

ЛЕКЦИИ по профилактике ВИЧ/СПИДа

два 45-минутных урока содержат:

- факты о ВИЧ/СПИДе, путях передачи вируса, основная статистика;
- цветные дидактические плакаты и фотографии;
- истории из жизни известных людей;
- профилактические игры и тренинги;
- взаимосвязь рискованного поведения и возможности заражения.

Лекции основаны на нравственных ценностях, мотивируют к здоровому образу жизни и рассматривают сексуальные отношения с точки зрения здоровья и будущего.



АСЕТ

Aids - СПИД
Care - Забота
Education - Образование
Training - Подготовка

Автономная
Некоммерческая
Просветительская
Организация «АСЕТ»

(АНПО «АСЕТ»)

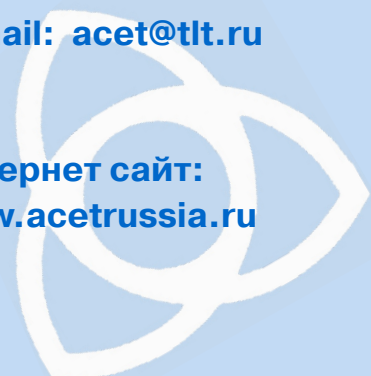
Почтовый адрес:

Россия, 445035
г.Тольятти, а/я 1324

Тел./факс:
(8482) 777557

E-mail: acet@tlt.ru

Интернет сайт:
www.acetrussia.ru



Методика проведения лекций

Когда вы соберетесь читать лекции в школе, очень важно хорошо подготовиться. Рекомендуется до того, как пойти в школу, прочитать текст лекций несколько раз и выучить необходимую информацию наизусть. Составьте по пунктам содержание своего выступления и запишите все заметки на бумагу. Во время лекций вы можете пользоваться листком «ВИЧ – это твой выбор». На этот листок можно записать в пунктах важную информацию, например статистические данные, чтобы во время лекции не искать их в других материалах.

Ради тренировки полезно в первый раз провести лекции группе знакомой молодежи. Попросите их сказать свое мнение о выступлении и указать на недостатки, которые, возможно, вы сами не замечаете. Тогда в школе вам будет намного легче, и вы будете чувствовать себя уверенно. Сначала может показаться, что читать эти лекции сложно и что вам не хватает смелости. Не падайте духом, это нормальная реакция большинства новых лекторов. Никто не становится профессионалом после первой лекции!

Сходите в школу, чтобы предложить заведующему по воспитательной работе или директору провести лекции по профилактике СПИДа. Вы можете дать им для ознакомления прочитать текст лекций, чтобы они могли принять решение о том, необходимы ли они школе. Если они предоставляют возможность провести лекции, то самое идеальное - прочитать две лекции одну за другой, для этого вам потребуется выделить два урока в одном классе. Если лекции читать в классе не последовательно, а, например, через неделю, то эффект не будет таким сильным. Спустя время ученики уже не будут под впечатлением первой лекции, которая располагает их к принятию решения ответственного и здорового образа жизни, о котором говорится во второй лекции.

Во время лекций можно играть в разные

профилактические игры и проводить интерактивные мозговые штурмы и дискуссии.

Материал лекций был подготовлен психологами и педагогами так, чтобы они были доступны и понятны современной молодежи. Данные профилактические лекции настолько универсальны, что их можно читать не только в школах, но и в детских интернатах, клубах, лагерях, в детских домах, университетах, реабилитационных центрах для наркозависимых и даже в местах заключения. Самый подходящий возраст для прослушивания лекций - 14-21 год. В школах они предназначены прежде всего для учащихся 8-11 классов. Лекции были согласованы и одобрены врачами разных СПИД-центров России, как, например, Челябинского, Калужского и Екатеринбургского СПИД-центров.

Данные лекции по профилактике не содержат всю медицинскую информацию о ВИЧ/СПИДе, они дают только основное представление об этой проблеме, что достаточно знать ученикам в школе. Лектору для качественной профилактической работы следует знать информации гораздо больше, чем в лекциях.


В помощь лекторам организация «АСЕТ» издала пакет дидактических плакатов, которые можно показывать во время лекций, а также две книги.

Нашей организацией было издано руководство по вопросам ВИЧ/СПИДа «Знать, чтобы жить», которое рекомендуем прочитать всем лекторам. В нем находится более подробная информация о проблематике ВИЧ/СПИДа.

Мы также издали две профилактические книги для молодежи: «Алгоритм Любви», авторы Михаил и Надежда Телеповы, кандидаты психологических наук, и «Секс – вишенка на торте», автор Томаш Рехак, опытный тренер профилактики из Чехии. Для школ мы разработали комплект профилактических плакатов.


Объяснение к условным обозначениям


? Знаком вопроса и крупным шрифтом выделены вопросы, которые лектор задает ученикам в классе во время лекции. За вопросом следует правильный ответ.

 Такой символ обозначает, что данную информацию можно писать на доске.

• Данные пункты имеются в рабочем листе, которым можно пользоваться во время проведения лекции.

(Плакат №) - в данной части лекции можно показать плакат или слайд на проекторе.

 Курсивом напечатаны истории или примеры из жизни людей, которые можно заменить какими-то другими примерами, которые лекторы знают из своего опыта.

 **Игра.** Смайликом и пунктирной рамкой обозначены игры и другие интерактивные занятия.

Серым фоном выделены информационные блоки.



Редактор: Слански Марек
Верстка: Сланска Е.Н.

Корректор: Ильина Ю.Н.
Тираж: 999 экз.

© Автономная Некоммерческая Просветительская Организация «АСЕТ», 2010 г.



Первая лекция по профилактике СПИДа:

? Кто из вас знает, когда мир впервые узнал о ВИЧ и СПИДе?

В 1981 году врачи в Нью-Йорке и Лос-Анджелесе зарегистрировали редкие иммунные нарушения у ряда пациентов мужчин-геев (гомосексуалистов). Тогда это заболевание назвали СПИДом - синдромом приобретенного иммунодефицита (СПИД), и врачи начали поиск возбудителя данного заболевания.

Уже два года спустя, в 1983 г., почти одновременно французским вирусологом Люк Монтанье в Париже и американским ученым Роберт Галло из организма больного был выделен новый, ранее неизвестный вирус ВИЧ - возбудитель СПИДа.

? Откуда взялся вирус ВИЧ?

До сегодняшнего дня нет единой точки зрения на происхождение ВИЧ. Следы ВИЧ идут от 1950-х г.г. Именно к этому периоду относится обнаружение антител на ВИЧ в сыворотках жителей Африки. Большинство исследователей считает, что ВИЧ в его современном виде появился на планете не более 50 лет назад. А распространиться ему помогла «сексуальная революция», которая охватила страны Запада в конце 60-х, начале 70-х годов. Но некоторые ученые считают, что более легкая форма ВИЧ бытовала среди людей уже на протяжении сотен или тысяч лет и что сегодняшнюю пандемию вызвала недавняя мутация вируса.

? Знаете ли вы, какие части мира наиболее поражены эпидемией

СПИДа? Африка к югу от Сахары остается наиболее затронутым регионом и там проживает две трети всех ВИЧ-положительных людей планеты. Сегодня на африканском континенте более 22 миллионов взрослых и 2 миллиона детей живут с ВИЧ-инфекцией. В результате эпидемии более 14 миллионов детей в Африке стали сиротами. В наиболее пораженных странах Ботсвана и Свазиленд около 25% населения заражено ВИЧ. Самое большое количество ВИЧ-положительных людей живет в ЮАР - около 6 миллионов человек. В Африке эта проблема связана не только со здоровьем населения, но она сказывается на социальной и экономической сферах. В наиболее сильно затронутых странах ВИЧ уменьшил среднюю продолжительность жизни более чем на двадцать лет, и в некоторых регионах она достигает всего лишь около 40 лет.

Но эпидемия ВИЧ-инфекции быстро распространяется также в странах **СНГ**. Наиболее пораженными странами СНГ являются Украина и Россия, в которых продолжается быстрый рост количества новых ВИЧ-положительных людей.


- **Украина** - официально зарегистрировано более 160 тысяч ВИЧ-положительных (ноябрь 2009г.), но реальное их количество может быть полмиллиона. На Украине самый высокий показатель распространенности ВИЧ среди взрослого населения в Европе, и он составил 1,6% уже в 2007 году (это почти каждый 60-й житель страны).

- **Россия** – отмечается самая большая эпидемия среди стран Европы, потому что в России зарегистрировано самое больше количество ВИЧ-положительных людей. Это уже более **540 000** человек (январь 2010г.). Эксперты полагают, что истинная цифра в 2-3 раз больше, и поэтому реальное количество россиян, живущих с ВИЧ, может быть 800 тысяч - 1,5 миллиона.


Поэтому профилактика ВИЧ-инфекции очень нужна, и нам всем необходимо знать информацию об этой болезни, чтобы избежать заражения.

? 1. Что значит СПИД?

 **С - СИНДРОМ** - это сочетание разных признаков и симптомов, отличающих отдельные заболевания.

 **П - ПРИОБРЕТЕННОГО** - т.е. не врожденный, а полученный в течение жизни (хотя в случае передачи ВИЧ-инфекции от ВИЧ-инфицированной матери ее ребенку во время беременности иммунодефицит является врожденным, но это исключительные случаи). Эта болезнь не передается генетически.


 **И - ИММУНО-**

 **Д - ДЕФИЦИТА** - состояние организма, когда иммунная система разрушена настолько, что не в состоянии бороться с любыми, даже самыми безобидными заболеваниями.

? Что значит ВИЧ?

 **В - ВИРУС**

 **И - ИММУНОДЕФИЦИТА**

 **Ч - ЧЕЛОВЕКА** - этот вирус опасен только для человека, у некоторых животных есть похожие вирусы, поражающие их иммунную систему, но они не могут заразить человека, и он не может передать вирус ВИЧ животным.


? 2. Через какие жидкости человеческого организма можно заразиться?

- **кровь** - содержит самое большое количество вируса и является опасным средством переноса вируса;
- **жидкости, выделяемые половыми органами** как мужчины (сперма), так и женщины (вагинальный секрет);
- **материнское молоко** - третье из самых опасных средств заражения. 10-30% грудных детей заражаются от своих ВИЧ-положительных матерей через грудное кормление. Поэтому ВИЧ-положительным матерям не рекомендуется кормить детей своим молоком, а искусственным, чтобы избежать риска заражения их детей.

Хотя ВИЧ обнаруживается почти во всех биологических жидкостях зараженного человека (кровь, моча, слезная и потовая жидкости, половые жидкости и выделения, слюна, материнское молоко и другие), опасность в отношении передачи вируса представляют только некоторые из них, т.к. заражение происходит лишь тогда, когда вирус содержится в достаточно большой концентрации. Поэтому нужно запомнить те жидкости организма, содержащие вирус в концентрации, достаточной для заражения (перечислены с учетом уровня концентрации вируса – от высокого к низкому):

- **кровь**
- **сперма**
- **вагинальный секрет (жидкость в женских половых органах)**
- **материнское молоко**

? Как вы думаете, сколько миллионов людей живет во всем мире, о которых мы знаем, что у них вирус ВИЧ?

 **Около 33 миллионов человек** - это примерно каждый 200-й человек в мире. С момента начала эпидемии ВИЧ передался по всему миру почти 60 миллионам человек. 25 миллионов человек уже умерло от заболеваний, связанных с ВИЧ. Ежегодно по всему миру от них умирает около 2 миллионов человек.



□ (Плакат №1) Сейчас посмотрим на плакат, который иллюстрирует проблему эпидемии СПИДа. Двое мужчин плывут в лодке и недалеко от себя видят несколько ветвей над водой. Один мужчина говорит другому: «**Не бойся, это только несколько ветвей**». Но он не видит опасный ствол под водой, только небольшие ветки над водой.

? Что случится, если они поплывут дальше? Они могут перевернуться и утонуть. Данная иллюстрация хорошо объясняет проблему эпидемии

СПИДа. Ветви над водой - это официально зарегистрированные ВИЧ-положительные люди, их более 540 тысяч в России. Ствол под водой - это люди, которые тоже ВИЧ-положительные, но они об этом еще не знают, потому что не сдавали анализы крови. По оценкам специалистов, реальное количество ВИЧ-положительных людей в России в 2-3 раза больше, чем официально зарегистрированных. По оценкам ЮНЕЙДС в России может проживать около 1-1,5 миллиона ВИЧ-положительных человек, тогда это уже каждый 100-й житель. Скрытая опасность гораздо серьезнее, чем та, которую мы видим!!!

Информационный блок о статистике эпидемии ВИЧ-инфекции в России:

(Ученикам не обязательно рассказывать все цифры и данные, достаточно рассказать самые важные. Обновленные статистические данные можно узнать на сайте Федерального научно-методического Центра по профилактике и борьбе со СПИДом: www.hivrussia.ru и на сайте Объединенной программы ООН по ВИЧ/СПИДу: www.unaids.ru).

По данным Федерального научно-методического центра по профилактике и борьбе со СПИДом к 31.10.2009г. в России было выявлено **516 167 ВИЧ-положительных**, из них 4 474 ребенка. За время эпидемии умерли официально 40236 человек из числа зарегистрированных.

Ежедневно в России регистрируется **140-150 новых случаев ВИЧ-инфекции**. Если в 2007 году было официально зарегистрировано 49 тысяч новых случаев, то в 2008 – уже 55 тысяч и в 2009 году было зарегистрировано примерно 60 тысяч новых случаев. По итогам 2008 г. пораженность населения России ВИЧ-инфекцией выросла на 14% по сравнению с аналогичным показателем 2007 года. В России ВИЧ-инфекция чаще поражает молодых людей. У 73% россиян впервые ВИЧ-инфекция была выявлена в возрасте до 30 лет (для сравнения, в Западной Европе в эту возрастную группу попадает 30% людей, живущих с ВИЧ).

- Главным фактором риска заражения ВИЧ-инфекцией в России, начиная с 1996 года, стало внутривенное введение наркотиков. В 2001г. 93% были инфицированы при употреблении наркотиков, в пересчете от числа лиц с известными факторами риска заражения. В 2008 г. этот фактор риска имели 62,7%.

- Главной проблемой эпидемии является то, что продолжается активизация распространения ВИЧ половым путём, который в 2008 году обусловил 35% от новых случаев передачи вируса по сравнению с 6% в 2001г. Во многих областях России половой путь передачи является уже основным. В связи с этим наблюдается выравнивание в процентном отношении числа случаев ВИЧ среди женщин и мужчин. Эпидемия ВИЧ-инфекции в России достигла масштабов национальной угрозы.

- На третьем месте по количеству зарегистрированных случаев находится путь передачи инфекции от матери к ребенку при беременности и родах. Число зарегистрированных беременных женщин, живущих с ВИЧ, за последние шесть лет выросло в несколько раз. Общее число детей, рожденных от ВИЧ-положительных матерей, превысило 30 тысяч. К счастью, благодаря антиретровирусной терапии, которую получают ВИЧ-положительные женщины во время беременности, большинство этих детей рождаются здоровыми.

□ (Плакат №3) Этот плакат называется «**ВИЧ на дискотеке**». Один человек на этой дискотеке заражен ВИЧ.

? **Как вы думаете, кто из них заражён?** (ученики показывают на разных людей, но никто из них не заражён). Правильный ответ: **Этого нельзя узнать**. Этот рисунок говорит о том, что вирус ВИЧ скрывается в людях, которые выглядят здоровыми, как и вы. Вы можете танцевать с этим парнем или девушкой на дискотеке. Он очень красивый, у него спортивная фигура, он выглядит совершенно здоровым, но на самом деле он может быть заражён вирусом ВИЧ. **Вы не узнаете об этом по его виду!**

? **3. «СПИДом можно заразиться при...».** Что ошибочного в этом выражении? Человек заражается сначала вирусом ВИЧ, а спустя несколько лет бессимптомного периода у него ослабляется иммунная система и наступает стадия болезни - СПИД. Поэтому СПИДом невозможно заразиться, только ВИЧ-инфекцией.

□ (Плакат №2 А - баскетболист «Мэджик» Эрвин Джонсон («Magic» Erwin Johnson))

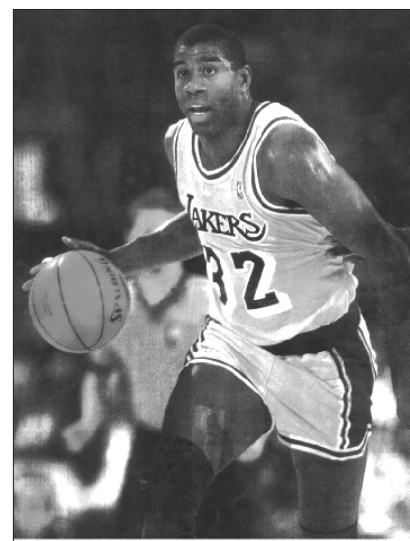
? **Вы слышали об известном баскетболисте «Мэджик» Эрвине Джонсоне?** Эрвин «Мэджик» Джонсон — один из самых известных игроков в истории НБА (Национальной баскетбольной лиги) США. Он играл за клуб «Лос-Анджелес Лейкерс» в восьмидесятых и девяностых годах и победил пять раз в кубке НБА, также был чемпионом олимпийских игр. В 1991 году он публично заявил, что болен ВИЧ-инфекцией.

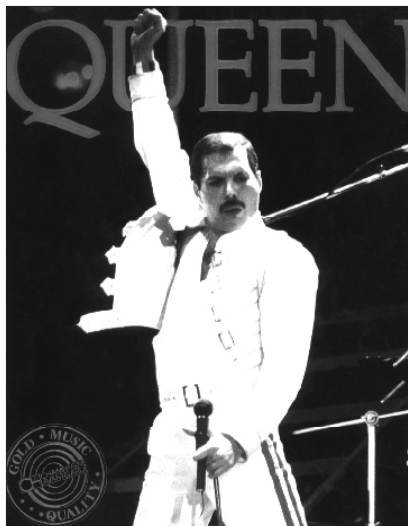
32-летний спортсмен сказал в тот день в своем телевизионном выступлении, которое видела вся Америка: «Несмотря на это, я ощущаю себя совершенно здоровым человеком... Но, тем не менее, по настоянию врачей я уйду из спорта... Все произошедшее – это моя личная и профессиональная трагедия.

Мое положение усугубляется тем, что несколько месяцев назад я женился... Мы ждем ребенка... И все наши мысли – только о будущем ребенке, о его здоровье. Я хотел бы, чтобы моя жизнь стала поучительным примером для других. Я допускал случайные половые связи. И думаю, что моя неразборчивость и стала причиной болезни. К сожалению, я осознал свои ошибки слишком поздно. И теперь буду расплачиваться за все, что сделал...».

*Сегодня Джонсон вспоминает: «Самым худшим моментом в моей жизни была дорога из больницы домой, чтобы сказать моей жене, что я ВИЧ-положительный. Незнание того, что она сделает: останется со мной или нет, было невыносимым. Я сказал ей, что пойму, если она уйдет. Когда она сказала, что мы преодолеем это вместе, я почувствовал облегчение». Жена его простила, но «Мэджик» Джонсон жил несколько месяцев в страхе, что его жена и ребёнок будут тоже заражены. Почему несколько месяцев? **В тесте на ВИЧ устанавливается не присутствие самого вируса ВИЧ в крови, а уровень антител к нему.** Эти антитела вырабатываются по-разному, у большинства людей в срок от трёх до шести месяцев после момента заражения. Этот период называется «периодом окна», когда человек уже заражен ВИЧ, но анализ крови это может пока не выявить. К счастью, жена Джонсона не была заражена, но у них возникла проблема: они любили друг друга и хотели дальше жить как супруги. Врачи могли им только посоветовать: **«Всегда используйте презерватив!».***

Мэджик Джонсон до сих пор жив, он живет с ВИЧ уже более 19 лет благодаря лечению антиретровирусной терапией. Он поменял свой образ жизни: перестал вести беспорядочную половую жизнь, стал верным своей жене и начал ответственно заботиться о своем здоровье. Ему сегодня более 50 лет, он удачливый бизнесмен, ведущий здоровую, активную жизнь.





□ (Плакат №2 Б - **Фредди Меркьюри (Freddy Mercury)**)

? Вы знаете этого человека на фотографии?

Это Фредди Меркьюри, бывший солист группы «Квин» («Queen»). Пять лет Фредди Меркьюри жил с мыслью, что у него ВИЧ, и скрывал эту страшную тайну не только перед всем миром, но и перед родителями. Он собирал многотысячные стадионы фанатов и поклонников, которые восхищались его внешностью, сценическим образом и костюмами, но никто не знал, что во время последних концертов плотный слой грима скрывал признаки его болезни, а накладки под костюмом скрывали его худобу. Только за день до смерти весь мир узнал, что у него СПИД. 24 ноября 1991 года лидер Queen скончался.

? Кто-нибудь знает, от чего он умер? (ученики обычно отвечают: от СПИДа).

Нет, он умер от воспаления лёгких. Он болел СПИДом, но от СПИДа человек не умирает. СПИД является последней стадией заболевания ВИЧ-инфекции, когда у человека очень ослабленная иммунная система. При таком ослабленном иммунитете организм могут легко атаковать так называемые оппортунистические заболевания, как, например, пневмония или туберкулез, которые могут привести к смерти. Фредди Меркьюри был очень популярен и богат, он оплатил себе хорошую медицинскую помощь, но это ему не помогло, его деньги не могли спасти его жизнь. Перед своей смертью он весил меньше 50 килограммов и не был способен о себе позаботиться. Он с трудом дышал и уже никого не узнавал. Он был совершенно беспомощен, и ему постоянно была нужна забота других. Фредди Меркьюри умер в рассвете сил в возрасте 45 лет из-за того образа жизни, который привел к его заражению. Общеизвестно, что он имел много половых связей с разными женщинами и мужчинами. Вирусу ВИЧ все равно, какое положение человек имеет в обществе. Он может передаться любому человеку, если тот ведет рискованный и беспорядочный образ жизни.



□ (Плакат №4 - **Иммунная система организма**)

Сейчас мы посмотрим на плакат, который показывает, как в человеческом организме действует вирус ВИЧ. (Нужно выбрать любое имя, например Лена)

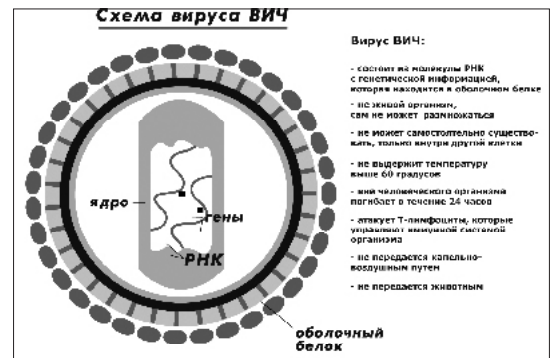
Представьте, что **первая фигурка - это улыбающаяся Лена. Белая фигурка** – это не её парень, а её личная охрана, или её **белые кровяные тельца, Т-лимфоциты** (их также называют CD4-клетки, или т-хелперы). Эти белые кровяные тельца живут в крови каждого из нас, мы без них бы умерли. Они охраняют нас от инфекций,

которые хотят атаковать наш организм. Здесь мы видим, что около Лены прошел какой-то простуженный человек (желтая фигурка), который на нее чихнул или кашлянул. Но у Лены очень хорошая, сильная иммунная система, и поэтому эта инфекция не причиняет ей вреда. Она даже ничего не почувствует, сильная иммунная система самостоятельно без лекарств справится с этой инфекцией. На третьей картинке ситуация хуже, чем на второй. Здесь Лену атаковала какая-то **сильная инфекция, например ангина или грипп** (зеленая фигурка). У Лены заболит горло, поднимется температура. Но через некоторое время её иммунная система с помощью лекарств справится с этой болезнью, и она выздоровеет. **Красная фигурка** на четвертой картинке **изображает ВИЧ**. Этот вирус в организме интересуют именно наши белые кровяные тельца, которые он атакует. **В момент, когда их количество понизится до определённого уровня (меньше 200 CD4 клеток в кубическом миллилитре крови), можно говорить о развитии стадии СПИД. Тогда у человека уже очень слабый иммунитет и опасными становятся все болезни, которые он раньше преодолел бы.** Больные СПИДом умирают чаще всего от туберкулеза, воспаления легких и других болезней, с которыми они бы могли справиться, если бы у них не был СПИД. Поэтому **Фредди Меркьюри** умер от воспаления легких, хотя эта болезнь у большинства других людей успешно лечится.

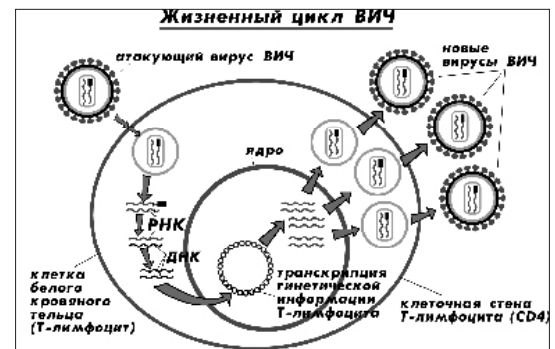
□ (Плакат №5) **Схема вируса ВИЧ**, который не может самостоятельно размножаться, он заставляет это делать другую клетку. Для этого он использует белые кровяные тельца. Вирус ВИЧ состоит из оболочечного белка, в котором содержится короткая часть генетического кода РНК.

ВИЧ – это (текст плаката):

- неживой организм;
- не может самостоятельно размножаться, только внутри другой клетки;
- не выдерживает температуру выше 60 градусов;
- вне человеческого организма высыхает и погибает;
- атакует Т-лимфоциты (их также называют CD4-клетки или Т-хелперы), которые управляют иммунной системой организма;
- не передается воздушно-капельным путем;
- не передается животным и не переносится ими.



□ (Плакат №6 - **Жизненный цикл ВИЧ**). Когда вирус ВИЧ попадает в организм человека, он в крови ищет Т-лимфоциты. Вирус проникает через клеточную стенку Т-лимфоцита, в ядре которого находится **генетическая информация** о том, что белому кровяному тельцу надо делать при атаке разных инфекций на организм. В норме, когда белое кровяное тельце обнаружит в крови инфекцию, оно дает инструкции другим клеткам иммунной системы для производства антител, которые потом борются с данной инфекцией. Т-лимфоциты играют в нашей иммунной системе роль штаба армии, которые управляют процессом защиты других иммунных клеток. Но когда Т-лимфоцит атакует вирус ВИЧ, он внедряется в генетическую информацию белого кровяного тельца, после чего оно начинает вырабатывать большое количество новых вирусов ВИЧ и погибает. Во время своей жизни белое кровяное тельце способно произвести миллионы новых вирусов ВИЧ. Оно станет их «фабрикой». Эти вирусы потом покидают Т-лимфоцит и атакуют другие, ещё здоровые Т-лимфоциты. Этот процесс продолжается на протяжении многих лет, когда количество белых кровяных телец постепенно уменьшается, а количество вируса ВИЧ в организме растет. Но большинство людей в это время не подозревает о своем заболевании, потому что не испытывает никаких внешних симптомов. Это называется латентным (бессимптомным) периодом, когда человек может себя чувствовать абсолютно здоровым несколько лет. Только анализ на ВИЧ может определить, инфицирован ли человек или нет. Через несколько лет ВИЧ снижает количество Т-лимфоцитов, развивается недостаточность иммунитета, и у зараженного ВИЧ человека появляются разные болезни (оппортунистические инфекции), со временем они становятся все тяжелее и опаснее, и их нужно лечить.



Поэтому ВИЧ-положительным людям необходимо регулярно сдавать анализы, определяющие состояние иммунной системы, чтобы врачи при ослабленном иммунитете вовремя могли начать лечение антиретровирусной терапией (АРВ-терапией). Данное лечение не может полностью человека избавить от вируса ВИЧ, но оно подавляет его количество в крови и ограничивает способность вируса в организме размножаться. При успешном лечении иммунная система человека может восстановиться и противостоять разным инфекциям. Благодаря антиретровирусной терапии ВИЧ-положительные люди могут жить долгой и полноценной жизнью, как мы это видим на примере «Мэджика» Джонсона, который живет с ВИЧ-инфекцией уже более 19 лет. Но ВИЧ-положительный человек должен каждый день принимать антиретровирусные препараты (в виде таблеток) по строгому графику до конца своей жизни. Человек также должен следить за правильным режимом питания, отказаться от вредных привычек, чтобы помочь своей иммунной системе. Несмотря на то, что при успешном лечении антиретровирусной терапией вирус в их организме сильно подавлен, ВИЧ-положительные люди все равно могут передать ВИЧ другим людям и должны с этим считаться до конца своей жизни.

4. Возможно ли заражение вирусом ВИЧ при:

(данный раздел рекомендуется провести в форме дискуссии: ученики отвечают на вопрос, и лектор подправляет и дополняет их ответы. Ученики заносят правильный ответ в рабочий лист).

- **при поцелуях** – практически это невозможно. Теоретически это возможно лишь в том случае, если повреждены кожные покровы губ или слизистые оболочки ротовой полости и происходит попадание крови, которая присутствует в слюне ВИЧ-положительного человека. Слюна может содержать только очень низкое количество ВИЧ, недостаточное для заражения. Чтобы заразиться, человеку теоретически необходимо проглотить 4 литра слюны ВИЧ-положительного партнёра, с которым целуется. По всему миру не зарегистрирован ни один случай заражения ВИЧ через поцелуи. Но слюна может содержать другие инфекции, как, например, туберкулез, гепатит, сифилис, герпес, которые могут передаваться во время поцелуев.
- **при переливании крови** – на 99,9% нет. Этот риск очень низкий, потому что медицинские учреждения проверяют всю донорскую кровь на ВИЧ. Но почему 99,9? 0,1% возникает в случае переливания крови по жизненным показаниям (если срочно не перелить кровь, то человек может умереть, например, в случае аварии, травмы...). В крови проверяется не содержание вируса ВИЧ, а присутствие антител на него. Если бы донор заразился вирусом ВИЧ, например, за 2 недели до теста, врачи еще не установят наличие ВИЧ в его крови. Поэтому в больницах проводят повторные тесты через несколько месяцев.
- **при донорстве крови** – нет, так как врачи используют только одноразовые системы для забора крови.
- **при половых отношениях** – да, если партнер заражен ВИЧ (в этом мало кто признается, и многие ВИЧ-положительные люди о своей инфекции даже не знают). Заражение возможно при всех видах полового контакта. Половые жидкости мужчины и женщины могут содержать вирус. Первый половой контакт для девушки (при котором происходит «потеря девственности») особо опасен, так как при нем происходит кровотечение. Риск заражения нарастает при наличии других заболеваний, передающихся половым путем.

☺ **Игра «Эпидемия».** (В этом месте лекции можно провести игру «Эпидемия»).

Всем дается задание: за 2-3 минуты собрать автографы минимум у 4 людей. Затем выберите любого человека из группы и попросите его встать и представиться. Скажите ему: «Очень жаль, но сегодня мне придется сообщить тебе печальную новость: ты болен неприятной болезнью – беспричинными приступами смеха. Эта болезнь заразна и передается через автографы. Все, кто получил автограф этого человека, заразились». «Заразившиеся» должны встать. Объявите дальше: «Вы также заразились беспричинными приступами смеха и, к сожалению, дальше заразили тех, кому оставили свой автограф. Прошу тех людей, у кого есть их автографы, встать». На примере этой игры видно, как быстро может распространяться эпидемия. В конце ведущий объясняет, что это была только игра и что все здоровы. Конечно, ВИЧ, ИППП не передаются через автограф, но через половые контакты при наличии разных половых партнеров.

□ (Плакат №7) **«Риск из прошлого».**

Представьте себе, что парень в синей рубашке встречается с красивой девушкой, которая его очаровала своими светлыми волосами (укажите на пару внизу плаката). Они признались друг другу в любви и хотят быть вместе. Оба выглядят совершенно здоровыми, они прекрасная пара. Парень говорит своей возлюбленной, что она его первая девушка, с которой он встречается. Но мы знаем, что парни не всегда говорят девушкам правду... К сожалению, девушки тоже. На самом деле у этого парня была пара девушек до нее. У него слабость к красивым блондинкам, и раньше он встречался еще с двумя другими, с которыми занимался сексом (девушки наверху от парня). У этих девушек тоже были другие партнёры, и так далее. Если бы кто-то был заражён какой-нибудь половой болезнью, то он мог бы передать ее своему партнеру, и тот мог ее передать следующему сексуальному партнеру.

Девушка блондинка (внизу рисунка) также умалчивает, что несколько месяцев тому назад она встречалась с другим парнем, с которым познакомилась в баре (показать на пару в баре). Они тогда выпили и расслабились, парень пригласил ее к себе домой и переспал с ней. Но у него была раньше также другая девушка, с которой он учился в школе и часто провожал ее домой (показать пару под зонтиком). Они влюбились друг в друга. Однажды вечером его родители уехали на дачу, и они остались дома одни: они начали целоваться, ими овладела страсть, и все закончилось в постели. Это был первый сексуальный опыт этого парня. Они встречались пару месяцев, а потом разошлись. После этого, год тому назад, он встретил на дискотеке другую красивую девушку блондинку, которая очаровала его своим танцем (девушка в черной юбке). Они встречались несколько недель, были сильно влюблены, ему удалось соблазнить ее, и у них было несколько половых контактов. Эта девушка раньше встречалась с другим парнем (показать на пару, стоящую на сердце), которому однажды в компании друзей на вечеринке предложили уколоться. Он не хотел выглядеть отсталым от всей компании и поэтому принял наркотик, хотя сам этого не хотел. Они передавали шприц друг другу, и, к сожалению, один из этой компании был ВИЧ-положительный; парень вместе с наркотиком вколот себе вирус в вену. Он ожидал кайфа, но его тошнило, тогда он решил, что больше никогда не будет пробовать наркотики. Он не знал о своем заражении, ведь он же не наркоман, но через половой контакт он заразил свою девушку. Эта девушка, в свою очередь, заразил парня из бара, который заразил позже девушку, за которой сейчас ухаживает парень в синей рубашке. Если у них будут половые связи, ему грозит заражение.



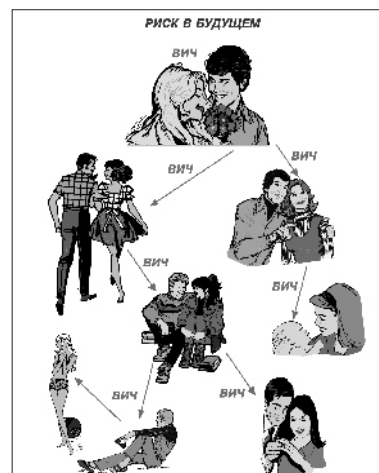
Это не какая-то сказка, а реальность. Таким образом сегодня наиболее часто распространяется вирус ВИЧ, потому что у многих людей богатое сексуальное прошлое.

☺ **Игра «Цепочка»** (В этом месте лекции с учениками можно провести игру).

Давайте представим себе, что Ваня и Маша (выбираются добровольцы) давно встречаются и решили пожениться. Но что они принесут в эти отношения из своего прошлого? Приводятся примеры отношений с другими партнерами (приглашаются другие ученики, которые представляют их), которые были у героев, таким образом выстраивается цепочка. Рассказываются истории возможных отношений (школьная любовь, случайный роман, любопытство и другие, на что хватит вашей выдумки). Лучше всего, если за каждым из героев стоят по три человека, не больше. Т.е. общее число человек в цепочке – 8. Затем задается вопрос: являются ли эти истории возможными в реальной жизни или нет? Что если только один человек из 8 заражен?

□ (Плакат №8) **«Риск в будущем».**

Нашему знакомому парню в синей рубашке из первой истории удалось соблазнить свою девушку и переспать с ней. Парень не знал, что, кроме удовольствия, получил от этой блондинки еще и вирус ВИЧ. Их роман длился недолго: однажды они серьезно поссорились и разорвали свои отношения. Через несколько месяцев он познакомится с другой очаровательной и очень милой девушкой. Они будут долго встречаться и даже поженятся (девушка в розовом сарафане). И он еще не знает, что заразит свою жену, а она во время родов заразит их сына. Но через два года он будет не верен своей жене и на работе соблазнит заводную и веселую девушку, которая станет на время его любовницей (в красной юбке). Вообще-то, ему больше нравятся блондинки, но тут он решил сделать исключение. Они провели вместе всего несколько ночей, но этого было достаточно, чтобы она заразилась. Позже она начнет встречаться с бывшим одноклассником, который заканчивает вуз (парень с книжками). Они повстречаются пару месяцев, и она успеет его заразить, потом их пути разойдутся. Через год один



обеспеченный бизнесмен сделает ей предложение, на которое она ответит согласием (мужчина с галстуком). Они поженятся, и она заразит своего мужа. А вот ее бывший одноклассник (парень, сидящий на пляже) познакомится с девушкой на пляже, которая была просто «секс-бомбой». Она придерживалась очень свободных взглядов и потому в тот же день пригласила его к себе. Парень ненадолго задержался в ее жизни, но успел передать ей вирус. Все эти люди будут в будущем болеть СПИДом. И все это только из-за того, что хотели получить удовольствие от секса, меняли партнеров и не думали о риске.

Чем дольше человек имеет сексуальные отношения с партнёром, который инфицирован ВИЧ, тем больше растёт риск заражения. Если человек меняет сексуальных партнеров, то у него также большой шанс встретить кого-то, кто будет заражен ВИЧ. **Свободный секс всегда опасен.** Количество заражённых людей быстро возрастает. В некоторых городах России уже каждый 20-й молодой человек ВИЧ-положительный.

Р *Реальная история из России: Анатолий очень симпатичный молодой человек, ему 23 года. Закончил училище и служил в элитных войсках. Женился, родился сын. Столько девчонок на стороне - чистеньких, красивых. Какая инфекция у них может быть? Он имел несколько девушек на "один раз". Все они были грамотные, образованные, с виду очень приятные и красивые. Когда ему сказали, что у него ВИЧ, он был ошарашен, сидел весь в поту. "Да быть этого не может, я этому не верю. Я же не наркоман и никогда не пробовал наркотик. А что будет теперь с моей семьей! Возможно, я заразил жену и сына. Как же мне жить дальше? Как я скажу ей об этом? Поймет ли она меня и примет ли в семью?"*

- **при проколах ушей, пирсинге и татуировке** - зависит от того, кто это делает. Если вы пойдёте в салон, где используются стерильные иглы, то это безопасно. Не следует прокалывать уши друг другу общей иглой, например в лагере или на дискотеке, это может быть опасно.

- **при внутривенном введении наркотика** - конечно, это опасно, когда наркоманы используют **общие шприцы и иглы**. Сначала один уколется, потом — второй, а в игле и в шприце остается немного крови первого. Если в крови первого есть вирус, он достается и второму. Так передается не только ВИЧ, но и вирусы, вызывающие гепатит (воспаление печени), и многие другие микроорганизмы. Также ВИЧ и другие вирусы могут попасть в раствор наркотика. Ведь этот раствор, может, кто-нибудь уже «попробовал», а для этого он опустил туда свой шприц. Значит, раствор уже может быть заражен вирусами. В России большое количество ВИЧ-положительных людей заразилось таким образом (62,7% новых зарегистрированных ВИЧ-положительных людей в 2008г).

ВИЧ может существовать в невысохшей крови, оставшейся в игле или шприце, до месяца, а вирус гепатита В еще дольше. Поэтому к брошенным кем-то шприцам и иглам лучше всего вообще не прикасаться.

Информационный блок о наркотиках (данный блок можно включить в лекцию в сокращенном виде или провести отдельную лекцию о вреде наркотиков).

Сегодня говорится о «лёгких и тяжёлых» наркотиках, и иногда люди говорят, что «лёгкие» наркотики намного безопаснее. Считают, что к «лёгким» наркотикам принадлежат марихуана (травка), маковая соломка, растворители и другие. Но на самом деле это миф, т.к в медицине не существует понятия «легких» наркотиков. Дело в том, что к наркотику относят вещество, которое отвечает трем критериям: во-первых - это способность вызвать эйфорию, во-вторых - это способность вызывать психическую и (или) физическую зависимость, и в-третьих - способность привести к физическому и психическому разрушению человека. Этим критериям в полной степени отвечают как марихуана, так и героин, поэтому они находятся в одном списке наркотических веществ. Все сегодняшние наркоманы, употребляющие внутривенные наркотики, начинали когда-то с марихуаны (травки) и др., и не думали, что они в опасности.

Каждый наркотик влияет на мозговые центры и нервную систему. В нашем головном мозге есть система, которая отвечает за нашу способность получать удовольствие от жизни. Эта система вырабатывает гормоны радости - эндорфины. Например, мы видим хорошую погоду и радуемся, получаем удовольствие от общения с друзьями, от своего хобби, от еды и т.д. Когда человек первый раз пробует наркотик, он может испытать эйфорию. В ответ собственная система удовольствия замедляет свою работу. Если человек продолжает употреблять наркотики, то собственная система удовольствия практически перестает вырабатывать гормоны радости. В результате, если человек вдруг прекращает прием наркотика, то мир предстает перед ним в «черных красках». Человек видит хорошую погоду, но ему все равно, его не радует общение с друзьями, занятия, хобби, вкусная пища... Это заставляет его любыми путями найти дозу и, таким образом, снова оказаться в ловушке.

☺ **Игра «Наркомания»** (Здесь можно поиграть в игру «наркомания» (10-15 минут)

Попросите каждого участника игры разрезать лист бумаги формата А4 на 8 частей, на каждой из которых ему следует написать следующую информацию (ведущий зачитывает по очереди список вопросов и ожидает, пока ученики напишут ответы на листках бумаги):

- Два любимых блюда.
- Два самых близких человека (родители, брат, сестра, друг)
- Один предмет, которым вы владеете и с которым проводите много времени, вы, наверное, взяли бы его с собой на необитаемый остров (например, плеер, гитара, фотоаппарат, мяч, компьютер, велосипед....)
- Одно любимое занятие или хобби, за которым проводите свободное время (например, вид спорта, вышивание, просмотр телевизора, компьютерные игры)
- Одна компания друзей, с которой вы любите проводить время вместе (одноклассники, друзья во дворе, команда футбола, клуб скаутов...)
- Одна самая дорогая вещь, которой вы владеете и которую вы бы смогли продать в случае какого-то финансового кризиса (например, машина, квартира, украшения, техника).

Возьмите эти листки бумаги в свою руку, как карты, и внимательно посмотрите на них. Они представляют небольшое описание вашей жизни и личности.

Когда человек начинает принимать наркотики, в его жизни происходят изменения:

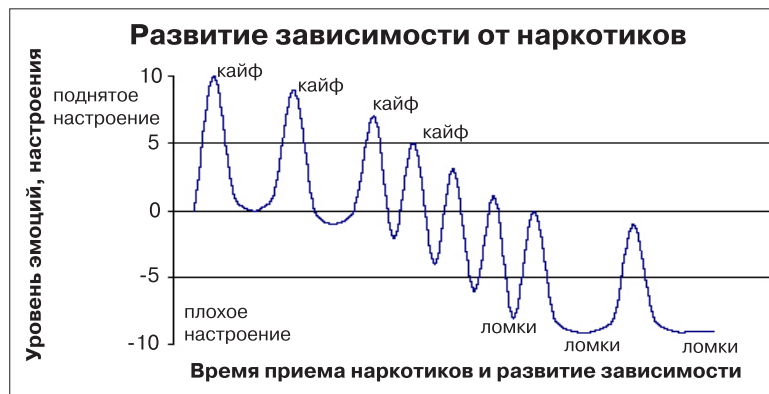
1. После первых нескольких бесплатных доз необходимо найти деньги, поэтому скорее всего придется продать некоторые вещи, которые ему принадлежат. Уничтожьте бумажку с любимым предметом, вы его обмениваете на наркотик.
2. Со временем у вас пропадает аппетит к еде, поэтому уничтожьте одну бумажку с любимым блюдом, оно вам уже не приносит такого удовольствия, как раньше.
3. Далее вы теряете интерес к прежним увлечениям, которые наркотик забирает из вашей жизни, так что уничтожьте бумажку с любимым занятием.
4. До этого времени вам удавалось скрывать свою зависимость от близких людей, но когда они узнали об этом, начались скандалы, вы испортили отношения с одним близким человеком: уничтожьте бумажку с одним любимым человеком.
5. Вы проводите больше и больше времени в компании других наркоманов и теряете интерес к прежним друзьям, их компания вам уже не интересна. Уничтожьте бумажку с компанией любимых друзей.
6. Ваша доза растет, и вам нужно больше денег. Поэтому вы решаетесь продать самое ценное имущество, которым владеете, чтобы купить несколько новых доз. Уничтожьте бумажку с самым дорогим имуществом.
7. До этого времени вы обманывали себя, что управляете своей зависимостью, но, в конце концов, наркотик сам начал диктовать свои условия и вы стали его рабом. Вы не способны самостоятельно управлять своей жизнью. Попросите своего соседа, чтобы он сам уничтожил еще две бумажки из вашей руки; это те вещи, которые наркотик забирает из вашей жизни, не спрашивая вашего разрешения...
8. Вы находитесь в серьезной зависимости: у вас в жизни остались последние две вещи, которые у вас в руках. Назовите их, пожалуйста.

Вопросы для обсуждения:

1. Как вы себя чувствовали, когда эти вещи уходили из вашей жизни?
2. Почему эти вещи не замечают сами наркоманы?

□ (Плакат №9) «Развитие зависимости».

Много наркоманов начинало подобным образом. Первую, вторую или даже третью дозу можно получить зачастую бесплатно. Таким образом, наркодилеры ищут своих новых клиентов. Если человек попробует наркотик, он испытывает, возможно, какое-то наслаждение, кайф, хотя часто ощущения после первых доз, наоборот, негативные. Человек думает, что у него нет зависимости, потому что он не испытывает никакой «ломки». Никто не хочет сознательно стать зависимым наркоманом, и поэтому все стараются вначале контролировать свое употребление и думают, что все держат в своих руках. Возможно, через какое-то время человек попадает на вечеринку или в компанию, где ему снова предлагают наркотик. Если примет вторую, третью дозу, он начинает сам себе лгать, что еще не зависим, хотя у него уже формируется психическая зависимость. Он не испытывает пока физическую зависимость, ему кажется, что он все контролирует и сможет с этим покончить, когда захочет. Но это самообман, на самом деле он принимает наркотик чаще и чаще и через какое-то время уже не может вернуться назад. Он уже не принимает наркотик потому, что «ему просто нравится», но потому, что без него чувствует себя плохо. Вначале человек принимал наркотик, чтобы «ловить кайф», повысить настроение, избежать боли. Но когда человек уже попадает в физическую зависимость, его тело требует новую дозу, потому что не может без наркотика нормально функционировать. В состоянии ломки организму очень плохо, мышцы болят, и все мысли сводятся только к одному вопросу: где и за какие деньги достать наркотик, чтобы избежать этих мук? Тогда человек уже не употребляет, чтобы почувствовать кайф, наркотик лишь помогает повысить настроение хотя бы до нормального уровня, который был у человека вначале, когда еще не принимал наркотики. Зависимые наркоманы мечтают о том, чтобы снова чувствовать себя нормально, как кто-либо из нас. Все, что в начале наркотик предлагал, в конце концов у наркомана забрал и сделал его своим рабом.



Жизнь наркомана похожа на белку в колесе - это бег по кругу: найти деньги, достать наркотик, употребить его, на какое-то время почувствовать себя «нормально», опять искать деньги. И все это продолжается по новому кругу снова и снова.

Жизнь наркомана похожа на белку в колесе - это бег по кругу: найти деньги, достать наркотик, употребить его, на какое-то время почувствовать себя «нормально», опять искать деньги. И все это продолжается по новому кругу снова и снова.

Эксперименты с наркотиками не стоят вашего здоровья и будущего!!!

Р Реальная История: Саша (17 лет) мечтал стать военным. Учился на «4» и «5» в школе. Умный и ухоженный. На вечеринке среди одноклассников после употребления пива ребята предложили попробовать наркотик. Саше не хотелось показаться слабым и не таким, как его друзья. Попробовал, ему не понравилось, стало тошнить, кружилась голова, была рвота. Никакого кайфа, как утверждали друзья, он не почувствовал. Решил основательно больше нигде и никогда не пробовать и не употреблять наркотики. Жизнь пошла своим чередом, Саша готовился к поступлению в военное училище. Мечтал быть, как дед, кадровым офицером. Стал оформлять документы в военное училище и проходить медкомиссию. За свое здоровье не волновался, оно у него всегда было крепким. Анализ на ВИЧ оказался положительным. Как об этом сказать матери и как объяснить, что он не может поступить в училище? Под угрозой вся его жизнь.

• **при укусах насекомых** - комары не могут переносить ВИЧ. То же самое относится и к другим кровососущим насекомым, таким как вши, блохи, клещи и постельные клопы.

• **при укусах животных** - нет, потому что у животных нет вируса ВИЧ, как уже говорили вначале. Поэтому заражение через укус животных невозможно.

- **при общении с ВИЧ-положительным человеком** - это зависит от вида общения. Здесь я не имею в виду половой контакт. ВИЧ не передается воздушно-капельным путем (не может передаваться через кашель, чихание и т.д.). ВИЧ не может передаться через проживание под одной крышей с ВИЧ-положительным человеком, через прикосновение к этому человеку, через совместное питание с ним, через пищу, использование общей посуды, через использование общего туалета, ванны, душа и т.д. Врачи обследовали тысячи семей, где жили ВИЧ-инфицированные люди и больные СПИДом. Оказалось, что никто из тех, кто пользовался одной посудой, одним унитазом, ванной с ВИЧ-положительным, не заразился.

Давайте запомним следующее:

ВИЧ-положительный ребенок может посещать общеобразовательную школу без риска заразить своих одноклассников. В мире не было зарегистрировано ни одного случая заражения детей ВИЧ-инфекцией в школе или в детском саду. Во всех странах мира дети, зараженные ВИЧ-инфекцией, посещают обычный детский сад и школу наравне со здоровыми детьми, потому что они не представляют никакой угрозы для остальных. Можно вместе заниматься спортом, физкультурой, потому что не существует риска заражения. Только в случае, если при физических упражнениях случаются травмы, сопровождаемые кровотечением, обращаться с кровью нужно очень осторожно. Но при контакте с любой кровью необходимо соблюдать элементарные универсальные правила безопасности.

Многие ВИЧ-положительные люди скрывают свой диагноз, потому что боятся отвержения и дискриминации со стороны окружающих. Они часто чувствуют себя одинокими, потому что некоторые люди из-за своего незнания боятся и необоснованно их сторонятся. Возможно, среди ваших друзей, знакомых или родственников уже есть ВИЧ-положительные люди. Если вам кто-то сказал тайну о своем диагнозе, это означает, что он вам доверяет. Не подведите его доверие к вам. Не разглашайте эту тайну другому человеку без его согласия. Не избегайте общения с ним, относитесь к нему так же, как и ко всем остальным людям. Не бойтесь стать другом, он нуждается в вашем понимании и поддержке, а не в отвержении. ВИЧ не передается через дружбу!

Дискриминация на основании ВИЧ-статуса противозаконна!

По российскому законодательству не допускается ограничение прав людей (включая детей) по причине ВИЧ-инфекции, в частности на прием в образовательное учреждение. Никто не имеет право отказать ВИЧ-положительному ребенку в приеме в образовательное учреждение или исключить его из класса на основании его ВИЧ статуса. Никто также не имеет право разглашать тайну его диагноза и подвергать дискриминации. Закон РФ предусматривает в таком случае дисциплинарную, административную или уголовную ответственность. (Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан от 22 июля 1993 г. № 5487-1 и Федеральный закон РФ от 30.03.1995. № 38-ФЗ).

Вирус ВИЧ не выбирает своих жертв. Ему всё равно, черный вы или белый, молодой или старый, красивый или не очень, бедный или богатый.

Сейчас у вас есть возможность сделать выбор вашего образа жизни, от которого зависит возможность и риск заражения. У вас есть выбор отказаться от вещей, через которые возможно заражение ВИЧ, или рисковать собственным здоровьем.

Вторая лекция по профилактике СПИДа:

Вначале повторим самую важную информацию, которую мы узнали на прошлом уроке. Лектор задает ученикам вопросы:

? **Сколько ВИЧ-положительных известно во всем мире?** 33 миллиона.

? **Через какие четыре жидкости организма может произойти заражение ВИЧ?** Кровь, сперма, влагалищная жидкость и материнское молоко.

? **Каким наиболее частым путем передается вирус ВИЧ?** Через половые контакты и внутривенное введение наркотиков.

? **Как можно защитить себя от заражения?** (обычный ответ студентов: презервативом).

? **Кто из вас думает, что презерватив может защитить человека от заражения ВИЧ на 100%?** Конечно, на 100% не может.

Производители презервативов говорят, что эффективность их продукции 97-99%. Эту эффективность можно достичь только в идеальных условиях. На практике презерватив может лопнуть или сняться, что главным образом снижает его эффективность.

Но исследования показывают, что среди подростков такой высокой эффективности презервативов сложно достичь из-за их неопытности и отсутствия идеальных условий, которые можно создать в браке. Если, например, секс происходит после какой-нибудь вечеринки, где партнеры немного выпили, то это сразу снижает их способность правильно воспользоваться презервативом. В состоянии опьянения о нём, как правило, вообще забывают, даже если его планировали использовать... Поэтому больше всего на снижение эффективности презерватива влияет человеческий фактор.

Информационный блок о презервативах (следующую подробную информацию об эффективности презервативов не обязательно рассказывать на уроке, она для информирования лектора в случае дискуссии или вопросов).

От чего зависит эффективность использования презерватива?

- **Качество** (производитель, цена). Производители качественных презервативов с помощью электроники тестируют и контролируют размер их пористости. Качественные презервативы не могут пропускать сперматозоиды и вирус.
- **Условия и срок хранения.** Презервативы нужно хранить в сухом, прохладном, защищённом от света месте, так как ультрафиолетовое облучение снижает качество латекса.
- **Место приобретения.** Качественные презервативы продаются в аптеках, и на их упаковке должен стоять знак качества. Многие из дешевых презервативов, которые продаются в разных киосках, некачественные, и к тому же в киоске они могли быть подвергнуты перепаду разных температур, что снижает качество латекса.
- **Целостность упаковки.** Упаковка должна быть неповреждённой.
- **Техника использования.** Опытность его использования.

В разных исследованиях приводятся различные данные о вероятности разрыва презерватива во время полового акта – **от 1% до 8%**. (<http://www.aids.ru/prevent/condom1.shtml>)

Эффективность мужских презервативов

В 2000 году Национальный институт аллергии и инфекционных заболеваний США (NIAID) совместно с другими федеральными агентствами провел симпозиум на тему: «Научное обоснование эффективности презерватива для профилактики инфекций, передающихся половым путем». Участники пересмотрели существующую литературу по эффективности презерватива как средства профилактики ВИЧ и ИППП при вагинальном контакте. Основные итоги симпозиума заключаются в следующем: проанализировав данные всех исследований, эксперты пришли к выводу, что при постоянном и правильном использовании мужские презервативы эффективны и снижают риск передачи ВИЧ на 80-95% (в течение года). (<http://www.aids.ru/prevent/efficacy.shtml>).

Правда заключается в том, что **презервативы значительно снижают риск распространения ВИЧ-инфекции, но не дают 100% гарантии.** Все очень просто: если вы идете на риск, занимаясь сексом с кем-то, кто может быть заражен (а как это узнать, если люди не говорят правду, а внешне этого не видно), и при этом не пользуетесь презервативом, то вы – сумасшедший. Презерватив вполне может спасти вам жизнь. Но не обманывайте себя: если вы пользуетесь презервативом, это не значит, что вы никогда не можете зачать ребенка или что вам не грозит заражение.

Презервативы эффективно предохраняют от ИППП, инфекций, передающихся половым путем через жидкости. К таким инфекциям относятся гонорея, хламидиоз, ВИЧ, гепатит В, сифилис, трихомониаз, цитомегаловирус и некоторые другие. При половом контакте презерватив закрывает только 1% тела, но есть некоторые инфекции, которые передаются при контакте с кожей, и может произойти заражение. ИППП, вызывающие кожные поражения (герпес, остроконечные кондиломы, сифилис), могут находиться на участках, не закрытых презервативом, например на коже мошонки или у входа во влагалище. При контакте не защищенной презервативом кожи или слизистых оболочек с такими участками может произойти заражение. Презерватив не защитит вас также от чесотки и лобкового педикулеза.

Но нужно отдать должное, **презерватив - единственный вид контрацепции, который может снизить риск заражения вирусом ВИЧ.** Никакие другие средства контрацепции не могут защитить вас от заражения вирусом ВИЧ.

«Самым надежным способом, как предохраниться от заражения вирусом ВИЧ половым путем, является сексуальное воздержание или верность незараженных партнеров друг другу. Альтернативой этому является правильное использование презерватива, который значительно может снизить риск заражения ВИЧ». (Рекомендация ВОЗ в Международный день борьбы со СПИДом 1991 и 1992 года).

Если презерватив не может гарантировать 100% защиту от ВИЧ-инфекции, тогда нам необходимо подумать также о других способах защиты от ВИЧ.

К сожалению, до сих пор не существует лекарственной вакцины, которая могла бы защитить от передачи ВИЧ-инфекции.

☺ Шуточная история:

После многих лет исследований ученые все-таки нашли два средства, которые гарантируют 100% защиту от передачи ВИЧ половым путем. Эти средства называются:

СпиОдин СпиДома

Если человек применяет эти два средства постоянно, тогда это надежно защитит его от ВИЧ. Оба средства бесплатны, общедоступны, но для их эффективного приема требуется сильный характер и твердое решение противостоять давлению окружающего общества.

Сейчас рассмотрим следующую тему «СЕКС И ОТНОШЕНИЯ».

? Что вы ожидаете от отношений, когда влюбляетесь и начинаете встречаться? (ответы учеников: любовь, понимание, дружбу, доверие, верность, секс...).

? Кто из вас ожидает заражение инфекцией ВИЧ? Конечно, никто. К сожалению, все заражённые девушки и парни этого тоже не ожидали. Они были бы самоубийцами, если бы заранее знали о том, что их партнер заражен ВИЧ. Они ожидали, вероятно, таких же красивых вещей, как и вы, но, кроме них, они получили ещё и ВИЧ. Это случилось только потому, что в их отношениях был секс. Поэтому сегодня в мире увеличивается количество молодых людей, которые по различным причинам решают подождать с сексом. Например, до окончания учёбы в школе, до возвращения из армии или самое лучшее - до брака.

☺ В этом месте лекции можно провести мозговой штурм о последствиях свободного секса. **Мозговой штурм «Последствия свободного секса»**






Начертите на доске таблицу из двух столбцов. Вверху левого столбца поставьте знак «+», а вверху правого - знак «-». Попросите учеников сказать вам, какие преимущества люди получают от свободного секса. Часто ответами будут: «опыт», «удовольствие», «привязанность партнера», «любопытство», «имидж» и др. Записывайте все ответы в левый столбец. Потом спросите: «А что негативного может принести свободный секс?». Часто ответами будут: «ВИЧ», «другие болезни», «разочарование», «разлука», «плохая репутация», «нежелательная беременность» и др. Все ответы запишите в правый столбец. Потом помогите ученикам понять связь между причиной и следствием рискованного сексуального поведения на основании выполненной таблицы и подведите итоги: часто то, что люди ищут в свободном сексе, приводит вовсе не к положительным вещам, а к отрицательным. И на примере их ответов покажите: человек хочет приобрести опыт от свободного секса, а получает болезнь (можете проводить от одного ответа стрелочку к другому); он желает насладиться, а лишь разочаровывается; он надеется, что привяжет тем самым партнера, но получает разлуку и плохую репутацию среди других; пара желает удовлетворить свое любопытство, а получает нежелательную беременность.

+	-
опыт	ВИЧ, другие болезни
удовольствие	разочарование
привязанность партнера	разлука
любопытство	плохая репутация
имидж	нежелательная беременность
...	...

Потом помогите ученикам понять связь между причиной и следствием рискованного сексуального поведения на основании выполненной таблицы и подведите итоги: часто то, что люди ищут в свободном сексе, приводит вовсе не к положительным вещам, а к отрицательным. И на примере их ответов покажите: человек хочет приобрести опыт от свободного секса, а получает болезнь (можете проводить от одного ответа стрелочку к другому); он желает насладиться, а лишь разочаровывается; он надеется, что привяжет тем самым партнера, но получает разлуку и плохую репутацию среди других; пара желает удовлетворить свое любопытство, а получает нежелательную беременность.

(В случае достаточного времени или в большой аудитории можно разделить учеников на группы, раздать им ватманы с маркерами и попросить выполнить задание в группах в течение 10-15 минут (группы должны записывать свои аргументы за и против свободного секса в таблицу на ватман и после групповой работы представить их остальным)).

? Как вы думаете, по каким причинам разумно подождать с сексом?

-  молодость, незрелость;
-  карьера;
-  воспитание в семье, влияние родителей;
-  религия, вера в Бога;
-  опасность заражения ВИЧ и другими ЗППП. (Спросите учеников, какие ЗППП они знают и записывайте их ответы на доску. Добавьте в список те, которые не были названы).

Информационный блок о других инфекциях, передающихся половым путем

(Ученикам не обязательно рассказывать всю информацию об ИППП, достаточно рассказать названия данных заболеваний и некоторые последствия, к которым могут привести без лечения.)

Инфекции, передающиеся преимущественно половым путем (ИППП), вызываются определенным микробом, который, попав в организм, провоцирует болезнь. На сегодняшний день выявлено более 40 микробов и вирусов, вызывающих половые болезни. Почти все возбудители ИППП быстро погибают вне организма человека. Человек может болеть несколькими болезнями одновременно.

Многие ИППП вызывают воспаление мочеполовой системы и без своевременно начатого лечения приводят к тяжелым последствиям для организма. Наиболее распространенные ИППП:

Инфекция	Путь передачи	Инкубационный период	Клиника, симптомы	Диагностика	Осложнения
Гонорея (возбудитель Гонококк)	Половой, бытовой, девочкам в родах	3-5(7) дней	Зуд, раздражение, рези и боли при мочеиспускании, гнойные выделения	Мазки из очагов заболевания, бактериологический посев	Переход на внутренние половые органы, перитонит, бесплодие, воспаление суставов
Хламидиоз (Хламидия)	Половой, бытовой, в родах	5-30 дней	Зуд, боль в уретре или влагалище, выделения, возможно учащенное мочеиспускание	Мазок: достоверность 10%; специальное исследование крови (РИФ): 50-70%	Переход на внутренние половые органы, бесплодие, поражает глаза+ суставы
Уреоплазмоз и микоплазмоз	Половой	3 дня-5 недель	У мужчин поражаются уретра, предстательная железа, придатки яичек, мочевого пузыря. У женщин воспаление внутренних половых органов.	Культуральный посев, специальное исследование крови на антитела.	У женщин осложнения беременности, угроза выкидыша, осложнения во время родов, патологий ребенка.
Сифилис (возбудитель бледная спирохета)	Половой, бытовой, в родах, вскармливание, внутриутробный	3-4 недели	Твердый шанкр (язва без боли), увеличенные лимфоузлы, разные сыпи, разрушение тканей, нарушение самочувствия	Обнаружение возбудителя в язве, специальное исследование крови (RW, РИФ)	Повреждение внутренних органов, чаще центральной нервной системы, рождение больного ребенка
Трихомоноз	Половой, бытовой, девочкам в родах	7-10 дней	Зуд, раздражение, выделения	Мазок, исследование отделяемого слизистой секрета предстательной железы	Переход на внутренние половые органы, перитонит, бесплодие
Генитальный герпес	Половой, внутриутробный	7-10 дней	Пузырьки, боль, общая слабость	Специальное исследование крови и соскобы	Заражение плода, поражение глаз и центральной нервной системы
Папилломовирусная инфекция (вирус папилломы человека - ВПЧ)	Половой, внутриутробный и при родах	1-9 месяцев	Разрастания в виде цветной капусты	Специальное исследование крови и мазок	Заражение плода, кровоточивость

В случае подозрения на наличие каких-либо ИППП необходимо обратиться к врачу и сдать все анализы. Своевременное выявление ЗППП является залогом успешного лечения. Самолечение или игнорирование болезни может навредить вашему здоровью и привести к печальным последствиям, описанным выше.

☺ Здесь можно провести «игру со стаканами». **Игра со стаканами.**

Пригласите выйти вперед парня и девушку (или две пары), дайте им по стакану (одноразовые или стеклянные - прозрачные) с водой. Скажите, чтобы они набрали в рот воды, прополоскали рот и потом выплюнули ее обратно в стакан, как будто они чистят зубы. Затем попросите их обменяться стаканами между собой и сделать то же самое. Они скорее всего не захотят этого сделать, так как им это неприятно. (Проследите, чтобы некоторые из них все же не сделали попытку набрать в рот воду из чужого стакана, но вовремя их остановите.) Спросите, почему они боятся набрать в рот воды из стакана, в котором прополоскал рот другой человек. Их доводы используйте для аргументации опасности половых контактов, во время которых половые жидкости организмов двух человек смешиваются и могут содержать разные половые инфекции.

 **неожиданная беременность** - это хорошая причина, чтобы подождать с сексом до брака.

? **Как некоторые решают проблему неожиданной беременности? - Абортом.**
Некоторые гинекологи пропагандируют аборты, другие же, наоборот, предупреждают об этом серьезном шаге и говорят об опасных последствиях. Поэтому сейчас поговорим о некоторых проблемах абортов. Девушке с ее парнем надо знать все факты, чтобы они могли ответственно принять правильное решение ради своего будущего.

Статистика говорит, что у 35% девушек, которым сделали аборт до 20 лет, возникают проблемы во время их следующей беременности. Почему? Обычно проводятся два вида абортов. Мини-аборт проводится до 8 недель беременности и обычный аборт – до 12 недель. Процент возникающих проблем после обычного аборта равен 35%, у мини-абортов этот процент меньше. Большинство девушек приходит на аборт со сроком до 12 недель беременности. Как совершается такой аборт? У каждой женщины при беременности закрывается шейка матки, которая защищает плод. Врач должен преждевременно насильно раскрыть шейку матки, чтобы через неё ввести в матку разные инструменты. Травмированная шейка после аборта иногда плохо сокращается, ослабевают ее мышечная функция, что может привести в будущем к выкидышам.

Врач вставляет в матку специальный острый инструмент, называемый «кюретка», которым разрезает плод на несколько частей, дробит оставшуюся в матке голову плода специальными щипцами, так как для трубки высасывающего прибора она слишком велика. В некоторых случаях во время аборта могут быть повреждены стенки мышечной ткани матки и даже произойти разрыв стенки матки кюреткой... При аборте повреждается слизистая оболочка матки, и не всегда она может полноценно восстановиться для последующей беременности. Во время любого аборта может случиться несколько опасных вещей, которые приводят к необратимому бесплодию. Это только некоторые возможные физические последствия аборта.

В 8-12 недель беременности, когда чаще всего совершается аборт, у плода сформированы уже некоторые органы.

 (Плакат №10) **“Развитие плода в утробе матери”.**

8-я неделя беременности:

- у плода бьется сердце и работает мозг;
- желудок производит пищеварительные соки;
- начинают функционировать почки;
- плод начинает реагировать на поглаживание живота;
- формируется лицевая часть головы ребенка;
- плод может щуриться, глотать и морщить лоб;
- плод может сгибать пальчики в ладошке.

12-я неделя беременности:

- плод засыпает и просыпается;
- энергично упражняет свои мышцы, поворачивает голову;
- сгибает пальчики, открывает и закрывает рот;
- длина плода достигает 5 см;
- начинают расти волосы на голове.



Существуют также психологические последствия аборта. Врачи уже описали так называемый «постабортный синдром», который является психической болезнью. У некоторых женщин какое-то время после аборта наблюдаются депрессии, тревога и чувство вины. Некоторые из них переживают подобное в течение нескольких лет. Каждый год в день совершения аборта они, например, считают, сколько бы было ребёнку лет, если бы он родился. Думают о том, кем был бы ребёнок: мальчиком или девочкой. Поэтому важно хорошо подумать перед совершением аборта, серьезно взвесив все “за” и “против”.

? Как вы думаете, существует ли еще какое-то другое решение для неожиданной беременности, кроме аборта? - Усыновление. Некоторые девушки, которые решают отдать своего ребенка на усыновление, во время беременности это решение изменяют. Они начинают любить свое чадо и понимают, что проблемы, которые они раньше считали неразрешимыми, не так ужасны, и что они, жертвуя собой, могут как-то их решить. Материнство всегда сопряжено с разными жертвами со стороны родителей. Если девушка и парень решают оставить ребёнка себе, то это для ребенка, конечно, самое лучшее.

? Вы знаете ещё другие разумные доводы, по которым молодые люди решают подождать с сексом? В некоторых классах студенты ответили «лучше узнать друг друга». Когда мы влюблены, мы смотрим на своего возлюбленного сквозь розовые очки, и в начале в своем партнере не видим никаких недостатков, готовы к любым жертвам ради него. Но через некоторое время начинаем смотреть на него уже трезвыми глазами и замечаем то одни, то другие ошибки. Лишь в это время мы можем лучше узнать, какой характер у нашего любимого, как он себя ведёт в сложных ситуациях и во время конфликта и разногласий. Способен ли он жертвовать ради меня или хочет только эгоистично использовать? Нам надо смотреть, есть ли у него доверие, терпимость, честность и другие важные качества. Прежде всего взаимоотношения надо развивать в душевной области, а не в физической.

Никакой человек не может быть влюблен всю жизнь, продолжительные взаимоотношения нельзя строить только на основе чувств, которые со временем меняются. Много зависит от того, насколько каждый партнер способен жертвовать и прощать даже в то время, когда чувства потеряли свою остроту.

Время свиданий очень драгоценно, и его надо использовать, чтобы лучше узнать друг друга. Может быть, в это время мы узнаем, что недостаточно хорошо понимаем друг друга и расстанемся. Есть большая разница между разрывом отношений, когда были половые отношения и когда их не было. Чем ближе люди друг к другу, тем больше боли приносит их разрыв. Разрыв всегда болезнен и неприятен. Однако после физической близости он особенно ранит. Я думаю, что некоторые из вас знают, о чем я говорю. Настоящая любовь желает сделать любимого человека счастливым. Она готова принести жертву.

Что формирует наши взгляды на отношения?

А) «Средства массовой информации» наиболее из всех влияют и формируют общественное мнение и наше личное понимание секса. Кто-то подсчитал, что 85% всего секса по телевидению и в кино связано с кратковременными отношениями вне брака. На этих фильмах зарабатываются огромные деньги, это очень прибыльный бизнес.

Мы все хорошо знаем такие фильмы. Наслаждаясь подобными историями, смотря телевизор каждый день, вы начнёте думать, что это нормально. Психологи называют это «промыыванием мозгов». Проблема в том, что эти фильмы показывают не всю истину, из них мы не узнаем о результатах свободного секса. После разрыва все выглядит нормально, парень с девушкой после пылкой ночи спокойно расстанутся, и их жизнь будет такой же, как будто ничего не случилось.

? Кто видел фильмы, в которых главный герой заразился ВИЧ?

Очаровательная героиня, конечно, не забеременеет и не заразится ВИЧ, наоборот, она счастлива, что смогла переспать с парнем своей мечты. Но это только в фильмах, в жизни всё получается по-другому.

(Здесь можно провести дискуссию на тему, почему редко снимаются фильмы, в которых главный герой во время романтической любовной истории заразился ВИЧ или другими болезнями).

Б) Алкоголь.

? Влияет ли алкоголь на наше сексуальное поведение? Конечно, да.

? Какими девушки бывают, когда напиваются? - уступчивыми. Парни знают и пользуются этим, думая, что от этого они выигрывают, а на самом деле сильно рискуют.

Р Молодой парень, служивший в армии, получил отпуск и приехал домой. Прежде всего он пригласил друзей в бар, чтобы пивом отпраздновать с ними свой отпуск. Все расслабились, смеялись, рассказывая небывалые истории. И тут в бар вошла привлекательная девушка. Парень не мог оторвать от нее взгляд, потом он повернулся к друзьям и сказал: «Вот это девчонка, пацаны! Посмотрим, вдруг мне повезет». Он подошел к ней и предложил купить что-нибудь выпить. Вскоре они начали разговаривать и танцевать. Они выпили еще несколько бокалов вина и снова танцевали, потом начали обниматься, целовать и ласкать друг друга. Свет в баре потух, и бармен сообщил, что бар закрывается. Парень шепнул девушке на ухо: «Пойдешь ко мне чего-нибудь выпить?». Они ушли вместе и в эту ночь занимались любовью. Утром парень проснулся. Его голова гудела от вчерашнего. Он повернулся к месту, где спала девушка. Но ее не было. Он сел и посмотрел в комнату. Она исчезла. Ее платье, сумка, все... кроме... что там на зеркале? Она оставила на нем послание, написанное губной помадой. Он потер глаза и с непониманием разглядывал то, что было написано. Ужас наполнил его. На зеркале было написано: «Приветствую в клубе ВИЧ!».

Эта история произошла в Нью-Йорке и была опубликована в английской прессе в 1987г. Этот молодой мужчина на самом деле заразился ВИЧ. Не все зараженные люди ведут себя ответственно, некоторые стараются отомстить за свое заражение другим людям.

В) Атмосфера окружения.

? **Влияют ли на нас друзья и одноклассники?** Мы не хотим себе признаться, но да. В кругу парней кто-то рассказывает разные интимные истории и делится своим сексуальным опытом. Другие парни внимательно слушают и не хотят показать, что у них еще нет такого опыта. Поэтому в следующий раз они также расскажут какую-то историю, но которую они взяли не из своей жизни, а из фильма, чтобы не быть белой вороной. Это влияние людей, окружающих нас.

Существует какой-то миф насчет девственности. Девушки разговаривают между собой: «Девчонки, не может быть, ей уже шестнадцать, а она ещё девственница, я улетаю...». И парни, с другой стороны: «Пацаны, вот это кадр, в свои семнадцать он не имел ни одной девчонки. Его должны показывать в зоопарке!». Наличие девственности у парня или девушки воспринимается как какой-то физический недостаток. Этот миф поддерживают средства массовой информации, в разных журналах, так как на этом делают деньги. Это просто большой бизнес и не больше. Ты и твои одноклассники становитесь жертвами этого бизнеса.

Что нехорошего в девственности? Это какая-то болезнь, от которой человек не может вылечиться? Иногда говорится, что девушка «потеряла свою девственность». Как это случается? Однажды в прекрасный день она гуляет по улице и вдруг с ужасом узнает, что сегодня где-то потеряла свою девственность...

? **Что девушка на самом деле делает со своей девственностью?** Она её дарит!!!

? **Сколько парням она может ее подарить?** Только одному... Это очень драгоценный подарок. Я вам желаю, чтобы вы подарили этот драгоценный дар человеку, который будет вас достоин, который будет уважать вас, для которого вы не будете только средством его сексуального наслаждения. Парни часто лицемерны. Большинство парней хочет жениться на девушке, которая будет девственницей. А сами стараются у других девушек ее отнять. Есть парни, которые коллекционируют это, как скальпы.

Р Хочу вам рассказать историю одной девушки Кати, которая решила остаться девственницей до брака и подарить свою девственность будущему мужу, как самый лучший свадебный подарок. Девушки в классе смеялись над ней, говоря: «Ты монашка, недотрога!». Парни шутили над ней: «Катка, не будь глупой, наслаждайся, пока молодая, не будь старомодной», и делали в её адрес разные намёки. Однажды, когда девушки в классе опять смеялись над ней, она повернулась и спокойно сказала: «Слушайте, в любой момент, когда я захочу, в любой день, месяц или год я могу отдать свою девственность и стать такой же, как вы, но вы уже никогда не сможете быть такими, как я». Она осознала ценность своей чистоты и не собиралась разбрасываться ею. Всё, что является редким и драгоценным, легко испортить.

Секс - это что-то очень красивое и драгоценное. Он является средством, с помощью которого муж и жена могут выразить любовь и совершенную преданность друг другу. Секс не является целью, это средство. И это средство предназначено для того, чтобы укреплять отношения между одной женой и одним мужем в течение всей жизни в браке. Иметь секс - это значит отдаться другому человеку полностью, так, как никому другому. Если ты переступишь предписанный способ применения, то это приведёт к частичному или полному разрушению. Оно подкрадывается постепенно; возможно, оно не поразит именно тебя, а твоего партнёра. И ты не сразу заметишь это, как неисправность разбитого фотоаппарата. В этом и заключается коварство.

В машиностроительном техникуме один из наших лекторов спросил: «Парни, скажите мне откровенно, если бы здесь были две одинаково красивые девушки, одна была бы девственницей, а вторая являлась опытной в сексуальных отношениях и уже имела семь любовных связей, какую вы бы выбрали себе в жёны?». Все ответили, что они бы хотели девственницу... Женщина хочет мужчину, для которого она будет последней. Мужчина хочет женщину, для которой он будет первым.

Женщина не похожа на мужчину, и мужчина не похож на женщину. По-настоящему и до мельчайших подробностей люди узнают друг друга лишь в течение длительной совместной жизни в браке, и это познание длится всю жизнь. Но это приключение, ради которого стоит жить. Интимная связь на пробу ничего не говорит о том, какая у вас любовь. Так же, как нельзя на пробу родиться и умереть, так же нельзя иметь интимную связь на пробу. Интимная связь вне брака отличается от той, которую имеют муж и жена. Плавать не научишься в ванне. Тебе нужно достаточное количество воды. Только брак является озером настоящей любви. Даже если испытание сексом пройдёт удачно, это ещё не гарантирует тебе счастливый брак.

В конце лекции хочу напомнить вам формы защиты от заражения ВИЧ половым путем, которые рекомендует ВОЗ - Всемирная Организация Здравоохранения. Этот метод защиты всемирно известен под аббревиатурой ВВПр, которая обозначает В - воздержание, В - верность и Пр - презерватив:

- **Воздержание** – воздержание от половых контактов и отсрочка начала половой жизни. В идеале – ждать с сексом до брака. Чтобы избежать риска заражения, воздерживаться также необходимо от приема наркотиков, особенно инъекционных.
- **Верность одному партнеру.** В идеале – своему супругу на всю жизнь. Это мой совет всем вам. Я уверен в том, что полноценная и счастливая сексуальная жизнь может основываться только на глубоких взаимоотношениях, которые существуют между мужем и женой в браке. Для тех, кто не готов соблюдать верность одному партнеру на всю жизнь, врачи советуют сократить количество половых партнеров, чтобы снизить риск заражения.
- **Использование презервативов** - если человек не хочет воздерживаться и вступает в половые связи, постоянное и правильное использование презерватива снижает риск заражения. Но 100% безопасного секса не существует!

Секс красив, но он не стоит того, чтобы из-за него заразиться и, возможно, умирать.

Я желаю вам, чтобы никто из вас никогда не заразился ВИЧ и чтобы вы сделали правильный выбор для себя.



Организация "АСЕТ"

Aids – СПИД
Care – Забота
Education – Образование
Training – Подготовка

Международная организация «АСЕТ» работает уже более 20 лет в разных странах мира в области профилактики СПИДа и заботы о людях, больных СПИДом. Организация «АСЕТ» сотрудничает с другими всемирными организациями, как, например, UNAIDS и Всемирной Организацией Здравоохранения.

В России организация АНПО «АСЕТ» проводит свою профилактическую работу в учебных заведениях посредством лекторов-добровольцев, которых готовит на обучающих семинарах. Лекторы призывают в своих лекциях подростков к здоровому и нравственному образу жизни, который является самым надежным способом защиты от ВИЧ-инфекции. Во время лекции они демонстрируют интересные дидактические плакаты или показывают презентации с помощью видеопроектора. В России эти лекции услышало уже более 350 тысяч подростков в более чем ста городах и поселках страны. Организацией «АСЕТ» были изданы различные методические материалы по работе с подростками, плакаты, бюллетени...



Фотографии с Общероссийской конференции "АСЕТ", 2009



WWW.ACETRUSSIA.RU