

Простые правила доверительной беседы с ребёнком о ВИЧ:

- **Поддержите контакт.** Будьте открытыми к общению на любую тему, чтобы подросток не искал другие источники информации.
- **Будьте честны.** Давайте конкретные ответы, идите от простого к сложному.
- **Развивайтесь.** Совершенствуйте свои знания по мере запросов подростка.
- **Не избегайте** сложных тем и вопросов!
- **Подхватывайте** тему ВИЧ при удобном случае, чтобы не ограничиваться одним конкретным разговором.
- **Затягивать беседу лучше ненавязчиво,** в контексте каких-то событий, время от времени затрагивая важные темы.
- **Обсуждайте вопросы пола в простой и естественной манере,** открыто, без стеснения и отрицательных эмоций, сохраняя доверие ребенка и желание обратиться именно к вам за разъяснениями и поддержкой.
- **Научите подростка уважать себя!** Чем лучше ребенок относится к себе, тем меньше вероятность рискованного поведения!

Думая о будущем своих детей:

Помните: безопасность прежде всего! Знание и выбор безопасного поведения позволяют предупредить заражение ВИЧ.

Берегите своё здоровье! Проверяйте свой ВИЧ-статус

Краевое государственное автономное нетиповое образовательное учреждение «Хабаровский центр развития психологии и детства «Псилогия»

- 📍 г. Хабаровск, пр. Трамвайный, 5а, пер. Фабричный, 23 а
- ☎ +7 (4212) 22-12-33, +7 (4212) 21-29-69
- ✉ pmss2002@yandex.ru
- 🌐 <https://psylogia.ru>

Приемные дни центра:

Понедельник-пятница

С 9:00 до 18:00

Помните, вы не одиноки!

Телефон доверия:

8-800-2000-112

Тестирование на ВИЧ можно пройти в СПИД-центре, поликлинике, больнице, проводящих этот анализ.

За консультацией можно АНОНИМНО обратиться: КГБУЗ «Центр по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями» 680031, г. Хабаровск, пер. Пилотов, 2, тел.: +7 (4212) 47-03-35, 8-962-220-86-07



**ДУМАЙ О БУДУЩЕМ,
СОХРАНЯЙ ЗДОРОВЬЕ!**

Поговорим о ВИЧ ?

«Все, чем может помочь один человек другому, - это раскрыть перед ним правдиво и с любовью существование альтернативы»
Эрих Фромм

Уважаемые родители!

Вы самые близкие и неравнодушные к вашему ребенку люди.

Распространение ВИЧ приобрело сегодня стихийный характер. Число инфицированных ВИЧ в России превысило 1 миллион человек.

ВИЧ – болезнь поведения, и защитить детей от нее можно:

- формируя гармоничную личность
- развивая ответственное отношение к своему здоровью
- обучая навыкам безопасной жизнедеятельности
- рассказывая достоверную информацию о ВИЧ

ВИЧ – вирус иммунодефицита человека.

СПИД – синдром приобретенного иммунного дефицита – состояние организма, возникающее на последней стадии инфекционного процесса, если не проводится лечение ВИЧ.

Пути передачи:

- Половой: любой незащищенный сексуальный контакт (даже единственный)
- Через кровь (инъекционные наркотики, пирсинг, татуаж, использование бритвенных принадлежностей)
- От инфицированной матери ребенку (во время беременности, родов и кормления грудью)

ВИЧ не передается:

- при рукопожатии или объятиях
- при поцелуе (количество вируса в слюне крайне мало)
- при общении
- через пот или слезы
- при кашле и чихании
- через посуду и постельное белье
- при совместном пользовании ванной, туалетом
- в бане, бассейне и фитнес-клубе
- при укусе насекомых или животных

Как защитить себя от ВИЧ?

- знать свой ВИЧ-статус и партнера (сдавать анализ не реже 1 раз в год)
- быть верным партнеру
- исключить незащищенные (без презерватива) сексуальные контакты
- правильно использовать качественный презерватив при каждом сексуальном контакте
- отказаться от употребления алкоголя и наркотиков, чтобы под их воздействием не совершать рискованные поступки
- требовать проведения манипуляций в медицинских организациях, тату и пирсинг-салонах только стерильными инструментами

