4**Что такое вирус?**



Вирус - это источник неприятностей, который может сделать человека больным. Разные вирусы обитают повсюду, они распространяются, когда мы прикасаемся к вещам, они на нашей пище и даже в воздухе, которым мы дышим. Вирусы не могут быть уничтожены антибиотиками: только белые кровяные клетки (мы называем их “солдаты”) в организме могут сделать это.

Когда организм борется с вирусом, он создает специальную армию антител (“стреляющих солдат”) для борьбы с этим специфическим вирусом. Это означает, что если вирус снова попадет в организм, антитела начнут действовать, и человек больше не будет болеть этой конкретной болезнью (вот почему вы не заболеете корью или паротитом дважды).

Однако, как только вирус попадает в организм, он остается навсегда. К счастью, сильная иммунная система поддерживает наше здоровье.

**Что такое ВИЧ?**



ВИЧ (вирус иммунодефицита человека) - это очень умный вирус, который атакует только людей. Вы можете объяснить ребенку, что он очень, очень маленький и если он попадет в кровь, то начнет размножаться на белых кровяных клетках.

Он делает это, “сжимая и пряча” себя в “мозгу” лейкоцита. Он убеждает лейкоцит, что это фабрика по производству ВИЧ, и начинает делать миллионы копий самого себя.

После этого белые кровяные тельца разрушаются, и поэтому количество белых кровяных телец в организме становится все меньше и меньше, в то время как количество вируса увеличивается. Иммунитет падает.

**Что такое СПИД?**



Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) возникает через много лет после того, как человек заболел ВИЧ, когда организм уже не может производить новые белые кровяные тельца. В этот период в организме остается слишком мало защитных белых кровяных телец, которые поддерживают организм здоровым, а иммунная система (или “армия”) становится очень слабой.

Когда дремлющие вирусы, заразные болезни и даже раковые клетки имеют шанс стать сильными, говорят, что у человека СПИД. Антиретровирусные препараты могут помочь укрепить иммунную систему, и человек, который регулярно принимает эти лекарства, может жить нормальной, здоровой и продуктивной жизнью в течение многих лет.

К сожалению, когда организм умирает от СПИДа, люди умирают от множества болезней, с которыми здоровая иммунная система легко бы справилась.

**Как люди заражаются ВИЧ?**

Некоторые дети рождаются с вирусом. Бывает, что он передается ребенку от матери, которая не принимает лекарства от ВИЧ. Но эти дети могут получить лекарства вскоре после рождения, что поможет им оставаться здоровыми в течение многих лет.

Некоторые люди могут заразиться вирусом, если им перелили кровь, в которой есть вирус. Но такие случаи сейчас крайне редки.

Старшие дети должны понимать, что ВИЧ распространяется половым путем. Объясните им, что даже ректальный и оральный секс может стать причиной заражения вирусом и что каждый человек обязательно должен использовать презервативы.

**Как я могу защитить себя?**



Маленькие дети никогда не должны трогать использованные шприцы, играть с иголками или заключать пакты с “кровными братьями”. Когда ваши дети начинают задавать вопросы о сексе, это хорошая возможность объяснить, что секс - это то, что делают только взрослые, чтобы показать свою любовь друг к другу. Они должны понимать, что секс - это нечто особенное, и заниматься им нужно не с кем попало. Объясните им, что половой акт может привести к беременности. Обязательно предупредите детей, что помимо ВИЧ существует целых 63 признанных заболевания, которые передаются половым путем! И не все из них будет легко вылечить.

Затем вы можете рассказать им о вирусе ВИЧ, который скрывается в жидкости, выделяемой из полового члена (сперме), или в слизи, находящейся внутри шейки матки и влагалища женщины. Когда эти два органа соединяются во время полового акта, происходит смешение этих жидкостей, и таким образом вирус передается от одного человека к другому.

Старшие дети должны знать, что занятия сексом в раннем возрасте подвергают их риску – особенно девочек, потому что их репродуктивные органы незрелые и уязвимые. Они должны понимать, что, занимаясь сексом с несколькими партнерами, они подвергаются еще большему риску. Как только они становятся сексуально активными, им становится гораздо труднее сказать "нет".

Итак, как насчет безопасного секса? Подростки должны понимать, что единственный “безопасный секс” – это отсутствие секса. Оральный и ректальный секс, а также, петтинг тоже несут в себе риск заражения. Вещь, которая практически стопроцентно защитит от вируса ВИЧ – это презервативы, но и они могут порваться и они не обеспечивают защиту от всех инфекций, передаваемых половым путем от кожи к коже.

**Что, если у кого-то из моих знакомых есть ВИЧ?**



Помогите детям понять, что нет необходимости бояться человека, который является ВИЧ-положительным. Они не могут заразиться вирусом, играя с ВИЧ-положительным другом, делясь своей едой, держась за руки, обнимая или даже целуя, поэтому не говорите своему ребенку избегать таких детей в школе.

Вирус ВИЧ удивительно слаб, когда он находится в неправильном для себя месте, например, в воздухе, в жидкости (это включает слюну комаров, плавательные бассейны, сиденья для унитазов и т. д.), бытовых чистящих средствах и всех химических веществах. Однако он невероятно силен, когда находится в нужном месте, которое находится в человеческой жидкости (особенно половая жидкость).

Младшим детям можно сказать, что люди заболевают не потому, что они сделали что-то плохое или что их наказывают. Когда люди больны, им нужно помочь с лекарствами, а иногда, когда они очень слабы, им нужны другие люди, чтобы помочь им делать простые повседневные вещи.