

## **Мой выбор - жизнь**

Занятие по профилактике ВИЧ/СПИД

**Целевая группа:** школьники 9-11 классов.

**Цель:** способствовать формированию здорового образа жизни.

**Задачи:**

- сформировать понятие о личной ответственности за свое здоровье;
- научить оценивать ситуации пребывания в зонах риска;
- способствовать формированию навыков безопасного поведения в рискованных ситуациях;
- воспитывать толерантность по отношению к ВИЧ-инфицированным.

**Форма проведения:** информационно-просветительское занятие с элементами тренинга

**Продолжительность:** 1,5 – 2 часа

**Материально-техническое обеспечение:** 4 листа А4 бумаги, на каждом из которых написано одно из следующих утверждений «Совершенно согласен», «Согласен, но с оговорками.», «Совершенно не согласен», «Затрудняюсь ответить»

Мы сами определяем направление ветра.  
Нет ничего важнее, чем принять ответственность  
за еще не совершенные шаги.  
Эльчин Сафарли

Любой человек может заболеть.  
Люди, оказавшиеся ВИЧ-положительными  
– такие же люди, как и любой из нас.  
Люди, от которых не нужно отстраняться  
и которых не нужно бояться.  
Оскар Кучера

### **Ход проведения.**

#### **I. Вводная часть.**

Мы пришли в XXI век с большим количеством проблем глобального характера, которые касаются не только нашей страны, но и всего населения Земли. И решать эти проблемы необходимо сообща. Одна из важнейших – это сохранение здоровья человека.

*Поэтому очень важно бережно относиться к своему здоровью, уметь распознавать признаки опасных ситуаций и противостоять им. Сегодняшнее занятие мы и посвятим этим важным вещам.*

#### **II. Основная часть.**

##### **1. Еще раз о СПИДе.**

ВИЧ-инфекция и СПИД достаточно новая для людей болезнь. Ученые считают, что данное заболевание появилось на Земле не более 50 лет назад. Однако, за это время СПИД уже унес более 28 миллионов жизней. До сих пор не удалось найти лекарство, которое бы полностью излечивало от СПИДа или вакцины от ВИЧ. Даже вопрос возникновения вируса иммунодефицита имеет несколько гипотез, причем ни одна из них еще окончательно не подтверждена.

**Гипотеза первая** – большинство исследователей считают, что первоначально заболевание возникло в Африке и затем, распространилось на другие территории. (США, страны Европы и т.д.). Именно в Африке были выявлены очаги, в которых у обезьян в достаточной степени широко встречался вирус, сходный с вирусом иммунодефицита человека.

**Гипотеза вторая** – вирус мог приспособиться к жизни в организме человека, благодаря использованию в медицине переливания крови, пересадке органов и других открытий, которые могли способствовать формированию как более слабых, так и более сильных форм вируса.

**Гипотеза третья** – искусственное возникновение вируса в конце 70х годов на основе бактериологического оружия.

**Гипотеза четвертая** – вирус мог существовать с давних времен, меняя модификации.

В настоящее время во всем мире продолжает развиваться эпидемия инфекции, вызываемой вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Заражение этим вирусом вызывает у человека через несколько лет заболевание, известное под названием СПИД

### **Притча.**

Послушайте, пожалуйста, притчу.

*Один правитель после Государственного Совета взял глиняную вазу и разбил на глазах у всех. Когда его спросили о значении сделанного, он сказал:*

*— Напоминаю о непоправимости*

Когда мы разбиваем самый простой предмет, мы понимаем о непоправимости случившегося, но не думаем о том, насколько могут быть непоправимы наши помыслы, слова, а главное поступки...

В повседневной жизни мы обычно не задумываемся над тем, что может произойти в той или иной ситуации, насколько опасными могут быть действия, которые совершаем мы и окружающие.

### **Отношение общества к ВИЧ-инфицированным (беседа)**

Пожалуй, ни одна инфекция не имеет столь скандальной истории, как ВИЧ-инфекция. В начале эпидемии сложилась следующая ситуация: считалось, что большинство заболевших – это либо люди нетрадиционной ориентации, ведущие беспорядочный образ жизни, либо наркоманы. При этом большая часть людей не была осведомлена о путях распространения данной инфекции. Это незнание породило множество ложных страхов и предрассудков, дало повод для проявления дискриминации.

Существует много примеров дискриминации больных людей во всех странах. ВИЧ-положительных, больных СПИДом увольняли с работы, изгоняли из домов, поселков. Особенно яркий пример дискриминации – жизнь американского школьника Райана Уайта. В 1984 году Райан, подросток, больной гемофилией, о котором стало известно, что он болен СПИДом, по инициативе родителей его одноклассников, изгоняется из школы. До конца своей короткой жизни, Райан, при поддержке своей мамы, пытался объяснить американскому обществу, что СПИД не передается при бытовых контактах. Позднее он был признан героем в своей стране.

Сейчас я попрошу вас максимально честно ответить на некоторые вопросы.

**Ситуация 1.** Что бы вы почувствовали, если бы узнали, что ваш друг инфицирован ВИЧ, СПИД. Как вы думаете – отразилось бы это на вашей дружбе?

**Ситуация 2.** Как вы полагаете, следует ли разрешать людям, больным СПИДом оставаться там, где они работают или учатся?

В настоящее время большинство людей знают о том, что ВИЧ не передается при бытовых контактах. Поэтому не надо опасаться общения с ВИЧ-инфицированными людьми. Права их защищены законом, (**Федеральный закон** от 30.03.95 N 38-ФЗ «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)», **Статья 5.** Гарантии соблюдения прав и свобод ВИЧ-инфицированных.). Не допускаются увольнение с работы, отказ в приеме на работу, отказ в приеме в образовательные учреждения, оказывающие медицинскую помощь, а также ограничение иных прав и интересов ВИЧ-инфицированных людей. И все-таки помощь дружеская поддержка им очень необходимы.

В настоящее время пути передачи ВИЧ достаточно хорошо изучены и не вызывают сомнения у ученых и врачей. Считается, что ВИЧ может передаваться только тремя путями: через кровь, половым путем и вертикально от матери к ребенку.

Заражение может произойти при инъекции общим инструментарием или каким-либо контактом «кровь в кровь», при переливании крови и других медицинских манипуляциях.

В последние годы передача ВИЧ подобным путем невозможна, так как каждый донор проходит тест на ВИЧ, инструменты применяются либо одноразовые, либо тщательно стерилизуются.

**Чтобы уберечь себя от СПИДа, нужно соблюдать следующие правила:**

*Использовать средства защиты при каждом сексуальном контакте*

*Не употреблять наркотики*

*Следить, чтобы при любой медицинской манипуляции, а также пирсинге, татуировке, маникюре, педикюре использовались одноразовые инструменты.*

*Вирус иммунодефицита не передается бытовым путем: через рукопожатия, объятия. Здоровая кожа – надежный барьер.*

*Не передается ВИЧ через спальные принадлежности, посуду. Вирус быстро гибнет в окружающей среде.*

*Нет оснований считать, что вирус передают кровососущие насекомые. Вирусы не живут в организме насекомых? К тому же комар не впрыскивает кровь в ранку человека, только слюну.*

*Не выживает вирус и в водной среде. Поэтому не надо бояться заражения в бане, бассейне, сауне.*

*Не следует бояться заражения в транспорте, местах общепита, поликлиниках и больницах.*

***После того как мы разобрали ситуации возможного заражения ВИЧ-инфекцией, изменилось ли ваше мнение по поводу отношения к ВИЧ-инфицированным людям?***

***Каким образом?***

### **Упражнение «Мое мнение» (Работа в группах)**

Листы с утверждениями прикрепляются по разным частям помещения. Участникам предлагается встать в центре.

**Инструкция:** Сейчас я прочту вам несколько утверждений, связанных с проблемами ВИЧ, СПИД и попрошу после каждого встать рядом с тем листом, утверждение на котором соответствует вашей точке зрения. При этом не следует долго размышлять, главное следовать первой возникшей реакции.

#### **Спорные утверждения**

- 1. Принудительное обследование на ВИЧ – единственный способ сдержать распространение инфекции.***
- 2. Люди, заразившиеся ВИЧ, сами в этом виноваты.***
- 3. Необходимо уделять больше внимания сексуальному воспитанию подростков.***
- 4. Нужно, чтобы наркоманы могли бесплатно получать одноразовые иглы и шприцы.***
- 5. Людей с ВИЧ/СПИД нужно изолировать.***
- 6. Женщины, зараженные ВИЧ, не должны иметь детей***

После каждого утверждения, когда участники разойдутся по разным сторонам, следует спросить у нескольких из них (кроме тех, кто выбрал «затрудняюсь ответить»). Почему они стоят именно там. После того как 3-4 участника объяснят свое мнение, другие могут его прокомментировать.

Следует обратить внимание на следующие моменты при обсуждении после упражнения:

Какие чувства возникали у вас, когда вы размышляли над этими вопросами?

Легко ли вам было высказывать свою точку зрения перед всеми участниками? Особенно, когда вы оказывались в меньшинстве?

Легко ли было менять свою точку зрения?

**Вывод:** Необходимо в людях воспитывать внимательное и терпимое отношение к окружающим, проявлять милосердие и сострадание

**Заключение.**

**Подведение итогов мероприятия, выводы, рефлексия, обратная связь.**

В настоящее время, когда мы столкнулись с еще более не понятным и возможно более страшным заболеванием COVID-19, мы понимаем, что самое драгоценное в жизни человека – это его здоровье и здоровье его близких. Здоровье нельзя купить, но можно сформировать правильное отношение к своему образу жизни и сохранить свое здоровье на долгие годы.

**Список источников:**

1. Адлер М. Азбука СПИДа; М.: Мир, 1991
2. Бочаров Е.Ф., О профилактике ВИЧ-инфицированности, Медицинская газета № 4, февраль 2001
3. Санджиева А.Ч., Искиндинова Е.Н., Тютеева Л.П Профилактика ВИЧ-инфекции среди школьников. Программа для 6-11 классов, - Элиста.: МОиН РК, 2002
4. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учеб. Для учащихся 10-11 кл. общеобразоват. Учреждений/А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский; под общ. Ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2001
5. Федеральный закон от 30.03.95 N 38-ФЗ «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)»
6. <http://www.xn--b1aela1agclef3d.xn--p1ai/>Сайт всероссийской акции «Стоп ВИЧ/СПИД».
7. <https://spid.center/>сайт фонда «Спид. Центр».
8. Сайт общества поддержки программы по СПИДу: <http://www.glasnet.ru/~weandyou/>
9. <http://www.narcom.ru/ideas/socio/39.html>.Профилактика наркомании в подростковой среде