого ВИЧ?

Узнав о том, что близкий человек заражен вирусом иммунодефицита человека, невольно возникает чувство страха и дискомфорта. Однако, не следует пугаться! На сегодняшний день специфическая терапия позволяет сдерживать инфекционный процесс, даря больным с ВИЧ-инфекцией долгую и полноценную жизнь. И не последнее значение в данном случае имеет поддержка близких и родных.

Помните, вирус ПЕРЕДАЁТСЯ контактным путем от ВИЧ-инфицированного:

- ◆ во время полового акта;
- ◆ от матери к ребенку во время родов;
- ◆ при кормлении грудью;
- ◆ при попадании крови инфицированного в организм здорового человека.

Отсюда становится ясно, что ВИЧ-инфекция не передается при бытовом общении. Следует только внимательно относиться к вышеперечисленным событиям и предпринимать особые меры профилактики: всегда пользоваться средствами барьерной защиты (презервативами), быть аккуратным в обращении с предметами, загрязненными кровью (бритвами, зубными щетками). ВИЧ-положительной матери показан отказ от грудного вскармливания. Кроме того, следует регулярно проходить медицинский осмотр и сдавать все необходимые анализы, следить за тем, чтобы близкий человек, больной ВИЧ-инфекцией, регулярно проходил курсы специфической терапии.

При этом не стоит постоянно акцентировать внимание больного на своем диагнозе – это может сказаться на психологическом состоянии человека. Не стоит также делать акцент на альтернативных вариантах лечения – в настоящее время развитие ВИЧ-инфекции успешно контролируется антиретровирусной терапией, что является самой эффективной помощью из возможной.

Если все же произошло загрязнение кровью или биологическими жидкостями больного предметов быта, помните:

1. Хотя вирус слабоустойчив во внешней среде, он

может оставаться жизнеспособным до 2 недель в крови, сперме и вагинальных выделениях. Поэтому не выбрасывайте загрязненный необеззараженный предмет в мусор или куда-либо еще.

2. Наденьте резиновые перчатки (лучше всего одноразовые). Соберите биологическую жидкость салфеткой. После этого ее следует замочить в 70% этиловом спирте или 6% перекиси водорода в течении, по крайней мере, 5 минут. Нагревание до 70-80 С инактивирует вирус в течении 10 минут.

3. Место загрязнения протереть влажной одноразовой салфеткой, смоченной в том же растворе.

4. Резиновые перчатки и салфетки следует также обеззаразить, после чего их можно утилизировать.

5. После этого руки следует тщательно вымыть с мылом.

До сих пор среди обычных людей сильны предрассудки, связанные с ВИЧ и СПИДом. Как ВИЧ-положительному человеку не оказаться в одиночестве?

Запомните: вы можете быть одиноким, изолированным от общества и больным человеком ровно настолько, насколько захотите сами.

Люди, которые должны знать о вашем ВИЧ-положительном статусе: ваш лечащий врач, ваши прошлые, настоящие и будущие половые партнеры. Те, кто знает о вашем диагнозе, обязаны сохранять его в тайне. Кому рассказать о вашем ВИЧ-статусе еще, вы решаете только сами. Вы не обязаны ставить в известность вашего работодателя, учебное заведение, соседей и даже родственников, которым вы не доверяете. А значит, не обязаны испытывать на себе их негативное отношение.

Ваш ВИЧ-положительный статус накладывает на вас некоторые ограничения, но не лишает активной жизни. Пить таблетки по строгому графику приходится людям со многими хроническими заболеваниями. А использование презерватива – это уважение к любимому человеку и защита от болезней, не менее опасных, чем ВИЧ.

Вы не беспомощны перед своим заболеванием – вы можете его контролировать, и оно – всего лишь часть вашей жизни. Вы не зависите от окружающих и не нуждаетесь в том, чтобы они решали ваши проблемы. Ваша жизнь только в ваших руках и вы можете строить ее совершенно самостоятельно.

Невозможно жить полноценной жизнью, если вы не

уважаете самого себя. И это всегда становится заметно окружающим, которые начинают относиться к вам точно так же. Остановите поток негативных мыслей и подумайте о том, что останется, если вычтеть ваш ВИЧ-статус? Вы обычный человек, который может добиться – и обязательно добьется в жизни многого, если сам того захочет.

ВИЧ-инфекция – это один из многочисленных поводов отказаться от употребления наркотиков, курения и спиртного. И это не только поможет вашему организму эффективнее бороться с ВИЧ, но и станет законным поводом для самоуважения.

Не пытайтесь разделить мир на две части – люди, живущие с ВИЧ, и все остальные. Не думайте, что все люди будут относиться к вам теперь по-другому. Ваш позитивный ВИЧ-статус не делает вас лучше или хуже. Вы остались тем же самым человеком, которым были до того, как сдали анализ. И среди «остальных» есть люди, которым вы близки и дороги, вне зависимости от вашего ВИЧ-статуса.

Если вы все-таки столкнулись с непониманием и страхом перед вашим ВИЧ-положительным статусом, подумайте: люди не виноваты в том, что у них сложились определенные стереотипы по поводу ВИЧ или СПИДа. Будьте уверены в себе. Всегда будьте готовы противопоставить чужим стереотипам объективную информацию о ВИЧ.

Не стесняйтесь обратиться за поддержкой туда, где вас точно не будут бояться или унижать – к специалистам Центра инфекционных заболеваний, а также в группы взаимопомощи, которые объединяют людей, решающих те же проблемы, что и вы. Они обязательно поделятся с вами своими способами чувствовать себя в обществе более комфортно.

