

**Методическая разработка лекции для учащихся 10-11 классов
«Серьезный разговор (профилактика заболевания ВИЧ/ СПИДа)».**

Подготовила педагог-психолог

Цель: дать информацию о вирусе иммунодефицита человека, путях передачи инфекции и мерах профилактики заболевания.

Задачи: формировать ценностное отношение к своему здоровью; научить оценивать ситуации пребывания в зонах риска и соблюдать меры предосторожности.

Основные понятия: ВИЧ, СПИД, вирус, «период окна», наркомания, группа риска, права человека, ответственность, безопасный секс, стерильность, разовые инструменты, гигиена, профилактика.

Ход беседы.

1. Вступительное слово педагога.

Жизнь – это то, что люди больше всего стремятся сохранить и меньше всего берегут. Сравнивая нашу Землю со Вселенной, мы находим, что она всего лишь точка... Точка, которую заселяют живые существа. Точка, где день сменяется ночью, идет за месяцем месяц, за годом год, где жизнь сменяется смертью. И так каждые сто лет отсчитываются века, которые управляют человеком и которыми управляет человек.

СПИД... От него умирает каждый заразившийся человек. СПИД не является болезнью одной страны или одного региона. СПИД представляет большую опасность для всех. Нет ни лекарств, ни вакцин против СПИДа. Единственная мера защиты – профилактика. А узнать, сколько тебе осталось, как это знают ВИЧ-инфицированные и больные СПИДом – страшно. У каждого из них в какой-то определенный момент началось обратное летоисчисление. У кого-то цепочка цифр окажется короче, у кого-то – длиннее. Еще недавно они с легкостью отгоняли от себя мрачные мысли и опасения: СПИД – это далеко, СПИД – это не у нас, СПИД – все же редкость...

Сегодня в потоке событий, происходящих в нашей стране, в городе, на работе, в школе, — человек забывает о проблеме СПИДа, в надежде, что она не коснется его. А с каждым годом все больше и больше становится ВИЧ-инфицированных, в том числе и школьников. Сотни тысяч никому не известных людей, а завтра это может быть любой из нас. Подумайте об этом сегодня, сейчас!

2. Разберемся в понятиях.

ВИЧ (Вирус Иммунодефицита Человека) – вирус, который передается от человека к человеку и вызывает разрушение иммунной системы организма.

ВИЧ обладает высокой биологической активностью и изменчивостью. Вирус может находиться во всех биологических жидкостях организма. Чтобы произошло инфицирование здорового человека, необходимо, чтобы ВИЧ попал в кровь.

Вирус обладает низкой жизнеспособностью и нестойк во внешней среде. Он быстро погибает на воздухе при высыхании, теряет активность при нагревании до 56°С в течение 30 мин., погибает через 1 – 3 мин. при кипячении, а также под воздействием дезинфицирующих средств. При попадании в желудочно-кишечный тракт вирус быстро разрушается пищеварительными ферментами и соляной кислотой. Попав на кожу, вирус в течение 20 минут уничтожается ферментами паразитирующих на ней бактерий. Устойчив к УФ-лучам и ионизирующей радиации.

ВИЧ-инфекция – состояние, вызванное присутствием ВИЧ в организме. ВИЧ живет и размножается в клетках, которые называются Т-лимфоцитами и являются частью иммунной системы.

СПИД (Синдром Приобретенного Иммунодефицита) – смертельно опасная болезнь, последняя стадия ВИЧ-инфекции. Характеризуется снижением функции иммунной системы до критического уровня и сопровождается тяжелыми поражениями различных органов и систем организма.

Таким образом, ВИЧ и СПИД – не одно и то же.

ВИЧ приводит к развитию СПИДа. ВИЧ постепенно разрушает иммунную систему и, когда организм уже практически не способен противостоять самым простым болезням, ставится диагноз СПИД.

С момента заражения ВИЧ до развития СПИДа может пройти от 3 до 20 лет в зависимости от образа жизни человека (питание, привычки и прочее).

3. Вирус иммунодефицита и его происхождение.

Единого мнения о месте и времени возникновения ВИЧ на современном этапе нет. Наиболее вероятным местом происхождения ВИЧ считают тропическую Африку, где живет много видов обезьян, пораженных похожим вирусом. Во время разделки тушек убитых обезьян охотники повреждали собственные кожные покровы и через эти раны в организм проникал вирус. Затем при половых контактах вирус передавался половым партнерам охотников. Передаваясь от человека к человеку, вирус приспособивался к клеткам человека и через определенное время превратился в самостоятельный вирус иммунодефицита человека.

Первые сообщения о заболевании, которое впоследствии получила наименование ВИЧ-инфекция, появились в США в 1981 году. В 1982 году была установлена инфекционная природа заболевания, а в 1983 году французские ученые под руководством Люка Монтанье в результате электронно-микроскопических исследований препаратов из лимфатических узлов больного выделили вирус, ставший причиной развития ВИЧ. С 1996 года это возбудитель носит название вируса иммунодефицита человека.

4. Где распространена ВИЧ-инфекция?

Эпидемия ВИЧ-инфекции, начавшаяся в 80-х годах и захватившая страны Северной Америки, Европы, Австралии и Латинской Америки, распространилась к началу 90-х годов на все страны мира. Болезнь не останавливается у границ государств, а перемещается беспрепятственно из одной страны в другую. В России ВИЧ-инфекцию начали регистрировать с 1986 года первоначально среди иностранцев, а с 1987 года – и среди наших граждан. Сначала отмечался рост ВИЧ инфицированных в крупных городах. В настоящее время ВИЧ-инфицированные выявляются на всей территории РФ.

5. “Мозговой штурм”.

Прежде, чем дальше говорить о СПИДе, хотелось бы вам предложить вам игру “Мозговой штурм”. Как вы думаете, в каких из предложенных случаев можно заразиться СПИДом?

(Учащимся раздаются листки с таблицей “Можно ли заразиться СПИДом?», где они самостоятельно отмечают любым знаком, от чего можно заразиться, а от чего нет)

(Таблицу “Можно ли заразиться СПИДом...?” см. Приложение 1)

6. Пути передачи ВИЧ-инфекции.

ВИЧ передается только через определенные жидкости организма: кровь, сперму, вагинальный секрет, грудное молоко.

ВИЧ проникает в организм тремя путями:

1. **Половым** – во время незащищенного (без использования презерватива) секса с ВИЧ-инфицированным или больным СПИДом. При правильном использовании презерватив защищает от заражения ВИЧ-инфекцией на 70 %.

2. **Парентеральный (при попадании в кровь):**

- При переливании инфицированной крови и ее компонентов, взятых от донора, зараженного ВИЧ. Однако с введением в 1987 году обязательного тестирования донорской крови на ВИЧ опасность заражения, связанная с переливанием крови, сведена к минимуму.

- При использовании нестерильных игл, шприцев и других медицинских инструментов, загрязненных кровью человека, зараженного ВИЧ (при совместном использовании загрязненных шприцев и игл лицами, употребляющими наркотики внутривенно; при нанесении татуировок; при совместном использовании маникюрных и бритвенных принадлежностей) **Вертикальный (от матери к плоду)** – во время беременности от инфицированной матери к плоду, во время родов и с молоком матери. СПИД – тяжелое и опасное заболевание. Его лечение предупредить, чем лечить. И коль скоро меры профилактики находятся в руках каждого человека, следует использовать их на благо здоровья своего и окружающих людей.

Однако в результате многолетних наблюдений за многочисленными бытовыми контактами ВИЧ-инфицированных и больных СПИДом было установлено, что **вирус иммунодефицита человека не передается:**

- при дружеских объятиях и поцелуях;

- через рукопожатия;
- при пользовании столовыми приборами, постельными принадлежностями;
- через предметы производственной и домашней обстановки;
- через предметы сантехоборудования, при пользовании бассейном, душем;
- в общественном транспорте;
- насекомыми, в том числе и кровососущими;
- воздушно-капельным путем.

7. Группы риска.

До сих пор можно услышать, что ВИЧ опасен прежде всего для некоторых социальных групп, а «обычным людям» якобы можно не беспокоиться о заражении. «Групп риска» не существует, существует «рискованное поведение». Миф о «группах риска» не только бессмыслен, но и опасен. Те, кого причисляют к «группам риска» (например, проститутки, наркоманы, гомосексуалисты), подвергаются дискриминации и гонениям как «разносчики заразы», а все остальные считают себя неуязвимыми и ничего не меняют в своем поведении. Такая ситуация в 80-х годах сложилась во многих странах и создала почву для стремительного роста эпидемии СПИДа. Дело в том, что «группы риска» придуманы людьми, а вирус об этих группах ничего не знает. Во всем мире уже убедились, что ВИЧ не признает дискриминации и в равной степени поражает всех – независимо от пола, возраста, сексуальной ориентации, национальности, политических взглядов и профессии.

8. Как вести себя, чтобы защититься от вируса?

Можно с уверенностью сказать, что практически на сто процентов гарантированы от заражения ВИЧ-инфекцией люди, которые не имеют сексуальных контактов и не вводят себе наркотики внутривенно грязными шприцами. Однако в равной мере избежит заражения ВИЧ-инфекцией и тот человек, который ведет нравственно здоровый образ жизни и имеет единственного полового партнера, в свою очередь соблюдающего взаимную верность. Каждый сам ответственен за свое здоровье. Необходимо отказаться от рискованного сексуального поведения до брака, избегать беспорядочных и случайных половых связей, сохранять взаимную верность, использовать барьерные средства защиты (презервативы), не употреблять наркотические средства, а также использовать только стерильные или одноразовые инструменты для инъекций, татуировок, маникюра и т.д.

Следует помнить, что:

Из противозачаточных средств только презерватив препятствует проникновению ВИЧ и при правильном использовании защищает от заражения ВИЧ-инфекцией на 70 %.

Наличие в организме заболеваний, передающихся половым путем увеличивает риск передачи ВИЧ почти в 6 раз, поскольку инфекции создают дополнительные пути проникновения вируса или способствуют его размножению.

СПИД быстрее развивается у тех, чье здоровье изначально слабее, чему способствует курение, злоупотребление алкоголем, употребление наркотиков.

В настоящее время нет лекарства, способного уничтожить ВИЧ в организме человека, нет вакцины, способной предотвратить заражение.

9. Зачем человеку знать свой ВИЧ-статус?

- Иметь представление о состоянии своего здоровья.
- Планировать рождение здоровых детей.
- Вовремя начать применять специальные препараты, поддерживающие иммунную систему и останавливающие развитие болезни, и не допустить развитие СПИДа.
- Чтобы быть более внимательным к своему здоровью, так как любое заболевание на фоне ВИЧ-инфекции протекает тяжелее и требует специального лечения.

- Чтобы не заразить своих близких и любимых людей.

Единственный способ выяснить присутствие ВИЧ в организме – сдать специальный анализ крови на ВИЧ.

Сдать кровь на ВИЧ следует через 3-6 месяцев после предполагаемого заражения, поскольку в течение этого срока в организме вырабатываются антитела к вирусу, которые обнаруживаются при лабораторном исследовании. Период после заражения до появления антител к ВИЧ в крови называется «периодом окна», и он опасен тем, что человек не может узнать, что он инфицирован, но при этом может передать инфекцию другому человеку.

Поскольку ВИЧ относится к разряду «медленных» вирусов, он долго будет находиться в организме, практически не проявляя себя. Обычно заражение ВИЧ происходит бессимптомно, однако вирус продолжает распространяться в организме. У большинства инфицированных людей самочувствие может оставаться хорошим в течение многих лет.

10. Что делать, если тест на ВИЧ оказался положительным?

Нужно обратиться к врачу центра СПИД, чтобы узнать, в каком состоянии находится иммунная система, как укрепить здоровье, когда нужно принимать противовирусную терапию, как исключить риск передачи ВИЧ другим людям.

Следует подумать, кому нужно сказать о своем ВИЧ-статусе, а кому – нет.

Подробно узнать о своих правах и не позволять другим людям нарушать их.

Получить полную информацию о жизни с ВИЧ.

Определить, к кому можно обратиться за помощью и поддержкой.

ВИЧ-инфицированный по-прежнему остается полноправным членом общества. Но так как ВИЧ-инфицированный представляет для окружающих определенную угрозу (заражение ВИЧ-инфекцией), 122 статья Уголовного кодекса предусматривает уголовную ответственность за заведомое поставление другого лица в опасность заражения ВИЧ-инфекцией.

11. Выводы.

Сейчас уже многим ясно, что СПИД – одна из важнейших и трагических проблем, возникших перед всем человечеством в конце XX века. И дело не только в том, что в мире уже зарегистрированы многие миллионы инфицированных ВИЧ и более 200 тысяч уже погибло, что каждые пять минут на земном шаре происходит заражение одного человека. СПИД – это сложнейшая научная проблема. Для того, чтобы выжить, уменьшить риск заражения и распространения заболевания, как можно больше людей во всех странах должны многое знать о СПИДе.

Ваша жизнь и здоровье в Ваших руках. Каждый человек вправе выбирать сам свой жизненный путь, свои ценности и идеалы, но помните: лекарств и прививок от СПИДа - нет! Никогда и ни при каких обстоятельствах не забывайте о том, что единственный «рисковый» случай может стать роковым!

Относитесь ответственно к собственному здоровью!

12. Подведение итогов.

Ответы на индивидуальные вопросы.

Список используемой литературы.

1. Личко А.Е., Битенский В.С. Подростковая наркомания. - Л.: Медицина, 1991.
2. Ляхович А.В., Голиусов А.Т., Полесский В.А., Лозовская А.С., Романенко Г.Ф. Профилактика ВИЧ/СПИД и других инфекций, передающихся половым путем. – М., Медицина для Вас, 2003
3. Азбука СПИДа : Пер. с англ. / Под редакцией. М. Адлера. – М. : Мир, 1991
4. Профилактика ВИЧ-инфекции среди населения. Вопросы и ответы. – Государственное учреждение здравоохранения «Тулский областной центр по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями»

Можно ли заразиться СПИДом...?

1. При рукопожатии, объятиях?
2. При совместном использовании общей посудой?
3. При переливании крови?
4. При пересадке органов и тканей?
5. Через школьные и письменные принадлежности?
6. При незащищенном половом контакте (без использования презерватива)?
7. Через воздух при кашле, чихании, разговоре?
8. В плавательном бассейне?
9. При использовании нестерильных медицинских инструментов?
10. Через документы, деньги, книги?
11. При использовании общественным туалетом?
12. При нанесении татуировки?
13. При сдаче крови?
14. При пользовании совместным постельным бельем, полотенцем?

Контрольные вопросы.

К каждому из приведенных ниже вопросов предлагается на выбор несколько ответов. Отметьте ответы, которые вы считаете правильными.

1. Для сохранения здоровья необходимо:
 - А – соблюдать правила личной гигиены;
 - Б – употреблять алкогольные напитки, курить;
 - В – заниматься физической культурой;
 - Г – начинать раннюю половую жизнь.
2. ВИЧ и СПИД – это:
 - А – одно и то же;
 - Б – два разных заболевания;
 - В – ВИЧ – это вирус, который вызывает СПИД;
 - Г – СПИД – это последняя стадия ВИЧ-инфекции.
3. ВИЧ не передается через:
 - А – кровь;
 - Б – грудное молоко;
 - В – сперму;
 - Г – вагинальный секрет.
4. Человеку необходимо знать свой ВИЧ-статус, чтобы:
 - А – вовремя начать лечение;
 - Б – получить путевку на курорт;
 - В – устроиться на работу;
 - Г – укрепить свое здоровье.
5. Чтобы защититься от ВИЧ, необходимо:
 - А – регулярно менять постельное белье;
 - Б – воздерживаться от случайных сексуальных контактов;
 - В – иметь сексуальные отношения с разными партнерами;
 - Г – использовать презерватив при каждом сексуальном контакте.
6. ВИЧ передается:
 - А – при сексуальных контактах без презерватива;
 - Б – при использовании общей посудой;
 - В – при рукопожатиях;
 - Г – через укусы комаров.
7. ВИЧ не передается при:
 - А – дружеских поцелуях, объятиях;

Б – использовании нестерильных игл и шприцев;

В – плавании в бассейне;

Г – пользовании общественным туалетом.

8. Пройти анонимное обследование на ВИЧ/СПИД можно:

А – в аптеке;

Б – в СПИД-центре;

В – в поликлинике. ●