

A close-up photograph of a person's hand holding a small globe. The globe is blue and white, representing Earth. A large, vibrant red ribbon is wrapped around the globe, symbolizing HIV/AIDS awareness. The hand is positioned at the bottom, with fingers gently cupping the globe. The background is a soft, out-of-focus light blue.

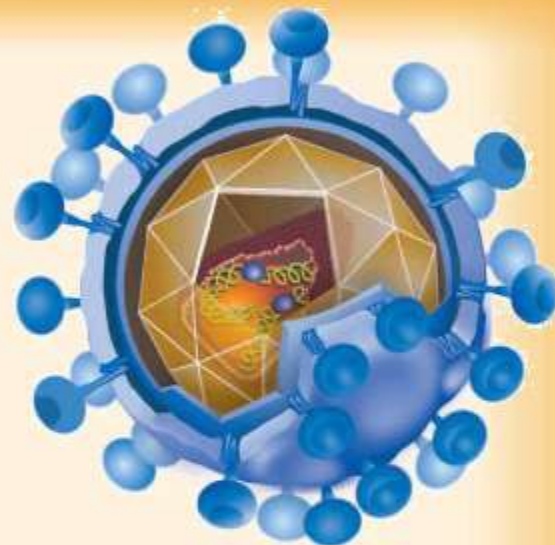
МКОУ «Чернухинская школа-интернат»

**Это должен знать
каждый**

с. Чернуха
2016 год

ВИЧ и СПИД

ВИЧ-инфекция - болезнь, вызываемая вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Конечная стадия ВИЧ-инфекции называется синдромом приобретенного иммунодефицита (СПИД). ВИЧ-инфекция приводит к тяжелому поражению иммунной и нервной системы, к неизбежной смерти.





Нельзя заразиться ВИЧ через:

- укусы комаров и большинства насекомых
- воздух
- рукопожатие (при отсутствии открытых повреждений кожи)
- поцелуй (любой, но при отсутствии кровоточащих повреждений и трещин на губах и в полости рта)
- посуду
- одежду
- пользование ванной, туалетом, плавательным бассейном и т. п.



Можно заразиться ВИЧ через:

- незащищённый половой акт
- совместное использование шприцев, игл и другого инъекционного оборудования
- использование нестерильного инструментария для татуировок и пирсинга
- использование чужих бритвенных принадлежностей, зубных щеток с остатками крови
- переливание крови, инъекции и т. п.



Симптомы

- Лихорадка более 1 месяца
- Диарея более 1 месяца
- Необъяснимая потеря массы тела на 10% и более
- Затяжные пневмонии
- Постоянный кашель
- Затяжные, рецидивирующие вирусные, бактериальные, паразитарные болезни
- Сепсис
- Увеличение лимфоузлов дольше 1 месяца
- Подострый энцефалит



Что происходит после попадания ВИЧ в организм человека

- Вирус ослабляет иммунную систему
- Поражаются клетки, борющиеся с инфекциями (Т-лимфоциты или CD4)
- Организм теряет способность к защите от инфекций
- Развивается одно или несколько серьезных заболеваний

16 правил безопасного поведения в отношении ВИЧ/СПИДа

1. Я ежедневно занимаюсь физкультурой или спортом.
2. Я умею справляться со стрессами.
3. Я не курю.
4. Я знаю, как заражаются ВИЧ, и как я могу защитить себя.
5. Я соблюдаю режим дня.
6. Я никогда не употребляю наркотики.
7. Я не пользуюсь не стерильными инструментами для прокалывания ушей, тату, пирсинга, бритья.
8. Я не употребляю алкоголь.

9. Я стремлюсь к тому, чтобы моё питание было сбалансированным.
10. Я всегда соблюдаю правила личной гигиены.
11. Я исключаю случайные половые контакты.
12. Я откажусь от медицинских услуг, если не уверен(а), что инструменты стерильные.
13. При половых контактах я использую презерватив.
14. Для маникюра или бритья использую только мои личные инструменты.
15. Если у меня был/будет риск заражения ВИЧ, я сдам кровь на анализ.
16. У меня будет/есть постоянный половой партнёр.

Помните!

Лекарства против СПИДа учёные пока ещё не изобрели.



**Болезнь
неизлечима.**

**Единственный
способ
защитить
себя –
соблюдать
правила
безопасного
поведения**

Ссылки:

- https://yandex.ru/images/search?img_url=http%3A%2F%2Fwww.5.ua%2Fmedia%2Fpictures%2Foriginal%2F47893.jpg&p=2&text=%D1%81%D0%BF%D0%B8%D0%B4%20%D0%B2%D0%B8%D1%87&noreask=1&pos=88&lr=20047&rpt=simage
- https://yandex.ru/images/search?text=%D0%B1%D1%83%D0%BA%D0%BB%D0%B5%D1%82%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B8%D0%BB%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B5%20%D0%B2%D0%B8%D1%87%20%D0%B8%20%D1%81%D0%BF%D0%B8%D0%B4%20%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%BD%D0%BE%D0%BA%20%D0%B8%20%D1%81%D0%BF%D0%B8%D0%B4&img_url=http%3A%2F%2Fimg-fotki.yandex.ru%2Fget%2F9065%2F36589568.232%2F0_8d4a1_b5e71216_orig.jpg&pos=29&rpt=simage
- <http://www.playcast.ru/uploads/2014/11/19/10696154.jpg>
- <http://bigslide.ru/images/1/841/960/img19.jpg>
- <http://900igr.net/datas/meditsina/VICH/0017-017-16-pravil-bezopasnogo-povedenija-v-otnoshenii-VICHSPIDa.jpg>
- <http://900igr.net/datas/meditsina/VICH/0018-018-9.-JA-stremljus-k-tomu-chtoby-moj-pitanie-bylo-sbalansirovannym.jpg>
- <http://bigslide.ru/images/14/13069/831/img18.jpg>