



Международная  
организация  
труда

# ПОСОБИЕ

## ДЛЯ ДОВЕРЕННЫХ ЛИЦ В СИСТЕМЕ ПРОСВЕЩЕНИЯ «РАВНЫЙ-РАВНОМУ» ПО ВОПРОСАМ ВИЧ/СПИД



Москва, 2007

## Содержание

Вступление .....	3
<b>ЧАСТЬ ПЕРВАЯ.....</b>	<b>4</b>
<b>Как организовать и проводить просвещение на рабочем месте по вопросам ВИЧ/СПИД. Рекомендации для доверенных лиц на предприятиях .....</b>	<b>4</b>
Введение .....	4
1.1. Каким образом люди меняют свое поведение? .....	4
1.2. Добиваться поддержки на проведение занятий .....	6
1.3. Зачем составлять план работы? .....	6
1.4. Как пробуждать интерес слушателей? .....	7
1.5. Как готовить занятия? .....	7
1.6. Как проводить занятия? .....	8
1.7. Проблемы, возникающие при проведении программ просвещения на рабочем месте по вопросам ВИЧ/СПИД и пути их решения/Устранение препятствий.....	11
<b>ЧАСТЬ ВТОРАЯ.....</b>	<b>14</b>
<b>Общие сведения, связанные с ВИЧ/СПИДом .....</b>	<b>14</b>
Введение .....	14
2.1. Предотвращение ВИЧ.....	14
2.1.1. Основные сведения о ВИЧ/СПИД .....	14
2.1.2. Основные сведения об инфекциях, передаваемых половым путем .....	19
2.1.3. Презерватив как средство индивидуальной защиты от инфицирования ВИЧ/ИППП.....	21
2.1.4. Консультирование и тестирование на ВИЧ.....	24
2.1.5. Права трудящихся и корпоративная политика в отношении ВИЧ/СПИД .....	27
(включая предубеждения в обществе и дискриминацию).....	27
2.1.6. Последствия потребления алкоголя и наркотиков .....	31
2.1.7. Гендерные проблемы.....	33
2.2. Жизнь с ВИЧ: Помощь и поддержка людей, живущих с ВИЧ/СПИД (ЛЖВ), приверженность к АРВ-терапии. ....	36
2.2.1. Позитивный подход к жизни с ВИЧ .....	36
2.2.2. Сопутствующие инфекции и антиретровирусная	

терапия .....	38
2.2.3. Предотвращение передачи ВИЧ от матери к ребенку .....	41
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ .....</b>	<b>43</b>
Приложение 1. Глоссарий .....	43
Приложение 2 Образец теста, применяемого до и после занятий по просвещению .....	47
Приложение 3 Упражнения и ролевые игры.....	48
Приложение 4: Формы для проведения мониторинга и оценки просвещения на рабочем месте по вопросам ВИЧ/СПИД.....	132

## ВСТУПЛЕНИЕ

*Дорогие друзья!*

*Предлагаем вашему вниманию пособие, посвященное организации и проведению просветительских мероприятий по вопросам ВИЧ/СПИД и сферы труда для работающих граждан.*

*Это пособие предназначено для добровольных консультантов (доверенных лиц) из числа сотрудников организаций/предприятий различных отраслей, уполномоченных по вопросам ВИЧ/СПИД, и подготовлено в рамках проекта «Программа просвещения на рабочих местах по вопросам ВИЧ/СПИД в России» (Проект Международной организации труда и Министерства труда США в сотрудничестве с Министерством здравоохранения и социального развития РФ, Координационным советом объединений работодателей России, Федерацией независимых профсоюзов России, Всероссийской конфедерацией труда, Конфедерацией труда России).*

*Будем очень рады, если материалы этого сборника окажут существенную поддержку вашим действиям в не простой, но очень нужной деятельности по противодействию эпидемии ВИЧ/СПИД в России.*

# ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

## Как организовать и проводить просвещение на рабочем месте по вопросам ВИЧ/СПИД. Рекомендации для доверенных лиц на предприятиях

### ВВЕДЕНИЕ

В первой части пособия содержатся общие рекомендации для доверенных лиц<sup>1</sup> в системе просвещения «равный-равному» на рабочем месте. Содержание включает методы организации дискуссий на рабочем месте, в процессе которых обсуждаются вопросы, связанные с ВИЧ/СПИД.

В приложениях пособия предложены примеры интерактивного взаимодействия<sup>2</sup> и рекомендации о том, как пробудить интерес слушателей, как планировать и проводить просветительские занятия.

Эти примеры и рекомендации могут использовать доверенные лица, как только они начнут проводить самостоятельные занятия. Материалы данного пособия могут быть полезны мастер-преподавателям<sup>3</sup> в качестве справочного материала для обучения доверенных лиц.

### 1.1. Каким образом люди меняют свое поведение?

Прежде, чем задумываться о методах проведения дискуссий по вопросам, связанным с ВИЧ/СПИД, необходимо понимать, последовательность изменения поведения отдельным человеком. Каждый человек самостоятельно принимает решение об изменении собственных поведенческих привычек, которые ставят их под угрозу заражения ВИЧ. Доверенное лицо оказывает помощь и поддержку сослуживцам в изменении модели поведения, убеждая их оценить риски инфицирования ВИЧ/ИППП<sup>4</sup>.

Как показывает опыт, процесс изменения модели поведения состоит из нескольких этапов:

- a) незнание/осознание,
- b) обеспокоенность,
- c) знания и действия,
- d) заинтересованность и готовность изменяться,
- e) пробное изменение поведения,

- 
- 1 Активное взаимодействие всех участников между собой.
  - 2 Те, кто обучает доверенных лиц.
  - 3 Те, кто обучает доверенных лиц.
  - 4 ВИЧ –вирус иммунодефицита человека, ИППП – инфекции, передаваемые половым путем.

f) следование новой модели поведения.

Следовательно, для того, чтобы изменить поведенческие привычки недостаточно призывов и рассказов об угрозе инфицирования ВИЧ.

#### ***a. Незнание/осознание***

Обычно вначале люди не сознают, что какой-то определенный тип поведения опасен или влечет риск заражения ВИЧ. Первое, что может сделать доверенное лицо, - подвести слушателей к осознанию этой опасности. Например, чтобы уменьшить риск передачи ВИЧ от матери к ребенку, тех, кто собирается завести ребенка, проинформировать о риске передачи инфекции. Для этого доверенное лицо может провести беседы с супружеской парой. А также обсуждать с сослуживцами-мужчинами риски, которые влекут связи со случайными партнерами. Последствия подобных поведенческих привычек могут быть опасными для их супруг и для их будущих детей.

#### ***b. Обеспокоенность***

Те, кто признает ВИЧ/СПИД как проблему, связанную с рабочим местом, не обязательно проявляет личную обеспокоенность по этому поводу.

В этом случае, доверенные лица подавать информацию таким образом, чтобы сослуживцы понимали, что все сказанное напрямую касается их. Например, у женщин может возникать обеспокоенность в связи с риском родить ребенка, инфицированного ВИЧ, что может мотивировать их на изменение модели своего поведения. Доверенные лица могут приводить примеры из жизни, которые будут близки их сослуживцам, тем самым, будет повышаться эффективность в плане перехода от осознания к обеспокоенности.

#### ***c. Знания и действия***

Беспокойство побуждает человека к началу поиска дополнительной информации о том, что им следует делать. Это может происходить во время встреч с друзьями, социальными и медицинскими работниками, просмотра ТВ, печатных СМИ и пр. Сведения об опасности ВИЧ, других заболеваний, передающихся половым путем, и о способах защиты могут быть получены в ходе личных бесед с доверенными лицами на рабочем месте. На этом этапе доверенные лица могут оперативно консультировать сослуживцев, обсудить вопросы взаимоотношений в семье (супругов, родителей и детей) и методы сохранения здоровья в связи с ВИЧ/СПИД.

#### ***d. Мотивация (заинтересованность) и готовность к изменению***

На этом этапе человек начинает всерьез задумываться о необходимости защитить себя и своих близких от ВИЧ и других инфекций, передающихся половым путем. У него появляется интерес и готовность измениться. После долгих раздумий человек может принять решение о способах снижения рисков инфицирования ВИЧ/ИППП (отказаться от связей со многими партнерами, полностью воздерживаться от секса, сохранять верность неинфицированному партнеру или же начать регулярно пользоваться презервативами).

Поэтому роль доверенных лиц в этот момент состоит в том, чтобы обеспечить доступность информации о территориальных центрах СПИД, центрах консультативной помощи молодежи, нарко- и венерологических

диспансерах, медицинских службах. Наряду с этим можно обсуждать способы убеждения партнеров на безопасные отношения (применение презервативов, верность). Для закрепления информации и наглядности доверенные лица могут использовать различные коммуникативные материалы<sup>5</sup> (плакаты, буклеты, статьи в газетах, рассказывающие в привлекательном свете о правильной модели поведения, сохраняющей здоровье). На этом этапе особенно эффективно поощрение сослуживцев со стороны доверенных лиц.

#### ***е. Пробное изменение поведения***

На этом этапе важно помочь человеку получить успешный опыт применения новой модели поведения. Например, человек готов обратиться в центр-СПИД, чтобы пройти тестирование на ВИЧ. Ему нужно оценить собственные риски, узнать адрес рабочий график центра, пройти консультацию до теста на ВИЧ, сдать анализ крови на ВИЧ, а затем прийти вновь в центр-СПИД для получения консультации с результатами анализа крови на ВИЧ. Для того, чтобы у человека не возникало неуверенности и сомнения пройти тестирование на ВИЧ, можно пригласить кого-то из знакомых или членов семьи для посещения центра-СПИД. В целях поддержки сослуживцев, доверенные лица могут рассмотреть эти вопросы и формировать навыки, необходимые работникам для того, чтобы успешно осуществить ряд новых действий в связи с предупреждением ВИЧ.

#### ***ф. Принятие/следование новой модели поведения***

Одна из трудных задач состоит в том, чтобы помешать возврату к прежней, рискованной модели поведения. Доверенные лица могут всячески поддерживать позитивные изменения поведения работников и поощрять следование ему. У работников могут появиться новые риски, и поэтому следует постоянно информировать и мотивировать людей, чтобы они принимали те модели поведения, которые помогают им обеспечивать безопасность в отношении собственного здоровья и здоровья своей семьи.

## **1.2. Добиваться поддержки на проведение занятий**

### ***Координация действий доверенных лиц.***

В процессе самостоятельных действий доверенных лиц, со стороны организации или предприятия необходима координация и поддержка их действий. Например, на некоторых российских предприятиях назначают координатора программы просвещения в лице профлидера, или уполномоченного по охране труда, или медицинского работника, или иного лица по усмотрению предприятия в соответствии с характеристиками взаимоотношений в трудовых коллективах. Прежде чем доверенным лицам приступить к воплощению собственных инициатив, необходимо совместно с координатором обсудить потенциальные препятствия и трудности, которые могут возникнуть в процессе просвещения. Это поможет оказать доверенным лицам должную помощь со стороны специалистов (например, центра-СПИД)

<sup>5</sup> Коммуникативные материалы - то, что помогает наглядно продемонстрировать (передать) или дополнить смысл идеи, сообщения,

информации, которыми обмениваются люди. Например, плакаты и буклеты, листовки и брошюры, тематические сувениры и фильмы, и т.п.

По согласованию с координатором доверенные лица могут обращаться к тренерам и экспертам, чтобы договориться о проведении занятий в те рабочие часы, когда это позволяет рабочий режим (например, за счет более длинного перерыва, по окончании или перед началом работы).

### 1.3. Зачем составлять план работы?

***План работы создает необходимые условия.***

В плане работы указано, что каждый доверенное лицо намерен делать, где, когда и с кем. Наилучшие результаты достигаются тогда, когда занятия, даже если они носят неформальный характер, проводятся регулярно, по расписанию. Такой план необходимо подготовить и согласовать с координатором программы просвещения. В этом случае возрастает вероятность того, что занятия будут проводиться так, как это запланировано, и на них будут присутствовать сослуживцы. Это особенно относится к тем случаям, когда участие в занятиях поддерживается руководством и их разрешено проводить в рабочее время.

### 1.4. Как пробуждать интерес слушателей?

***Сделайте обсуждения интересными и занятыми.***

Чем живее и интереснее проходят занятия по программе просвещения, тем больше вероятность того, что работники будут заинтересованы систематически посещать их. Нужно избегать формального метода в форме длинных, назидательных лекций. Они отпугивают работников и снижают их уверенность в пользе таких тем, а также мешают осознавать и менять отношение к проблеме ВИЧ/СПИД. Мало кому нравится слушать, как ведущий сухо читает текст или перечисляет сведения о ВИЧ/СПИДе.

Как показывает опыт, работники предпочитают, чтобы они имели возможность обсуждать разнообразные темы (инфекции, передающиеся половым путем, предотвращение передачи ВИЧ от матери ребенку, способы снижения страха и отторжения к ВИЧ+ людям). Работники стремятся к тому, чтобы была возможность задавать вопросы, интересующие лично каждого из них и получить такую информацию, которая принесет пользу для их дальнейшей жизни и работы.

**ИСПОЛЬЗУЙТЕ УПРАЖНЕНИЯ, В КОТОРЫХ ВЫ САМИ ПРИНИМАЛИ УЧАСТИЕ.**

Большинству доверенных лиц в ходе учебы нравится участвовать в ролевых играх и упражнениях, а также в групповых обсуждениях. Такие занятия, скорее всего, будут нравиться и сослуживцам. Их можно сделать более интересными, если по окончании каждой ролевой игры вы будете вызывать оживленную дискуссию, задавая интересные вопросы. (!) Кстати, доверенному лицу не придется тратить много времени на подготовку лекции.

## 1.5. Как готовить занятия?

### ***Важно хорошо продумать тему и вопросы для ее обсуждения.***

Доверенным лицам важно предварительно предложить сослуживцам составить перечень актуальных вопросов и тем, которые будут им интересны для обсуждения. Это поможет доверенному лицу хорошо подготовить примеры из жизни, иллюстрирующие ту или иную тему, а также разработать ход дискуссии. Чем лучше доверенное лицо подготовится к занятию, тем успешнее оно пройдет. Доверенные лица должны твердо знать, какие вопросы они хотели бы затронуть в рамках предложенной темы, какие привести примеры из жизни и какие цели в результате должны быть достигнуты.

### ***Предварительно изучить информационные материалы по теме.***

Доверенное лицо, который плохо ориентируется в информации, предлагаемую на занятии, наводит скуку. В идеальном случае информационные и коммуникативные материалы следует прочитать перед занятием, чтобы освежить ее в памяти.

Чтобы повысить у доверенных лиц уверенность в себе, можно предварительно обсудить тему планируемой дискуссии и некоторые из вопросов с кем-то из своих друзей или членов своей семьи.

### ***Приходите вовремя.***

Когда занятия проводятся по расписанию, лучше приходить немного пораньше, чтобы встречать каждого участника. Опоздание является проявлением неуважения, и у сослуживцев может возникнуть желание разойтись, если доверенное лицо не прибыл к назначенному времени. Раннее прибытие позволяет доверенному лицу в ходе неформальной беседы с досрочно пришедшими участниками получить отзывы от предыдущих занятий, выяснить настрой на предстоящее занятие.

### ***Выбирайте спокойное и комфортное для сослуживцев место проведения занятий.***

При обсуждении тем, связанных с ВИЧ/СПИД, важно проводить занятия в уединенном месте, которое удобно для сослуживцев (например, в баре, спорт-зале, комнатах перекура или отдыха) . Это рекомендуется делать для того, чтобы ничего не могло отвлекать или смущать участников, а конфиденциальные высказывания не вышли за рамки занятия.

## 1.6. Как проводить занятия?

### ***Сначала представьтесь и затем обоснуйте тему и цель занятия.***

Если участники еще не достаточно знакомы между собой и с доверенным лицом, стоит организовать знакомство и рассказать о роли ведущего. (Например: «Я приш-ел(ла) к вам, чтобы задать несколько вопросов, провести обсуждение с элементами игры, что поможет активизировать каждого из нас). Затем необходимо обосновать тему и цель занятия. Следует объяснить важность мнений и личного опыта каждого участника при обсуждении заявленной темы.

### ***Создайте обстановку доверия.***

Дайте участникам понять, что дискуссия будет открытой и свободной, с тем чтобы все лучше осознали, откуда исходят риски инфицирования ВИЧ/ИППП, и как их избежать. Договоритесь с участниками о следующем:

- все сказанное на занятии останется втайне;
- проявлять уважение друг к другу (не высмеивать мнение других, не перебивать);
- быть доброжелательным.

### ***Ведите себя расслабленно и неофициально.***

В общении с сослуживцами занимайте позицию «равный-равному». Поддерживайте неформальный дух занятия. Принимайте активное участие в обсуждении, но не доминируйте<sup>6</sup>. Давайте сослуживцам возможность посмеяться и расслабиться. Этому способствуют ролевые игры, а также обсуждение сексуальных тем. Ведущему очень важно создавать непринужденную атмосферу.

В процессе обсуждения потенциальных рисков работников важно сохранять обстановку уважения мнения каждого, даже если оно кардинально отличается от собственного. Например, человек, сохраняющий верность своему партнеру, может не понимать, почему другие имеют случайные связи, практикуют рискованные формы сексуального поведения, или торгуют своими сексуальными услугами. Важно, однако, чтобы ведущий задавал вопросы, которые помогают задумываться о способах защиты от заражения, а не размышлять о моральных и социальных установках. Как показывает опыт, подобные попытки часто заканчиваются отчуждением тех людей, которые подвергаются опасности, и не помогают им уйти от нее.

### ***Каждый человек принимает самостоятельное решение об изменении собственной жизни.***

Помните, что каждый отдельный человек будет самостоятельно оценивать стоящие перед ним риски и затем решать для себя, что он(а) выиграет, если изменит свое поведение. Одни призывы к этому обычно результата не дают.

### ***Задавайте дополнительные вопросы.***

Участники часто дают лишь короткие ответы или даже пытаются дать те ответы, которые вы хотите от них услышать. Чтобы помочь сослуживцам более полно рассказать о своем личном опыте, мнениях и чувствах, задавайте дополнительные (или уточняющие) вопросы к сказанному ими. Вот несколько примеров таких вопросов:

- Могли бы вы больше рассказать мне об этом?
- Что заставило вас сделать это?
- Что вы чувствовали, когда это случилось?
- Почему вы думаете, что это важно?

Можно задавать такие вопросы, на которые нельзя ответить несколькими словами, и обычно они начинаются со слов «как», «почему» или «можно ли ...».

б Доминировать – преобладать, быть основным.

### ***Дайте участникам подвигаться или потянуться.***

Сохранить динамику<sup>7</sup> беседы помогут простые действия, которые может предложить ведущий, например, встать, потянуться, сделать наклоны или изобразить бег на месте, пение и пр. движения, которые могут помочь преодолеть монотонность и придать участникам новые силы.

### ***Проследите, чтобы все имели возможность принять участие в обсуждении.***

Как показывает практика, люди хотят говорить о себе. Все люди разные: найдутся несколько человек, которые будут хотеть доминировать<sup>8</sup> над другими, а также другие, кто ведет себя спокойно и предпочитает помалкивать. Задача доверенного лица - предоставить возможность участия каждого. Для этого возможно следующее: задавайте вопросы напрямую отдельным слушателям, а не всей аудитории сразу, задавайте один и тот же вопрос нескольким участникам, особенно более молчаливым. Вот некоторые советы о том, как вовлечь их в обсуждение:

- спросить участников, какие виды деятельности и темы они хотели бы обсудить, и проводите обсуждение в соответствии с их пожеланиями;
- привлечите участников к обсуждению вопроса о том, где и когда проводить занятия;
- используйте более активных участников в качестве помощников и лидеров подгрупп;
- вмешайтесь в дискуссию, завязавшуюся между двумя или несколькими участниками, что придаст обсуждению более доверительный характер; пусть подгруппы сообщат свои выводы;
- предложите участникам использовать систему товарищеского взаимоконтроля, чтобы оказывать друг другу поддержку вне занятий.

### ***Как добиться того, чтобы участники высказывались?***

#### **Поддерживайте диалог.**

Чем больше будут говорить участники и меньше доверенное лицо, тем успешнее пройдет обсуждение. Лучше всего, когда доверенное лицо вмешивается в обсуждение между какими-то двумя людьми. Задавайте вопросы, как бы пытаясь выяснить причины и чувства людей от происходящих событий. Идея состоит не в том, чтобы установить факты, а в том, чтобы выяснить, что данный человек думает и чувствует относительно рискованного поведения и относительно других вариантов

поведения

7 Динамика – движение, действие, ход развития.

8 Доминировать – преобладать, быть основным.

### Работа с малыми группами.

Обсуждение в небольших группах пользуется популярностью среди работников. Оптимальная численность группы для занятий в системе просвещения – 5-10 человек. Если их больше, группа становится трудноуправляемой, у каждого человека будет меньше возможностей высказаться. Если группа меньше, то некоторым участникам будет уделяться слишком много внимания, что может вызвать у них чувство дискомфорта, особенно при обсуждении интимной стороны их жизни.

### Полезно рассматривать разные модели поведения.

Доверенное лицо может помочь сослуживцам рассказать о собственных ситуациях поведенческого риска и поразмышлять о его возможных последствиях, таких как чувство вины, страх заразить своих жену или мужа, страх преждевременной смерти и переживания из-за общественного осуждения и дискриминации.

Пусть участники проанализируют, как они принимают решения. Доверенные лица могут помочь им точно определить, когда они принимают решения, которые могут навлечь на них опасность. Они могут задавать такие вопросы: «Когда вы решились на.....?», «Когда вы решили сделать .....?», «Когда вы приняли решение использовать .....?». Идея состоит в том, что если человек с рискованным поведением осознает, почему и когда он принял какое-то решение, то в следующий раз, оказавшись в подобной же ситуации, он может принять иное решение, избежав, таким образом, риска.

По запросу сослуживцев можно обсудить, какие внешние факторы влияют на их выбор модели поведения. Например, уговоры приятелей, потребление алкоголя, туманящего сознание, или женщина, которая не хочет, чтобы использовался презерватив, потому что боится, что ее не поймет партнер. Помогите участникам преодолеть их внутренние барьеры. Некоторые люди склонны отрицать, что их рискованное поведение представляет собой серьезную проблему. Иногда они обвиняют других в том, что ведут себя определенным образом. Часто они называют целый ряд причин в оправдание своего выбора. Доверенные лица могут побудить участников посмотреть в лицо реальным фактам о ВИЧ/СПИДе, подумать о своем поведении, а не прятаться за ложными представлениями и не выдавать желаемое за действительное. Этого можно добиться, попросив других участников прокомментировать эти оправдания или высказать свое мнение о реальных рисках.

### Как использовать вспомогательные материалы?

Вспомогательные материалы – это печатная продукция с картинками или фотографиями, видеоролики. Они служат подспорьем для доверенных лиц и могут использоваться для иллюстрации идей и как повод для дискуссии.

- Не рассказывайте участникам, что происходит на демонстрируемой фотографии или картинке; попросите их самих высказаться о том, что они там видят и как они это понимают.
- Перед тем, как предложить свое объяснение, дайте участникам

возможность полностью высказаться по поводу того, что они видят.

- Убедитесь, что иллюстративный материал виден всем, попросив слушателей переместиться поближе или передать материал соседям, чтобы все могли его разглядеть.
- Задавайте простые вопросы, такие как: «Что вы думаете?», «Что вы видите?», «Как вы думаете, что чувствует этот человек?», «Что, по вашему мнению, отображает эта иллюстрация?».

## 1.7. Проблемы, возникающие при проведении программ просвещения на рабочем месте по вопросам ВИЧ/СПИД и пути их решения/Устранение препятствий

**ПРОБЛЕМА:** ДОВЕРЕННОЕ ЛИЦО СЛИШКОМ МНОГО ГОВОРИТ

**РЕШЕНИЕ:**

**ЗАДАВАТЬ БОЛЬШЕ ВОПРОСОВ**

Доверенные лица, которые слишком много говорят, делают не то, что нужно. У большинства участников назидания вызывают раздражение. Доверенные лица могут дать импульс дискуссии, задавая вопросы. Большинству людей интереснее поговорить об их собственной жизни, чем слушать, как доверенное лицо произносит непонятные фразы, используя специальные термины, по поводу ВИЧ/СПИДа.

**ВЫЯСНИТЕ, ЧТО ПРОИСХОДИТ В ЖИЗНИ УЧАСТНИКОВ.**

Чем лучше доверенное лицо понимает образ жизни участников, тем эффективнее он сможет помочь им проанализировать возможные модели поведения. Например, вместо того, чтобы просто сообщить сведения о консультировании и тестировании на ВИЧ, доверенное лицо может спросить участников, собирались ли они когда-нибудь пройти тестирование, или же попросите тех, кто его прошел, рассказать о своих впечатлениях.

**ПРОБЛЕМА:** ВЕДУЩИЙ НЕДОСТАТОЧНО ПОДГОТОВЛЕН

**РЕШЕНИЕ:**

**ПРОЧИТАТЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.**

Информированный ведущий уверен в себе. Содержание дополнительных информационных материалов лучше запоминается, когда их прочитывают несколько раз. Оно сохраняется в памяти, если

перечитывать эти материалы раз в полгода.

**ОБЕЩАЙТЕ ОТВЕТИТЬ НА ТРУДНЫЕ ВОПРОСЫ ПОЗДНЕЕ.**

Если ради сохранения своего престижа делать вид, что вы знаете ответы на все вопросы, то это может потом плохо обернуться для вас. Хороший ведущий записывает вопросы, на которые он не может ответить, чтобы потом посмотреть ответ в справочном пособии или спросить своего коллегу, который знает правильный ответ, и на следующем занятии огласит его. Как правило, следует открыто сказать аудитории, что не знаете ответа на данный вопрос. Правильно будет сказать так: «Я не могу ответить на этот вопрос прямо сейчас. Я поищу ответ и сообщу его вам в следующий раз». При таком подходе авторитет ведущего в группе не пострадает. Иногда кто-то из слушателей знает ответ, поэтому всегда давайте членам группы возможность самим ответить на трудный вопрос.

**ПРОБЛЕМА: ДОВЕРЕННЫЕ ЛИЦА НЕ ЗНАЮТ, КУДА НАПРАВИТЬ СОСЛУЖИВЦЕВ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ НЕОБХОДИМЫХ УСЛУГ.**

**РЕШЕНИЕ:**

Всем доверенным лицам необходимо иметь список и координаты специалистов и учреждений, которые предоставляют такие услуги, в том числе консультации, помощь и уход на дому, лечение заболеваний, передающихся половым путем, консультирование и тестирование на ВИЧ, лечение сопутствующих инфекций, таких как туберкулез, и другие медицинские услуги. Наряду с этим важно знать данные о группах поддержки людей, живущих с ВИЧ. Эти сведения имеют большое значение для доверенных лиц, и важно, чтобы эти специалисты и группы были надежны и готовы заняться направленными к ним лицами. Если сослуживцы спрашивают об особых услугах, которые отсутствуют в списке, доверенное лицо может обратиться в центр-СПИД или к координатору программы просвещения.

**ПРОБЛЕМА: ДОВЕРЕННЫЕ ЛИЦА НАСТРОЕНЫ ПРОТИВ ПРИМЕНЕНИЯ ПРЕЗЕРВАТИВОВ ПО МОРАЛЬНЫМ СООБРАЖЕНИЯМ.**

**РЕШЕНИЕ:**

**СЛЕДУЕТ ВСЕРЬЕЗ ЗАНЯТЬСЯ ПРОБЛЕМОЙ ПРИМЕНЕНИЯ ПРЕЗЕРВАТИВОВ.**

Некоторые доверенные лица могут лично выступать против использования презервативов или чувствовать себя неудобно при подобных разговорах. Однако они не смогут эффективно выполнять свою работу, если не будут настойчиво предлагать сослуживцам подумать о систематическом использовании презервативов.

**ПРОБЛЕМА:** ДОВЕРЕННЫЕ ЛИЦА ДАЮТ МОРАЛЬНУЮ ОЦЕНКУ ЛИЦАМ С РИСКОВЫМ ПОВЕДЕНИЕМ.

**РЕШЕНИЕ:**

ПОМНИТЕ, ЧТО МОРАЛЬНЫЕ ОЦЕНКИ КОНТРПРОДУКТИВНЫ.

Доверенные лица могут подавать положительный пример, избегая услуг сексработниц и чрезмерного потребления алкоголя. Но критика других лиц, не придерживающихся той же модели поведения, может привести к отчуждению тех, кому они пытаются помочь. По большей части моральная оценка поведения участников занятий убивает их желание говорить или думать о своем рисковом поведении. Вместо этого доверенные лица могут приложить все силы для того, чтобы установить доверительный диалог, помочь слушателям яснее увидеть особенности разных моделей поведения.

**ПРОБЛЕМА:** ДОВЕРЕННЫЕ ЛИЦА НЕОХОТНО ГОВОРЯТ О ВОПРОСАХ ПОЛА

**РЕШЕНИЕ:**

БУДЬТЕ СМЕЛЕЕ ПРИ ОБСУЖДЕНИИ ВОПРОСОВ ПОЛА

Эффективная профилактика ВИЧ подразумевает осознание опасного сексуального поведения и готовность открыто об этом говорить. Обсуждение вопросов сексуальных взаимоотношений – неписаный запрет во многих странах, особенно когда это касается тех аспектов сексуального поведения, которые считаются неприемлемыми в данном обществе, таких как отношения вне брака или секс за деньги. От доверенного лица требуется особое умение, чтобы спокойно говорить на сексуальные темы, вызывая при этом такое же спокойствие у своих слушателей. Ниже даются некоторые рекомендации, которые должны облегчить обсуждение вопросов пола:

- Выясните, насколько актуальна подобная тема среди сослуживцев. Попробуйте казаться непринужденным, когда говорите о вопросах секса.
- Проводите занятие в удобном и тихом месте, где никто не будет вас прерывать, так чтобы участники чувствовали себя в безопасности, когда они без утайки раскрывают информацию сексуального характера.
- Пусть слушатели ссылаются на «кого-то, кто делает так же, как они», или на «кого-то, кого они очень хорошо знают», если они слишком застенчивы, чтобы говорить о своих сексуальных пристрастиях. Это иногда позволяет им говорить более свободно, чем тогда, когда они должны откровенно рассказывать о себе.
- Признайте, что не всегда легко говорить о вопросах пола.
- Начинайте вопросы с общих рассуждений о различных видах сексуального поведения. Например: «Один человек рассказал мне, что некоторые мужчины хотят использовать презерватив, но в этот момент они бывают настолько пьяны, они забывают об этом. Вы знаете кого-нибудь, с кем такое случилось?»
- Вначале задавайте вопросы всей аудитории, например, отдельно к мужчинам, или к женщинам.
- Используйте слова, которые будут понятны и приемлемы для сослуживцев и не будут вызывать у них иронию или насмешку.

## ЧАСТЬ ВТОРАЯ

### Общие сведения, связанные с ВИЧ/СПИДом

#### Введение

Во второй части пособия содержится пояснительная информация, включающая основные сведения о ВИЧ/СПИД. Содержание этой части особенно полезно для обсуждений с работниками предприятий с относительно низким уровнем распространенности ВИЧ-инфекции.

Данная часть состоит из двух крупных разделов: в одном (Раздел 2.1) затрагиваются вопросы предотвращения заражения ВИЧ, в другом (Раздел 2.2) - оказания помощи и поддержки людям, живущим с ВИЧ.

Объема информации, содержащейся в этой части, достаточно для того, чтобы помочь доверенным лицам подготовиться к ответам на вопросы, задаваемым сослуживцами. Тематика, перечисленная ниже, может выбираться и рассматриваться сослуживцами в зависимости от актуальности.

#### 2.1. Предотвращение ВИЧ

##### 2.1.1. Основные сведения о ВИЧ/СПИД

###### **Что такое ВИЧ?**

ВИЧ – это вирус иммунодефицита человека.

###### **Каково определение СПИД?**

«С» - от слова «синдром». Это совокупность признаков и симптомов, связанных с какой-то определенной болезнью или состоянием. У людей, пораженных СПИД, появляются симптомы и болезни, которые проявляются вместе только тогда, когда инфекция ВИЧ перешла в СПИД.

«П» - от слова «приобретенный». Это означает, что ВИЧ передается от инфицированного человека к другому человеку.

«И» - от слова «иммунодефицит»; оно относится к иммунной системе человеческого организма. Иммунная система состоит из клеток, которые защищают организм от болезней. ВИЧ опасен тем, что попадая в организм, поражает клетки иммунной системы, постепенно уничтожая их.

«Д» - от слова «дефицит», что означает недостаточное количество чего-либо. В данном случае в организме нет достаточного количества определенных клеток, называемых иммунными, которые нужны для защиты от инфекций. ВИЧ, попадая в организм, действует как снайпер, оставаясь незамеченным до тех пор, пока он не ослабит иммунную систему. Со временем ВИЧ убивает все больше иммунных клеток, иммунная система организма настолько слабеет, что не справляется со своей задачей, и человек, живущий с ВИЧ, становится больным.

## **Как ВИЧ действует на иммунную систему?**

ВИЧ – это особый вирус, который целенаправленно поражает клетки иммунной системы. Сопутствующие инфекции – это инфекции, которыми заражаются люди со слабой иммунной системой (например, тех, кто живет с ВИЧ, кто получает антираковые препараты или перенес пересадку органа). Со временем и в отсутствие лечения иммунная система все более ослабевает, и люди, живущие с ВИЧ/СПИД, становятся все более уязвимы к сопутствующим инфекциям и болезням, сопровождающим СПИД, до тех пор, пока их организм не сможет больше им сопротивляться.

## **Что представляют собой клетки CD4?**

Эти клетки, ответственные за нападение и уничтожение многих болезнетворных микроорганизмов. ВИЧ поражает клетки CD4 и разрушает их. В каждой капле крови в организме насчитывается примерно от 1000 до 1200 клеток CD4. Когда показатель содержания CD4 низкий (200 или ниже), человек начинает страдать от сопутствующих заболеваний, потому что иммунная система больше недостаточно сильна, чтобы бороться с болезнями. На этом этапе человек считается пораженным СПИД.

## **Как передается ВИЧ?**

Существуют четыре возможных пути передачи ВИЧ:

- незащищенный сексуальный контакт;
- зараженная кровь и препараты крови;
- не обработанные иглы, шприцы и другие инструменты для инъекций;
- передача от матери к ребенку (ПМКР).

## **Как передается ВИЧ при незащищенном сексуальном контакте?**

Незащищенный секс с проникновением - наиболее частый путь распространения и заражения ВИЧ. При незащищенном сексуальном контакте с проникновением идет обмен жидкостями человеческого организма, содержащими большую концентрацию вируса ВИЧ (сперма, вагинальный секрет, кровь). Наряду с этим, при сексуальном контакте образуются неощутимые микротрещины и раздражение слизистой оболочки внутренних органов, что увеличивает вероятность попадания вируса в организм.

## **Как передается ВИЧ при переливании крови, зараженной ВИЧ, и другими препаратами крови?**

При прямом переливании крови (пересадке продуктов крови) опасность инфицироваться ВИЧ очень высока. Около десяти лет назад подобных мер проверки донорской крови на ВИЧ не проводилось (это было связано с отсутствием необходимой нормативной и законодательной базы). При оперативных вмешательствах десяти-пятнадцатилетней давности опасность инфицироваться ВИЧ была высока.

В настоящий момент в нашей стране вся донорская кровь должна проходить проверку на ВИЧ и храниться в «банке крови» не менее 6 месяцев (для повторного анализа). Ведутся официальные обсуждения о запрете прямого переливания крови.

## Пользование общим шприцем с лицом, живущим с ВИЧ.

Кровь, инфицированная ВИЧ, может передаваться от одного человека – к другому через пользование одним шприцем. Это особенно часто случается с теми, кто употребляет внутривенные наркотики.

Во время беременности, родов или вскармливания грудью от матери, инфицированной ВИЧ, к ее ребенку.

Во время беременности ВИЧ может перейти от матери к ребенку через плаценту. Во время родов ВИЧ может попасть в организм ребенка через кровь. ВИЧ присутствует в грудном молоке и может инфицировать ребенка во время кормления.

## **Каковы этапы развития ВИЧ?**

**Период окна:** После заражения ВИЧ в течение 3-6 недель, иногда трех-шести месяцев (в зависимости от состояния иммунитета) организм не реагирует на присутствие вируса и не производит антитела к ВИЧ. Таким образом, антитела на ВИЧ не могут быть обнаружены в крови при лабораторном исследовании. Такой период носит название «период окна».

**Важно понимать:** если у инфицированного человека антитела к ВИЧ не выявлены, он(а) может передавать в это время вирус другим людям. Если при проверке на ВИЧ антитела не обнаружены, то, предполагая, что человек может быть инфицирован ВИЧ, стоит пройти тестирование повторно через 6 месяцев. Но за этот период исключить риски инфицирования.

**Бессимптомный период:** После того, как человек заразился ВИЧ, обычно никаких изменений в его состоянии здоровья в течение долгих лет не происходит. Человек может чувствовать себя нормально, он способен работать, как и прежде, никаких признаков заболевания в это время не отмечается (поэтому этот период называется «бессимптомным»). Этот бессимптомный период длится от нескольких лет до 12 лет, а в среднем 8-12 лет. Это зависит от общего состояния здоровья и образа жизни каждого отдельного человека.

**Симптоматический период:** Это период, в течение которого иммунная система человека ослаблена ВИЧ. Люди переносят оппортунистические заболевания. Такие заболевания называют «сопутствующими» инфекциями. Они вызываются бактериями или вирусами. Эти инфекционные заболевания включают диарею, туберкулез и пневмонию, и они могут неоднократно повторяться. На этом этапе сопутствующих заболеваний человеку ставят диагноз СПИД. Жизнь людей со СПИД напрямую зависит от качества и доступности квалифицированной медицинской помощи и образа жизни.

## **Как не передается ВИЧ?**

- Через случайные социальные контакты, такие как рукопожатие, прикосновения или объятия, при пользовании общим туалетом или при приеме пищи, приготовленной человеком, живущим с ВИЧ.
- При пользовании общей посудой и кухонными принадлежностями, такими как чашки, тарелки, кастрюли, вилки, ложки, ножи, полотенца, салфетки.
- При поцелуе.
- Через укусы кровососущих и иных насекомых. Насекомые

переносят другие болезни, в том числе малярию, но не ВИЧ. Важно помнить, что ВИЧ живет только в организме человека и передает от человека – к человеку!

### **Как обнаружить ВИЧ?**

В нашей стране для обнаружения ВИЧ проводится тестирование на антитела к ВИЧ. Если антитела найдены, то результат исследования считается «положительным», а данное лицо - «ВИЧ-положительным». Если антитела не обнаружены, то результат считается «ВИЧ-отрицательным».

Государство гарантирует бесплатное обследование крови на антитела к ВИЧ. Подобную процедуру можно пройти на добровольной основе по назначению участкового врача в лабораториях поликлиники по месту жительства или в муниципальном центре профилактики и борьбы со СПИД и другими инфекционными заболеваниями. Эта процедура для всех граждан Российской Федерации осуществляется бесплатно. Кроме этого, тестирование можно пройти и в частных клиниках, но на коммерческой основе.

### **Можно ли заразиться при единичном незащищенном сексуальном контакте?**

Любой человек может инфицироваться ВИЧ при единичном незащищенном сексуальном контакте или при инъекции наркотика. По мировой статистике 80% всех заражений ВИЧ - следствие незащищенного сексуального контакта с людьми, уже инфицированными ВИЧ. Секс с инфицированным партнером не означает, однако, что каждый раз, когда инфицированный человек имеет незащищенный секс, он заражает своего партнера. Инфицированный мужчина может поддерживать сексуальные отношения с женой в течение двух лет перед тем, как он заразит ее, или же это может произойти при первом же сношении. Люди более заразны в период, когда они сами только что были инфицированы ВИЧ.

### **Каково происхождение ВИЧ?**

О происхождении ВИЧ единых и окончательных данных нет. Согласно одной из теорий, ВИЧ был первоначально передан людям от укуса обезьяны в Африке. Другая теория утверждает, что сначала он попал в Азию через наркоманов, пользовавшихся внутривенными инъекциями, которые прибыли с Запада в качестве туристов. Однако, знание о происхождении вируса не играет никакой роли, когда речь идет о защите от вируса.

### **Можно ли вылечиться от ВИЧ?**

В настоящее время от ВИЧ вакцины и лекарства не существует. Сейчас ведутся многочисленные международные и отечественные исследования и испытания вакцин, однако успех все еще не достигнут. Однако применяют комбинацию препаратов, называемых антиретровирусной терапией (АРВТ).

В нашей стране АРВТ назначается врачом на безвозмездной основе и помогает контролировать рост вируса в организме ВИЧ-инфицированного человека. Это предупреждает ослабление иммунной системы и делает организм более устойчивым к сопутствующим инфекциям. АРВТ может неопределенно долго сдерживать рост вируса, но не может полностью уничтожить ВИЧ.

### ***Способны ли средства, предлагаемые традиционными врачами, излечить от СПИДа?***

Традиционные врачи во всем мире пытаются продавать «средства» от СПИДа. Ученые разных стран изучили многие из этих так называемых «лекарств», но ни одно из них пока не доказало свою способность устранить ВИЧ. Некоторые знахари выявили вещества, которые могут ослаблять некоторых из симптомов сопутствующих заболеваний. Следует обращаться только за квалифицированной медицинской помощью.

### ***Заражаются ли женщины легче, чем мужчины?***

При попадании инфицированной спермы в организм и женщины, и мужчины, возникает высокий риск заражения ВИЧ.

Женщины более уязвимы к инфекции, чем мужчины, вследствие того, что их половые органы располагаются по большей части внутри.

Женщины уязвимы к инфекции и потому, что они чаще становятся объектом изнасилования или принуждения. Некоторые женщины вынуждены «торговать собой» по финансовым соображениям. Такие женщины не имеют достаточной возможности использовать презерватив при каждом сексуальном контакте, что повышает риск инфицироваться ИППП и ВИЧ. А затем инфицировать своих партнеров.

### ***Какое действие оказывают заболевания, передающиеся половым путем, на ВИЧ?***

Неконтролируемое присутствие любого заболевания, передающегося половым путем, такого как сифилис или гонорея, облегчает передачу ВИЧ от одного человека к другому. Это происходит потому, что:

- во-первых, вызванные ими открытые язвочки и волдыри открывают более прямой доступ к кровеносной системе, облегчая попадание в организм других инфекций, включая ВИЧ;
- во вторых, наличие венерического заболевания - признак опасного поведения (без использования презерватива) и уязвимости к ВИЧ.

Поэтому предупреждения заражения и лечение заболеваний, передающихся половым путем - важный аспект защиты от заражения ВИЧ.

### ***Каким образом алкоголь и наркотики увеличивают вероятность заражения?***

Из-за изолированности или скуки, вызванной монотонным трудом, некоторые работающие люди, чтобы забыться, склонны принимать алкоголь или наркотики.

Прием алкоголя или наркотиков без предписания врача может ухудшить способность здраво рассуждать и контролировать свое поведение.

Есть предположение, что потребление алкоголя увеличивает сексуальное влечение. Когда люди находятся под действием алкоголя и-или наркотиков, они чаще вступают в рискованные (в том числе, без применения презерватива) сексуальные отношения.

### **Что представляет собой более безопасный сексуальный контакт?**

Безопасный сексуальный контакт означает принятие мер предосторожности с целью уменьшить риск заражения ВИЧ или другими инфекциями, передающимися половым путем. В этой связи приведем самые простые рекомендации:

**Воздержание:** Примите решение воздерживаться от секса, например, в период командировок.

**Сохраняйте верность:** Вступайте в сексуальные отношения только с одним партнером, который, как вы знаете из результатов тестирования, не инфицирован ВИЧ.

**Сексуальный контакт без проникновения:** мастурбация, взаимная мастурбация и имитация полового контакта между бедер партнера.

**Используйте презервативы:** При каждом половом контакте правильно применяйте презервативы. Презервативы создают барьер для проникновения жидких субстанций в организм. Но бывают случаи разрыва презерватива от неправильного его использования. Тогда возникает высокий риск заражения ВИЧ, если один из партнеров уже инфицирован.

**Ждите:** Подождите еще один год, прежде чем вступить в первый половой контакт.

**Своевременно лечите заболевания, передающиеся половым путем:** Заболевания, передающиеся половым путем, увеличивают риск заражения ВИЧ. Лечение любых венерических заболеваний нужно начинать как можно скорее под наблюдение врача (!).

### **2.1.2. Основные сведения об инфекциях, передаваемых половым путем**

Почему так важно знать об инфекциях, передаваемых половым путем?

С одной стороны, эти инфекции являются показателем того, что данный человек практиковал незащищенный сексуальный контакт, что приводит к инфицированию ВИЧ.

С другой стороны, инфекции, передающиеся половым путем - главная причина бесплодия женщин. Эти болезни могут повреждать репродуктивную систему женщины, делая беременность для нее трудной или невозможной. Например, бесплодие может вызвать такая весьма распространенная инфекция, как хламидиоз. Некоторые женщины могут быть поражены инфекцией, но не иметь каких-либо симптомов; однако эта инфекция может помешать им иметь детей.

### **Каковы в этом контексте основные проблемы работающих на производстве?**

Важно получить правильное лечение. Инфекции, передающиеся половым путем, следует начинать лечить без промедления и с помощью врачей. Часто работники неохотно обращаются в медучреждения по месту работы по поводу инфекций, передающихся половым путем. Они могут также полагать, что будет дешевле и удобнее пойти в аптеку, чем обращаться к врачу. Если же не лечить эти инфекции или заниматься самолечением, то можно получить серьезное осложнение, в том числе бесплодие, и даже умереть.

Если у вас есть инфекция, передающаяся половым путем, важно сообщить об этом вашему партнеру (партнерам), с тем чтобы они могли обратиться за лечением. Проследите за тем, чтобы все ваши сексуальные партнеры прошли медицинскую проверку и курс лечения. Если вы получаете необходимое лечение, а ваш партнер нет, вы можете заразиться снова в случае продолжения ваших сексуальных отношений. Человек может быть инфицирован и не иметь никаких проявлений, и он может даже снова инфицировать своего партнера после того, как он или она прошли курс лечения.

### **Каковы наиболее распространенные инфекции, передающиеся половым путем?**

Ниже перечислены и описаны наиболее распространенные инфекции, передающиеся половым путем.

#### **а. Хламидиоз**

*Мужчины:* У 25 % протекает бессимптомно. Мужчины могут испытывать болезненные или жгущие ощущения при мочеиспускании, и-или наблюдать при этом водянистые или полупрозрачные выделения.

*Женщины:* У 75 % женщин нет никаких симптомов. У них могут наблюдаться нетипичные выделения из влагалища, нерегулярные кровотечения; ощущается боль внизу живота и в районе лобка, сопровождаемая тошнотой и лихорадкой. Может вызвать болезненное мочеиспускание, частые позывы к мочеиспусканию, кровь в моче.

*Оба пола:* Могут воспалиться и покраснеть глаза, появляется зуд и раздражение. Инфекция может попасть в глаза, если коснуться руками инфицированных половых органов и затем потереть себе глаза руками.

*Дети:* Некоторые заболевания, передающиеся половым путем, могут попасть от матери в глаза ребенка при родах.

Последствия: могут возникнуть серьезные осложнения, такие как негонорейный уретрит у мужчин и воспаление мочевого тракта у женщин. Если его не лечить, то у женщин часто возникает бесплодие. При воспалении глаз у ребенка можно применять антибиотики в виде мази. Если воспаление не лечить, ребенок может ослепнуть.

#### **б. Гонорея**

*Мужчины:* Густые, серовато-желтые гнойные выделения из члена и ощущение жжения при мочеиспускании. У некоторых мужчин нет никаких проявлений инфекции.

*Женщины:* Обычно проявления заболевания отсутствуют. У некоторых женщин наблюдаются гнойные выделения из влагалища, нерегулярные кровотечения, болезненное мочеиспускание и боль внизу живота.

*Оба пола:* Симптомы могут проявиться через 2-10 дней после контакта с инфицированным лицом.

*Дети:* Может привести к слепоте.

Последствия: у женщин может привести к бесплодию, воспалению мочевого тракта.

#### **с. Герпес гениталий**

*Оба пола:* Вызывается вирусом простого герпеса и передается при прямом кожном контакте во время обычного, анального или орального полового сношения. Хотя у некоторых людей никаких симптомов не проявляется, большинство испытывает зуд, ощущения покалывания или

жжения; часто вслед за этим в районе гениталий или заднего прохода появляются болезненные волдыри, которые лопаются и превращаются в ранки. Симптомы могут проявиться через 2-10 дней после заражения и длиться 2-3 недели. У некоторых протекает бессимптомно.

Последствия: повторные высыпания болезненных пузырьков случаются у 33 % лиц, больных герпесом. Герпес может увеличить риск возникновения рака шейки матки. Может передаваться ребенку во время родов.

#### **d. Сифилис**

Оба пола: И для мужчин, и для женщин симптомы появляются через 10-90 дней после заражения. В районе гениталий, заднего прохода, рта или горла или внутри них появляются безболезненные, воспаленные язвочки. Если сразу не лечить, через 3-6 недель после этого возникает кожная сыпь, часто на руках и ступнях ног. Затем она обычно исчезает. Другие признаки могут включать выпадение волос, воспаление горла, усталость или умеренную лихорадку.

Последствия: через несколько лет может вызвать остановку сердца, слепоту, повреждение головного и спинного мозга.

#### **e. Шанкرويد**

Оба пола: Признаки включают мягкие, болезненные язвы, которые легко кровоточат, вокруг влагалища, пениса, заднего прохода или внутри них. Может также вызывать болезненную опухлость лимфатических узлов в паху и небольшое повышение температуры.

Женщины: У многих протекает бессимптомно. Может ощущаться боль при мочеиспускании или дефекации, кровотечение из заднего прохода, боль во влагалище при половом сношении или менструации.

Последствия: больные шанкroidом легко заражаются ВИЧ, поскольку язвы кровоточат, что дает вирусу возможность проникнуть в организм через систему кровообращения.

#### **f. Венерические бородавки**

Оба пола: Венерические бородавки - результат вирусного заражения при сексуальном контакте. Они часто растут вместе, небольшими группами на половых органах, в районе заднего прохода и горла или внутри них. В зависимости от местоположения они могут иметь розовую, коричневую или серую окраску и быть мягкими на ощупь; или же маленькими, твердыми и желтовато-серыми. Мало распространены.

Последствия: Венерические бородавки обезображивают половые органы. Лечение может устранить повреждения.

#### **g. Трихомониаз**

Женщины: Это вагинальная инфекция, которая чаще всего передается при половом акте, но может передаваться и через мокрые предметы, такие как влажная одежда и полотенце, банные принадлежности и т.д. Симптомы включают ощущение жжения при мочеиспускании и неприятно пахнущие, пенистые выделения, а также покраснение и опухание входа во влагалище.

Мужчины: У мужчин обычно нет никаких проявлений, но могут быть незначительные выделения и-или ранки и ощущения зуда.

Последствия: может привести к заболеваниям мочеиспускательного канала.

#### **h. Воспаление мочеполовых органов**

При таком воспалении поражаются маточные трубы, оболочка

мочеиспускательного канала и-или яичники. Обычно вызывается нелеченными венерическими инфекциями, которые попадают в репродуктивную систему через шейку матки, такими как хламидиоз или гонорея. В то время как симптомы у многих разные, самый общий признак - боль внизу живота. Другие признаки могут включать частое мочеиспускание и-или ощущение жжения во время мочеиспускания, внезапную лихорадку, тошноту или рвоту, необычные выделения из влагалища и-или боль или кровотечение после сношения.

Последствия: Может привести к бесплодию или внематочной беременности.

### 2.1.3. Презерватив как средство индивидуальной защиты от инфицирования ВИЧ/ИППП

Доверенные лица часто сталкиваются с сопротивлением тех кто:

- выступает против применения презервативов по религиозным или моральным причинам;
- говорит о ненадежности презервативов для предотвращения ВИЧ;
- смущается при разговоре о презервативах и сексуальных проблемах;
- отрицает наличие рисков в связи с сексуальными контактами и необходимость применения презервативов;
- думает, что пропаганда применения презервативов поощряет сексуальные контакты.

#### ***Почему следует преодолевать препятствия к использованию презервативов?***

Если препятствия к использованию презервативов не будут преодолены, то будет все больше людей инфицироваться ВИЧ/ИППП. Нужно открыто и прямо говорить о человеческой сексуальности и о правильном использовании презервативов (предупреждать разрывы латекса). Если организаторы системы просвещения на рабочем месте и сами доверенные лица не ставят в качестве приоритетной задачи пропаганду использования презервативов, то достигнутые успехи будут более чем скромными.

#### ***Как можно преодолеть препятствия?***

Нет никаких готовых решений относительно этого. Доверенным лицам необходимо выяснить у своих сослуживцев, с какими реальными препятствиями те сталкивались. Чем раньше выявлены препятствия, тем легче их преодолеть.

#### ***Выясните, что допустимо.***

Один из способов выяснения того, в какой степени приемлема пропаганда использования презервативов, - индивидуальная беседа доверенного лица с сослуживцами о презервативах до того, как вы станете обсуждать этот вопрос с группой.

#### ***Помогите людям осознать существующие препятствия.***

Иногда достаточно лишь указать на существующее препятствие и поговорить о нем, чтобы устранить это препятствие. Но могут также понадобиться большие усилия и время, чтобы добиться от людей

осознания ими своих предубеждений, нежелания изменить свои представления или взглянуть в лицо реальности, которую они пытаются не замечать, или же которая вызывает у них отрицательные эмоции. Многие испытывают двойственные чувства относительно презервативов и их использования. Люди могут испытывать внутренний конфликт между глубоко укоренившимися религиозными ценностями, осуждающими использование презервативов, и тем фактом, что они нуждаются в защите от ВИЧ.

### Открыто и прямо говорите о препятствии.

Важно обсудить причины существования подобных препятствий и найти возможные компромиссы для их преодоления. Ролевые и другие игры, групповые упражнения и различные приемы могут помочь людям осознать существующие препятствия.

### Демонстрируйте смелость, твердость и убежденность.

Доверенным лицам необходимо быть твердо убежденным в том, что действуют правильно, они не должны бояться нарушать условности и выходить за рамки общепринятого. Конечно, легче отказаться от обсуждения вопросов сексуальных отношений и признания существующих препятствий, но это не замедлит распространение ВИЧ. Те, кто пропагандирует применение презервативов, должен одновременно проявлять деликатность, чтобы не оскорблять людей без какой-либо на то необходимости, и решительность, чтобы обсуждать и преодолевать препятствия.

### Подходите с юмором к использованию презервативов.

Один из лучших способов преодоления стеснительности и дискомфорта при разговоре о презервативах - прибегать к юмору. Одно лишь упоминание слова «презерватив» может вызвать смехок в аудитории. Если вы раздадите в аудитории презервативы для ознакомления или продемонстрируете, как ими пользоваться, это может помочь слушателям преодолеть чувство неловкости, которое они испытывают в отношении презервативов.

### **Как могут реагировать доверенные лица на препятствия для использования презервативов?**

**ПРЕПЯТСТВИЕ:** РАСПРОСТРАНЕН МИФ О ТОМ, ЧТО ОГРАНИЧЕН ДОСТУП К КАЧЕСТВЕННЫМ ПРЕЗЕРВАТИВАМ.

- Подчеркните, что презервативы проверяются с помощью электронной аппаратуры и что шансы инфицироваться ВИЧ при половом контакте с использованием качественного презерватива практически равны нулю.
- Сошлитесь на исследования, которые доказывают, что ВИЧ и другие инфекции, передающиеся половым путем, а также семенная жидкость не могут пройти через латекс (резиновую оболочку) презерватива.
- Убедите сослуживцев в предварительном приобретении качественных презервативов.

### **ПРЕПЯТСТВИЕ: ПРЕЗЕРВАТИВЫ СНИЖАЮТ ОСТРОТУ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ОЩУЩЕНИЙ ПРИ ПОЛОВОМ КОНТАКТЕ.**

- Укажите, что презерватив, возможно, и ощущается при проникновении полового органа, но когда его температура сравнивается с температурой тела, его почти никто не ощущает, и о нем быстро забывают.
- Во время полового акта обычно трудно заметить, что презерватив порвался или соскользнул. Это лишний раз доказывает, что наличие презерватива редко ощущается.
- Люди привыкают к использованию презервативов. Недостаток - снижение остроты ощущений - представляется незначительным по сравнению с угрозой инфицироваться ВИЧ или другой инфекцией, передающейся половым путем.

### **ПРЕПЯТСТВИЕ: ОПАСЕНИЕ, ЧТО ПРЕЗЕРВАТИВ СОСКОЧИТ И ПОПАДЕТ В МАТКУ.**

- Разъясните правила использования презервативов, включая рекомендацию для мужчин придерживать презерватив при выходе из влагалища после семяизвержения и снижения напряженности полового органа.
- Объясните, что презерватив не может попасть в матку или другие части женского тела. Если мужчина оставил презерватив внутри влагалища, женщина может просто вытянуть его пальцами.

### **Как можно сделать использование презерватива более комфортным?**

Многие не пользуются презервативами, потому что, по их ощущениям, это уменьшает их сексуальное желание. Ниже приведены рекомендации относительно того, как сделать применение презерватива более комфортным.

Поэкспериментируйте с презервативом. Поиграйте с ним вместе с вашим партнером. Оболочка презерватива никогда не будет ощущаться как человеческая кожа. Просто примите этот факт и пощупайте латекс; ваши ощущения от презерватива могут оказаться приятными. Если презерватив воспринимать как радостную часть любовного акта, а не как средство гигиены, сопротивление его использованию будет во многом устранено.

Пусть презерватив наденет ваш партнер. Презерватив может надевать вам ваш сексуальный партнер, что может стать захватывающей частью любовной игры вместо отвлекающей операции.

Используйте один презерватив после другого. Презерватив можно снять и надеть вместо него другой во время сношения - до того, как произойдет семяизвержение.

Применение разнообразных современных средств и видов презервативов увеличивает остроту ощущений. Пробуйте различные презервативы. Если можно, держите под рукой презервативы разного вида и цвета, с тем чтобы вы могли поэкспериментировать и найти тот, который больше нравится вам и вашему партнеру. Выбор презерватива можно уподобить выбору сорта мыла. Некоторые любят пробовать различные торговые марки, а другие всегда пользуются только одним сортом, потому что привыкли к нему, и это вызывает у них чувство защищенности.

Презерватив удлиняет половой акт. Презерватив уменьшает трение и в результате может задерживать семяизвержение. Для многих мужчин и женщин это является преимуществом, но проблемой для других. Для последних применимы другие способы сексуального сношения без проникновения до того момента, пока мужчина не будет готов к семяизвержению, и тогда уже можно будет надеть презерватив.

Предварительно поговорите о презервативах с партнером. Поговорите с вашими партнерами и друзьями о том, как сделать применение презерватива более приятным.

#### 2.1.4. Консультирование и тестирование на ВИЧ

##### **Что представляет собой добровольное прохождение консультирования и тестирование на антитела к ВИЧ?**

Добровольное консультирование и тестирование на антитела к ВИЧ означает, что человек добровольно и самостоятельно принимает решение пойти и проверить свою кровь на присутствие антител на ВИЧ. В то же время опытный консультант задает вопросы и выслушивает ответы, предлагает свои рекомендации о процессе проверки на ВИЧ и предлагает помощь, когда результат готов и становится ясно, инфицирован этот человек или нет. Система консультирования и проверки на ВИЧ - важный связующий элемент между теми, кто проверяется, и системой оказания помощи и поддержки лицам, пораженным ВИЧ/СПИДом.

Добровольное тестирование проводится, как правило, территориальным центром СПИД местным учреждением здравоохранения, а не медицинской службой предприятия. Если же на предприятии существует необходимая медицинская служба, добровольную проверку можно проводить по просьбе работника и при его письменном согласии и, если поступит такая просьба, после консультации с представителем трудящихся. Проверка должна проводиться квалифицированным персоналом с соблюдением требования строгой конфиденциальности и неразглашения личных данных. Консультации, учитывающие гендерные факторы, до и после проверки, которые помогают понять суть и цели тестирования на ВИЧ, информация о преимуществах и недостатках тестирования и о последствиях результатов проверки для работника - все это должно составлять важную часть процедуры тестирования.

##### **Должна ли проверка на ВИЧ быть обязательной?**

При обязательном тестировании людей заставляют пройти проверку даже без их согласия (а иногда и без их ведома). Такой метод противоречит Своду практических правил МОТ по вопросу «ВИЧ/СПИД и сфера труда», а также российскому законодательству (исключая некоторые случаи).

Информацию о наличии ВИЧ-инфекции не должны требовать при поступлении на работу или от уже работающих лиц. Однако, если трудящиеся по своей собственной инициативе хотели бы провериться, им следует оказывать в этом содействие.

##### **Какие вопросы относительно доступности служб консультирования и тестирования на ВИЧ возникают у работников?**

Страх перед результатом анализа. Понятно, что люди боятся узнать,

что они могут быть ВИЧ-позитивны (наличие ВИЧ-инфекции в организме), но часто они не знают преимуществ выявления инфекции на ранних стадиях.

**Конфиденциальность.** От работников на производстве нельзя требовать предоставления информации о его ВИЧ-статусе. Все данные медицинского характера должны сохраняться строго втайне и обрабатываться только персоналом, обязанным соблюдать требования конфиденциальности. Если работник решил сообщить руководству о своем ВИЧ-статусе, компания не должна раскрывать его имя, если только сам работник не будет готов сделать это.

### **Как проходит консультирование и тестирование на антитела к ВИЧ?**

**Принятие решения.** Наиболее трудная часть процесса консультирования и тестирования на наличие антител к ВИЧ – оценить собственные поведенческие риски, собраться с духом и пойти на проверку, а затем придти еще раз за результатом, если его не выдают сразу же. Многие склонны отрицать, что их сексуальное поведение может подвергать их крайнему риску, другие же могут испытывать преувеличенный страх перед возможностью инфицирования.

**Получение поддержки.** Процесс консультирования и тестирования на ВИЧ может проходить в одиночку, если придти туда одному. Лучше обсудить свое намерение пройти проверку с супругой (супругом) или близкими друзьями. Многим легче отправиться на тестирование, если их сопровождает супруг (супруга) или друг. Некоторые даже договариваются пройти такую проверку вместе.

**Роль консультанта.** Консультант – это человек, получивший специальную подготовку по оказанию помощи людям, испытывающим нервное напряжение в связи с тестированием. Они сообщают им полезную информацию относительно предстоящей проверки и выслушивают любые беспокоящие их вопросы. Они также помогают им подготовиться к получению результата и планировать свое будущее.

**Анализ крови.** Кровь из руки проверяемого лица забирает лаборант. Кровь собирают в пробирку, на которой нет имени проверяемого, а лишь номер. Таким образом, соотнести результат анализа с именем человека, проходящего проверку, может только консультант.

**Конфиденциальность.** Из-за опасений дискриминации или общественного осуждения большинство людей не хочет, чтобы другие знали, есть у них ВИЧ или нет. По этой причине те, кто работает в службе консультирования и тестирования на ВИЧ, обязан сохранять конфиденциальность всех данных.

**Получение результата.** В поликлиниках по месту жительства, а также территориальных центрах СПИД, большинство тех, кто сдает анализ на ВИЧ, оказываются неинфицированными. Бывает и так, что проверяемые до этого вели себя так, что подвергали себя серьезному риску инфицирования, и они используют полученный отрицательный результат анализа для принятия решения о том, что будут вести себя в будущем более осмотрительно. С теми, кто оказывается ВИЧ-позитивным, беседует консультант; он говорит им о том, как важно защитить от инфекции других, а себя – от вторичного инфицирования, как важно перестроить

свое поведение, как найти поддержку у тех, кто живет с ВИЧ/СПИДом, куда следует обратиться за лечением, какие существуют государственные гарантии в отношении граждан России.

### **Каковы преимущества прохождения теста на антитела к ВИЧ?**

**Конец опасениям о состоянии своего здоровья.** Тестирование позволяет людям узнать, инфицированы ли они ВИЧ, и перестать волноваться по этому поводу. Те, кто с тревогой вспоминал, как он вел себя в прошлом, после прохождения проверки может начать новую жизнь.

**Новый импульс для более безопасного поведения.** Выяснив, что вы ВИЧ-отрицательны, вы можете открыть новую страницу в своей жизни и перейти к более безопасному сексуальному поведению.

**Помогает парам планировать будущее.** Люди могут захотеть провериться на ВИЧ перед заключением брака. Если оба ВИЧ-отрицательны, то они будут знать, что их ребенок не будет ВИЧ-позитивным. Если один или оба ВИЧ-инфицированы, они могут обратиться за необходимым лечением, а женщина может начать принимать антиретровирусные препараты, чтобы защитить будущего ребенка.

**Планировать дальнейшую жизнь.** Можно планировать меры, чтобы обеспечить в будущем материальное благосостояние своей семьи, подготовить завещание и сделать финансовые распоряжения.

**Продлить свою жизнь.** В случае наличия инфекции можно продлить свою жизнь, перестроив свое поведение и приняв меры борьбы с сопутствующими заболеваниями. Например, чтобы продлить жизнь, нужно избегать вторичного инфицирования, систематически принимать АРВТ, сократить потребление алкоголя и правильно питаться, то есть вести здоровый образ жизни, укреплять иммунитет. При таких условиях ВИЧ-инфицированные люди могут качественно и достойно жить и работать.

**Не инфицировать будущего ребенка.** Те, кто знает, что он инфицирован, может принять меры, чтобы не иметь детей, или же сократить вероятность того, что ребенок родится инфицированными.

### **Что мешает людям обратиться за консультацией и пройти проверку на ВИЧ?**

**Страх общественного осуждения.** Из-за общественного осуждения в связи с ВИЧ люди боятся идти на проверку, опасаясь, что другие заподозрят, что они инфицированы.

**Приравнивание СПИД к смерти.** Люди часто воспринимают консультирование и тестирование на ВИЧ как смертный приговор. Они не понимают, что не все те, чье сексуальное поведение было достаточно рискованным, обязательно инфицируются. Кроме того, узнав своевременно диагноз, человек может продлить себе жизнь.

**Страх быстрого ухудшения здоровья.** Некоторые люди преувеличивают ужасы статуса ВИЧ-инфицированного. Они думают, что их состояние быстро ухудшится и вскоре после прохождения проверки им останется только ожидать смерти. Фактически большинство людей проживает много лет после заражения, не проявляя симптомов и ничем не боля полноценной жизнью.

**Недостаточная информированность** о преимуществах прохождения тестирования. Обсуждение вопросов, сексуального поведения, частной

жизни, к сожалению, не имеет широкого распространения и считаются закрытыми в нашей стране. Многие взрослые люди считают, что эта проблема их не касается по принципу «меньше знаешь – лучше спишь».

Месторасположение и график работы учреждения, предоставляющего услуги консультирования и тестирования, не всегда удобны. Часто оно далеко расположено от места проживания. Затраты на процедуру проверки возрастает, если для этого приходится ехать в другой, далеко расположенный город из-за боязни огласки при тестировании по месту жительства.

Недостаточная конфиденциальность услуг по консультированию и тестированию. Некоторые боятся, что положительный результат проверки на ВИЧ может оказаться известным другим из-за несдержанности медицинского персонала.

Опасение последствий для занятости. Некоторые трудящиеся боятся, что анонимность проверки не будет соблюдена, и что если они окажутся ВИЧ-позитивны, это станет известным на работе, и они будут подвергаться общественному осуждению или дискриминации.

Чувство вины. Некоторые испытывают чувство вины в связи со своим опасным прошлым поведением. Они не хотят оказаться в ситуации, когда они будут вынуждены рассказать своей жене или мужу, что они ВИЧ-инфицированы.

## 2.1.5. Права трудящихся и корпоративная политика в отношении ВИЧ/СПИД

(включая предубеждения в обществе и дискриминацию)

### **Что представляют собой права человека?**

Права человека распространяются на всех людей. Те, кто живет с ВИЧ/СПИДом, имеет те же права, что и любой другой человек. Эти права человека, признанные во всем мире, включают:

- право на жизнь
- право на защиту от дискриминации
- право на частную жизнь
- право на труд
- право на образование
- право на медицинское обслуживание
- право на уважение достоинства
- право на убежище
- право на свободу передвижения
- право на свободу выражения мнений
- право на свободу мысли и религии.

Нарушения прав человека в связи с ВИЧ-статусом часто имеют место в контексте занятости. Эти нарушения могут принимать различную форму. Это, например, принудительное обследование кандидатов на рабочее место или уже работающих; нарушение требования конфиденциальности в отношении информации личного характера в связи с ВИЧ; дискриминация в трудоустройстве и условиях занятости (включая обучение, содействие служебному росту и социальные пособия). Защита прав человека в контексте ВИЧ/СПИД важна не только для того, чтобы оградить достоинство инфицированных лиц, но и потому, что защита их прав -

необходимая часть борьбы с эпидемией: если люди боятся увольнения или общественного осуждения, они, скорее всего, будут скрывать свой ВИЧ-позитивный статус и будут передавать вирус другим.

Кроме того, они, скорее всего не будут обращаться за лечением или консультациями. Все успешные инициативы по предотвращению эпидемии были частью более широкого подхода, который включал создание обстановки открытости, доверия и решительного отпора дискриминации. Трудящиеся, живущие с ВИЧ/СПИД, нуждаются в уважении и поддержке со стороны своих коллег по работе, чтобы они могли жить с ВИЧ и справляться с возникающими проблемами.

### **Что подразумевается под «общественным осуждением» (стигматизацией)?**

Общественное осуждение можно определить как негативное отношение к одному человеку или группе лиц, основанное на предубеждении. В контексте ВИЧ/СПИДа и сферы труда оно затрагивает трудящихся, живущих с ВИЧ, от которых их коллеги стараются держаться подальше в силу неверных представлений о ВИЧ и путях его распространения.

### **Что подразумевается под дискриминацией?**

Дискриминация имеет место в случае несправедливого обращения (чаще как нарушение прав, гарантируемых государством) с лицом, имеющим ВИЧ-позитивный статус, или считающимся таковым. Например, ВИЧ-инфицированный работник подвергается дискриминации, если его не продвигают по служебной лестнице из-за его ВИЧ-позитивного статуса.

### **Как преодолевать дискриминацию и общественное осуждение?**

Подчеркните, что при бытовом и производственном контакте нет риска инфицироваться ВИЧ. В подавляющем большинстве профессий присутствие ВИЧ-позитивных лиц на работе не подвергает других опасности инфицирования. Работодатели и коллеги по работе не должны опасаться инфицироваться в результате обычных контактов с ВИЧ-позитивными работниками. При рукопожатии, кашле, чихании, пользовании общим телефоном, оборудованием, инструментами, туалетом, посудой, мебелью и душем вирус передаваться не может.

Подчеркните тот факт, что ВИЧ-позитивные лица могут вести полноценную трудовую жизнь. Они могут сохранять хорошее состояние здоровья и продолжать работать в течение нескольких лет, несмотря на инфекцию. Работа дает им стимул для жизни, позволяет им приобретать еду для дома и лекарства. Недискриминация тех, кто живет с ВИЧ/СПИДом, не означает, что работодатель обязан держать их на работе, как бы больны они ни были. Если работник не может больше работать, даже при соответствующем обустройстве его рабочего места и переводе на более легкую работу, то налицо разумные основания для увольнения. Что должно быть запрещено - так это дискриминация лиц с ВИЧ-позитивным статусом, которые все еще могут выполнять свои рабочие обязанности по медицинским показаниям.

Привлекайте лиц, живущих с ВИЧ/СПИДом, к занятиям в системе просвещения на рабочем месте. По мере возможности приглашайте на занятия тех, кто живет с ВИЧ/СПИДом, чтобы поговорить об их положении

вместе с участниками. Если среди коллег их нет, узнайте, нет ли в округе других лиц, живущих с ВИЧ/СПИДом, которые могли бы прийти и встретиться с участниками. Если слушатели увидят, как вы пожимаете руку или обнимаете человека, живущего с ВИЧ/СПИДом, это их успокоит и убедит в том, что при бытовом контакте риска инфицирования ВИЧ нет.

**Выведите проблему ВИЧ из тени.** Большинство взрослых имеют сексуальные отношения. У многих эти связи таковы, что подвергают их опасности. Молодые люди особенно уязвимы, поскольку у большинства из них нет постоянных партнеров. Реальные стороны сексуальных отношений, которые подвергают людей опасности, должны обсуждаться открыто и прямо. Если люди будут более открыто говорить о ВИЧ вообще, то они будут более открыто говорить и о тех, кто подвергается инфицированию. Обращаться с другими инфицированными людьми так, как вы хотели бы, чтобы обращались с вами, - это первый шаг к пониманию того, что значит быть ВИЧ-инфицированным.

### ПОЛИТИКА ПРЕДПРИЯТИЯ В ОТНОШЕНИИ ВИЧ/СПИД

Работодатели не должны проводить или разрешать проводить кадровую политику или меры, противоречащие законодательству, которые дискриминируют трудящихся, инфицированных или затрагиваемых ВИЧ/СПИДом. В частности, работодатели должны:

не требовать тестирования на ВИЧ (противоречит российскому законодательству);

- следить за тем, чтобы труд был свободен от дискриминации или предубеждений в связи с действительным или предполагаемым ВИЧ-позитивным статусом;
- помогать лицам, имеющим сопутствующие заболевания, связанные с ВИЧ, продолжать трудиться до тех пор, пока они, на основании медицинских показаний, еще могут выполнять соответствующую работу;
- в случае работника, который из-за сопутствующего заболевания, вызванного ВИЧ, не может продолжать работать, и когда исчерпаны все альтернативные средства, включая отпуск по нетрудоспособности, работодатель прекращает трудовые отношения в соответствии с принципами недискриминации и трудовым кодексом при соблюдении общих процедур и с выплатой пособий.

Международная организация труда (МОТ), специализированное агентство системы ООН, подготовила Свод практических правил по вопросу «ВИЧ/СПИД и сфера труда» (далее Свод), который содержит признанные в международном масштабе принципы выработки и реализации корпоративной политики по ВИЧ/СПИД и соответствующих программ. Свод был разработан в сотрудничестве с правительствами и организациями трудящихся и предпринимателей. Свод содержит десять основных принципов (разъясняемых ниже) выработки и проведении на предприятии эффективной политики и программ в данной области:

## **1. Признание ВИЧ/СПИД в качестве проблемы сферы труда**

ВИЧ/СПИД является проблемой сферы труда и подход к ней на предприятии должен быть таким же, как к любой другой серьезной болезни или состоянию здоровья.

## **2. Недопущение дискриминации**

Следуя принципам создания достойных условия труда и соблюдения прав человека и достоинства лиц, инфицированных ВИЧ/СПИДом или затрагиваемых им, не должна допускать дискриминации трудящихся на основе их фактического или предполагаемого ВИЧ-статуса. Дискриминация и негативное отношение к лицам, живущим с ВИЧ/СПИДом, подрывает усилия, направленные на содействие предотвращению ВИЧ.

## **3. Гендерное равенство**

Следует признавать гендерную составляющую проблемы ВИЧ/СПИД. Женщины чаще инфицируются ВИЧ и более подвержены негативным последствиям эпидемии ВИЧ/СПИД, чем мужчины, в силу биологических, социокультурных и экономических факторов. Чем больше гендерная дискриминация в обществе и чем ниже социально-экономический статус женщин, тем тяжелее на них отражается ВИЧ. Поэтому большее гендерное равенство и расширение возможностей женщин играют важную роль в успешной борьбе с распространением ВИЧ и позволяют им решать проблемы, связанные с ВИЧ/СПИД.

## **4. Здоровая производственная среда**

Производственная среда должна быть здоровой и безопасной, насколько это практически возможно, для всех заинтересованных сторон. Следует принимать общие меры предосторожности и безопасности, иметь соответствующее оборудование, с тем чтобы исключить передачу ВИЧ через инфицированную кровь и-или биологические жидкости.

## **5. Социальный диалог**

Успешное проведение политики и программ борьбы с ВИЧ/СПИД требует отношений сотрудничества и доверия между работодателями, трудящимися и их представителями и правительством там, где это уместно, при активном участии трудящихся, инфицированных ВИЧ/СПИД.

## **6. Проверка с целью воспрепятствовать приему на работу или отстранить от процесса труда (скрининг)**

От лиц, поступающих на работу или уже работающих, нельзя требовать прохождения тестирования на антитела к ВИЧ.

## **7. Конфиденциальность**

Нет никаких оправданий для того, чтобы требовать от лиц, поступающих на работу или уже работающих, разглашения личных данных, имеющих

отношение к ВИЧ. Другие работники также не должны принуждаться к тому, чтобы сообщать информацию подобного рода о своих коллегах. Доступ к личным данным, касающимся ВИЧ-статуса работника, должен иметь лишь персонал, обязанный выполнять положения о неразглашении медицинских данных.

## 8. Продолжение отношений занятости

Инфицирование ВИЧ - не причина для прекращения занятости. Как и в случае многих других заболеваний, лица, страдающие от сопутствующих заболеваний, имеющих отношение к ВИЧ, должны иметь возможность трудиться до тех пор, пока они могут это делать в соответствии с медицинскими показаниями, выполняя имеющуюся соответствующую работу.

## 9. Профилактика

Инфицирование ВИЧ можно предотвратить. Устранение всех путей передачи инфекции может быть достигнуто с помощью разных стратегий, которые отвечают национальным условиям и культурным традициям. Профилактике содействуют: перестройка поведения людей, повышение их информированности, лечение и созданию недискриминационной обстановки.

## 10. Помощь и поддержка

Солидарность, помощь и поддержка должны быть главными ориентирами при определении политики по ВИЧ/СПИД в сфере труда. Все трудящиеся, включая ВИЧ-инфицированных, имеет право на доступные медицинские услуги. В их отношении или в отношении их близких не должно проводиться никакой дискриминации в плане доступа и получения помощи в рамках официально действующих программ медико-социального обеспечения и программ в сфере труда.

### 2.1.6. Последствия потребления алкоголя и наркотиков

#### ***Какую роль играет алкоголь в инфицировании ВИЧ?***

Алкоголь может ослаблять самоконтроль и, таким образом, вести к поведению с высокой степенью риска. Там, где продается алкоголь (бары, дискотеки, рестораны), чаще присутствуют лица, предлагающие секс за деньги. Алкоголь может ослаблять намерение не пользоваться их услугами или использовать при этом презерватив. Возможно, данный человек намеревался использовать презерватив, но будучи слишком пьяным, он забывает про это. Потребление алкоголя может нарушить координацию движений и уменьшить вероятность правильного применения презерватива - если им вообще пользуются.

#### ***Каково воздействие алкоголя и других наркотиков?***

Потребление алкоголя и других наркотиков может нарушить мыслительный процесс и процесс принятия решений. Когда люди находятся под действием наркотиков или алкоголя, они иногда идут на риск, который

иначе они бы избегали. К этим рискам относятся секс без использования презерватива или пользование общим шприцем. Даже единичный случай полового контакта без презерватива или пользования общим шприцем с человеком, инфицированным ВИЧ, может привести к инфицированию.

### ***Как алкоголь и другие наркотики меняют поведение людей?***

Наркотики и алкоголь могут пробуждать в людях агрессию, заставить их принять необдуманное решение. Может иметь место и сексуальная агрессия, такая как принуждение к сексу или изнасилование. Когда мужчины пьют вместе, они могут подначивать друг друга на секс с работницами коммерческого секса (проститутками). Даже те, кого это мало интересует, может пойти на это под давлением приятелей.

### ***Почему некоторые более склонны к употреблению алкоголя и наркотиков?***

Трудящиеся, находящиеся вдали от дома, не имеющие семьи или проживающие в местах, где мало развлечений, часто более уязвимы. Те, кто постоянно работает на одном месте, обычно располагает свободными деньгами и может их тратить на развлечения и приобретение алкоголя и наркотиков. Некоторые работники испытывают стресс производственного характера, вызванный чувством изолированности или скуки, неблагоприятными условиями труда, грубостью бригадиров или ненормированным графиком работы, и они могут пытаться снять это напряжение, прибегая к алкоголю или наркотикам.

### ***Как могут люди, потребляющие алкоголь и другие наркотики, избежать риска инфицирования ВИЧ и другими инфекциями, передающимися половым путем?***

Самое простое решение - не принимать алкоголь и наркотики вообще. Другой путь состоит в том, чтобы сократить их потребление и не позволять другим заказывать алкоголь для вас или снова наполнять ваш стакан. Еще один метод - это ограничение приема алкоголя каждый раз, когда вы пьете, или переход к безалкогольным напиткам или воде после приема определенной дозы алкоголя. Помощь друзей и договоренность о взаимоконтроле также может снизить вероятность злоупотребления алкоголем и принятия наркотиков, и потому поможет принимать более продуманные решения относительно своего поведения.

### ***Почему люди принимают наркотики и алкоголь?***

- Чтобы легче общаться
- Они относительно доступны
- Давление со стороны окружающих
- Скука, одиночество, изоляция и потребность в поддержке
- Пониженное чувство собственного достоинства
- Следование рекламным призывам
- Употребляют значимые люди (образцы для подражания)
- Временное ослабление боли, чувство беспокойства, депрессия и переживания
- В последствии систематическое потребление, привычка

### ***Почему особенно опасны внутривенные наркотики?***

Внутривенные наркотики - один из наиболее прямых путей передачи ВИЧ и других инфекций, таких как гепатит. Это происходит во многом потому, что иглы и шприцы часто находятся в общем пользовании и кровь от одного человека часто попадает в наркотик, а во время инъекции - в вену другого пользователя.

### ***Как внутривенное введение наркотика связано с передачей инфекций половым путем, в числе которых ВИЧ?***

Постоянное применение наркотиков снижает работоспособность, ведет к нехватке средств на приобретение лекарств. Поэтому некоторые наркоманы могут начать предлагать свои сексуальные услуги за деньги, чтобы иметь возможность продолжать потворствовать своей привычке. Это увеличивает вероятность распространения вируса среди всего населения. Кроме того, в период сексуальной активности, лицо, употребляющее внутривенные наркотики может инфицировать своего сексуального партнера.

### ***Почему некоторые работники рискуют столкнуться с проблемой внутривенного приема наркотиков?***

На многих предприятиях доля работников, принимающих внутривенные наркотики, примерно та же, что и среди всего населения в целом. Ошибочно полагать, что наркоманы, в том числе принимающие инъекционные наркотики, не могут удержаться на работе. Например, подсчитано, что в некоторых странах до пяти процентов молодых мужчин принимают инъекционные наркотики. Так как это преследуется по закону, реальные масштабы явления во многом остаются неясными.

### ***Почему люди пользуются общими шприцами и другими средствами для введения наркотиков?***

Общее пользование такими средствами - широкораспространенное явление. По всей видимости, это не только следствие их нехватки. В то же время вызывает озабоченность тот факт, что там, где иметь эти средства запрещено, наркоманы чаще пользуются общими иглами и шприцами и реже носят их с собой. В некоторых территориях среди наркоманов возникла сильная групповая культура, которая стимулирует пользование общими иглами для совместного приобретения и подготовки наркотиков.

### ***Что можно сделать, чтобы помочь тем, кто принимает инъекционные наркотики?***

Помочь им понять связь между использованием общими иглами и шприцами и ВИЧ-инфекцией - это первый шаг к ограничению распространения инфекции. Правила безопасного введения инъекционных наркотиков следующие:

1. Использовать новые иглы и шприцы для инъекции и мыть руки после использования.
2. Когда это невозможно, промойте их водой, затем чистящим средством, а затем снова водой.
3. Для более безопасного секса используйте презервативы.
4. Если вам нужна помощь или лечение, обратитесь в группу

поддержки, которую сопровождает квалифицированный врач.

## 2.1.7. Гендерные проблемы

### **Что подразумевают под «гендерными проблемами»?**

Мы должны внимательно рассмотреть непростые проблемы властных и сексуальных отношений между мужчинами и женщинами. Следует признать наличие гендерных аспектов в проблеме ВИЧ/СПИД. Женщины чаще становятся инфицированными, и эпидемия ВИЧ/СПИД затрагивает их в большей степени, чем мужчин, в силу биологических, социокультурных и экономических факторов. Чем большей гендерной дискриминации подвергаются женщины в данном обществе и чем ниже их социально-экономическое положение, тем тяжелее для них последствия ВИЧ. Поэтому большее гендерное равенство и повышение социально-экономического статуса женщин крайне важны для успеха борьбы с распространением ВИЧ-инфекции и помощи им в противостоянии последствиям ВИЧ/СПИД.

### **В силу каких факторов женщины и мужчины уязвимы к ВИЧ/СПИД?**

Гендерное неравенство вызывается различными факторами, многие из которых усиливают друг друга, содействуя распространению эпидемии:

Неравенство в личных отношениях. Во многих самых разных культурах женщинам неизменно отводится второстепенная социальная и экономическая роль. Это ослабляет их позиции в отношениях с мужчинами. В результате они часто не могут сопротивляться сексуальным требованиям мужчин. Они не могут настоять на более безопасном виде секса или отказаться от незащищенного секса, даже если их партнер отличается рискованной сексуальной поведеньем. Некоторые мужчины не хотят пользоваться презервативом, или же они хотят иметь нескольких сексуальных партнеров. Согласно ЮНЭЙДС, до 80 процентов ВИЧ-позитивных женщин инфицировались от своих постоянных и давних партнеров.

В своих крайних проявлениях это неравенство выражается в насилии над женщинами - изнасиловании, сексуальной агрессии и избиении, совершаемых чаще всего партнером женщины. Исследования во всех регионах показывают, что до половины женщин подвергается физическому насилию со стороны своих партнеров, с которыми они поддерживают интимные отношения без использования презерватива.

Женщины, ухаживающие за своими близкими. Бремя забот об инфицированных членах семьи чаще падает на женщин и девушек, чем на мужчин, что увеличивает их домашнюю нагрузку, что влияет на качество работы и образования, ведет к перенапряжению.

Девушки особенно уязвимы. Средний возраст инфицирования для женщин намного ниже, чем для мужчин. Девушки в силу ряда причин особенно уязвимы. Пока ее организм не полностью физически окреп, репродуктивная система девушки легче повреждается при половом акте, что делает ее более уязвимой к инфекциям, передающимся половым путем (включая ВИЧ). К тому же молодые женщины не могут достаточно твердо себя поставить и защититься от сексуальных домогательств или принуждения со стороны более зрелых мужчин. Это может закончиться

коммерческой сексуальной эксплуатацией, что ведет к росту числа женщин - жертв торговли людьми.

Вызов, с которым сталкиваются мужчины. Если мы хотим сократить уязвимость женщин к инфицированию ВИЧ и остановить распространение инфекции, мы должны подумать, как содействовать тому, чтобы мужчины и женщины устанавливали свои отношения путем договоренности на принципе равенства. В Своде практических правил МОТ по вопросу «ВИЧ/СПИД и сфера труда» подчеркивается, что «программы просвещения для мужчин должны выработать у них понимание серьезности вопроса, умение оценивать риски и повышать ответственность в деле профилактики ВИЧ/СПИДа» (п.6.3, д). Это означает более ясное понимание характера мужчин - черт мужского поведения и многих определяющих его факторов; это означает неприятие многих стереотипов в их отношении. От мужчин также многого ожидают и на них лежит свой груз ответственности, что также содействует их уязвимости. Как от женщин ждут, что они будут следить за домом, выполнять домашнюю работу и заботиться о детях, так и от мужчин ожидают, что они будут работать, какой бы опасной, тяжелой или безрадостной ни была эта работа, и станут главными кормильцами семьи. Этот долг может быть источником гордости, но и источником стресса. Мужчины не могут уделять детям много времени. В поисках работы они могут перемещаться по стране или даже выезжать за границу. Или же им приходится соглашаться на работу вдали от родных мест, а значит, и семьи, в течение долгих месяцев, как это происходит, к примеру, с моряками, добытчиками нефти или водителями грузовиков. Во многих обществах от мужчин ожидают, что они будут сильными и мужественными и не будут проявлять своих чувств или говорить о них. Они могут также полагать, что они должны знать все о сексуальных отношениях, и всегда знать, что нужно делать, хотя это, возможно, и не так. Когда мужчины не признают, что не знают чего-либо, то весьма трудно довести до них информацию о ВИЧ/СПИД.

***Каким образом гендерные проблемы затрагивают сферу труда, и что можно сделать на предприятии для улучшения положения женщин в борьбе против ВИЧ/СПИД?***

Более низкий статус женщин в обществе и меньшие возможности получения дохода делают их более уязвимыми к экономическим последствиям ВИЧ/СПИД. Женщины чаще заняты в неформальном секторе городской экономики, в нетоварном сельском хозяйстве или занимают более низкооплачиваемые рабочие места в формальном секторе. Для большинства это означает низкие доходы и низкую социальную и экономическую защищенность в плане сбережений, страхования или социального обеспечения. В отличие от мужчин, женщины все еще сталкиваются с такими проблемами, как:

- иные требования при приеме на работу (имеет ли детей, планирует ли иметь детей, возраст, внешность);
- неравный доступ к финансам;
- неравное участие в принятии экономических решений;
- неравные карьерные возможности;
- большая вероятность оказаться без работы (например, при сокращении штата).

Женщины часто оказываются на работе в позиции слабости и зависимости, что может легко привести к различного рода манипуляциям, домогательствам, например, со стороны начальства, контролирующих органов. Еще более уязвимыми становятся одинокие женщины, содержание воспитание детей которых возлагается целиком на их «плечи».

Женщины могут подвергаться риску насилия при поездке на работу и с работы. В особенности, если график работы предполагает вечернее и ночное время суток (например, работа горничной, официантки, и прочая посменная работа на производстве).

Определенный уровень домогательств в связи с занятостью существует на фоне высоких показателей домашнего насилия в отношении женщин. Лишь в 1993 году международное сообщество признало, что насилие в отношении женщин является попранием их прав человека (на конференции по правам человека в Вене).

### **Что вызывает трения в отношениях между сексуальными партнерами?**

**Недостаточное общение.** Если мужчина и женщина испытывают неловкость при обсуждении вопросов сексуальных отношений, они реже используют презервативы при контактах друг с другом или с другими партнерами вне брака. Мужчины и женщины должны прямо и открыто говорить о таких важных проблемах, как верность друг другу, добровольное консультирование и тестирование на ВИЧ, инфекции, передающиеся половым путем, чтобы обеспечить себе защиту от ВИЧ-инфекции.

**Физическое насилие над женщинами.** Ежегодно в России, свыше 14 тысяч женщин погибают в результате домашнего насилия. Каждый день 36 тысяч женщин в России подвергаются насилию со стороны мужей, партнеров. Согласно официальной статистике, домашнее насилие регулярно имеет место в каждой четвертой семье<sup>9</sup>. Ничто не разрушает так быстро доверие во взаимоотношениях, как физическое насилие. Трудно ожидать, что женщина будет уважать своего мужа или друга, если он «поднимает на нее руку». Избиение женщины не только может привести к травме, но и к разводу или приговору суда.

**Неудовлетворенные сексуальные потребности.** И мужчины, и женщины чаще идут на внебрачные сексуальные отношения, если их партнер не удовлетворяет их сексуальные потребности.

**Недостаток денег на содержание семьи.** Бывают случаи, когда женщина вступает в сексуальные отношения в обмен на финансовую поддержку. Зачастую причиной этого является недостаток денег на содержание семьи (нормальное питание, одежда и жилье).

**Трата денег на алкоголь, наркотики, азартные игры, подругу (или друга).** Когда человек тратит значительную часть своих доходов на развлечения, то часто мало что остается на поддержку партнера или семьи.

### **Каковы обязанности супругов по отношению друг к другу?**

**Защищайте друг друга от ВИЧ-инфекции.** Наиболее эффективный путь защиты постоянных партнеров от ВИЧ - не иметь сексуальных контактов на стороне. Если это невозможно, то необходимо пользоваться презервативом при каждом половом акте.

<sup>9</sup> Согласно данным Российской Ассоциации кризисных центров «Нет насилию!».

**Уважайте друг друга.** Мужчины и женщины могут научиться доверять

друг другу. Однако доверие не возникает само по себе - его нужно создавать. Мужчины и женщины могут также:

- сохранять взаимную верность (отсутствие сексуальных контактов с другими партнерами - лучший способ взаимной защиты супругов и будущих детей от ВИЧ-инфекции);
- учиться понимать потребности друг друга;
- вместе обсуждать и решать проблемы;
- ценить и стимулировать взаимную привязанность и поддержку;
- стараться понять друг друга, с тем, чтобы в семье царил гармония;
- строить сексуальные отношения на любви, а не на принуждении.

Планируйте будущее. Планирование (включая финансовое) будущего важно для защиты интересов супругов и детей.

### **Что можно сделать для сокращения гендерного неравенства в контексте ВИЧ/СПИД?**

**Пропаганда взаимного уважения и обмена мнениями.** Супруги могут научиться уважать друг друга и понимать, что каждый из них имеет право на отказ от сексуальных отношений. Супруг(а) может понять вред, который он(а) может причинить партнеру и себе, когда они попирают права друг друга, используя их уязвимость другого. Следует вырабатывать в человеке понимание нужд другого, необходимости защищать тех, кого они любят, ответственность за свои действия.

**Программы профилактики и поддержки работников должны быть гендерно ориентированными.** Просвещение и обучение важны для изменения отношений, поведения и правил, определяющих отношения на работе и личные отношения между супругами.

**Следует избегать режима работы, при котором работник вынужден долгое время жить вдали от семьи.** Проблемы начинают возникать тогда, когда, к примеру, шахтеры живут в общежитии только для мужчин и не могут жить со своей семьей. Мы уже обсуждали положение водителей грузовиков и работников, которые трудятся вахтовым методом. Даже если подобный режим работы трудно изменить, можно, по крайней мере, создать условия для отдыха и спорта или для проживания их семей.

**Недопущение преследования на работе.** Процедуры для подачи жалоб работниками должны быть простыми; им следует оказывать помощь в этой связи. Профсоюзам необходимо разъяснить своим членам, что следует подходить к этой проблеме как к проблеме профсоюза. Работодателям необходимо включать в политику предприятия и довести до каждого, что любое преследование работников является дисциплинарным проступком.

## **2.2. Жизнь с ВИЧ: Помощь и поддержка людей,**

живущих с ВИЧ/СПИД (ЛЖВ), приверженность к АРВ-терапии<sup>10</sup>.

### 2.2.1. Позитивный подход к жизни с ВИЧ

#### **Что означает «позитивный подход»?**

Это значит делать все возможное, чтобы оставаться умственно, эмоционально и физически здоровым и активным, хорошо себя чувствовать как можно дольше. В случае ВИЧ это также означает сохранение в хорошем состоянии иммунной системы, с тем чтобы она могла бороться с вирусом.

#### **Зачем нужен позитивный подход?**

Позитивный подход к жизни помогает. Исследования показывают, что бедняки, инфицированные ВИЧ, которые заботятся о себе и позитивно смотрят на жизнь, могут прожить намного дольше, чем другие инфицированные, даже без дорогих лекарств или других видов лечения. Наставления и брошюры о позитивном подходе, включающем здоровое питание и соблюдение гигиены, часто доступны в учреждениях здравоохранения, организациях по борьбе с ВИЧ/СПИД, публичных библиотеках и в Интернете.

#### **Что могут сделать люди с ВИЧ/СПИДом, чтобы жить позитивно?**

**Планируйте вашу жизнь.** Люди, живущие с ВИЧ/СПИД, не должны прекращать делать то, что они любят делать или отказываться от своей мечты и стремлений. Они могут продолжать работать как можно дольше. ВИЧ-позитивные люди могут по-прежнему сохранять активность, встречаться со старыми друзьями и заводить новых, продолжать вести полную, счастливую жизнь.

**Найдите людей, с которыми можно поговорить и получить от них эмоциональную поддержку.** Люди, живущие с вирусом, могут сообщить тем, кого они ценят, что у них ВИЧ. Это может оказаться трудным делом, но люди, живущие с ВИЧ, нуждаются в любви и поддержке тех, кто их окружает. Сохранение втайне факта инфицирования может ослабить иммунную систему и ухудшить качество жизни.

**Избегайте табака, наркотиков, алкоголя и других вредных вещей.** Они могут ослабить иммунную систему и препятствовать усвоению организмом нужных питательных веществ. Тонизирующие напитки, такие как алкоголь, чай и кофе, могут также привести к недостатку сна.

**Установите здоровый режим питания.** Это означает питание каждый день самой разнообразной пищей, в которой представлены продукты из четырех основных видов питания, с тем чтобы получать достаточно витаминов, минералов и питательных веществ, в которых нуждается организм для сохранения здоровья. Как минимум, принимайте пищу три раза в день и слегка перекусывайте в промежутках; это улучшит состояние здоровья. Традиционная еда во многих странах часто и самая здоровая. Также важно пить большое количество воды и других жидкостей - по крайней мере, восемь чашек или стаканов в день.

---

10. АРВ-терапия (антиретровирусная терапия) – комбинация нескольких препаратов, затрудняющих размножение ВИЧ в организме человека. Принимая антиретровирусные средства в сочетании друг с другом, можно отсрочить поражение иммунной системы, продлить жизнь и улучшить ее качество

**Соблюдайте требования ежедневной личной гигиены.** Ежедневные гигиенические процедуры помогают предупреждать заразные болезни и улучшают самочувствие.

**Регулярно упражняйтесь, а не сидите весь день.** Это важно для сохранения активности как можно дольше. Физические упражнения повышают тонус мышц и укрепляют их. Это полезно и для сердца, которое заставляет кровь циркулировать, поставляя мозгу и телу достаточное количество кислорода.

**Нормально отдыхайте.** Полноценный сон полезен. Подремать или отдохнуть днем также полезно, если вы ощущаете усталость или слабость.

**Остерегайтесь других инфекционных болезней.** Люди с ВИЧ уязвимы к другим инфекционным заболеваниям, поскольку их иммунная система ослаблена и не может как следует защищать организм. Они должны поэтому избегать близкого контакта с любым человеком, у кого простуда, расстройство желудка, кашель или грипп. Люди с ВИЧ/СПИД должны подальше держаться от скопления животных и птиц, а также других мест, где может присутствовать большое число болезнетворных бактерий. Они должны воздерживаться от секса или, если это невозможно, пользоваться презервативом, чтобы избежать заболеваний, передающихся половым путем, или вторичного заражения ВИЧ. Женщины с ВИЧ должны также избегать беременности, если ее не планировали, и заранее обсудить этот вопрос со своим врачом. Повторное заражение ВИЧ, другими инфекциями, передающимися половым путем, и беременность могут ослабить иммунную систему и ускорить развитие СПИД.

**Контролируйте общее состояние своего здоровья.** Люди, живущие с ВИЧ, должны по возможности регулярно проходить проверку состояния своего здоровья, как можно раньше обращаться к врачу по поводу возможных сопутствующих заболеваний и любых других проблем со здоровьем.

**Обязательно применять АРВ - терапию (!)** Беременные женщины должны регулярно посещать поликлинику, где им и их будущему ребенку должны уделять максимально возможное внимание). Дети с ВИЧ также нуждаются в регулярном медицинском обслуживании, которое имеет свою специфику.

**Ищите духовной поддержки и консультаций.** Это не обязательно означает обращение к служителю религиозного культа или консультанту. Иногда достаточно иметь хорошего друга или знакомого из организаций – содружеств людей, живущих с ВИЧ, с которым можно поговорить и посмеяться, чтобы поднять себе настроение, получить поддержку. Люди с ВИЧ должны избегать тех, кто вызывает у них плохое самочувствие.

### **Что значит «помощь домашних»?**

«Помощь домашних» в связи с ВИЧ означает помощь со стороны близких членов семьи больному СПИД, который прикован к постели в результате сопутствующего заболевания. Многие в конечной стадии предпочитают находиться дома, если за ними там будут ухаживать, а не в больнице. Члены семьи могут обеспечивать основной уход физического плана, а также оказывать эмоциональную и психологическую поддержку. Они могут научиться проводить основные лечебные процедуры, а также защищать

себя от потенциальной инфекции путем соблюдения гигиенических требований, например, при менструальном кровотечении. В некоторых случаях домашний уход со стороны членов семьи может быть дополнен регулярным посещением специалистов.

## 2.2.2. Сопутствующие инфекции и антиретровирусная терапия

### **Что можно сделать, чтобы продлить жизнь человека, живущего с ВИЧ?**

Люди с ВИЧ могут жить в течение долгого времени, если они поддерживают свой организм в хорошей форме. Есть три пути поддержания здоровья лиц, инфицированных ВИЧ. Все три одинаково важны, и тот, кто использует все три стратегии, скорее всего проживет дольше. Вот эти стратегии:

- поддерживать иммунную систему в хорошем состоянии (сбалансированное питание, полноценный отдых, регулярные физические упражнения, позитивное отношение к жизни, воздержание от алкоголя, табака и других вредных веществ, предупреждение инфицирования любыми инфекциями)
- немедленно начинать лечение любой сопутствующей инфекции, своевременно обращаясь за квалифицированной медицинской помощью;
- применять антиретровирусную терапию (по назначению врача).

### **Каковы наиболее частые сопутствующие заболевания?**

Сопутствующие инфекции поражают ВИЧ-позитивных людей, у которых иммунная система ослаблена. Некоторые примеры сопутствующих инфекционных заболеваний включают туберкулез, молочницу рта и горла, кожную сыпь, пневмонию, рак кожи, слабоумие (при котором поражается память), грипп, герпес и др. Многие сопутствующие инфекции лечатся антибиотиками и другим лекарствами. Если человек поражен сопутствующей инфекцией, он должен немедленно обращаться к врачу.

### **Что представляет собой туберкулез?**

**Туберкулез - наиболее распространенная сопутствующая инфекция.** Подобно другим сопутствующим инфекциям, туберкулез поражает лиц с ослабленной иммунной системой. Туберкулез может находиться в организме человека, но тот не будет болеть, потому что его иммунная система достаточно сильна, чтобы сдерживать инфекцию. Однако когда иммунная система слабеет, то у этого человека развивается туберкулез.

**Туберкулез легко распространяется.** Туберкулез – это бактерия, которая переносится по воздуху, то есть с находящимися в воздухе микрочастицами. Она может также прилепиться к поверхности, до которой дотрагивался инфицированный человек. Те, у кого иммунная система не ослаблена ВИЧ, могут контактировать с туберкулезным больным и не заразиться.

**Признаки заболевания туберкулезом.** Туберкулез инфицирует легкие и вызывает хронический кашель и общую слабость. Инфицированные легкие выделяют много слизи, которая отделяется при кашле.

**Лечение туберкулеза.** При правильном лечении туберкулез можно вылечить. Для заболевших туберкулезом крайне важно пройти полный курс лечения. Если этого не сделать, то туберкулез вырабатывает

сопротивляемость к лекарствам, и лечение становится неэффективным. Поэтому часто приходится помещать больного в стационар, чтобы там он ежедневно принимал необходимые лекарства под контролем медицинских работников. Это называется «терапией прямого наблюдения». Лечение обычно весьма эффективно, и состояние быстро улучшается, хотя лечение требует нескольких месяцев.

**Связь с ВИЧ.** Поскольку ВИЧ имеется у многих людей, которые не проходили тестирования на ВИЧ, то заболевание туберкулезом часто является первым признаком того, что они были инфицированы ВИЧ в течение многих лет, и в результате начала слабеть их иммунная система. Каждому, у кого диагностирован туберкулез, рекомендуют пройти процедуру консультирования и тестирования. Если у них будет обнаружен ВИЧ, им окажут помощь в лечении туберкулеза, а затем и помощь в предотвращении и лечении других сопутствующих инфекций.

### **Что можно сделать для предупреждения и борьбы с сопутствующими инфекциями?**

После того как человека в первый раз поражает сопутствующее заболевание, ему, по всей вероятности, придется принимать АРВ-препараты всю оставшуюся жизнь, чтобы предупредить повторение заболевания. Можно иметь несколько сопутствующих инфекций одновременно, и тогда придется принимать несколько лекарств. Крайне важно принимать для каждой сопутствующей болезни именно нужное лекарство и принимать его правильно. Каждая сопутствующая инфекция должна выявляться профессиональным медицинским работником.

#### **ПРОСТЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:**

**Здоровый образ жизни:** Полноценная еда и сон, отказ от курения и алкоголя и умеренная физическая нагрузка могут помочь предупредить сопутствующие заболевания у лиц, живущих с ВИЧ/СПИД.

**Регулярные визиты к врачу:** Люди с ВИЧ должны регулярно проверять состояние своего здоровья в поликлинике, даже если они не чувствуют себя больными. Врачи могут помочь им решить, как часто им следует показываться – от одного раза в месяц до двух в год.

**Раннее выявление симптомов** сопутствующих заболеваний и незамедлительное начало лечения могут уменьшить их воздействие. Если симптомы налицо и у вас есть какие-то вопросы, следует пойти в поликлинику вне назначенного времени. Лекарства более эффективны, когда их принимают немедленно. Вот некоторые признаки, за которыми должны следить те, кто живет с ВИЧ/СПИДом:

- затрудненное дыхание;
- головокружение при вставании;
- кашель, который длится более двух дней;
- боль при глотании;
- воспаление во рту или на языке;
- жидкий или размягченный стул более четырех раз за сутки;
- температура, озноб, ощущение жара или холода, сохраняющееся более суток;
- похудение без видимых причин;

- сильное потоотделение;
- сильная головная боль или одеревенение шеи;
- настолько сильная усталость, что человек не может работать или заботиться о себе;
- нарушение памяти или перемены настроения;
- затуманенное зрение, боль или плавающие точки перед глазами;
- чувство разбитости, рвота.

К этому следует добавить некоторые важные признаки у женщин:

- сильная боль в районе живота или желудка;
- высыпания, ощущения жжения, зуда или раздражение в районе влагалища, выделения, неприятный запах;
- сбой менструального цикла или необычные выделения;
- боль при половом сношении.

### ***Умирают ли люди с сопутствующими заболеваниями вскоре после их появления?***

Сопутствующие болезни – это не знак близкой смерти. Они служат лишь сигналом того, что иммунная система организма слабеет. Если вылечить эти инфекции, то иммунная система может окрепнуть. Люди, имеющие СПИД (то есть те, у кого содержание клеток CD4 в капле крови упало ниже 200, и перенесшие сопутствующие заболевания) также могут прожить много лет. Они должны, однако, принимать необходимые меры борьбы с сопутствующими заболеваниями и поддерживать иммунную систему в хорошем состоянии, настолько это возможно.

### ***Как антиретровирусная терапия (АРВТ) помогает ВИЧ-инфицированным людям прожить дольше?***

Антиретровирусные (АРВ) препараты не излечивают от ВИЧ. Они атакуют вирусы и уменьшают их концентрацию. Обычно каждый день принимают комбинацию трех различных АРВ препаратов. Не следует начинать их прием, пока индекс клеток CD4 не приблизился к 200. Как только прием АРВ препаратов начался, он должен продолжаться всю оставшуюся жизнь. Эти лекарства могут давать побочные последствия, такие как тошнота, анемия, сыпь и головные боли, особенно в начале приема. При слишком сильной реакции организма комбинация принимаемых препаратов должна быть изменена. Люди, живущие с ВИЧ/СПИД должны принимать АРВ препараты каждый день в указанное время, по схеме, определенной врачом. АРВ терапия поддерживает иммунную систему в борьбе с сопутствующими инфекциями, что помогает восстановить здоровье и вести нормальный образ жизни. Некоторые АРВ препараты могут помочь сократить вероятность передачи ВИЧ от матери к ребенку, если ВИЧ-инфицированная женщина принимала их до, во время и-или после родов, а ребенок – после своего появления на свет.

### ***Что произойдет, если принимать антиретровирусные препараты не так, как назначено?***

Если люди с ВИЧ/СПИД не принимают каждый день все свои антиретровирусные препараты в указанное время, то эта терапия не будет эффективна. Если кто-то, принимающий антиретровирусные препараты, начинает чувствовать себя лучше, и затем перестает принимать их,

его здоровье снова ухудшится. Если после этого он возобновит прием лекарств, то они будут эффективны. Кроме того, если не соблюдать точно график лечения, вирус выработает сопротивляемость к лекарствам и с ним будет трудно бороться; этот вирус может затем передаваться другим людям.

### 2.2.3. Предотвращение передачи ВИЧ от матери к ребенку

#### **Какие факторы увеличивают риск передачи ВИЧ от матери к ребенку?**

- высокая концентрация вируса в организме матери;
- ВИЧ на стадии СПИД;
- роды вскоре после инфицирования ВИЧ;
- наличие сопутствующих заболеваний, снижающих иммунитет;
- наличие инфекций, передающихся половым путем;
- трудные роды с использованием металлических инструментов, сопровождаемые обильным кровотечением;
- затянувшиеся роды;
- кровоточащие ранки в родовом канале матери или на теле ребенка;
- вскармливание ребенка грудным молоком.

#### **Как предупредить передачу ВИЧ от матери к ребенку?**

Получите рекомендации врача и консультанта в центре - СПИД. Если женщина знает, что она ВИЧ-позитивна, она может принять меры, чтобы избежать беременности или уменьшить вероятность передачи вируса ребенку. В центр-СПИД женщинам предлагаются антиретровирусные препараты. Эти препараты уменьшают концентрацию ВИЧ в организме матери, сокращая риск передачи ВИЧ ребенку во время родов.

Избегайте беременности, если вы ВИЧ-позитивны. Некоторые женщины решают воздержаться от беременности и не подвергать ребенка риску инфицирования. Если антиретровирусные препараты им недоступны, то им следует подумать о судьбе своих детей, если те станут сиротами.

Рожайте в специализированных учреждениях. Чем больше осложнены и затруднены роды, тем больше вероятность передачи ВИЧ от матери к ребенку. Если мать во время родов теряет много крови, а у ребенка появляются повреждения кожи в процессе его извлечения, то возникает вероятность контакта через кровь, что увеличивает риск инфицирования. Пребывание в специализированном медицинском учреждении сокращает вероятность осложнений и затрудненных родов.

Используйте смеси, заменяющие материнское молоко. Грудное молоко инфицированных женщин содержит достаточное количество ВИЧ для инфицирования. Если это возможно, ВИЧ-позитивная мать не должна кормить ребенка грудью, а давать ему молочные смеси.

#### **Могут ли ВИЧ-инфицированные родители иметь не инфицированного ребенка?**

Да, это возможно при обязательном условии обращения за квалифицированной медицинской помощью. ВИЧ может быть передан через сперму. Многие не понимают, что сперма и сперматозоиды – это не одно и то же. Чтобы женщина забеременела, нужно, чтобы сперматозоид

отца проник в яйцеклетку в организме матери. В яйцеклетку проникает лишь сперматозоид, а не сама сперма. Можно сравнить сперму с супом. Подобно супу, сперма представляет собой жидкость, которая содержит в себе много различных вещей, в том числе различные виды клеток.

В этом супе могут быть помидоры, картошка, лук, соль, мясо и вода. Если убрать оттуда лук, то в кастрюле все еще останутся другие компоненты. То же самое верно и в отношении спермы. Когда сперматозоиды покидают сперму, чтобы добраться до яйцеклетки, другие клетки (включая ВИЧ, если мужчина инфицирован) остаются снаружи яйцеклетки. Сама женщина может инфицироваться, но вирус не попадет в яйцеклетку и не передается ребенку. Наряду с этим, во время беременности мать и ребенок обычно снабжаются разной кровью. Хотя ребенок получает питательные вещества, витамины и другие важные элементы от матери, кровь не проходит через плаценту в организм ребенка. Плацента – это природный барьер, который (если он не поврежден) мешает передаче вируса от матери к ребенку.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1. Глоссарий

*Примечание:* Многие из приводимых ниже терминов прямо соотносятся с определением изменению модели поведения человека.

**Синдром приобретенного иммунодефицита:** последняя стадия заболевания, характеризующаяся снижением сопротивляемости к сопутствующим инфекциям.

**Антиретровирусная терапия:** Антиретровирусные препараты затрудняют размножение ВИЧ и отсрочить поражение иммунной системы, можно затормозить размножение ВИЧ и отсрочить поражение иммунной системы,

**Бессимптомный:** Без признаков, или симптомов болезни. Большинство ВИЧ-позитивных людей являются бессимптомными.

**Изменение поведения:** процесс перестройки поведения с высокой степенью риска на поведение с низкой степенью опасности.

**Программы по изменению модели поведения человека (ПИМПЧ):** стратегии, направленные на изменение поведения, например, санитарное просвещение с привлечением низовых пропагандистов, инициативы по изменению поведения.

**Выбор модели поведения:** Это принимаемые людьми решения относительно заражения ВИЧ-инфекцией или другими заболеваниями, передающимися половым путем.

**Кодекс поведения:** Правила поведения, следовать которым согласны группы людей. Люди, которым, как ожидается, будут следовать работники предприятия.

**Клетки CD4:** Клетки, которые нападают и уничтожают болезнетворных микроорганизмов.

**Дискриминация в занятости:** Любое различие, исключение или предпочтение в результате которого подрывается или аннулируется равенство возможностей или шансов, основанное на специфических требованиях данного рабочего места, не считается дискриминацией.

**Программа по ВИЧ/СПИДу:** Комплексный план действий, который может включать в себя просвещение, направленную на изменение поведения, например, просвещение на рабочем месте.

**Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ):** вирус, который вызывает СПИД. Включает в себя симптомы сопутствующих инфекционных заболеваний, или СПИД.

**Права человека:** Это права, которыми обладают все люди просто потому, что они люди, независимо от языка, религии, политических или других взглядов, национального или социального происхождения, пола или другого признака, включая реальный или предполагаемый ВИЧ-статус. Какова бы ни была их политическая, экономическая или социальная система, все права человека должны соблюдаться.

**Свод практических правил МОТ по вопросам "ВИЧ/СПИД и сфера труда":** Руководящие принципы, разработанные правительствами и организациями предпринимателей и трудящихся. Оно призывает организации по выработке и проведению в жизнь соответствующей политики на уровне предприятий и стратегии в отношении трудящихся неформального сектора.

**Межличностное общение:** Обмен между людьми информацией или опытом, включая примеры межличностного общения.

**Мужчины, вступающие в половой контакт с другими мужчинами:** Это могут быть гомосексуальными и вступать в сексуальные контакты только с мужчинами, и бисексуальными.

делениями, которые используются в материалах по ВИЧ/СПИДу и программах по ВИЧ. При СПИД снижается функция иммунной системы, что ведет к потере способности бороться с размножением ВИЧ. Принимая антиретровирусные средства в сочетании друг с другом, можно продлить жизнь и улучшить ее качество.

ВИЧ-позитивных людей не имеет никаких симптомов в течение 5-10 лет.

Изменение поведения и переход к позитивной модели поведения, не подвергающего здоровье

стратегические программы, которые включают различные тактические элементы, имеющие целью изменение поведения.

оценку своих действий, которые могут или не могут навлечь на них опасность заражения

людей. Кодексы поведения трудящихся обычно включают свод правил поведения,

клеток. ВИЧ нападает на эти клетки и разрушает их.

дискриминацией, сделанное на основе ВИЧ-позитивного статуса – реального или предполагаемого, обращения в занятости и занятиях. Любое различие, исключение или предпочтение, основанное на ВИЧ-статусе, является дискриминацией.

принимать меры по выработке политики, предоставление услуг и проведение стратегии, направленной на снижение риска.

Вирус остается в организме от пяти до десяти лет, прежде чем полностью проявятся симптомы.

они люди. Все обладают этими правами, независимо от расы, цвета кожи, пола, этнического происхождения, инвалидности, собственности, места рождения, возраста и социального статуса. Права человека признаны в нескольких международных документах. Государства обязаны защищать все основополагающие права и содействовать их реализации.

Инициатива “Равный-равному”. Это издание является плодом сотрудничества между Международным бюро труда и ЮНЕСКО. Оно дает практические рекомендации политикам, работодателям, трудящимся и их представителям в производстве, программ профилактических мер и оказания помощи и поддержки, направленной на снижение риска.

о ВИЧ/СПИД. Деятельность в рамках просвещения на рабочем месте – один из наиболее эффективных способов снижения риска.

мужчины, имеющие сексуальные отношения с другими мужчинами. Они могут быть гомосексуальными или же бисексуальными, что означает, что они имеют сексуальные контакты как с мужчинами, так и с женщинами.

женщинами, так и с мужчинами.

**Мониторинг:** контроль за ходом реализации программы, с тем чтобы она осуществлялась так, как это запланировано, для чего вносятся необходимые коррективы.

**Передача ВИЧ от матери к ребенку:** Переход ВИЧ от матери к ее ребенку во время беременности, родов и кормления грудью.

Сопутствующие инфекционные заболевания: Болезни, которые поражают людей со слабой иммунной системой, например, живущих с ВИЧ. Самые распространенные сопутствующие заболевания включают туберкулез, некоторые виды пневмонии, грибковые заболевания, вирусные инфекции и поражение лимфатической системы (лимфома).

**Интерактивный:** Проходящий с активным участием в какой-либо деятельности, обычно через диалоговое общение.

**Участники:** трудящиеся, участвующие в программе просвещения на рабочем месте по вопросам ВИЧ/СПИД и охватываемые им. Это те, на кого направлена программа, а также «доверенные лица».

**Равностатусные лица:** группа людей, имеющих общие особенности, такие как возраст, гендерная принадлежность, социально-экономическое положение или занятие.

**Просвещение на рабочем месте:** процесс совместной неформальной учебы равностатусных лиц.

**Доверенное лицо:** работник на производстве, который прошел подготовку и может вести дискуссию о рисковом поведении в связи с ВИЧ и помогает своим коллегам по работе в поиске решений этой проблемы.

**Люди, живущие с ВИЧ:** Те, кто инфицирован вирусом иммунодефицита человека, вызывающим СПИД.

**Ведение документации:** подготовка регулярных отчетов о низовом просвещении и других программах по изменению поведения.

**Ролевая игра:** Разыгрывание ролей придуманных персонажей по заданному сценарию (обычно основанном на рассказе низового пропагандиста). За инсценировкой обычно следует обсуждение и выводы.

**Услуги:** Медицинские консультации и другие услуги, предлагаемые работниками системы здравоохранения, включая добровольное консультирование и тестирование на ВИЧ, постановку диагноза и лечение заболевания, передающегося половым путем.

**Инфекции, передающиеся половым путем:** вирусы или бактерии, которые переходят от одного сексуального партнера к другому.

**Тренер:** Член координационной группы в программе просвещения на рабочем месте, который обучает и поддерживает доверенных лиц, с тем чтобы они действовали так, как это планировалось, и обеспечивающий обратную связь с руководством.

**Коммуникативные материалы:** Печатные материалы, иногда с иллюстрациями или фотографиями, которые могут использовать доверенные лица, чтобы доносить до слушателей информацию и стимулировать обсуждение.

**Туберкулез:** Бактерия, которая переносится по воздуху (то есть, легко распространяется с частицами, присутствующими в воздухе). Это одно из наиболее распространенных сопутствующих заболеваний. Подобно другим сопутствующим инфекциям, туберкулез развивается у людей со слабой иммунной системой. Туберкулез инфицирует легкие; он вызывает хронический кашель и ведет к общему ослаблению организма.

**Общественное осуждение:** Негативные представления о людях или группе лиц, основанные на предубеждении.

**Обще меры предосторожности:** набор стандартных мер борьбы с инфекцией, которые следует принимать, чтобы минимизировать риск инфекции или заболевания, передающихся патогенными микроорганизмами с кровью.

**Добровольное прохождение консультирования и тестирования:** Услуга, включающая проверку на ВИЧ (анализ крови на присутствие антител на ВИЧ) при полном согласии обратившегося лица, а также предоставление консультаций до и после проверки.

## Приложение 2 Образец теста, применяемого до и после занятий по просвещению

Пожалуйста, ответьте как можно точнее на следующие вопросы:

1. Что представляют собой заболевания, передающиеся половым путем?
2. Что значат сокращения ВИЧ и СПИД, и каково различие между ними?
3. Верны или неверны следующие утверждения? Поставьте "X" рядом с правильным ответом.  а. Можно определить, болен ли человек ВИЧ или нет, по тому, как он выглядит. __верно __неверно  б. Все дети, рожденные от ВИЧ-позитивных женщин, получают ВИЧ. __верно __неверно  с. ВИЧ передается через комариный укус __верно __неверно
4. Назовите четыре симптома или признака заболевания, передающегося половым путем.
5. Назовите три пути передачи ВИЧ.
6. Назовите три метода предотвращения передачи ВИЧ-инфекции.
7. Что представляет собой добровольное прохождение консультирования и тестирования на ВИЧ?
8. Могут ли люди с ВИЧ оставаться здоровыми? _____да _____нет
9. Что означает 'конфиденциальный'?
10. Что представляет собой женский презерватив?

## Приложение 3 Упражнения и ролевые игры

### УРОВНИ:

- а - 1-ый этап
- б - 2-й этап
- в - 3-й этап

### ТЕМЫ:

- Основные сведения о ВИЧ/СПИД
- Основные сведения об ИППП
- Использование презервативов, показ и получение согласия на применение
- Добровольное прохождение консультирования и тестирования на антитела к ВИЧ
- Права трудящихся и корпоративная политика в отношении ЛЖВС и ВИЧ/СПИД в целом
- Потребление алкоголя и наркотиков
- Гендерные проблемы
- Жизнь с ВИЧ: помощь и поддержка, приверженность к АРВТ

Упражнения	№стр	Уровни			Темы							
		а	б	в	1	2	3	4	5	6	7	8
Алкоголь и труд	70		б							6		
Верно или нет	72	а			1							
Влияние алкоголя на распространение ВИЧ-инфекции	75	а								6		
Демонстрация надежности презервативов	77		б				3					
Демонстрация правильного использования презервативов	78	а					3					
Игра с перчаткой	80			в	1							
Инфекции, передаваемые половым путем: верно или неверно	83	а				2						
Консультирование и тестирование на ВИЧ: верно или неверно	86	а						4				
Лесной пожар	89		б		1							

Лечение ИППП	91		б			2						
Музыкальные партнеры	94	а				2						
Названия и симптомы ИППП	96			в		2				6		
Ограничение приема алкоголя	100			в								
Оправдания для неприменения презервативов	103		б				3					
Отслеживать связи	106		б			2						
Оценка личных рисков	108	а			1							
Оценка правильности или неправильности своих действий (для мужчин)	111		б								7	
Последствия приема алкоголя и наркотиков	114		б							6		
Правильное и регулярное использование	118			в			3					
Правильно поступать	120			в								8
Предотвращение передачи ВИЧ от матери к ребенку	124		б									8
Предотвращение передачи ВИЧ от матери к ребенку	126			в								8
Прием антиретровирусных препаратов	129	а										8
Принятие решения о прохождении ДКТ на ВИЧ	132			в				4				
Причины негативного отношения общества и дискриминации	136	а							5			
Препятствия для прохождения ДКТ на ВИЧ	138		б					4				

Рассмотрение вопросов корпоративной политики	141		6						5			
Ролевые игры	144	а			1	2	3	4	5	6	7	8
Согласие на использование презерватива	151		6				3					
Факты, мнения и слухи о презервативах	154	а					3					
Царапаем ладонь и передаем ВИЧ по цепочке	157	а			1							

## Алкоголь и труд

УРОВЕНЬ Б

ТЕМА 6

Цель:	Рассмотреть внешние последствия потребления алкоголя
Пояснение:	Потребление алкоголя и злоупотребление им - явление, распространенное во всем мире. Характер некоторых видов труда может подталкивать работников к употреблению алкоголя. В данном упражнении участников просят подумать об окружении, в котором они живут и работают, о своих обязанностях, и критически оценить свое поведение.
Материалы:	Доска, плакатная бумага, маркеры
Продолжительность:	30 минут

### Этап 1:

Предложите участникам составить перечень всех положительных последствий приема алкоголя, и напишите его на плакате. Этот перечень может включать следующее:

- Вы начинаете чувствовать себя лучше
- Алкоголь помогает уйти от забот
- Делает людей более общительными и менее робкими
- Снимает напряжение
- С ним отмечают особые события.

### Этап 2:

Предложите участникам составить перечень всех отрицательных моментов, связанных с алкоголем, и напишите его на плакате. Этот перечень может включать следующее:

- В результате вы чувствуете себя больным
- Вызывает на следующий день головную боль
- Может вести к физическому насилию в отношении других людей
- Стоит денег
- После его приема люди забывают пользоваться презервативом.

### Этап 3:

Предложите участникам составить перечень обстоятельств, которые могут привести к потреблению алкоголя, и напишите его на плакате. Это перечень может

включать следующие обстоятельства (которые могут иметь место по одному или в сочетании с другими):

Стресс на работе

Изолированность

Скука

Пребывание вдали от семьи

Общение с друзьями

Сильное напряжение и опасность

Получка

Доступность

Уговоры приятелей.

**Этап 4:**

Предложите каждому из участников подумать о причинах, касающихся его лично, и задайте следующие вопросы:

Чем вам нравится алкоголь?

Что вы чувствуете, когда выпиваете?

Как вы чувствуете себя, когда выпиваете слишком много?

Как влияет на ваш рассудок прием неумеренного количества алкоголя?

Трудно ли вам остановиться после первой рюмки или стакана?

## Верно или нет

УРОВЕНЬ А

ТЕМА 1

Цель:	Устранить заблуждения относительно того, как распространяется ВИЧ, и как нет.
Пояснение:	Часто существуют необоснованные опасения инфицироваться ВИЧ при случайном контакте, пользовании общей посудой или бритвой.
Продолжительность:	1 час

Задайте участникам спорные утверждения и предложите объяснить, почему они думают, что их ответ верен или нет. Расскажите им, какие в каждом случае существуют риски (если они есть), и как защитить себя от инфицирования.

Спорные утверждения:

**Вы можете инфицироваться ВИЧ при поцелуе** (неверно).

Комментарии: ВИЧ обнаруживается в слюне, но в ничтожном количестве. Никто никогда не был инфицирован ВИЧ от поцелуя.

**Передача вируса возможна при вскармливании ребенка грудью** (верно).

Комментарии: Грудное молоко инфицированной женщины содержит небольшое количество ВИЧ, но этого часто недостаточно, чтобы инфицировать грудного младенца. Риск передачи инфекции возрастает, когда у младенца воспален желудочно-кишечный тракт.

**Можно защититься от ВИЧ, если при половом акте всегда пользоваться презервативом** (верно).

**Вы можете инфицироваться ВИЧ при оральном сексе без презерватива** (верно).

Комментарии: При оральном сексе ВИЧ может попасть в организм через рот, если на его внутренней оболочке имеются какие-либо раны, вызванные повреждением или заболеванием десен. Те, кому сперма попадает в рот, более уязвимы, чем те, кто ее извергнул.

**Можно защититься от ВИЧ при половой связи только с одним верным тебе партнером, не инфицированным ВИЧ** (верно).

**Вы можете получить ВИЧ при переливании ВИЧ-инфицированной крови** (верно).

Комментарии: Такое положение может существовать в некоторых развивающихся странах, не имеющих необходимых средств или ресурсов. В России обычно проверка на ВИЧ подвергается вся кровь.

**Можно заразиться ВИЧ через укусы комара** (неверно).

Комментарии: Комары переносят другие болезни, такие как малярию, но не ВИЧ. Комар высасывает кровь человека.

**Замужние женщины, соблюдающие супружескую верность, могут инфицироваться ВИЧ** (верно).

Комментарии: Соблюдающий верность супруг или супруга не всегда знает, сохраняет ли такую же верность другой супруг, или что супруг пользуется презервативом, если вступает в связь с другой женщиной. Если муж инфицирован ВИЧ, его жена также будет инфицирована, если они не пользуются презервативом при половом акте.

**Если ваш сексуальный партнер выглядит здоровым, вы не будете инфицированы от него ВИЧ** (неверно).

Комментарии: Большинство людей, живущих с ВИЧ, выглядят как все остальные, и глядя на них, нельзя сказать, поражены ли они вирусом.

**Некоторые презервативы имеют невидимые отверстия, через которые может пройти вирус** (неверно).

Комментарии: Исследования доказывают, что ВИЧ и другие инфекции, передающиеся половым путем, а также сперма не могут пройти через латекс презерватива.

**Все дети, рожденные ВИЧ- позитивными женщинами, ВИЧ -инфицированы** (неверно).

Комментарии: Во время беременности плацента обычно служит надежным барьером между матерью и ребенком и не пропускает в организм ребенка инфицированные белые кровяные тельца. Но если плацента повреждена, то во время беременности кровь матери может попасть в организм младенца.

Во время родов глаза ребенка, рот или нос могут контактировать с кровью матери. Есть риск передать вирус ребенку. Существуют способы уменьшить риск, в том числе, путем правильно проведенного кесарева сечения и использования антиретровирусных препаратов. ВИЧ-позитивные женщины должны проконсультироваться с профессиональным врачом, как только они узнают о своей беременности.

**Можно получить ВИЧ, обнимая человека, живущего с ВИЧ/СПИДом** (неверно).

Комментарии: ВИЧ не передается через случайный (не сексуальный) социальный контакт, такой как рукопожатие, прикосновение или объятия, пользование общим туалетом или через пищу, приготовленную человеком, живущим с ВИЧ.

**Можно получить ВИЧ, если пользоваться одним шприцем с человеком, живущим с ВИЧ** (верно).

Комментарии: Инфицированная кровь может попасть от одного человека к другому через общий шприц. Это особенно верно в отношении лиц, употребляющих инъекционные наркотики.

## Влияние алкоголя на распространение ВИЧ-инфекции

УРОВЕНЬ А

ТЕМА 6

Цель:	Лучше понять, зачем люди принимают алкоголь, и как это влияет на распространение ВИЧ-инфекции и здоровье
Пояснение:	<p>Прием алкоголя и наркотиков и злоупотребление ими влияют на положение с ВИЧ/СПИДом по многим направлениям. В частности, это влияет на:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• темпы распространения ВИЧ;</li> <li>• здоровье людей, живущих с ВИЧ/СПИДом (которые принимают и/или злоупотребляют наркотиками и алкоголем).</li> </ul>
Материалы:	Не требуется
Продолжительность:	30 минут

### Этап 1:

Предложите участникам подумать о некоторых причинах того, почему люди принимают алкоголь и наркотики, несмотря на осознание ими риска для здоровья, и составьте перечень ответов.

### Этап 2:

Теперь предложите участникам подумать о том, каким образом прием алкоголя и наркотиков увеличивает риск инфицирования ВИЧ, и обсудите некоторые из ответов. Предложите группе следующие положения, если они не были упомянуты:

Когда люди принимают алкоголь и наркотики, у них понижается внутренний контроль, они могут вести себя так, как не будут этого делать в трезвом состоянии (не находясь под воздействием наркотиков или алкоголя).

Люди часто становятся забывчивыми под влиянием наркотиков и алкоголя: после их приема они могут забыть, что собирались принимать меры предосторожности при половом сношении (например, пользоваться презервативом).

Мужчины могут испытывать трудности в сексуальных отношениях после приема слишком больших доз алкоголя и некоторых наркотиков. Это означает, что в состоянии измененного сознания люди теряют контроль и не используют презерватив, что увеличивает риск инфицирования ВИЧ и другими ИППП.

### Этап 3:

Обсудите с участниками некоторые из последствий приема алкоголя и наркотиков для здоровья (особенно для здоровья тех, кто живет с ВИЧ/СПИДом):

Наркотики и алкоголь отрицательно воздействуют на физическое и умственное здоровье людей, независимо от их ВИЧ-статуса. Для ВИЧ-инфицированных физические последствия употребления наркотиков и алкоголя выражены сильнее. Человек, живущий с ВИЧ, должен поддерживать свою иммунную систему в хорошем состоянии. Это невозможно при приеме наркотиков и алкоголя. Табак, алкоголь и даже кофеин оказывают неблагоприятное воздействие на иммунную систему и ослабляют способность организма бороться с инфекционными заболеваниями. Важно, чтобы лица, живущие с ВИЧ/СПИДом, ограничивали общее количество потребляемых наркотиков и алкоголя, с тем чтобы их иммунная система полноценно **функционировала как можно дольше**.

## Демонстрация надежности презервативов

УРОВЕНЬ Б

ТЕМА 3

Цель:	Вызвать доверие к надежности презервативов
Пояснение:	Почти все работники знают, что такое презерватив и почему его следует применять, но не все пользуются ими. Некоторые даже никогда не пробовали применять их. Одна из причин, на которую часто ссылаются, - это предполагаемая ненадежность презервативов. Это упражнение дает участникам возможность проверить прочность презервативов.
Материалы:	Презервативы, два ведра с водой и чашка
Продолжительность:	30 минут

### Этап 1:

Разверните один презерватив и медленно наливайте в него воду, используя чашку. При этом держите презерватив над ведром, чтобы вода не пролилась на пол. После заполнения презерватива, по крайней мере, литром воды, завяжите верх получившегося водяного шара. (Перед показом упражнения сделайте его самостоятельно, чтобы определить максимальное количество воды, которое может удержать презерватив. Когда он лопнет, возьмите другой презерватив и повторите попытку).

### Этап 3:

Спросите участников, что они узнали из этого опыта. Подчеркните, что презервативы очень прочны и подходят для члена любого размера. Они могут удерживать большой объем воды и не рваться.

### Этап 4:

Возьмите другой презерватив из упаковки., Надуйте его как воздушный шар и свяжите верх. Раздайте каждому из участников по презервативу и попросите их также надуть их.

### Этап 5:

Пусть участники по очереди наполняют презервативы водой.

## Демонстрация правильного использования презервативов

УРОВЕНЬ А

ТЕМА 3

Цель:	Дать участникам возможность попрактиковаться в обращении с презервативами
Пояснение:	Напомните участникам, что презерватив, если им правильно пользоваться, обеспечит надежную защиту
Дополнительные материалы	Презервативы чуть больше, чем количество участников
Продолжительность	30 минут

### Этап 1:

Покажите на муляже (чаще используют кисть руки), как правильно надевать презерватив, обращая при этом внимание участников на следующие моменты:

Проверьте срок годности, наличие признаков старения, таких как выцветшая, рваная или ломкая упаковка. Не используйте презервативы с закончившимся сроком годности или те, которые выглядят старыми.

Аккуратно надорвите упаковку с одной стороны. Лучше не использовать для этого зубы или ногти, старайтесь не повредить презерватив.

Поместите свернутый в колечко презерватив на конец полового органа.

Защемите кончик презерватива (чтобы оставить пространство, куда попадет сперма).

Разворачивайте презерватив, продвигая кольцо презерватива вдоль мужского полового органа к его основанию. Если при этом возникают трудности, то, скорее всего внутренняя сторона презерватива оказалась снаружи. Не нужно переворачивать презерватив, поскольку на нем уже, возможно, оказалось некоторое количество спермы. Необходимо открыть другую упаковку с презервативом и правильно приложив его, разворачивать вдоль полового органа.

Когда колечко презерватива окажется у основания полового органа (около лобковых волос), можно начинать проникновение.

После сношения и семяизвержения, придерживая презерватив за колечко. Свяжите презерватив узлом, так чтобы сперма осталась внутри. Используйте новый презерватив каждый раз, когда вы вступаете в сношение с проникновением.

### Этап 2:

Раздайте презервативы всем участникам. Предложите участникам образовать пары. Предложите каждому из них в парах попробовать надеть презерватив на муляж, рассказывая вслух, что он делает в данный момент. Затем предложите участникам поделиться о том, как все прошло.

### Этап 3:

Составьте список наиболее часто встречающихся трудностей. Предложите участникам высказать свои решения для преодоления этих проблем. Вот некоторые часто встречающиеся проблемы:

- попытка разворачивать презерватив, повернутый не той стороной;
- презерватив развернут не на всю длину;
- презерватив криво сидит на макете;

пользователь неаккуратно открывает упаковку или использует при этом зубы;  
в кончике презерватива остался воздух.

**Этап 4:**

Сообщите, где трудящиеся могли бы приобрести презервативы.

## Игра с перчаткой

УРОВЕНЬ В

ТЕМА 1

Цель:	Цель данного упражнения - помочь участникам лучше понять, где они рискуют быть инфицированными.
Пояснение:	Часто существуют необоснованные опасения инфицироваться ВИЧ при случайном контакте, пользовании общей посудой или бритвой. Это более сложное упражнение, чем другие в данном Руководстве. Поэтому важно понятно объяснить его правила. Количество участников - четное
Материалы	Листочки бумаги (листы бумаги, разорванные на четыре части) и две пары перчаток
Продолжительность:	45 минут

### Этап 1:

Подготовьте листочки бумаги - на три меньше, чем число участников. (Например, если участников 20, то листочков должно быть 17). Напишите 'X' на одном из листков и оставьте все другие незаполненными. Положите листки в шляпу или шар. Подготовьте еще три листка со следующими надписями:

П - Носите перчатку на правой руке во время первого и второго этапа упражнения.

П - Носите перчатку на правой руке во время третьего и четвертого этапа упражнения.

В - Во время игры, если кто-то попытается протянуть вам руку, извинитесь и объясните, что вы ни с кем не обмениваетесь рукопожатием.

### Этап 2:

Положите две пары перчаток на такое место, где участники могут легко их найти. Предложите им взять по листку бумаги и написать на одной стороне цифры от 1 до 4 сверху вниз. Затем предложите всем участникам вытащить один листок из шара или шляпы и, если там что-нибудь написано, прочитать это (не говоря никому ни слова).

### Этап 3:

Предложите участникам выбрать себе партнера (если их количество нечетное, то к игре присоединяется сам инструктор). Их задача приветствовать своего партнера, пожать ему руку и написать его имя рядом с цифрой 1 на листке бумаги.

### Этап 4:

Предложите им перейти на другое место и найти себе другого партнера. Снова, их задача поприветствовать друг друга, пожать руку и написать имя партнера рядом с цифрой 2 на своем листке бумаги. А также повторять эти действия, пока каждый не обменяется рукопожатием с четырьмя различными партнерами и не напишет четыре имени на своем листке бумаги.

### Этап 5:

Предложите выйти вперед участнику со знаком 'X' на его-ее листке. Объясните, что в данной игре это лицо инфицировано ВИЧ. Предложите всем посмотреть свои листки и проверить, нет ли у них имени этого человека рядом с цифрой 1. Если это так, то задача данного участника выйти вперед. Спросите тех, кто вышел вперед, носили ли они перчатку на руке, когда жали руку инфицированного участника. Если они не носили перчатку, то их задача присоединиться к 'инфицированному' участнику и встать посередине. Если они носили перчатку, то их задача вернуться на свое место.

### Этап 6:

Теперь предложите участникам посмотреть на имя рядом с цифрой 2 на их листке. Если это имя одного из тех, кто стоит в центре, то задача участника с таким листком - выйти вперед. Если у них не было на руке перчатки, они присоединяются к стоящим в середине.

### **Этап 7:**

Теперь предложите всем посмотреть на цифру 3 на своем листке. Если у кого-то там стоит имя любого из стоящих в центре, его(ее) задача выйти вперед и присоединиться к ним, если только у него (нее) не было на руке перчатки во время рукопожатия.

### **Этап 8:**

Теперь предложите всем посмотреть на цифру 4 на своем листке. Если рядом с ней стоит имя одного из стоящих в центре, этот участник выходит вперед и присоединяется к ним, но только если у него(нее) не было на руке перчатки во время рукопожатия.

### **Этап 9:**

Спросите участников, что символизировало собой рукопожатие (ответ: сексуальный контакт). Предложите участникам обратить внимание на то, сколько участников было инфицировано только одним человеком с ВИЧ. Это упражнение демонстрирует, как быстро и какими ускоренными темпами может распространиться эта инфекция. Что они ощущали, когда увидели, сколько человек оказалось в центре?

### **Этап 10:**

Предложите участнику со знаком 'А' на его листке выйти вперед. Объясните, что 'А' означает воздержание. Спросите участника, что он(а) чувствовал(а), когда не мог(ла) присоединиться к тем, кто обменивался рукопожатием. Было ли это трудно? Что чувствовали другие, когда этот участник отказывался пожать руку?

### **Этап 11:**

Спросите, что символизировала собой перчатка (ответ: презерватив). Выясните, стал кто-либо из тех, кто носил перчатку, инфицированным. Если это так (???), используйте данный случай, чтобы подчеркнуть, что для защиты от ВИЧ и других инфекций, передающихся половым путем, необходимо при каждом сексуальном контакте пользоваться презервативом. Спросите двух участников, носивших перчатку, что они чувствовали, когда обменивались рукопожатием. Что чувствовали их партнеры?

### **Этап 12:**

Спросите тех, кто не был "инфицирован":

Чем ваше поведение отличалось от поведения тех, кто стал инфицированным?

Как вам удалось в конечном счете избежать заражения?

Что вы думали о тех, кто был инфицирован?

### **Этап 13:**

Спросите тех, кто получил инфекцию:

Что вы думаете теперь, когда вы понимаете, что вы, возможно, инфицированы?

Что бы вы стали делать по-другому, чтобы защитить себя?

Как в настоящей жизни вы бы узнали, что инфицированы?

Рассказывали бы вы всем, что вы, возможно, инфицированы? Кому?

Сообщили бы вы об этом вашему сексуальному партнеру?

В какой поддержке вы нуждались бы на этом этапе и к кому вы бы обратились?

### **Этап 14:**

Обязательно напомните участникам, что это была просто игра и что слушатель 'Х' совсем не обязательно инфицирован ВИЧ. Подчеркните также, что ВИЧ не может передаваться через рукопожатие или что инфицирования можно избежать, если носить перчатки. Листки из шляпы или шара вынимались случайным образом. Каждое рукопожатие символизировало один пример незащищенного секса. Даже один случай такого секса создает риск инфицирования ВИЧ.

### **Этап 15:**

Подчеркните важность прохождения добровольного тестирования на антитела к ВИЧ и сообщите, где ее можно пройти.

## Инфекции, передаваемые половым путем: верно или неверно

УРОВЕНЬ А

ТЕМА 2

Цель:	Получить основные сведения об инфекциях, передаваемых половым путем
Пояснение:	Идея этой игры состоит в том, чтобы усвоить основные сведения об инфекциях, передающихся половым путем, обозначая перечисляемые утверждения как верные или неверные.
Материалы:	8 листов со спорными утверждениями Один чистый лист бумаги или флипчарт
Продолжительность:	15 минут

### Этап 1:

Заранее запишите спорные утверждения на листе бумаги (по одному утверждению на каждом листе).

### Этап 2:

В начале упражнения объясните, что сейчас члены группы будут обсуждать основные сведения об инфекциях, передаваемых половым путем, ставя буквы “ИППП” на листе бумаги или флипчарте. Объясните, что эти буквы обозначают:

И - инфекции, П - передаваемые, П - половым, П - путем.

### Этап 3:

Объясните, что ВИЧ рассматривается как инфекция, передаваемая половым путем, но в этом разделе вы не будете говорить о ВИЧ. Подробное обсуждение ВИЧ будет проведено позднее. Сообщите, что вы всегда будете прямо указывать, когда вы говорите об инфекциях, передаваемых половым путем, включая ВИЧ, а когда об инфекциях, передаваемых половым путем, за исключением ВИЧ.

### Этап 4:

Разделите участников на две команды, и попросите, чтобы они встали напротив друг друга. Объясните, что вы собираетесь проводить упражнение, и что победителем будет считаться команда, набравшая наибольшее количество очков. Назначьте участника, который будет вести счет.

### Этап 5:

Дайте участникам следующие инструкции: Каждая команда будет вытягивать из корзины карточки с текстом того или иного утверждения, или же ей будут зачитывать такое утверждение. Задача команды решить, верно ли данное утверждение или нет, в ходе совместного обсуждения. Затем один из членов команды зачитывает утверждение и ответ команды, а также объясняет, почему команда приняла такой ответ. Если команда дала правильный ответ, ей начисляются два очка. Если участники могут объяснить, почему этот ответ правильный, они получают одно дополнительное очко. Если команда дала неверный ответ, она не получает ни одного очка. После каждого неправильного ответа скажите, каков правильный ответ, и объясните почему.

#### СПОРНЫЕ УТВЕРЖДЕНИЯ:

- Человек всегда может сказать, есть ли у него инфекция, передающаяся половым путем.

Комментарий: Неверно. Можно иметь инфекцию, передаваемую половым путем, без каких-либо внешних проявлений. Чаще всего это относится к женщинам, потому что их половые органы расположены внутри. Однако и мужчины с инфекцией, передаваемой половым путем, такой как хламидиоз, также могут не иметь симптомов.

- Микроорганизмы, которые вызывают инфекции, передаваемые половым путем, могут проникнуть в организм человека лишь через половые органы.

Комментарий: Неверно. Бактерии и вирусы, вызывающие эти заболевания, могут попадать в организм через любые слизистые оболочки.

- Нельзя заразиться инфекцией, передающейся половым путем, если вы держите руку другого человека, говорите, прогуливаетесь или танцуете с ним.

Комментарий: Верно. Большинство этих инфекций передается при близком половом контакте с инфицированным человеком.

- Многие излечимые заболевания, передаваемые половым путем, вызывают серьезные осложнения, если их не лечить.

Комментарий: Верно. Некоторые осложнения могут вызвать бесплодие, слепоту. Другие осложнения могут привести к остановке сердца или повредить мозг.

- Люди, инфицированные ИППП не должны иметь незащищенный секс.

Комментарий: Верно. Человек с подобной инфекцией имеет больше вероятности инфицироваться ВИЧ или передать его другим, особенно если это инфекция, передаваемая половым путем, вызывает открытые язвочки. Воспаленные участки представляют собой «открытое окно» для проникновения ВИЧ.

- Инфекция, передаваемая половым путем, не может проникнуть через презерватив, если им правильно пользоваться и если он не порван.

Комментарий: Верно. Инфекции, передаваемые половым путем, не могут проникать через латекс презерватива.

- Мужчина не может получить инфекцию, передаваемую половым путем, при сексуальных отношениях с другими мужчинами, потому что мужчины инфицируются такими только при сексуальных отношениях с женщиной.

Комментарий: Неверно. Мужчины могут быть инфицированы любой инфекцией, передаваемой половым путем, при анальном или оральном сексе с другими мужчинами. Таким образом, они рискуют получить те же самые инфекции, что и мужчина при сексуальных отношениях с женщиной.

#### **Этап 6:**

Продолжайте игру, пока из корзины не будут вытянуты все листки. Затем участник, подсчитывающий очки, называет команду-победительницу. В качестве призов вы можете раздать среди членов выигравшей команды презервативы или атрибутику программы (сумки, значки, карманные календари и пр.).

#### **Этап 7:**

Сообщите, куда участники могут обратиться для лечения ИППП.

## Консультирование и тестирование на ВИЧ: верно или неверно

УРОВЕНЬ А

ТЕМА 4

Цель:	Проанализировать верные и ложные представления о консультировании и тестировании на ВИЧ
Пояснение:	Так как службы консультирования и тестирования на ВИЧ - явление сравнительно новое, в головах потенциальных пользователей на этот счет довольно большая путаница. В данном упражнении мы постараемся развеять недоразумения относительно консультирования и тестирования на ВИЧ.
Дополнительные материалы:	Доска, плакатная бумага, маркеры
Продолжительность:	45 минут

### Этап 1:

Зачитайте по очереди нижеследующие утверждения. После каждого утверждения спросите мнение одного из слушателей относительно того, верно или неверно данное утверждение, и попросите объяснить причины такого ответа.

- Анонимное тестирование означает, что вам присваивают номер, и никто при тестировании не знает вашего имени.

Комментарий: Верно. Чтобы устранить опасения тех, кто не хочет проходить тестирование, чтобы узнать, инфицированы они или нет, в некоторых учреждениях, где проводится тестирование, от обратившихся туда лиц не требуют назвать свое имя. Образец их крови обозначается только номером.

- Если при обязательном тестировании на ВИЧ обнаруживается, что вы инфицированы, то вас автоматически вычеркивают как кандидата для устройства на работу.

Комментарий: Неверно. Проведение обязательного тестирования при трудоустройстве для отсеивания неподходящих кандидатов является дискриминационной практикой и противоречит Трудовому кодексу РФ (ст. 69, 76, 185, 213, 214, 266, регулирующим отношения по прохождению медицинских осмотров при приеме на работу отдельных категорий работников). А также нарушает основные принципы Свода практических правил МОТ по вопросам "ВИЧ/СПИД и сфера труда".

- "Период окна" - это время, в течение анализ крови на ВИЧ уже инфицированного человека все еще дает отрицательный результат.

Комментарий: Верно. Должно пройти около трех месяцев (иногда до шести), прежде чем в крови можно будет обнаружить антитела на ВИЧ. Чтобы убедиться, что результат анализа верен, важно выждать перед проверкой три месяца после момента возможного инфицирования ВИЧ.

- Если анализ покажет, что вы ВИЧ-отрицательны, то в дальнейшем можно не бояться рискованного поведения.

Комментарий: Неверно. Можно иметь рискованные сексуальные связи и не инфицироваться, если вам повезет. Но это не означает, что в следующий раз при незащищенном сексе вы не будете инфицированы. Кроме того, ВИЧ-отрицательный результат может быть показателем лишь периода «окна».

- Каждый должен пройти тестирование на ВИЧ.

Комментарий: Неверно. Не все подвергают себя опасности в одинаковой степени. Тем, кто не активен в сексуальном плане или сохраняет взаимную верность в своих сексуальных отношениях, незачем беспокоиться, и им не нужно проходить тестирование на ВИЧ.

- Тестирование на ВИЧ является добровольным и конфиденциальным.
- Если выяснится, что вы ВИЧ-инфицированы, то следует сообщить об этом вашим сексуальным партнерам.

Комментарий: Верно. Хотя это может оказаться трудным делом, важно сообщить данный факт тем, кто мог подвергнуться инфицированию вирусом, с тем чтобы они могли пройти тестирование и защитить себя и других при последующих сексуальных контактах.

- Первый из двух членов семейной пары (сексуальных партнеров), у кого обнаружится ВИЧ-инфекция, винов-ен(на) в том, что инфицировал(а) партнера.

Комментарий: Неверно. Время, когда вы узнали, что инфицированы, ничего не говорит о том, когда вы фактически получили инфекцию.

**Этап 2:**

Исправьте неправильные ответы и приведите указанные выше объяснения, если участники не назвали их.

**Этап 3:**

Сообщите, где участники могли бы пойти ДКТ.

## Лесной пожар

УРОВЕНЬ Б

ТЕМА 1

Цель:	- Преодолеть равнодушное восприятие эпидемии ВИЧ. - Вызвать сочувствие к людям, живущим с ВИЧ/СПИДом, понимание их проблем.
Пояснение:	Это упражнение может пробудить сильные эмоции. Инструктор предоставляет участникам достаточно времени, чтобы они могли обменяться своими переживаниями и опытом. Инструктор способствует закреплению в сознании участников факта «ВИЧ не передается с рукопожатием». Следует сообщить участникам основные сведения о ВИЧ/СПИДе.
Продолжительность:	45 минут

### Этап 1:

Предложите участникам сесть в круг и закрыть глаза. Объясните, что вы будете обходить их и коснетесь плеча двух или трех из них; на время упражнения эти люди будут считаться

ВИЧ -инфицированными. (Если вы знаете, что среди участников есть ВИЧ -инфицированные, поговорите с ними и предложите им провести упражнение).

### Этап 2:

Предложите участникам встать и, идя по кругу, пожать руку не более чем трем человекам.

### Этап 3:

Как только участники снова займут свои места, предложите тем, кого вы коснулись, поднять руку. Пусть те, кто обменивался с ними рукопожатием, также поднимут руку. Предложите участникам следующего уровня также поднять руку (тех, кто обменялся рукопожатием с участниками, которые пожали руку первым обозначенными вами участниками).

### Этап 4:

Объясните группе, что нельзя получить ВИЧ от рукопожатия. Сообщите, что в целях данного упражнения вы предположили «Имело место рисковое поведение». Каждый из тех, кто поднял руку, был инфицирован. Спросите тех, кого вы коснулись рукой, что они чувствовали.

### Этап 5:

Спросите тех, кто был «инфицирован», хотел бы он пройти добровольное тестирование на антитела к ВИЧ. Тем, кто отвечает отрицательно, предложите объяснить причины отказа.

### Этап 6:

Объясните, что большинство ВИЧ- инфицированных людей не знают, что они инфицированы, и при незащищенном сексуальном контакте могут передавать вирус другим. Подчеркните важность тестирования на ВИЧ и сообщите, где его можно пройти.

## Лечение инфекций, передаваемых половым путем

УРОВЕНЬ Б

ТЕМА 2

Цель:	Повысить осознание важности получения профессиональной помощи в лечении ИППП
Пояснение:	Если не лечить ИППП, так как положено, то ваше здоровье не только не восстановится - оно может стать только хуже. Упражнение дает участникам возможность подумать о положительных последствиях лечения.
Материалы:	Листы бумаги с описанием 5-ти проблемных ситуаций
Продолжительность	Один час

### Этап 1:

Напишите заранее на разных листах бумаги 5-ть проблемных ситуации:

Я думал, что у меня инфекция, передающаяся половым путем. Но теперь, слава Богу, никаких проявлений больше нет. Я не должен больше волноваться».

«Я уверен, что у меня была инфекция, передающееся половым путем. Но в аптеке мне дали антибиотики, так что теперь я чувствую себя лучше. Я даже не использовал всю упаковку».

«У моего партнера-мужчины выделения, и, наверное, у него инфекции, передающиеся половым путем. Так как у меня нет никаких симптомов, я считаю, что у меня нет инфекции».

«Я думаю, что у меня, вероятно, инфекции, передающиеся половым путем, но я слишком нервничаю и не пойду в поликлинику».

«У меня красноватая язвочка на пенисе / влагалище, и я купил на рынке у одного парня четыре синих таблетки. Они стоили там дешевле, чем в аптеке. Через много дней воспаление прошло».

### Этап 2:

Скажите участникам, что можно иметь ИППП, но при этом не иметь никаких симптомов, и продолжать заражать других. Предложите участникамделиться на 5 микрогрупп и дайте каждой микрогруппе по одному листу с описанием проблемной ситуации. Предложите им обсудить заданные проблемные ситуации и дать рекомендации по их решению.

### Этап 3:

Предложите каждой группе сообщить результаты работы группы. Можно рассмотреть следующие моменты, если ранее их не затронули в группах

«Я думал, что у меня заболевание, передающееся половым путем. Но теперь, слава Богу, никаких проявлений больше нет. Я не должен больше волноваться».

Можно быть инфицированным ИППП, симптомы которого потом исчезают.

По всей вероятности, вы все еще являетесь носителем такой инфекции и можете передавать ее другим людям.

Сходите в поликлинику и проверьтесь там.

Вы должны пользоваться презервативом, чтобы не получить другую ИППП

"Я уверен, что у меня была инфекция, передающаяся половым путем. Но в аптеке мне дали антибиотики, так что теперь я чувствую себя лучше. Я даже не использовал всю упаковку».

Плохо, если вы не приняли полностью все назначенные антибиотики, потому что, хотя симптомы, возможно, исчезли, в вашем организме все еще присутствует инфекция, передающаяся половым путем.

Прекращение приема антибиотиков на полпути к завершению курса дает инфекции, передающейся половым путем, возможность приобрести сопротивляемость к антибиотику, что означает, что последующее применение данного антибиотика будет менее эффективно.

Вы заплатили за антибиотик. Вы должны использовать все, за что вы заплатили.

"У моего партнера-мужчины выделения, и, наверное, у него инфекция, передающаяся половым путем. Так как у меня нет никаких симптомов, я считаю, что у меня нет инфекции».

У вас может быть такая инфекция, но никаких симптомов.

Вы, возможно, передали инфекцию вашему партнеру.

"Я думаю, что у меня, вероятно, инфекция, передающаяся половым путем, но я слишком нервничаю и не иду в поликлинику".

Вы должны собраться с духом и пойти в поликлинику, чтобы провериться.

Вы должны забеспокоиться, если вы или ваш партнер имеет незащищенный секс с кем-то еще. Вы должны пользоваться презервативом.

"У меня красноватая язвочка на половом органе, и я взял (а) у одного знакомого парня четыре синих таблетки. Так меньше комплексу, чем в аптеке. Через много дней воспаление прошло».

Симптом, возможно, исчез, но инфекция могла остаться.

Вы думаете, что сэкономили деньги, но это может быть совсем не так, если вы купили не то лекарство, которое нужно, и оно оказалось неэффективным.

Вы должны пользоваться презервативом. Заражение инфекцией, передающейся половым путем, служит предостережением о том, что вы можете инфицироваться ВИЧ.

Вы должны пойти в поликлинику и провериться там.

#### **Этап 4:**

Спросите участников, какие выводы, по их мнению, можно сделать из данного упражнения. Упомяните следующее:

Можно иметь инфекцию, передающуюся половым путем, и никаких его проявлений, и в то же время передавать эту инфекцию другим.

Нам необходимо полностью пройти назначенный курс лечения от инфекции, передающейся половым путем.

Нам необходимо пользоваться презервативом, чтобы избежать нового инфицирования

Нам необходимо обратиться в поликлинику, если подозреваете, что, возможно, заразились ИППП.

#### **Этап 5:**

Сообщите, куда могли бы обратиться участники по поводу ИППП.

## Музыкальные партнеры

УРОВЕНЬ А

ТЕМА 2

Цель:	Помочь осознать опасность заражения инфекциями, передающимися половым путем, при незащищенных половых связях с разными партнерами
Пояснение:	Это упражнение призвано графически продемонстрировать, с какой скоростью могут распространяться инфекции, передающиеся половым путем
Материалы:	2 Таблички (ИППП, Поликлиника), 5 презервативов, ударный инструмент
Продолжительность:	Не более 15 минут

### Этап 1:

Напишите 'ИППП' (что означает «инфекции, передающиеся половым путем») и 'поликлиника' на двух карточках или листках бумаги. Запаситесь пятью презервативами и барабаном (или предметом, по которому можно стучать, как по барабану). Обозначьте небольшую часть помещения как «поликлинику» и поместите туда соответствующий знак. Используя стулья или другие предметы, отгородите в аудитории еще одну зону размером три метра на три.

### Этап 2:

Предложите около десяти добровольцам выйти вперед и дайте одному из них карточку с надписью 'ИППП', сообщив ему(ей), что он (или она) считаются как бы «инфицированным» заболеванием, передающимся половым путем. Раздайте презервативы половине участников. Упражнение можно проводить с большим или меньшим числом участников, но презервативы нужно всегда выдавать лишь половине из них.

### Этап 3:

Объясните участникам, что их задача двигаться внутри квадрата, пока звучит барабан. Как только он перестает звучать, участник с карточкой ИППП хватается своего ближайшего соседа. (Вместо барабана можно использовать любую музыкальную запись). Если у того нет презерватива, то он считается получившим инфекцию и переходит в «поликлинику», чтобы там лечиться. Упражнение продолжается до тех пор, пока в квадрате не останутся только те, у кого есть презервативы, и распространение инфекции прекратилось.

### Этап 4:

После завершения игры спросите тех, у кого не было презерватива, что они думали, когда звучал барабан. Нервничали ли они и боялись ли, что их схватят? Затем спросите тех, у кого были презервативы, что они чувствовали.

### Этап 5:

Предоставьте участникам информацию о том, куда можно обратиться за лечением от ИППП.

## Названия и симптомы ИППП

УРОВЕНЬ В  
 ТЕМА 2

Цель:	Ознакомить участников с различными инфекциями, передаваемыми половым путем, их симптомами и проблемами, которые появляются в случае, если оставить их без лечения
Пояснение:	Наличие инфекции, передающейся половым путем, у одного из партнеров значительно увеличивает вероятность передачи ВИЧ при половом акте
Материалы:	Плакат со списком названий ИППП Плакат со списком осложнений Буклеты «Основные сведения об ИППП»
Продолжительность:	

### Этап 1:

Ведущий заранее знакомится с разделом об инфекциях, передаваемых половым путем.

### Этап 2:

Перед началом упражнения напишите следующий список инфекций, передаваемых половым путем, на флипчарте, доске или листе бумаги, оставьте свободное место рядом с медицинским названием инфекции для обычно используемого названия того же заболевания на местном жаргоне или языке.

Название инфекций, передаваемые половым путем	Распространенное / местное название
---	-------------------------------------

Гонорея

Сифилис

Герпес

Венерические бородавки

Кандидоз (молочница)

Шанкрид

Венерическая (паховая) лимфогранулема

Хламидиоз

Гепатит Б

Трихомоноз

### Этап 3:

Покажите участникам список инфекций, передаваемых половым путем. Прочитайте все названия по очереди и попросите участников назвать жаргонное или местное имя каждой инфекции. Укажите, что ВИЧ также передается половым путем, но он не включен в данное упражнение.

### Этап 4:

Напомните участникам, что у многих лиц с заболеваниями, передаваемых половым путем, нет никаких признаков или симптомов, и что у одного человека может быть одновременно несколько подобных заболеваний.

#### Симптомы у мужчин:

Выделения из мочевого канала (зеленые, желтые, гнойные)  
Болезненное мочеиспускание, трудности при мочеиспускании, более частое мочеиспускание  
Опухшие и болезненные железы / лимфатические узлы в области паха  
Волдыри и открытые язвочки на половых органах - болезненные или безболезненные  
Точечные затвердения под кожей  
Бородавки в области гениталий  
Сыпь на руках и ногах, не вызывающая зуда  
Ощущения покалывания или зуда в области гениталий  
Симптомы, напоминающие грипп (головная боль, недомогание, тошнота, рвота)  
Повышение температуры или зябкость  
Язвочки во рту.

#### Симптомы у женщин:

Нерегулярные выделения крови  
Боль внизу живота / в лобковой области  
Ненормальные влагалищные выделения (белые, желтые, зеленоватые, пенистые, творожистые, гнойные и с неприятным запахом).  
Опухшее влагалище или зуд в нем; опухшая шейка матки.  
Болезненное или затрудненное сношение.

#### Этап 5:

Предложите участникам составить список заболеваний, передаваемых половым путем, которые они считают наиболее распространенными и описать их симптомы.

#### Этап 6:

Сообщите участникам, что не лечение заболеваний, передаваемых половым путем, может в конечном счете привести к серьезным, порой угрожающим жизни осложнениям. Зачитайте список осложнений при отсутствии лечения заболеваний, передаваемых половым путем, (который должен быть написан желательно на флипчарте, классной доске или листе бумаги):

Бесплодие  
Слепота  
Воспаление мочевого тракта  
Рак шейки матки  
Инфицирование новорожденного  
Повышенный риск инфицирования ВИЧ (выделить маркером!!!)

#### Этап 8:

Сообщите участникам следующее:

Некоторые инфекции, передаваемые половым путем, могут десятикратно увеличить риск инфицирования ВИЧ. Причина - открыв микротрещины, появляющиеся в связи с язвочками на гениталиях и другими инфекциями. ВИЧ также может увеличить риск инфицирования некоторыми инфекциями, передаваемыми половым

путем, из-за ослабления иммунной системы организма.

**Этап 9:**

Раздайте участникам буклеты с более подробной информацией по ИППП и сообщите, куда могут обратиться для лечения ИППП.

## Ограничение приема алкоголя

УРОВЕНЬ В

ТЕМА 6

Цель:	Подумать вместе с участниками, что можно сделать, чтобы ограничить чрезмерное потребление алкоголя
Пояснение:	В некоторых странах существуют ограничения на потребление алкоголя. Идея состоит в том, что если ограничить возможности потребления алкоголя, то возможности его неумеренного потребления также окажутся ограниченными.
Продолжительность:	30 минут

### Этап 1:

Обсудите вместе с участниками следующую информацию относительно правил, установленных с целью ограничить потребление алкоголя и наркотиков, и задайте вопросы по этому поводу:

Во многих районах мира, где продажа алкоголя была запрещена, население продолжало делать и продавать его из-под полы. Часто такой алкоголь опасен для жизни. Люди продолжали пить алкоголь, несмотря на запрет.

Как вы думаете, полный запрет на алкоголь - это эффективное решение?

Многие из тех, кто изготавливает спиртное - самогон - это женщины, которые торгуют им, чтобы заработать деньги.

Если люди пьют слишком много, кого или что следует в этом винить: того, кто изготавливает спиртное, или того, кто его пьет?

Во всех странах наибольшая доля автомобильных аварий со смертельным исходом приходится на водителей, которые слишком много выпили.

Как вы считаете, нужно ли отбирать права у водителей, которые напиваются и садятся за руль автомобиля?

В большинстве стран считается нарушением закона прием работниками неразрешенных препаратов, в том числе инъекционных наркотиков, таких как героин.

Как вы считаете, должен ли друг или коллега человека, принимающего инъекционные наркотики, сообщить об этом начальнику или в правоохранительные органы, чтобы подвергнуть его наказанию?

### Этап 2:

Отметьте, какие мнение были высказаны в ходе обсуждения, и обобщите выявившиеся расхождения во мнениях.

### Этап 3:

Рассмотрите вместе с участниками следующие моменты относительно личного поведения и потребления алкоголя и задайте им вопросы:

Некоторые считают, что из-за ведения положений об ограничении потребления алкоголя его труднее достать, но это мало что дает для прекращения его чрезмерного употребления.

Что, по вашему мнению, можно было бы сделать, чтобы неумеренно пьющие изменили свое поведение?

Что вы делаете, чтобы не пить больше, чем вам хочется, или выше разумной дозы?

Когда люди слишком много выпивают, им очень трудно действовать ответственно или контролировать свои действия. Наутро после запойной ночи люди часто раскаиваются в том, что имели накануне незащищенный секс.

Как человек узнает, что выпил слишком много?

Что можно сделать, чтобы не доходить до этой точки?

Что вы делаете, чтобы сохранить контроль над своими действиями?

Обычно прием алкоголя - это приятное социальное времяпрепровождение. Но прием чрезмерного количества алкоголя может сделать человека крайне агрессивным и грубым.

Что можно было бы сделать, чтобы сократить насилие над женщинами со стороны мужчин, которые слишком много выпили?

Некоторые организации используют систему товарищеского взаимоконтроля, чтобы их работники не пили слишком много. Каждому работнику на выходе с работы назначается партнер. Оба они должны контролировать прием алкоголя друг другом и напоминать друг другу, что нужно использовать презервативы, когда речь пойдет о сексе.

Думаете ли вы, что эта система будет работать на вашем предприятии?

Подходит ли для вас система товарищеского взаимоконтроля?

Все больше людей начинают думать, что направление потребителей наркотиков в тюрьму - это не лучшее решение проблемы. Лучше сделать так, чтобы они защищали себя и других от ВИЧ-инфекции, не пользуясь общими иглами и шприцами. Если ваш друг или коллега будет обращаться в лечебный центр, где работают профессиональные медики и где хранят врачебную тайну (если там существует такой центр), тем выше шансы на то, что он сможет преодолеть свою наркозависимость.

Что бы вы посоветовали тому из ваших знакомых, кто принимает запрещенные препараты?

Как вы думаете, распространение инъекционных наркотиков представляет собой по большей части правовую, социальную или же экономическую проблему?

#### **Этап 4:**

Обобщите мнения, высказанные в ходе обсуждения.

#### **Этап 5:**

Сообщите, где лица, злоупотребляющие алкоголем или наркотиками, а также члены их семей могли бы получить помощь.

## Оправдания для неприменения презервативов

УРОВЕНЬ Б

ТЕМА 3

Цель:	Дать участникам возможность проанализировать причины, по которым они не пользуются презервативами
Пояснение:	Ниже следует перечень наиболее распространенных оправданий для неприменения презервативов, и возможные ответы на эти оправдания.
Материалы:	Листы плакатной бумаги, флипчарт-листы или доска
Продолжительность:	30 минут

### Этап 1:

Заранее напишите перечень оправдания на плакате. Предложить участникам рассмотреть перечень оправданий и назвать те, которые они считают наиболее распространенными.

### Этап 2:

На первое оправдание назовите участникам три ответа, которые приводятся ниже. В отношении последующих оправданий спросите участники, могут ли они дать на них свои ответы, а затем приведите указанные ниже ответы.

### Этап 3:

Спросите их, считают ли они эти ответы реальными и могли бы они применить их к себе и другим похожим на них людям.

Оправдание 1: Вы думаете, что у меня инфекция.

- а) Я не хочу, чтобы один из нас подвергся риску инфицирования ВИЧ.
- б) У многих ВИЧ-инфицированных нет абсолютно никаких видимых признаков.
- с) Скорее всего, ни один из нас не инфицирован, но лучше перестраховаться.

Оправдание 2: Презерватив ничего не дает.

- а) С ними все в порядке, если правильно ими пользоваться.
- б) Пользование презервативом может быть даже забавной штукой.
- с) Я никогда не видел, чтобы презерватив рвался.

Оправдание 3: Они портят настрой.

- а) Все будет хорошо, как только мы к ним привыкнем.
- б) Почему бы не попробовать презерватив несколько раз, и уже потом решать?
- с) Если я защищен, я буду больше расслаблен.

Оправдание 4: От них неприятные ощущения.

- а) Но мы же знаем, что презерватив может защитить нас.

b) Я знаю, тебе это не нравится, но нельзя отрицать значение презервативов в наши дни.

c) Надо думать о том, как нам будет сейчас хорошо, а не о презервативе.

Оправдание 5: Из-за них я чувствую себя какой-то грязной дешевкой.

a) В наши дни все пользуются презервативами. Ты даже не представляешь, сколько людей пользуются ими.

b) Ты знаешь, что я забочусь о тебе и что я уважают тебя. Вот что важно.

c) Я хочу пользоваться презервативом, чтобы ты не забеременела тогда, когда ты этого не хочешь. Здесь нет и речи о грязной дешевке.

Оправдание 6: Я и так принимаю противозачаточные пилюли.

a) Мы должны использовать презерватив еще и потому, что таблетки не защищают от инфекции.

b) Они не помогают защититься от инфекций, передаваемых половым путем, включая ВИЧ

c) Очень плохо - без презерватива ничего не будет.

Оправдание 7: Я буду стесняться.

a) Неудобно только в первый раз.

b) Я куплю их, так что воспользуемся ими в следующий раз.

c) От стыда еще никто не умирал.

Оправдание 8: Они слишком дорогие.

a) Когда идет речь о здоровье, мы не должны думать о том, сколько это стоит.

b) Я могу заплатить за них.

c) По сравнению с тем, сколько стоит пиво, это немного.

#### **Этап 4:**

Сообщите, где участники могли бы приобрести презервативы.

## Отслеживать связи

УРОВЕНЬ Б

ТЕМА 2

Цель:	Помочь осознать важность незамедлительного обращения участников и их партнеров за лечением инфекций, передающихся половым путем
Пояснение:	Если лица, имеющие инфекции, передающиеся половым путем, не удостоверятся в том, что их партнер также лечится, они рискуют снова заразиться, если продолжат незащищенные сексуальные контакты с тем же партнером
Материалы:	Не требуются
Продолжительность:	30 минут

### Этап 1:

Вызовите добровольцев, чтобы они сыграли роли посетителя поликлиники, обратившегося по поводу инфекций, передающегося половым путем, и врача.

### Этап 2:

Предложите участникам-добровольцам разыграть короткую сценку следующего содержания:

(сюжет можно подобрать с учетом особенностей участников)

Сергей, работающий автомехаником, наконец, набрался храбрости и пошел в поликлинику по поводу язвочки красного цвета на его половом органе. Работник поликлиники осматривает его и сообщает, что у него инфекция, передающаяся половым путем. Он просит привести на осмотр также его жену и других сексуальных партнеров, чтобы начать их лечение. Сергей крайне обеспокоен. Он говорит, что считает это невозможным. Медработник объясняет, что крайне важно остановить распространение на других лиц инфекции, передающейся половым путем.

### Этап 3:

Задайте участникам следующие вопросы. (Удостоверитесь, что на каждый вопрос вы получаете полный ответ, прежде чем вы перейдете к следующему).

Что здесь происходит?

Почему это происходит?

Какие проблемы это вызывает?

Происходит ли это с людьми, которых вы знаете?

Что можно сделать, когда такое случается?

Почему так важно лечить тех, кто получил инфекцию, передающуюся половым путем, и их партнеров?

### Этап 4:

Подытожьте некоторых из проблем, затронутых участниками (их собственный опыт, недостаточный информационный обмен внутри пары, невнимательное отношение к себе и крайняя стеснительность).

### Этап 5:

Предоставьте участникам информацию о том, куда можно обратиться за лечением от ИППП.

## Оценка личных рисков

УРОВЕНЬ А

ТЕМА 1

Цель:	Активизировать осознание личного риска инфицирования ВИЧ
Пояснение:	1 и 2 этапы – индивидуальная работа участников, 3 и 4 этапы можно провести в малых группах. Т.к. вопросы носят деликатный характер, инструктор создает атмосферу конфиденциальности и уважения к другому мнению.
Материалы	Листы бумаги
Продолжительность:	45 минут

### Этап 1:

Раздайте участникам по чистому листу бумаги. Предложите участникам поставить одну точку на листке бумаги на каждый утвердительный ответ на следующие вопросы:

- a) У вас были когда-нибудь сексуальные контакты без презерватива?
- b) У вас был сексуальный контакт без презерватива с женщиной (или мужчиной), которая (который) не была вам верна?
- c) Если вы состоите или состояли в браке, был ли у вас секс без презерватива с женщиной (или мужчиной), которая не была вашим супругом?
- d) Был у вас когда-нибудь незащищенный секс с женщиной, нарушившей закон, в обмен на обещание не сообщать о ней в полицию или отпустить ее?
- e) Было ли у вас когда-нибудь венерическое заболевание (такое как хламидиоз, гонорея или сифилис)?
- f) Были вы когда-нибудь настолько пьяны, что не помните, вступали ли вы в то время в половой контакт или нет?
- g) Лечились ли вы когда-нибудь от инфекций, передающихся половым путем, не обращаясь к дипломированным медицинским специалистам?
- h) На протяжении вашей жизни были ли у вас сексуальные контакты без презерватива более чем с 15-ю женщинами (или мужчинами)?
- i) Делали вам когда-нибудь переливание крови?
- j) Был у вас когда-нибудь секс без презерватива с женщиной (или мужчиной), с которыми вы только что познакомились?
- k) Был у вас когда-нибудь на протяжении одного месяца один новый сексуальный партнер или более, и при этом вы никогда не пользовались презервативом?
- l) Вы платили когда-нибудь деньги за секс?
- m) Вы когда-нибудь имели анальный секс без презерватива?
- n) Были ли у вашей жены (или мужа) сексуальные отношения с другим мужчиной (или женщиной) до вашего брака?
- o) Обостряется ли ваше сексуальное желание после приема алкоголя?
- p) Для мужчин: Был у вас когда-нибудь сексуальный контакт с несовершеннолетней девушкой, и вы не пользовались при этом презервативом?
- q) Для мужчин: Вы принуждали когда-нибудь женщину к сексу против ее желания?
- r) По роду своих занятий часто ли вы уезжаете из дому и расстаетесь со своей супругой или постоянным партнером?

### **Этап 2:**

Предложите участникам подсчитать общее число набранных ими пунктов и сообщите (зачитав) им, какие последствия ожидают тех, кто по числу набранных пунктов попал в ту или иную категорию.

12-18 пунктов: Крайне высокий риск. Вам следует подумать о том, чтобы пройти добровольное тестирование на антитела к ВИЧ.

6-12 пунктов: Высокая степень риска. Вы должны всерьез задуматься о том, чтобы чаще пользоваться презервативом, изменить свое поведение и пройти добровольное тестирование на антитела к ВИЧ.

0-6 пунктов: Низкая степень риска. У вас умеренный уровень риска, но он все же присутствует.

### **Этап 3:**

Попросите участников составить список особенностей своего поведения, которые могут поставить их под угрозу инфицирования ВИЧ, и тех действий, которые они лично могли бы предпринять с целью устранения опасных аспектов своего поведения. (Например, один из рисков - это незащищенный секс. Изменение поведения в таком случае могло бы означать использование презерватива при половом акте).

### **Этап 4:**

Подчеркните важность осознания собственных поведенческих рисков инфицирования ВИЧ. А также важность добровольного тестирования на антитела к ВИЧ и сообщите, где это можно сделать.

-

## Оценка правильности или неправильности своих действий

УРОВЕНЬ Б

ТЕМА 7

Цель:	Помочь мужчинам выбрать правильный вариант поведения в отношениях с другими людьми
Пояснение:	Это упражнение призвано продемонстрировать мужчинам, как важно думать, прежде чем действовать, помочь им осознавать последствия своих неверных действий.
Материалы:	3 карточки с эпизодами (без текста комментария)
Продолжительность:	30 минут

### Этап 1:

Объясните мужчинам, что вы предложите им различные истории и варианты действий, и что они должны будут указать устно или отметить на листе бумаги, были ли действия в данном эпизоде «правильными» или «неправильными».

### Этап 2:

Зачитайте или дайте участникам самим прочитать описания нескольких ситуаций. После того, как мужчины дадут свои ответы, предложите им объяснить, почему они думают, что предпринятое действие было правильным или неправильным. Обратите внимание, что правильный ответ и объяснение того, почему этот ответ правильный, вы найдете в скобках под описанием каждого эпизода.

#### Эпизод 1: Визит к врачу

Врач сообщает женщине, работающей на рынке, что у нее туберкулез – распространенное сопутствующее заболевание, вызванное ВИЧ-инфекцией. Он предлагает, чтобы и сама женщина, и ее муж прошли консультирование и тестирование на ВИЧ. Женщина сообщает мужу, что его хронический кашель вызван сильной простудой, и что кашель пройдет сам собой. Она боится, что он отвернется (бросит) ее за то, она принесла ВИЧ-инфекцию в семью, хотя может быть и так, что первым инфицировался ее муж.

Комментарий: Неправильно. Женщина обязана сказать мужу правду о своем посещении врача и дать ему возможность обратиться за лечением и помощью в случае, если он инфицирован ВИЧ, и принять меры в связи с последствиями инфекции.

#### Эпизод 2: Трудно сообщить о своем заболевании, передающимся половым путем

Водитель фургона, совершающий дальние рейсы между городами вдали от дома, встречает местную девушку и вступает с ней в сексуальную связь каждый раз, когда проезжает через ее деревню. Однажды в душе он замечает покраснение и язвочку на конце своего полового органа. Он стесняется сообщить об этом своей подруге, но везет ее в поликлинику, чтобы показаться врачу, и сообщает ему об этой язвочке.

Комментарий: Правильно. Хотя лучше было бы напрямую рассказать подруге о своей инфекции, чтобы они оба приняли защитные меры, он поступил правильно, придя вместе с ней к врачу и рассказав ему правду.

#### Эпизод 3: Страсти в подсобном помещении

Мужчина – посетитель бара проходит в подсобное помещение вместе с девушкой, работающей в этом баре. В возбуждении они срывают с себя одежду, но прежде чем он начнет, она достает презерватив и просит надеть его. Он обвиняет ее в том, что она считает, будто он не моется и ВИЧ-инфицированный. Она объясняет, что это должно защитить их обоих, и он, наконец, соглашается надеть презерватив.

Комментарий: Правильно. Было бы лучше, если бы у мужчины был с собой презерватив, и он хотел бы воспользоваться им. Но он поступил правильно, пойдя навстречу просьбе женщины защититься с помощью презерватива.

**Этап 3:**

Обобщите мнения, высказанные участниками, и сделанные выводы. Вот некоторые варианты:

Возможно, что трудно открыто и свободно обсуждать вопросы пола, но все же важно их обсуждать.

Люди, имеющие властные полномочия, не должны использовать их для преследования сотрудников, которые находятся в зависимом положении.

Мужчины должны уважать право женщины отказаться от секса, если она так решила, и требовать от мужчины использовать презерватив, если она согласна.

Мужчины, вступающие в сексуальный контакт с мужчинами, могут вызывать у других мужчин неприятное чувство, но их не следует наказывать за их сексуальные предпочтения.

## Последствия приема алкоголя и наркотиков

УРОВЕНЬ Б

ТЕМА 6

Цель:	Помочь осознать отрицательные последствия неумеренного потребления алкоголя
Пояснение:	Потребление алкоголя считается одним из факторов риска в отношении ВИЧ и других инфекций, передающихся половым путем. Это особенно верно в случае чрезмерного потребления. Алкоголь может нарушить способность рассуждать. Те, кто собирался пользоваться презервативом, могут не подумать или отказаться от этого решения после приема алкоголя. Очень трудно договориться с пьяным партнером о применении презерватива. Алкоголь может также вести к насилию в отношении женщин. Расходы на алкоголь могут также подрывать семейный бюджет, меньше денег остается на закупку продовольствия, медикаментов и других необходимых товаров и услуг.
Материалы:	3 карточки с историями из жизни и вопросами к ним
Продолжительность:	1 час

### Этап 1:

Предложите одному из участников зачитать следующие истории один или два раза; затем задайте вопросы к ним, приведенные под текстом каждого из рассказов.

#### а) Физическое насилие

*Молодой рабочий работал на стройке, расположенной неподалеку от института. Он часто наблюдал за проходящими мимо студентками. Иногда они останавливались и заговаривали с ним. Одна из них казалась ему особенно привлекательной и сексуальной. Ее звали Лариса. Хотя у него было несколько подруг в городе, он мечтал сблизиться с Ларисой, но она всегда вежливо отклоняла его попытки. Ему казалось, что Лариса с каждым днем становилась все более привлекательной и сексуальной. Но, несмотря на все его старания, Лариса отвечала, что она не готова и не собирается встречаться с ним. В выходные дни этот рабочий обычно ходил в бар, где продавали алкоголь местного изготовления. Этот спиртной напиток был очень крепким, и молодой рабочий обычно здорово напивался. Однажды после такой выпивки он, шатаясь, шел вечером домой, и увидел вдаль Ларису, которая шла из булочной. Когда она не носила школьную форму, то выглядела скорее как женщина, а не как школьница. Он обнял ее и удивился, что она не была этому рада. Она сказала, что он пьян и должен оставить ее в покое. Он разозлился и решил, что должен проучить ее. Он выкрутил ей руку и заставил идти с ним в придорожные кусты, где ударил ее несколько раз по лицу, чтобы она не шумела.*

Затем он набросился на нее. Когда все кончилось, она лежала на земле, рядом с валявшимся тут же хлебом, в грязном и изорванном платье, и всхлипывала. Он сказал ей, что, если она кому-нибудь скажет о том, что произошло, он избьет ее.

Может ли так случиться, что после того, как вы много выпили, вы будете хуже соображать?

У вас есть знакомые, которые становятся агрессивным, после того как они выпьют?

Как вы думаете, может ли человек напиться до того, что он теряет контроль над собой?

Могла ли Лариса сделать что-нибудь, чтобы избежать такой ситуации?

Что самое ужасное, по вашему мнению, может случиться после изнасилования? (Представьте себе, что он изнасиловал ее несколько раз, и она, в конечном счете, инфицировалась от него ВИЧ, но никто из них не будет знать, что они инфицированы. Лариса забеременеет, а он будет отрицать, что является отцом ребенка. Ребенок родится с ВИЧ, и Лариса обнаружит, что она инфицирована. Молодого рабочего переведут на другую стройку; он не поверит, что он ВИЧ-инфицирован, и продолжит незащищенные сексуальные контакты с другими женщинами.)

### б) Пропивая получку

*Антон направили работать бухгалтером в отдаленный шахтерский городок. Снять жилье там было практически невозможно, и ему пришлось ехать одному, оставив семью жить в родном городе. Прошло четыре месяца. Каждый день он думал о своей семье. Он сильно скучал без своих близких, и единственное, что помогало, был алкоголь. Все началось с нескольких кружек пива с другими мужчинами после работы. Потом оказалось, что ему нужно выпить пива с утра, чтобы собраться с духом и пойти на работу. Частью проблемы была скучная работа в отдаленном пограничном городе, где почти ничего не происходило. Скучая по близким, живя в таком унылом месте, Антон пил все больше. Он даже начал носить с собой небольшую бутылку спиртного, к которой прикладывался время от времени на работе. Его друзья заметили, что он сильно изменился: он начинал спорить по малейшему поводу, даже подрался со своим лучшим другом на работе, и они перестали разговаривать друг с другом. Однажды его начальник отправил Антона домой, когда он явился на работу в таком виде, что едва мог стоять. Он тратил на алкоголь так много, что от получки почти ничего не оставалось, чтобы послать домой. Его жена начала продавать вещи на рынке, чтобы немного заработать. Но когда продавать стало нечего, она подумала, что единственный способ, чтобы прокормить их четверых детей, это продавать свои сексуальные услуги. Хотя она знала, что следует использовать презерватив, она обнаружила, что мужчины не хотят идти с ней, если она настаивала на их применении.*

Как вы думаете, можно ли начать пить понемногу и закончить тем, что пить помногу?

Знаете ли вы кого-нибудь, кто, выпив, становится агрессивным и цепляется к другим?

Как вы думаете, люди пьют от скуки и одиночества?

Что вы думаете о положении, в котором оказалась жена Антона?

Что самое ужасное, по вашему мнению, может случиться с этой семьей? (Представьте себе такую возможность: она инфицируется ВИЧ от мужчин и затем передает инфекцию мужу. Затем она становится беременной, и рождает ВИЧ-инфицированного ребенка. Муж и жена в конечном счете умирают от СПИДа, оставив пятерых осиротевших детей, один из которых инфицирован ВИЧ.)

### с) Инъекции медленной смерти

*Иван и Петр родились в одном городе; перспективы у обоих были неважные. Работы было мало, денег тоже. Они мало чем отличались от многих других молодых людей в своем городе, которые не ждали от жизни ничего хорошего. Оба они работали как уборщики на местной фабрике, получали мало. Сначала они начали пить самогон, потом начали искать другие, более действенные средства, чтобы забыть свое безрадостное настоящее. Они познакомились с группой молодых людей, которые сами изготавливали героин и кололись им. Оказалось, что на фабрике было много других молодых ребят, таких же, как они, кому до смерти надоела бесперспективная работа, и так же разочаровавшихся в жизни. И они заинтересовались наркотиками. Образовалась группа из десяти человек. Они украли все, что необходимо для введения наркотиков, и когда у них появлялось немного денег, они сбрасывались и вместе вкалывали себе героин. Они так боялись, что у них увидят иглу и шприц, что редко промывали их как следует. Чтобы достать еще один шприц - об этом не могло быть и речи; они и так считали, что им повезло. Большинство из них даже не знали, что пользуясь общей иглой, они рискуют инфицироваться ВИЧ; а другим было все равно. Их единственная забота была в том, чтобы достать очередную дозу, забыть свою жизнь и не думать о безрадостном будущем. Они не пытались привлечь в свою группу других, но были не против поделиться наркотиками с другими, если те платили за это.*

Опишите, что происходит в данном рассказе.

Что бы вы посоветовали тем, кто собирается присоединиться к группе, в которую входили Иван и Петр?

Как вы думаете, почему с некоторыми людьми происходит такое на работе?

Какая разница между теми, кто вводит себе наркотики, и теми, кто этого не делает?

Как вы думаете, почему они пользовались одной и той же иглой и шприцем и не промывали их как следует?

Каким эти молодые люди видели свое будущее?

Как вы думаете, что они оба почувствовали бы, если бы узнали, что инфицированы ВИЧ?

Как вы думаете, куда они могли бы обратиться за помощью по поводу своего пристрастия к наркотикам?

#### Этап 3:

Обобщите мнения, высказанные во время обсуждения, и сделайте главный вывод.

#### Этап 4:

Сообщите, где лица, злоупотребляющие алкоголем или наркотиками, могли бы получить помощь.

## Правильное и регулярное использование

УРОВЕНЬ В

ТЕМА 3

Цель:	Поупражняться в использовании презервативов
Пояснение:	Это упражнение похоже на предыдущее, поскольку показывает, как правильно пользоваться презервативом. Однако оно более интерактивно и помогает участникам внимательнее изучить весь процесс.
Материалы:	Листы бумаги или каталожные карточки
Продолжительность	45 минут

### Этап 1:

Заготовьте заранее листы бумаги или карточки для каталога. Напишите следующие фразы по одной на каждом листе или карточке:

- Проверь срок годности
- Получи согласие партнера на использование презерватива
- Положи рядом упаковку с презервативов
- Аккуратно откройте упаковку
- Выдавите воздух из конца презерватива
- Наденьте его, разворачивая на всю длину полового органа
- Семяизвержение
- Выведите половой орган, придерживая презерватив у основания
- Снимите презерватив
- Свяжите презерватив узлом и выбросите его подальше - туда, где его не найдут дети
- Используйте другой презерватив (при повторном сношении).

### Этап 2:

Смешайте карточки и предложите каждому из участников наугад выберет одну из карточек и прочитать текст на ней, затем покажите ее группе. Предложите участникам сообща развесить карточки на стене или разложить их на полу в правильной последовательности, так чтобы они обозначили последовательные этапы процесса использования презерватива.

### Этап 3:

Когда все карточки будут размещены, попросите участников прокомментировать эту последовательность. Внесите любые необходимые изменения. Убедитесь, что окончательная последовательность правильная.

**Этап 4:**

Задайте участникам следующие вопросы:

Что может случиться, если презерватив используется неправильно?

Каковы последствия этого?

Что вы чувствовали, когда впервые пользовались презервативом?

А что чувствуете теперь?

**Этап 5:**

Сообщите, где участники могли бы приобрести презервативы.

## Правильно поступать

УРОВЕНЬ В

ТЕМА 8

Цель:	Задуматься о моральном выборе, который им предстоит сделать, по оказанию помощи и поддержки, и рассмотреть последствия своего выбора
Пояснение:	Участники должны подумать о моральном выборе, который им предстоит сделать, по оказанию помощи и поддержки, и рассмотреть последствия своего выбора
Дополнительные материалы:	Листы бумаги, плакатная бумага, маркеры
Продолжительность:	30 минут

### Этап 1:

Перед началом занятия прочитайте материал об основах оказания помощи и поддержки (п. 2.2. настоящего сборника). Изложите вкратце участникам основные сведения помощи и поддержки.

### Этап 2:

Предложите участникам высказать свое мнение по поводу зачитываемых вами высказываний, /Внимание! Правильный ответ и причины, объясняющие, почему он правильный, приводятся внизу каждого высказывания. Зачитайте правильный ответ после того, как участники закончат обсуждать данное утверждение/.

Запереть ВИЧ- инфицированного человека, в задней комнате, чтобы он не инфицировал других членов семьи.

Неправильно. Практически невозможно инфицироваться ВИЧ через случайные контакты. Как и в случае с любыми больными, общение с другими людьми, которые проявляют заботу о них, улучшает их моральное и физическое состояние.)

Выяснить, куда люди, живущие с ВИЧ/СПИД, могут обратиться за лечением сопутствующих инфекций и заболеваний, связанных со СПИДом.

Правильно. Люди, живущие с ВИЧ/СПИДом, которые быстро устают, часто слишком слабы, чтобы заботиться о себе сами; они благодарны тем, кто протягивает им руку помощи. Они чувствуют себя намного лучше, когда видят, что кто-то пытается помочь им.

Когда люди, живущие с ВИЧ/СПИДом, начинают чувствовать себя лучше после вызванной СПИДом болезни, попросите их о помощи, например, чтобы они присмотрели какое-то время за маленькими детьми, с тем чтобы они чувствовали свою полезность.

Правильно. Люди, живущие с ВИЧ/СПИДом, не всегда находятся в состоянии усталости. Они часто неплохо себя чувствуют в течение длительного периода времени. Когда им дают простые поручения, такие как присмотр за детьми, они получают возможность выразить свою признательность тем, кто помогал им, а также чувствуют свою полезность.

Если у заболевшего высокая температура и он сильно потеет, давайте ему меньше пить, так как он может заразить посуду, из которой пьет.

Неверно: Когда у больного высокая температура, он должен больше пить, и лучше всего для этого годится свежая вода. При пользовании общей посудой с лицом, живущим с ВИЧ/СПИДом, нет никакого риска передачи вируса от одного человека к другому.

Обтирание влажной губкой больного ВИЧ/СПИДом, у которого высокая температура, облегчает его состояние и ничего не стоит.

Верно. Нельзя инфицироваться ВИЧ, проводя обтирание влажной губкой ВИЧ -инфицированного; это может помочь сбить температуру.

Найти время и поболтать с человеком, живущим с ВИЧ/СПИДом, чтобы отвлечь его от чувства дискомфорта или боли, которую он, возможно, ощущает.

Правильно. Люди, живущие с ВИЧ/СПИДом, часто чувствуют себя одинокими и оторванными от других, если не просто брошенными. Даже простая беседа служит им поддержкой и улучшает их самочувствие.

Деньги лучше потратить на еду для детей, а не на перевозку лица, живущего с ВИЧ/СПИДом, в больницу для прохождения курса лечения.

Неверно. Важно помогать и тем, кто живет, и тем, кто может вскоре умереть. Каждый живой человек заслуживает права на заботу и внимание со стороны других.

Не разрешайте ВИЧ-инфицированному сидеть у окна, потому что соседи увидят его, и в результате пострадает вся семья.

Неверно. Когда человек, живущий с ВИЧ/СПИДом, сидит и смотрит в окно на прохожих и играющих детей, то это отвлекает его. Свежий воздух и прохладный ветерок также полезны для него.

Не приводите детей к ВИЧ-инфицированному, потому что для них лучше помнить его таким, каким он был, когда был здоров.

Неверно. Присутствие детей обычно подбадривает людей, живущих с ВИЧ/СПИДом. Нет никакого риска, что дети инфицируются через бытовой контакт, например, при объятии или прикосновении. Дети не боятся людей, живущих с ВИЧ/СПИДом, если их родители или другие люди не скажут, что они должны опасаться их.

Люди, живущие с ВИЧ/СПИДом не должны слушать веселую музыку, слушать радио или смотреть телевизор, потому что это напомнит им, что у других нормальная, счастливая жизнь.

Неверно. Напротив, люди, живущие с ВИЧ/СПИДом часто любят такие развлечения, и их любимые мелодии могут напомнить им более счастливое время.

В случае инфицирования ВИЧ посетите традиционного врача, потому что это намного дешевле, а не обращайтесь к современной медицине.

Неверно. Хотя некоторые традиционные целители могут помочь в случае повышения температуры, кожных заболеваний, болей и зуда, многие из их методов лечения бесполезны, особенно по сравнению с тем, что может сегодня делать современная медицина при лечении таких болезней, как туберкулез. Современные лекарства более надежны, хотя они более дорогие. Сочетание современных лекарств и традиционных средств иногда может оказаться эффективным.

Тем, кто живет с ВИЧ/СПИДом и часто страдает от поноса, нужно давать жидкость с добавлением соли, например, куриный бульон, кокосовое молочко, рисовую воду или раствор для восполнения жидкости (который уже имеет в своем составе соль).

Правильно. Некоторые люди ошибочно считают, что отказ от жидкости останавливает понос, но это фактически значительно ухудшает положение больного и даже может привести к смерти. Каждый страдающий от диареи нуждается в большом количестве жидкости.

Не стоит тратить время на стирку одежды и постельного белья, потому что они опять скоро запачкаются.

Неверно. Соблюдение правил гигиены помогает снизить риски относительно сопутствующих инфекций, как и улучшение условий и качества жизни людей, живущих с ВИЧ/СПИДом. Если на одежде или простыне есть следы крови, то следует действовать осторожно. Используйте при этом перчатки, а если их нет, то пластиковые пакеты. Если под рукой нет пакетов, сразу после контакта с загрязненной одеждой или бельем вымойте руки. Если у вас на руках открытые порезы или ссадины, попросите кого-нибудь другого, кто мог бы провести стирку. Стирки с мылом или моющим средством достаточно, чтобы убить ВИЧ; поэтому можно без опаски стирать белье со следами крови вместе с другим бельем.

### **Этап 3:**

Сообщите, где лица, живущие со СПИДом, могли бы получить поблизости необходимые медицинские услуги и уход.

## Предотвращение передачи ВИЧ от матери к ребенку

УРОВЕНЬ Б

ТЕМА 8

Цель:	Помочь лучше понять, как предотвратить передачу ВИЧ от матери к ребенку
Пояснение:	Поскольку мать не всегда передает ВИЧ своему будущему ребенку, есть способы, помогающие сократить риск инфицирования ребенка.
Материалы:	Листы плакатной бумаги, доска, маркеры
Продолжительность:	30 минут

### Этап 1:

Предложите участникам составить перечень того, что, по их мнению, могут сделать ВИЧ-позитивные матери, чтобы сократить риск передачи вируса ребенку.

### Этап 2:

Сравните составленный участниками перечень с нижеследующим списком, и укажите, что они пропустили.

Пройдите тест на ВИЧ. Для беременных женщин крайне важно пройти тест на ВИЧ, с тем чтобы в случае необходимости они могли получить рекомендации о том, как предупредить передачу вируса от матери к ребенку.

Сохраняйте иммунную систему в хорошем состоянии. Если у беременной женщины крепкое здоровье, то передача ВИЧ ее будущему ребенку менее вероятна. Чем сильнее иммунная система, тем ниже вероятность повреждения плаценты и контакта крови матери с ребенком.

Принимайте антиретровирусные препараты. Обратитесь в женскую консультацию или центр СПИД для постановки на учет (наблюдение), где вам расскажут о поддерживающей АРВ терапии, которая сокращает передачу ВИЧ от матери к ребенку – на 50 процентов. Антиретровирусные препараты уменьшают концентрацию ВИЧ в организме матери, что сокращает риск передачи ВИЧ ребенку (в том числе во время родов).

Кормите ребенка только грудью или только заменителями грудного молока. Грудное молоко инфицированных женщин содержит ВИЧ в малых концентрациях. Если это возможно, то ВИЧ-позитивная мать должна кормить ребенка не грудным молоком, а специальным детским питанием, приготовленным на чистой воде. Если такая замена невозможна, то мать должна кормить своего ребенка только грудью в течение шести месяцев (не давая ему никакой воды, сока, овсяной каши или другого питания). Когда мать прекращает кормить грудью, она должна сделать это раз и навсегда, иначе в желудке ребенка может возникнуть раздражение, что увеличивает риск инфицирования ВИЧ.

### Этап 3:

Сообщите участникам, где они могли бы получать информацию и рекомендации о том, как предотвратить передачу ВИЧ от матери к ребенку.

## Предотвращение передачи ВИЧ от матери к ребенку

УРОВЕНЬ В  
ТЕМА 8

Цель:	В процессе составления текстов к плакатам участники должны подумать о том, почему родителям следует обратить внимание на проблему передачи ВИЧ от матери к ребенку.
Пояснение:	Родители часто больше озабочены состоянием здоровья своих детей, чем своим собственным. Женщина, используя презерватив, чтобы не получить инфекцию, передающейся половым путем, будет скорее думать о том, чтобы не стать бесплодной от этой болезни, чем о том, чтобы избежать смерти от СПИДа. Отец же может даже больше беспокоиться о здоровье детей, чем о здоровье своей жены.
Материалы:	Листы плакатной бумаги, доска, маркеры.
Продолжительность:	30 минут

### Этап 1:

Сообщите участникам основные сведения о проблеме передачи ВИЧ от матери к ребенку, используя приведенный выше материал.

### Этап 2:

Напишите на доске следующие высказывания для изготовления плакатов на тему о передаче ВИЧ от матери к ребенку, или зачитайте их вслух.

«Мать может передать ВИЧ своему ребенку во время родов. Служба консультирования и тестирования на ВИЧ поможет вам узнать, не возникнет ли опасность в случае вашей беременности» (фото женщины с ребенком).

«Хотите ли вы сделать так, чтобы вы смогли однажды посадить себе на колени внуков? Не пускайте вирус в вашу семью. Посетите службу консультирования и тестирования на ВИЧ. Не забывайте защищаться. Предупреждайте передачу ВИЧ от матери к ребенку» (фото пожилого мужчины и его дочери с внуками).

Для будущих матерей:

«Отец ваших детей может передать вам ВИЧ, если он будет гулять на стороне. Защитите его и себя с помощью презерватива» (фото женщины, которая протягивает презерватив выходящему из дому мужчине).

«Мать может передать ВИЧ своему ребенку при родах, поэтому пройдите проверку, чтобы удостовериться, что вам ребенок родится здоровым» (фото мужчины и женщины, которые идут вместе на тестирование).

Для будущих отцов:

«Вы может передать ВИЧ матери ваших детей. Защитите их от ВИЧ. Пользуйтесь презервативами, если вы гуляете на стороне» (фото мужчины в баре с работницами коммерческого секса).

### Этап 3:

Предложите участникам обсудить, какой плакат с текстом им нравится больше всего, а какой меньше, и почему.

### Этап 4:

Предложите участникам вообразить, что они участвуют в конкурсе на лучший плакат и предлагают свои идеи относительно изображения и текста плаката к теме передачи ВИЧ от матери к ребенку. Объясните им, что плакат должен побуждать будущих родителей к защите семьи и будущих детей от ВИЧ.

### Этап 5:

Разделите участников на несколько групп, каждая из которых будет формулировать свои предложения.

### Этап 6:

Пусть участники расскажут, какие идеи они решили предложить для плакатов; затем все участники вместе должны сказать, какие предложения им понравились больше, а какие не понравились.

### Этап 7:

Сообщите участникам, где они могут получить информацию и консультацию о предотвращении передачи ВИЧ от матери к ребенку.

## Прием антиретровирусных препаратов

УРОВЕНЬ А  
 ТЕМА 8

Цель:	Разъяснить участникам, как следует продолжать прием антиретровирусных препаратов, и почему некоторые люди решают, что можно прекратить их прием
Пояснение:	Постоянный прием антиретровирусных препаратов до конца жизни – трудная проблема для тех, кто живет с ВИЧ/СПИДом, особенно если они испытывают от препаратов побочные эффекты. Существуют разные методы оказания им помощи, с тем чтобы они постоянно принимали антиретровирусные препараты.
Материалы:	Листы плакатной бумаги, маркеры
	30 минут

### Этап 1:

Разделите участников на микрогруппы (не более 5 человек в каждой). Раздайте текст п.2.2.2. настоящего пособия. Предложите ознакомиться с информацией о антиретровирусных препаратах и составить перечень причин отказа людей, живущих с ВИЧ от регулярного приема АРВ препаратов

### Этап 2:

Сравните их перечень с приводимым ниже списком:

Естественно, что они могут забыть про это

Они также забывают это под действием алкоголя или наркотиков

Люди боятся, что их ВИЧ-позитивный статус будет обнаружен, если другие заметят, что они принимают много таблеток

Трудно согласовать прием препаратов с приемом пищи, при традиционном рабочем режиме

Препараты недоступны (с финансовой и иной точки зрения)

Люди чувствуют себя измотанными от побочного действия антиретровирусных препаратов

Людям надоедает постоянно принимать антиретровирусные препараты («таблеточная усталость»')

Они могут начать чувствовать себя лучше, здоровее, и думают, что «излечились» от СПИДа

Нельзя больше получить антиретровирусные препараты бесплатно

Их можно получить только в поликлинике, а проезд слишком дорог

Выехав из дому, люди забывают захватить их с собой

Людям нужны деньги, и они продают свои антиретровирусные препараты другим людям, которые в них нуждаются

Антиретровирусные препараты кончились, и люди забывают пойти за направлением в центр СПИД и в аптеку за новой упаковкой

### Этап 3:

Предложите участникам составить список того, что люди, живущие с ВИЧ/СПИДом, могли бы сделать, чтобы им было легче принимать ежедневно антиретровирусные препараты в нужное время.

#### **Этап 4:**

Сравните их список с нижеследующим:

Узнайте мнение врача и консультанта относительно важности соблюдения режима приема препаратов.

Начинайте антиретровирусную терапию только в том случае, если у вас есть возможность получать препараты постоянно (например, в рамках гарантий государства).

Чтобы не забыть принимать лекарства, используйте вспомогательные средства, такие как таймер, будильник, мобильный телефон, листок с расписанием, коробка от лекарств.

Попросите членов семьи, друзей и коллег напоминать вам, что пора принимать таблетки.

Принимайте антиретровирусные препараты вместе с другими людьми, живущими с ВИЧ/СПИД.

Создайте на работе и дома обстановку нормального отношения к ВИЧ-позитивным людям, так чтобы другие не реагировали отрицательно на факт приема препаратов.

Добавьте следующее:

Инфицированным ВИЧ нужен позитивный жизненный настрой.

Составляйте планы дальнейшей жизни.

Найдите тех, с кем можно поговорить и получить от них эмоциональную поддержку.

Избегайте табака, наркотиков, алкоголя и других вредных вещей.

Тщательно соблюдайте правила гигиены.

Регулярно занимайтесь физическими упражнениями.

Полноценно отдыхайте.

Избегайте других инфекционных заболеваний.

Контролируйте общее состояние вашего здоровья.

Обратитесь за духовной и другой поддержкой.

Составьте режим здорового питания.

#### **Этап 5:**

Предоставьте информацию о расположенных поблизости службах и организаций по оказанию помощи и поддержки тем, кто живет с ВИЧ/СПИДом.

## Принятие решения о прохождении ДКТ на ВИЧ

УРОВЕНЬ В  
ТЕМА 4

Цель:	Повысить вероятность того, что участники решат пройти консультирование и тестирование на ВИЧ.
Пояснение:	Люди могут не проявлять желания пройти процедуру консультирования и тестирования, потому что они плохо себе представляют, в чем она состоит, что это даст им, или куда обратиться за получением подобных услуг. Если рассказать им, что представляет собой эта процедура, почему так важно пройти проверку, какие вопросы затрагиваются во время консультации до и после проверки, и где получить такие услуги, то это увеличит стремление участников это сделать.
Материалы:	Не требуется
Продолжительность:	1 час

### Этап 1:

Спросите участников, знают ли они, что значит сокращение “ДКТ”. Зачитайте им следующее определение:

**Д-добровольное**

Добровольное прохождение консультирования и тестирования означает, что вы обращаетесь в соответствующие службы по вашей доброй воле. Никого не может заставлять пройти тестирование на ВИЧ.

**К-консультирование**

Квалифицированные консультанты помогают обратившимся к ним людям начать помогать себе. Консультации предоставляются перед и после проверки, когда вам выдают результат.

**Т-тестирование**

Тестирование означает анализ крови, взятой из организма, с целью определить, является ли данный человек ВИЧ-инфицированным. При проверке ищут антитела на ВИЧ, а не непосредственно сам вирус.

### Этап 2:

Предложите участникам составить список причин того, почему следует пройти процедуру консультирования и тестирования. Если им трудно составить такой список, спросите их, согласны ли они с приводимым ниже списком:

Многие не знают, инфицированы ли они, и могут инфицировать своих партнеров.

ВИЧ-позитивные лица подвергаются опасности вторичного инфицирования вирусом при новом половом незащищенном контакте с инфицированным партнером.

Знание своего ВИЧ-статуса также важно для планирования вашей дальнейшей жизни: Если вы ВИЧ-инфицированы, вы должны немедленно перейти к более здоровому образу жизни, чтобы продлить свою жизнь, обратиться за медицинской помощью, чтобы диагностировать и лечить другие сопутствующие заболевания.

Тестирование - очень важный этап и для пар, которые хотят вступить в брак или иметь детей.

### Этап 3:

Предложите участникам составить другой список - причин того, почему им не хочется идти на консультирование и тестирование. Если им трудно составить такой список, спросите их, согласны ли они с нижеприводимым списком:

Многие ничего не знают о консультировании и тестировании или учреждениях, где это можно сделать.

Они боятся, что если проверка покажет, что они инфицированы, эти сведения будут разглашены.

Так как многие думают, что если они ВИЧ-инфицированы, то сделать с этим ничего нельзя, они не видят смысла в том, чтобы что-то делать.

Отказ смотреть в лицо фактам в соединении со страхом ведет к тому, что люди не хотят знать правды.

Многие боятся, что в случае позитивного результата им придется сообщить об этом супругу (супруге).

Страх близкой смерти.

#### **Этап 4:**

Укажите, что мы все боимся результата анализа. Мы боимся, что если мы ВИЧ-инфицированы, это изменит нашу жизнь и жизнь нашей семьи и друзей. Укажите, что профессиональный консультант должен помочь нам пройти процедуру тестирования и получения результата. Он расскажет нам, как дальше жить с ВИЧ, как избежать инфицирования других людей, и как сохранять свое здоровье. Расскажите, какие вопросы обсуждаются на консультациях до и после проверки (см. текст ниже).

Консультирование перед проверкой: Оно происходит перед тем, как вы сдаете анализ на ВИЧ. Консультант готовит вас к тесту и удостоверяется в том, что вы понимаете, что представляют собой ВИЧ и СПИД, и что будут означать положительный или отрицательный результаты тестирования. Если вы решаете пройти тестирование, то из вашего организма берут кровь и проверяют ее на наличие антител на ВИЧ. Вас попросят прийти за результатом анализа (обычно через 2-4 дня).

Консультирование после проверки: второй этап консультирования проводится тогда, когда вы приходите за результатом анализа. Его выдаст вам консультант. Это также будет сделано в обстановке полной конфиденциальности и уважения прав личности. Консультант расскажет, что означает полученный результат тестирования для вашего будущего.

Если результат отрицательный (реакция отсутствует), вам укажут на необходимость пройти вторую проверку - из-за "периода окна". Это отрезок времени между моментом, когда вы оказываетесь инфицированным вирусом, и началом выработки вашим организмом антител (которые и ищут при проверке). Это означает, что первая проверка может дать отрицательный результат, даже при том что вы уже ВИЧ-позитивны. «Период окна» продолжается в среднем от трех недель до трех-шести месяцев. Тем, у кого отрицательный результат анализа, дают также рекомендации относительно того, как остаться ВИЧ-отрицательным.

Если результат вашего анализа положительный (реакция происходит), консультант попытается помочь вам принять этот факт и поговорит о социальных, эмоциональных и медицинских последствиях статуса ВИЧ-инфицированного, или же направит вас к другому специалисту для оказания дальнейшей помощи.

#### **Этап 5:**

Расскажите участникам следующую историю о Татьяне и Анне, и затем спросите их, что они думают о реакции этих двух женщин, и что, по их мнению, должна делать Татьяна.

Татьяна и Анна разговаривают во время перерыва на чай. Они обсуждают отношения Анны с привлекательным молодым человеком, который находился в городе только несколько дней. Татьяна говорит, что по ее мнению, Анна должна пойти и провериться на ВИЧ. Анна крайне удивлена этим и подруги начинают обсуждать вопрос о том, почему люди вообще хотят проходить тестирование на ВИЧ. Татьяна говорит Анне: «Живи - учись». Она приводит сравнение с началом работы на новом месте. Если ты ничего не знаешь о том, какую работу ты должна выполнять, сколько станешь получать и т.д., то что ты будешь чувствовать? Анна говорит, что она чувствовала бы себя неважно, неуютно и неуверенно. Это то же самое, что и тест на ВИЧ, объясняет Татьяна. Когда ты знаешь, то чувствуешь себя более уверенно и можешь что-то сделать, чтобы сохранить здоровье. Она не говорит, что Анна ВИЧ-инфицирована, но если Анна узнает, что это так, то сможет начать жить по-другому, правильно питаться, чтобы продлить свою жизнь. Анна все еще немного неуверенна и спрашивает Татьяну, проходила ли та проверку на ВИЧ. Татьяна отвечает, что проходила, и рассказывает Анне в общих чертах, что представляет собой диспансер, где проходит консультирование и тестирование на ВИЧ. Она говорит, что консультация была полезной, и что она очень рада тому, что знает теперь свой ВИЧ-статус.

#### **Этап 6:**

Спросите участников, знают ли они, где находится ближайшее от их дома или места работы учреждение консультирования и тестирования на ВИЧ. Спросите, что они думают о стоимости тестирования (если оно платное). Напомните вашим коллегам перед окончанием занятия, насколько важно пройти тестирование на ВИЧ.

#### **Этап 7:**

Сообщите, куда могли бы обратиться участники, чтобы встретиться с консультантом и пройти тестирование на ВИЧ.

## Причины негативного отношения в обществе и дискриминации

УРОВЕНЬ А  
ТЕМА 5

Цель:	Помочь участникам понять причины негативного отношения в обществе и дискриминации людей, живущих с ВИЧ/СПИДом, и возможной причастности самих участников к этой проблеме
Пояснение:	Страх перед негативным отношением общества и дискриминаций заставляет людей отрицать существование ВИЧ/СПИДа и крайне затрудняет жизнь инфицированных.
Материалы:	Флипчарт, классная доска или листы бумаги, видео-ролик «ВИЧ/СПИД: факты и реальность», демонстрационное оборудование
Продолжительность:	45 минут

### Этап 1:

Покажите участникам первую серию видео-ролика «ВИЧ/СПИД: факты и реальность».

### Этап 2:

Обсудите с участниками, что существует множество предвзятых мнений относительно ВИЧ/СПИД, что создает питательную среду для враждебности и дискриминации. Попросите участников дать примеры общественного осуждения и дискриминации, и объясните, почему они, возможно, вносят свой вклад в существование данной проблемы. Ниже следует перечень возможных ответов.

Необоснованный страх случайного контакта с людьми, живущими с ВИЧ/СПИДом. Хотя почти всегда ВИЧ-инфекция передается половым путем, многие все еще думают, что могут инфицироваться в результате случайного прикосновения к тем, кто уже инфицирован. Они избегают пользоваться общими предметами домашнего обихода (посуда, кухонные и туалетные принадлежности) или дотрагиваться до людей, живущих с ВИЧ/СПИДом, из-за боязни инфекции, хотя это совершенно безопасно.

ВИЧ, как считают, поражает лиц с аморальным поведением. К сожалению, многие связывают ВИЧ/СПИД с аморальным поведением, включающим половые связи вне брака. Люди, живущие с ВИЧ/СПИДом, ассоциируются с коммерческим сексом (проституция); часто считают, что они заслужили то, что получили, в силу их сексуальной распущенности. Эти предубеждения закрепляются из-за морализирующего тона выступлений в средствах массовой информации и в некоторых религиозных организациях, обличающих ВИЧ-инфицированных.

Отрицание рискованного характера поведения. Некоторые люди, сексуальное поведение которых ставит их под угрозу инфицирования ВИЧ, отрицают, что они подвергают себя опасности. Они или убеждают себя, что их партнеры не похожи на ВИЧ-инфицированных (хотя это невозможно определить на глаз), или же отрицают, что ВИЧ реально существует в данной стране. Некоторые полагают, что ВИЧ/СПИД не имеет никакого отношения к ним, и что это проблема кого-то еще, а не их.

Нежелание говорить о вопросах пола. Существует общее нежелание открыто и прямо обсуждать сексуальные проблемы между супругами, в семье, религиозной организации, в общине и школе. В результате утаиваются реальные факты и сохраняется отношение к ВИЧ как к чему-то постыдному.

Отрицание ВИЧ как реальной проблемы. Некоторые люди полагают вполне нормальным сексуальные связи вне брака с различными партнерами; они также считают себя хорошими семьянинами и искренно верят в религиозные ценности. Они также думают, что ВИЧ - это не их проблема, а кого-то еще.

Убеждение в том, что деньги, потраченные на умирающих, потрачены зря. Когда нахватает ресурсов, некоторые предпочитают тратить деньги на лекарства и лечение детей, а не на помощь людям, живущим с ВИЧ/СПИДом. ВИЧ-позитивные лица, несмотря на инфекцию, могут сохранять хорошее здоровье и продолжать работать в течение нескольких лет. Примерно у половины от момента инфицирования до появления первых сопутствующих заболеваний, которые характерны для СПИДа, проходит десять лет. Для большинства сопутствующих инфекций и заболеваний, связанных со СПИДом, существуют методы лечения, и большинство людей, живущих с ВИЧ/СПИДом может работать в период между обострениями заболеваний.

### Этап 3:

Обобщите выводы, сделанные участниками.

## Препятствия для прохождения ДКТ на ВИЧ

УРОВЕНЬ Б  
ТЕМА 4

Цель:	Дать участникам возможность сообща подумать и обсудить причины отказа от процедуры добровольного консультирования и тестирования на ВИЧ
Пояснение:	Службы добровольного консультирования и тестирования на ВИЧ доступны всем желающим. Смысл данного упражнения в том, чтобы участники подумали, почему они хотели бы или не хотели бы пройти такую проверку, и выяснить причины своего решения
Материалы:	Листы с заданием для каждой группы (3) Плакатная бумага, маркеры
Продолжительность:	45 минут

### Этап 1:

Заготовьте заранее листы с вопросами каждой из 3-х групп.

#### Группа 1:

Зачем нужно проходить процедуру консультирования и тестирования на ВИЧ? Что это дает?

#### Группа 2:

Почему люди отказываются проходить процедуру консультирования и тестирования на ВИЧ? Почему жена решает проверить, а ее муж отказывается это делать? Как убедить тех, кто не проявляет желания, в необходимости пройти процедуру консультирования и тестирования на ВИЧ?

#### Группа 3:

Как страх перед общественным осуждением или ВИЧ-инфекцией влияет на отношение людей к прохождению проверки, на решение пригласить сексуального партнера для проверки или на их реакцию на положительный результат анализа, на отношение к получению необходимых медицинских услуг?

### Этап 2:

Разделите участников на три группы и раздайте каждой группе вопросы для обсуждения. Пусть в каждой группе назначат одного человека, который вел бы записи, и другого, который доложит результаты обсуждения.

### Этап 3:

Дайте участникам 20 минут на обсуждение полученных вопросов.

### Этап 4:

Группы собираются вместе и сообщают о своих выводах.

### Этап 5:

Обобщите сделанные группами выводы. Вот некоторые примеры вопросов, которые можно далее обсудить:

Почему люди могут захотеть пройти тестирование

Беременность (в случае женщин)

Их врач посоветовал, что они прошли тестирование

- Они чувствуют себя больными (и сами решают пройти тестирование)
- Они подозревают, что их партнер изменял им
- Почему люди могут отказываться от тестирования
- Опасение, что партнер отвергнет их, если обнаружится, что они ВИЧ-инфицированы
- Общественное суждение в связи с инфицированием
- Недопонимания преимуществ прохождения процедуры консультирования и тестирования на ВИЧ
- Страх, что они окажутся ВИЧ-позитивными
- Они знают, что нет лекарства от ВИЧ
- СПИД ассоциируется со смертью
- Чувство вины и боязнь оказаться отвергнутым
- Учреждение, где делают анализы, находится слишком далеко или труднодоступно
- Опасение, что требование конфиденциальности не будет соблюдено
- Общественное осуждение и личные отношения
- Мужчине легче сообщить жене, что он ВИЧ-инфицирован (потому что он играет доминирующую экономическую роль в семье) (?)
- Мужчина занимает более льготную позицию
- Женщина боится развода
- Тенденция обвинять в инфицировании того из партнеров, кто первым прошел тестирование
- И мужчины, и женщины отказываются сообщать партнерам, что они ВИЧ-инфицированы.
- Общественное осуждение в связи с прохождением процедуры консультирования и тестирования на ВИЧ
- Страх перед общественным осуждением в связи со СПИДом мешает им обратиться в соответствующее медицинское учреждение
- Опасение, что их увидят в этом медицинском учреждении и решат, что они ВИЧ-инфицированы
- Они не знают о существовании или местонахождении соответствующих медицинских служб
- Страх общественного осуждения, т.к. медицинские центры и службы находятся рядом с местом проживания работников
- Учреждения, предоставляющие услуги по консультированию и тестированию на ВИЧ, а также другие услуги, расположены слишком далеко и труднодоступны.

**Этап 6:**

Сообщите, где участники могут получить услуги по консультированию и тестированию на ВИЧ.

## Рассмотрение вопросов политики предприятия

УРОВЕНЬ Б

ТЕМА 5

Цель:	Помочь участникам лучше понять, какая политика проводится на их предприятии в данной области, или какой она должна быть. Рассмотреть, в каких формах проводится такая политика и в чем ее значение.
Пояснение:	На некоторых предприятиях действуют положения, которые прямо устанавливают обязанности работодателя и трудящихся в деле предотвращения ВИЧ и защиты и поддержки инфицированных. В некоторых компаниях такая политика только вырабатывается, в других в ней не видят никакой необходимости или пока не думали о выработке такой политики. Работники могут вносить свой вклад в определение такой политики и выступать за ее принятие.
Дополнительные материалы:	Флипчарт, листы бумаги, маркеры
Продолжительность:	45 минут

### Этап 1:

Достаньте копию документа о политике вашего предприятия в отношении ВИЧ/СПИДа, если таковая существует. Отметьте, какие вопросы она затрагивает и как реализуется.

### Этап 2:

Если на предприятии проводится такая политика, попросите участников рассказать о ее основных моментах, спросите их - если они знают - что нужно делать, когда ее положения не соблюдаются. Если никакой корпоративной политики не существует, сообщите участникам, что политика предприятия в отношении ВИЧ/СПИДа представляет собой свод правил и положений, которые устанавливают обязанности администрации и работников в отношении ВИЧ/СПИДа.

### Этап 3:

Спросите участников, какие вопросы, касающиеся ВИЧ/СПИД, по их мнению, должна охватывать политика предприятия. Ответы должны включать следующее:

**Заявление о недопущении дискриминации:** В нем заявляется, что подход к кандидатам на трудоустройство или работникам будет одинаковым вне зависимости от их действительного или предполагаемого ВИЧ-позитивного статуса.

**Никакого обязательного тестирования на ВИЧ:** От кандидатов на трудоустройство и работающих не будут требовать обязательного тестирования на наличие антител к ВИЧ.

**Никакого отказа в приеме на работу:** Не будет никакого отказа в приеме на работу квалифицированных кандидатов или в продолжении занятости уже работающих трудящихся на основании их реального или предполагаемого ВИЧ-позитивного статуса.

**Изменение порядка работы в разумных пределах:** Работодатель будет согласен на изменение порядка работы в разумных пределах в плане рабочих обязанностей и графика работы трудящихся с ВИЧ/СПИДом в соответствии с теми же положениями, которые действуют в отношении работников, живущими с другими серьезными заболеваниями.

**Безопасная производственная среда/общие условия охраны труда:** Производственная среда должна быть здоровой и безопасной; должны приниматься общие меры борьбы с инфекциями, с тем чтобы предупредить распространение ВИЧ и содействовать физическому и умственному здоровью работников.

**Конфиденциальность:** Все работники должны иметь право на защиту личных данных. Ни от одного работника не будут требовать предоставления информации личного характера в связи с ВИЧ-инфекцией. Все медицинские данные будут строго конфиденциальными и обрабатываться только персоналом, обязавшимся

соблюдать правила неразглашения медицинской информации. В случае если работник решит сообщить администрации свой ВИЧ-статус, компания будет хранить втайне имя этого работника.

Никакого увольнения, пока человек может работать: Людям, живущим с ВИЧ/СПИДом, нужно позволить работать до тех пор, пока это возможно по медицинским показаниям, на имеющихся и соответствующих рабочих местах.

Те же возможности/пособия, как и для других работников: Люди с ВИЧ/СПИД и их семьи должны иметь те же возможности и доступ к профессиональной подготовке, карьерному росту и пособиям, что и остальные работники.

Гендерное равенство: Признаются гендерные особенности в отношении ВИЧ/СПИД, принимаются соответствующие эффективные меры, которые становятся составной частью программ по ВИЧ/СПИДу.

Доступ к просвещению: Работодатели должны обеспечить возможность просвещения на рабочем месте работников о путях распространения ВИЧ/СПИДа, способах предупреждения инфицирования и лечении.

Социальный диалог: Для успешного проведения политики и программ по ВИЧ/СПИДу необходимы отношения сотрудничества и доверия между работодателями, трудящимися и их представителями при активном участии трудящихся, инфицированных ВИЧ.

Проведение политики в жизнь: Принятые положения должны включать подробности реализации такой политики и ее развития, а также меры контроля; следует предусмотреть процедуры, к которым могли бы прибегать работники в случае нарушения их прав в связи с ВИЧ/СПИДом.

**Этап 4:**

Спросите мнение участников о том, следует ли внести некоторые изменения в политику их предприятия по ВИЧ/СПИДу.

**Этап 5:**

Обобщите выводы, сделанные участниками.

## Ролевые игры

УРОВЕНЬ А

ТЕМЫ: 1,2,3,4,5,6,7,8

Цель:	Разыгрывав короткие сценки, проанализировать жизненные ситуации с высокой степенью риска и различные виды поведения в такой обстановке,
Пояснение:	Получив ролевую карту, участники в течение минуты разыгрывают короткую незавершенную сценку, которую пытаются завершить остальные участники. После ролевой игры проходит обсуждение с участием актеров и аудитории. Сценки могут разыгрывать и некоторые доверенные лица, предварительно прорепетировав их. Со своей стороны участники могут импровизировать в ходе ролевой игры или тут же месте ее придумать. Диалоги в этих сценках, как правило, нетрудные и динамичные. Они не требуют декораций и специального оборудования и могут разыгрываться перед большой аудиторией. В них часто присутствует юмор, поэтому участники готовят и разыгрывают их, как правило, с удовольствием. Они приобретают при этом уверенность в себе и навыки общения со слушателями. Типичная незавершенная одноминутная ролевая игра поднимает важную социальную проблему, связанную с ВИЧ/СПИДом, и прерывается в самый драматический, эмоционально напряженный момент. В этот момент ведущий поворачивается к зрителям и приглашает их обсудить проблему. Обычно за этим следует оживленное обсуждение.
Материалы:	Ролевые карты с ситуациями
Продолжительность:	По 10 минут на каждую ролевую игру

### Этап 1:

Объясните участникам концепцию ролевой игры и обоснуйте данный вид деятельности. Предложите участникам сделать это на добровольной основе. . В случае отсутствия желания участвовать, будьте готовы отказаться от игры или предложить что-то подобное (может быть, предоставить возможность выбора участникам). Выберите участников, которые будут играть роли персонажей в этих сценках. Если группа состоит только из мужчин, пусть они играют и женские роли. В случае несогласия играть роль, соответствующую другому полу, быть готовым взять на себя эту роль.

### Этап 2:

Прочитайте сценку вслух или дайте участникам прочитать ее про себя. Попросите их вообразить себя актерами и придумать диалоги между персонажами.

### Этап 3:

По окончании каждой сценки попросите персонажей «выйти» из своей роли, а других участников прокомментировать увиденное ими. Ниже приводятся возможные вопросы, которые нужно задать после каждой истории, чтобы завязать дискуссию:

Что происходило в этой сценке?

В чем, по вашему мнению, ее смысл? (задать в последнюю очередь)

Что вы думаете о том, как на это реагировали мужчины?

Что вы думаете о том, как на это реагировали женщины?

Каким образом эта ролевая игра затрагивала тему ВИЧ/СПИДа?

Каким образом, по вашему мнению, должны были бы поступить персонажи ролевой игры?

Каким образом эта ролевая игра затрагивает ваших сослуживцев?

## Ролевые карты:

### **1) Болезни, передающиеся половым путем**

Водитель-дальнобойщик возвращается домой после месячной поездки. Он рад видеть свою жену и хочет близости с ней. После бурной любовной сцены она замечает красную язвочку на его пенисе (половом органе). «Что это? Ты гулял на стороне?» – спрашивает она. Он злится, и они переходят на крик, обвиняя друг друга в этой проблеме.

### **2) Обнаружен презерватив**

Начальник цеха обувной фабрики весь вечер пил с друзьями и вернулся домой поздно. Утром он еще спит, когда его жена находит презерватив в кармане его рубашки, которую она собиралась постирать вместе с другой рабочей одеждой мужа. В этот момент он просыпается и видит презерватив в ее руке и выражение осуждения на ее лице. Между ними происходит перепалка.

### **3) Супружеская пара и презервативы**

Молодой женатый мужчина, работающий в горячем цеху, возвращается домой после смены и приветствует свою жену и детей. Он говорит жене, что узнал много нового о ВИЧ/СПИДе на собрании после обеда, на котором выступила медсестра из медицинской службы предприятия. «Она сказала нам, что мужчина должен носить с собой презерватив на тот случай, если он понадобится ему или его приятелю, и она дала нам эти презервативы. Нам сказали, что у нас всегда должен быть в кармане презерватив». Жена, которая держит на руках их недавно родившегося ребенка, говорит: «Что это за дурацкая идея? Что вы собираетесь делать с этими презервативами?» Мужчина пробует объяснить, почему он должен носить с собой презерватив. Он знает, для чего нужны презервативы, но не хочет говорить об этом своей жене.

### **4) Проблема из-за знакомой**

Жена банковского служащего, который занимается займами, проезжает мимо банка в такси и видит, как ее муж крайне тепло приветствует молодую женщину, которая выглядит очень сексуально, и дает ей деньги. Когда муж возвращается домой, он видит, что на столе ничего нет, в доме беспорядок; жена набрасывается на него со словами: «Уже несколько недель ты мне твердишь, что вам задерживают зарплату, и вот я вижу, ты даешь деньги этой молодой особе, – кричит жена. – Попробуй только принести домой какую-нибудь заразу!»

### **5) Подростковая беременность**

Школьница-подросток и ученик механика несколько месяцев тайком встречались вечерами в гараже. На очередной встрече он видит, что она плачет. «В чем дело?» – спрашивает он. «Я беременна, у меня будет ребенок от тебя, – говорит она. – Но это не все. У меня брали кровь на анализ и обнаружили ВИЧ-инфекцию, которая вызывает СПИД. Что мы будем делать?»

### **6) Забрали мебель**

Вдову работника на предприятии пищевой промышленности утешает ее друг. Долгие годы ее муж провел в разъездах, предлагая и продавая продукцию компании. Друг сообщает ей, что хотя ее муж умер от СПИДа, по крайней мере, у нее есть пенсия, счет в банке и хорошая обстановка, а сама она не заражена вирусом. Она печально кивает головой. В этот момент раздается громкий стук и в дом врываются пять мужчин-сотрудников компании. Они говорят: «Ваш муж брал в прошлом году ссуду и не вернул ее. Мы должны забрать деньги с вашего банковского счета, кровать, диван, телевизор, плиту, холодильник и посуду». С криком вдова пытается остановить их, но один удерживает ее, в то время как другие перетаскивают вещи в грузовик. Вдова рыдает на плече друга: «Надо было подготовить завещание. А теперь у меня ничего нет».

### **7) Как далеко можно заходить?**

Два девушки, окончившие курсы секретарш, оживленно говорят о предстоящем интервью перед приемом на работу в одно госучреждение. Первая входит и быстро возвращается. В ее глазах слезы, она говорит, что никогда не будет работать на этого человека. Ее подруга входит и надолго исчезает за дверью. Наконец она выходит, немного раскрасневшаяся, с помятой прической. Смущаясь, она говорит подруге, что ей дали это место, и рассказывает, как оно ей досталось, и что она по этому поводу думает.

### **8) Собутыльники**

Двое мужчин работают на дальней стройке, вахтовым методом. Когда, наконец, закончился долгий трудовой месяц, они едут в ближайший городок впервые за все это время. Их начальник сказал им, что они должны использовать систему «товарищеского взаимоконтроля» и заботиться друг о друге, когда будут в городе. Но они спокойны и несколько не обеспокоены, считая, что с получкой в кармане они могут делать все, что захотят. Они чувствуют себя уверенно и гордятся тем, что смогли так неплохо заработать; они умеют работать, хотя на стройке им приходится нелегко. Они думают, что им ничто не угрожает. В местном баре к ним подходят

несколько девушек, чувствуя, что у этих мужчин есть деньги, и они намерены их тратить. Мужчины все больше пьянеют. Одному не терпится удалиться с одной из девушек, но у него нет презерватива. Его приятель пробует уговорить его подождать, пока они не достанут презерватив.

### **9) Жена находит презерватив**

Женатый мужчина, работающий в страховой компании, прибывает домой после трехдневного курса переподготовки в другом городе. Он рад видеть свою жену и тепло приветствует ее. Она говорит мужу, что он забрал с собой ключ от почтового ящика, когда уезжал. Муж отвечает: «Да, ключ в боковом кармане моего портфеля». Жена не находит его там. Муж говорит, что он там и просит ее вытряхнуть все из портфеля. Жена так и делает, оттуда выпадают презервативы. Они смотрят друг на друга.

### **10) Делиться или нет**

После работы водитель микроавтобуса встречает возле автопарка девушку, торгующую фруктами. Он предлагает ей деньги, чтобы она пришла к нему ночью в микроавтобус. Она приходит и после сексуального контакта с ней к ним подходит другой водитель, и повторяется та же сцена. Механики в гараже, услышав шум, подходят к микроавтобусу и открывают дверь. У них также пробуждается сексуальное желание. Первый водитель видит, что женщине это не нравится, и она хочет идти домой. Разгорается спор между теми, кто хотел бы иметь секс с ней, и теми, кто считает, что ее нужно отпустить домой.

### **11) Автостоп**

Во время рейса водитель -дальнобойщик видит у дороги женщину, которая просит ее подвезти. Он останавливается, и она говорит, что едет в город на рынок. Он отвечает, что готов ее подвезти. Немного помолчав, она соглашается. Она поднимается в кабину; он спрашивает, не хочет ли она получить небольшой подарок. Он добавляет, что готов иметь дело с той, которая согреет его этой ночью. Она говорит, что согласна, но что он должен будет надеть презерватив. Он называет тысячу причин того, почему он никогда не пользуется презервативом.

### **12) Помада на воротнике**

Государственный служащий идет с работы домой. Он встречает старую знакомую, которая нежно целует его в щеку. Мужчина объясняет, что он должен идти домой, иначе его жена будет сердиться. Они договариваются встретиться на следующий день. Он возвращается домой и приветствует жену, которая занята уборкой. Она помогает ему снять пиджак и замечает что-то на его щеке. Она смотрит поближе, и затем сердито говорит: «Помада!». Муж молчит с виноватым видом.

### **13) Это был не я**

Беременная девушка, видимо несовершеннолетняя, разыскивает знакомого в рабочем общежитии стройки. Она стесняется и нервничает. Наконец она находит нужную комнату и стучит в дверь. Другая женщина, также беременная, открывает дверь. Девушка спрашивает, не здесь ли тот мужчина, с которым она познакомилась несколько месяцев назад. Сонный, тот подходит к двери, видит беременную девушку и явно пугается. Он резко закрывает дверь и кричит: «Нет, нет, это был не я!» Девушка стучит снова.

### **14) У дочери проблема**

У девушки-подростка, родители которой работают на металлургическом заводе, появляются первые признаки беременности. Она сидит на полу и плачет. Ее родители начинают кричать на нее после того, как она говорит, что не знает, кто отец будущего ребенка. Ее отец резко поднимает ее, ставит на ноги и велит ей не возвращаться, пока она не найдет отца ребенка. Мать пробует утешить ее, но отец требует, чтобы она немедленно ушла из дому.

### **15) Вогнали в краску**

Застенчивая женщина-бухгалтер, которая никогда раньше не покупала презервативов, идет в аптеку, где их продают. Она еле слышно говорит продавщице, что ей нужно; та просит ее повторить. В этот момент в магазин входят коллеги женщины; они спрашивают, как дела и что она собирается купить. Они начинают подшучивать над ней, когда продавщица спрашивает, сколько пачек презервативов ей нужно. Она извиняется и покупает вместо презервативов аспирин.

### **16) Бесплезные таблетки**

Профсоюзный активист ощущает жжение во время мочеиспускания. Он подозревает, что у него инфекция, передающаяся половым путем, но не знает, что делать. Он сообщает другу, что ему как-то неудобно обращаться в ближайшую поликлинику. Он беспокоится о том, что сведения о его болезни будут внесены в его медицинскую карту на работе. Его друг убеждает его, что если приобретать таблетки в аптеке, они, скорее всего не помогут.

### **17) Мало денег**

Из-за административной проблемы мужчина-преподаватель, которого перевели работать в другой город, не смог выслать деньги своей семье. Его жена заняла некоторую сумму, но этого было мало, чтобы накормить детей. Она решает взять свою судьбу в собственные руки и идет в местный бар с мужчиной, который, как

она знает, хочет дать ей деньги в обмен на секс. Все идет хорошо и ей весело, пока в бар не входит брат ее мужа. Он разъярен и говорит ей, что она напрашивается на развод. Она просит его ничего не сообщать мужу.

**18) Кончились деньги**

Молодой секретарше в правительственном учреждении нравится, как мужчины смотрят на нее. Она старается одеваться как моно более сексуально и тратит все свои деньги на прическу и новую одежду. Но вот у нее не оказывается денег, чтобы заплатить за квартиру и она решает подойти к своему новому боссу и узнать, хочет ли он дать ей деньги в обмен на сексуальные услуги. Он согласен, но говорит, что он чувствует себя обязанным соблюдать кодекс поведения, принятый в данном учреждении, который запрещает подобные вещи.

**19) По слухам**

Вдова потеряла в прошлом году мужа, который умер от пневмонии. Те, кто знают ее по работе на фабрике по пошиву одежды, где она работает, подозревают, что на самом деле он умер от СПИДа. Теперь она тоже начинает худеть, и никто не хочет работать рядом с ней или пользоваться с ней одним туалетом. Начальник вызывает ее и женщин, которые бойкотируют ее. Они говорят о своих опасениях; она пытается объяснить им, почему они поступают неправильно.

## Согласие на использование презерватива

УРОВЕНЬ Б

ТЕМА 3

Цель:	Практиковать, как лучше добиться согласия на использование презерватива
Пояснение:	Это упражнение поможет участникам яснее осознать важность достижения договоренности перед сексуальным контактом об использовании презерватива
Материалы:	Ролевая карта с историей Вячеслава и Полины, презервативы по количеству участников 2 плаката: «Понятие договоренности» и «Этапы договоренности»
Продолжительность:	30 минут

### Этап 1:

Предложите двум участникам прочитать следующий рассказ с целью подготовить текст диалога ролевой игры; один будет играть роль Вячеслава, а другой - роль Полины (Если в группе только мужчины, пусть один возьмет эту роль на себя. При необходимости одну из ролей может играть и сам ведущий). Другими словами, участники изобразят беседу на заданную тему.

*Вячеслава только что перевели на работу за пределами столицы. Он встречается с Полиной, и они хотят заняться любовью. Полина предлагает использовать презерватив, но Вячеслав против этого и говорит, что он не заразен и что он ни с кем не встречался уже полгода. Полина отвечает, что насколько она знает, она тоже не больна. Но она объясняет, что все же хочет использовать презерватив, так как у одного из них может быть инфекция, хотя он об этом не подозревает. Вячеслав говорит, что презерватив - это искусственная штука и с ним он не получает никакого удовольствия от секса. Полина говорит, что она поможет ему надеть его, и что они могут сделать этот процесс приятным. Вячеслав неохотно соглашается попробовать.*

### Этап 2:

Объясните участникам, что когда один человек хочет использовать презерватив, а другой нет, то нужно поговорить и выяснить, будут ли они пользоваться презервативом. Затем участникам предложить разыграть эту сценку.

### Этап 3:

Стимулируйте дискуссию после ролевой игры, задав участникам следующие вопросы:

Что происходило на ваших глазах?

Почему вы думаете, что неправильно считать, что кто-то не инфицирован ВИЧ, исходя лишь из того, как этот человек выглядит?

Думаете ли вы, что девушка была права, настаивая на использовании презерватива? Почему?

Как эти двое смогли договориться относительно использования презерватива?

(Ответ: Они открыто обсуждали проблему и поняли точку зрения друг друга. Они показали, что считаются друг с другом и готовы пойти на компромисс.)

### Этап 4:

Дайте аудитории следующее определение договоренности:

Достижение договоренности предполагает принятие совместного решения.

При этом предлагаются и обсуждаются различные варианты.

Обсуждаются также последствия выбора различных решений. (Например, в ролевой игре Полина и Вячеслав решили, что последствия секса без презерватива могут быть намного хуже, чем неудобства, связанные с его использованием.)

Принимается решение, устраивающее обоих.

Этап 5:

Сообщите участникам, что достижение договоренности проходит через следующие этапы:

Каждый выражает свое мнение.

Оба выслушивают друг друга.

Затем пора обсудить высказанные мнения и варианты решений.

Оба с уважением относятся друг к другу.

Оба признают, что у другого могут быть другие чувства.

Они проявляют готовность пойти на компромисс.

Этап 6:

Предложите участникам дать некоторые примеры того, как эти этапы были отражены в ролевой игре. (Например, тот факт, что паре потребовалось некоторое время перед актом, чтобы обдумать точку зрения партнера. Полина понимает, что Вячеслав будет испытывать дискомфорт, и предлагает сделать процесс использования презерватива более приятным для обоих.)

Этап 7:

Попросите участников вспомнить ситуацию из их собственной жизни, когда нужно было договариваться на этот счет. Задайте им следующие вопросы:

Было бы вам легче или труднее договариваться в той ситуации, если бы вы придерживались вышеупомянутых принципов и действовали по данному сценарию?

Что было бы легче или труднее?

Что потом происходило бы иначе, если бы вы использовали предложенный сценарий и принципы?

Этап 8:

Попросите участников подумать о рискованных сексуальных ситуациях, когда полезно было бы обсудить проблему, и попросите их сделать следующее:

Описать ситуацию рискованного сексуального поведения, когда были бы полезны переговоры.

Описать ситуацию рискованного сексуального поведения, когда договариваться трудно.

## Факты, мнения и слухи о презервативах

УРОВЕНЬ А

ТЕМА 3

Цель:	Помочь каждому участнику отделить факты от мнений и слухов относительно презервативов
Пояснение:	Часто люди, не применяющие презервативы, в свое оправдание ссылаются на различные предлоги. Очень часто используют при этом любые ложные утверждения, которые услышат.
Материалы:	Список утверждения для везущего
Продолжительность:	30 минут

### Этап 1:

Выберите пять или шесть утверждений из приведенного ниже списка, которые, по вашему мнению, участники должны рассмотреть как наиболее для них важные. Вы можете добавить сюда любые другие неверные утверждения, которые вы услышали.

### Этап 2:

Предложите участникам отнести различные утверждения о презервативах к трем категориям: факты (поднять одну руку), мнения (положить обе руки себе на голову) или слухи (показать перекрещенные руки). Когда будет звучать очередное утверждение, они должны выразить отреагировать, используя следующие условные знаки:

### Этап 3:

Прочитайте одно за одним следующие утверждения и предложите участникам подавать в это время условные знаки. (Сначала, возможно, им надо будет попрактиковаться). Спросите нескольких участников, почему они выбрали именно этот ответ на данное утверждение. (Дайте участникам возможность поправлять друг друга, если получены различные ответы).

- \* Сексуальный контакт с применением презерватива - не "настоящий" сексуальный контакт. (Мнение)
- \* Презерватив защищает от ВИЧ и других инфекций, передающихся половым путем, (Факт)
- \* Презервативы всегда рвутся. (Слух)
- \* Презерватив может потеряться у женщины внутри. (Слух)
- \* Презерватив предохраняет от беременности. (Факт)
- \* Презервативы инфицированы ВИЧ. (Слух)
- \* Использование презерватива означает, что вы неверны партнеру. (Мнение)
- \* Процесс надевания презерватива может доставить удовольствие. (Мнение)
- \* Презерватив надо применять только со случайными партнерами. (Мнение)
- \* Пользоваться презервативами нетрудно. (Факт)
- \* Половой акт с использованием презерватива не доставляет удовольствия. (Мнение)
- \* Презервативы с смазкой приятны на ощупь. (Мнение)

- \* Презервативы вызывают чувство неловкости. (Мнение)
- \* Презервативы только для работниц коммерческого секса. (Мнение)
- \* Презервативы слишком дороги. (Мнение)
- \* Презервативы вызывают раздражение и боль. (Слух)
- \* Использование презерватива не дает испытать чувство близости с вашим партнером. (Мнение)
- \* Пользование презервативом показывает, что вы заботитесь о вашем партнере. (Мнение)
- \* Презервативы содействуют распушенности. (Мнение)
- \* Презервативы не нужны как средство предотвращения ВИЧ, если партнеры не инфицированы и сохраняют верность друг другу. (Факт)
- \* Презервативы делаются из латексной резины. (Факт)
- \* Презерватив одного размера подходит всем. (Факт)
- \* В Африку отправляют низкокачественные презервативы. (Слух)
- \* Презервативы проверяют с помощью электронной аппаратуры. (Факт)
- \* Презерватив можно надуть до размера футбольного мяча. (Факт)
- \* Презерватив затрудняет кровообращение и может травмировать половой орган. (Слух)

**Этап 4:**

Выберите один пример явно ложного слуха (например, “презервативы инфицированы ВИЧ”) и задайте большой, группе следующие вопросы:

Почему, вы думаете, существуют подобные слухи?

Каковы некоторыми из последствий слухов?

(В зависимости от ответов вы можете назвать примеры, в которых речь идет о страхах, незнании, твердых убеждениях и нежелании действовать).

**Этап 5:**

Выберите примеры очевидных утверждений - отрицательных и положительных (например, “Применение презерватива мешает ощущать чувство близости к партнеру” и “Используя презерватив, вы показываете, что заботитесь о вашем партнере”). Задайте участникам следующие вопросы:

Чем эти мнения отличаются от фактов?

Верны эти мнения или неверны? Почему?

**Этап 6:**

Сообщите, где участники могут приобрести презервативы.

## Царапаем ладонь и передаем ВИЧ по цепочке

УРОВЕНЬ А

ТЕМА 1

Цель:	Помочь понять, насколько быстро может распространяться ВИЧ
Пояснение:	Важно четко объяснить правила упражнения на каждом этапе.
Продолжительность:	20 минут

### Этап 1:

Предложите участникам встать в круг и закрыть глаза. Сообщите им, что вы обозначите одного из них как «инфицированного ВИЧ». Вы тронете его за плечо.

### Этап 2:

Предложите участникам обменяться рукопожатием с тремя из своих сослуживцев; затем предложите «инфицированному» участнику слегка царапнуть по ладони того человека, руку которого он будет пожимать.

### Этап 3:

После завершения рукопожатий предложите тому, кого вы обозначили как «инфицированного», встать в середину круга и рассказать «Что он-она почувствовал, когда узнал(а), что «инфицирован(а) ВИЧ». Спросите, что он(а) думает о возможности передачи инфекции другим людям. Предложите тем, кому этот участник царапнул по ладони, встать в середину круга. Спросите их «Что они чувствовали, когда поняли, что им передали ВИЧ?».

### Этап 4:

Подчеркните важность и схему прохождения тестирования на антитела к ВИЧ и сообщите, где это можно сделать.

## Приложение 4: Формы для проведения мониторинга и оценки просвещения на рабочем месте по вопросам ВИЧ/СПИД

### Типовая форма для подготовки и проведения дискуссии на занятии

Фамилия и имя руководителя занятия	
Дата проведения	
Компания, отдел или подразделение	
Место проведения	
Время проведения	

Цели занятия: К концу этого занятия участники смогут:


Необходимые дополнительные материалы: плакаты, комплекты печатных материалов, брошюры и т.д.


Ход занятия: Как вы представляете темы занятий и достигаете ваших целей? Точно опишите ролевые игры, игры и другие подобные методы информационно-пропагандистской работы.


Подпись «доверенного лица»:

Дата:

**Типовой дневник «доверенного лица»**

Дневник «доверенного лица»                      Предприятие \_\_\_\_\_

Фамилия \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

Подразделение \_\_\_\_\_

Занятие проводил(а) \_\_\_\_\_ Наблюдение проводил(а) \_\_\_\_\_

Время начала \_\_\_\_\_ Время окончания \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_

Тема \_\_\_\_\_

Посещаемость

Общее число участников \_\_\_\_\_ Мужчин \_\_\_\_\_ Женщин \_\_\_\_\_

Число, посещающих впервые \_\_\_\_\_

Подробности проведения занятия

Использованная методика:

- Картинки                       Ролевые игры                       Экспозиции                       Видео  
 Обсуждение                       Выступление приглашенных лиц                       Викторины/Ответы на вопросы  
 Демонстрация презервативов

Количество вопросов, заданных участниками	
Число презервативов, розданных во время занятия	
Достаточен ли запас презервативов на этот месяц	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> нет

Основные вопросы и предложения


Со времени вашего последнего занятия

Число презервативов, розданных вне рамок занятий		
Число встреч один на один на этой неделе		
Число направлений на консультации и проверку на ВИЧ		
Число направлений по поводу венерических заболеваний		

Подпись: \_\_\_\_\_

## Образец формы наличия презервативов

Название предприятия (учреждения) \_\_\_\_\_

Год \_\_\_\_\_

Начальный баланс \_\_\_\_\_

Месяц	Роздано штук	Баланс
Неделя 1		
Неделя 2		
Неделя 3		
Неделя 4		
	Всего	Всего

## Образец формы для сбора сведений за месяц

Название предприятия (учреждения) \_\_\_\_\_

Фамилия доверенного лица \_\_\_\_\_

Месяц / год \_\_\_\_\_

Получили мужские презервативы		Получили женские презервативы		Количество направлений		Причины для направления (Консультации и проверка на ВИЧ, помощь и поддержка, вен. заболевания, Службы матери и ребенка)	
Муж.	Женщины	Муж.	Женщины	Муж.	Женщины	Муж.	Женщины

## Образец формы для направлений, выданных «доверенным лицом»

Местоположение \_\_\_\_\_

Услуги, предоставляемые местными учреждениями медико-социальной сферы:

Социальные работники и психологическая помощь:

Имя

Номер телефона:

Местоположение:

Медицинские услуги

Имя

Номер телефона:

Местоположение:

Консультации и тестирование на ВИЧ:

Имя

Номер телефона:

Местоположение:

Услуги по лечению заболеваний, передающихся половым путем:

Имя

Номер телефона:

Местоположение:

Службы помощи лицам, злоупотребляющим алкоголем:

Имя

Номер телефона:

Местоположение:

## Образец формы для проверки качества работы «доверенного лица»

### Форма наблюдения проведения занятия доверенным лицом

Фамилия ведущего \_\_\_\_\_

Фамилия наблюдателя \_\_\_\_\_

Предприятие/отдел/подразделение \_\_\_\_\_

Общее число участников \_\_\_\_\_ Мужчин \_\_\_\_\_ Женщин \_\_\_\_\_

Использованная методика:

Картинки  Ролевые игры  Экспозиции  Видео

Обсуждение  Выступление приглашенных лиц

Викторины/Ответы на вопросы  Демонстрация презервативов

Размещение

Было ли помещение хорошо освещено, изолировано от шума и отвлекающих факторов?  да  нет

Большая часть участников находилась не далее пяти метров от ведущего?  да  нет

Ведение занятия

Говорил ли ведущий достаточно громко и его все слышали?  да  нет

Давал ли он возможность слушателям свободно высказываться, хотя это могло затянуть занятие?  да  нет

Насчитывала ли аудитория, по крайней мере, 12 человек?  да  нет

Участвовали ли в дискуссии, по крайней мере, 60 % слушателей?  да  нет

Оставалось ли на дискуссию, по крайней мере, 25 минут?  да  нет

Заняли ли выступления слушателей, по крайней мере, 60 % всего времени?  да  нет

Слушал ли их внимательно ведущий, не прерывал, не выражал молчаливого неодобрения?  да  нет

### Качество дискуссии

Рассказали ли, по крайней мере, пять человек о своем личном опыте?  да  нет

Если в группе были мужчины и женщины, участвовали ли в обсуждении, по крайней мере, 60 % и тех, и других  да  нет

Были ли предложены участникам презервативы в ответ на их пожелание?  да  нет

Предоставил ли ведущий информацию о том, где получить консультации и пройти проверку на ВИЧ?  да  нет

Предоставил ли ведущий информацию о том, где можно получить услуги по лечению заболеваний, передающихся половым путем?  да  нет

Подпись наблюдателя: \_\_\_\_\_

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1. Глоссарий

*Примечание:* Многие из приводимых ниже терминов прямо соотносятся с определениями, которые используются в материалах по ВИЧ/СПИДу и программах по изменению модели поведения человека.

**Синдром приобретенного иммунодефицита:** последняя стадия заболевания ВИЧ. При СПИД снижается функция иммунной системы, что ведет к потере сопротивляемости к сопутствующим инфекциям.

**Антиретровирусная терапия:** Антиретровирусные препараты затрудняют размножение ВИЧ. Принимая антиретровирусные средства в сочетании друг с другом, можно затормозить размножение ВИЧ и отсрочить поражение иммунной системы, продлить жизнь и улучшить ее качество.

**Бессимптомный:** Без признаков, или симптомов болезни. Большинство ВИЧ-позитивных людей не имеет никаких симптомов в течение 5-10 лет.

**Изменение поведения:** процесс перестройки поведения с высокой степенью риска и переход к позитивной модели поведения, не подвергающего здоровье опасности.

**Программы по изменению модели поведения человека (ПМПЧ):** стратегические программы, которые включают различные тактические элементы, например, санитарное просвещение с привлечением низовых пропагандистов, имеющее целью изменение поведения.

**Выбор модели поведения:** Это принимаемые людьми решения относительно своих действий, которые могут или не могут навлечь на них опасность заражения ВИЧ-инфекцией или другими заболеваниями, передающимися половым путем.

**Кодекс поведения:** Правила поведения, следовать которым согласны группы людей. Кодексы поведения трудящихся обычно включают свод правил поведения, которым, как ожидается, будут следовать работники предприятия.

**Клетки CD4:** Клетки, которые нападают и уничтожают болезнетворных микробов. ВИЧ нападает на эти клетки и разрушает их.

**Дискриминация в занятости:** Любое различие, исключение или предпочтение, сделанное на основе ВИЧ-позитивного статуса – реального или предполагаемого, в результате которого подрывается или аннулируется равенство возможностей или обращения в занятости и занятиях. Любое различие, исключение или предпочтение, основанное на специфических требованиях данного рабочего места, не считается дискриминацией.

**Программа по ВИЧ/СПИДу:** Комплексный план действий, который может включать меры по выработке политики, предоставление услуг и проведение стратегии, направленной на изменение поведения, например, просвещения на рабочем месте.

**Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ):** вирус, который вызывает СПИД. Вирус остается в организме от пяти до десяти лет, прежде чем полностью проявятся симптомы сопутствующих инфекционных заболеваний, или СПИД.

**Права человека:** Это права, которыми обладают все люди просто потому, что они люди. Все обладают этими правами, независимо от расы, цвета кожи, пола, языка, религии, политических или других взглядов, национального или социального происхождения, инвалидности, собственности, места рождения, возраста или другого признака, включая реальный или предполагаемый ВИЧ-позитивный статус. Права человека признаны в нескольких международных документах. Какова бы ни была их политическая, экономическая или социальная система, все государства обязаны защищать все основополагающие права и содействовать их соблюдению.

**Свод практических правил МОТ по вопросам “ВИЧ/СПИД и сфера труда”.** Это издание является плодом сотрудничества между Международным бюро труда, правительствами и организациями предпринимателей и трудящихся. Оно дает практические рекомендации политикам, работодателям, трудящимся и их организациям по выработке и проведению в жизнь соответствующей политики на производстве, программ профилактических мер и оказания помощи и поддержки, стратегии в отношении трудящихся неформального сектора.

**Межличностное общение:** Обмен между людьми информацией или опытом о ВИЧ/СПИД. Деятельность в рамках просвещения на рабочем месте – один из примеров межличностного общения.

**Мужчины, вступающие в половой контакт с другими мужчинами:** Это мужчины, имеющие сексуальные отношения с другими мужчинами. Они могут быть гомосексуальны и вступать в сексуальные контакты только с мужчинами, или же бисексуальны, что означает, что они имеют сексуальные контакты как с