

# Поколение

газета для подростков, сделанная самими подростками



1 декабря – Всемирный день борьбы со СПИДом

«Перед смертью все равны, как и перед Богом»

Сейчас узнать о ВИЧ и СПИД в Интернете не проблема.

Когда мы читаем о каких-то заболеваниях на сайтах, возникает впечатление, что люди, которые написали информацию в них, некомпетентны. Чтобы получить правдивые и точные данные, мы решили поговорить со специалистом, Георгием Александровичем Ефимовым, врачом-инфекционистом Центра по профилактике и борьбе с инфекционными заболеваниями.

Элина НИКУЛЬШИНА  
Анастасия ХОДАКОВА

– Георгий Александрович, как появились ВИЧ и СПИД?

– Считается, что ВИЧ передавался людям от обезьян, убитых или прирученных в африканских лесах. С этими животными играли дети, а их мясо употреблялось в пищу. Известно также, что штаммы (это культура вирусов и клеток, появившихся в определенном месте и имеющих определенные свойства) перешли в человеческую популяцию после близкого контакта африканских племен с приматами. Всего их три разных вида. Затем эти

## Стоит Понять И Действовать

штаммы были привезены в Европу и Америку путешественниками контактирующими с африканскими племенами. Но нас будет интересовать первый штамм ВИЧ-1, потому что именно он распространен в России: вирус развивается до стадии СПИДа за 10-12 лет, в три раза быстрее, чем остальные. В Африке и Америке больше всего случаев заражения, но у них другой штамм, менее агрессивный. Вируса нет разве что в Антарктиде, а в других странах развивается и лечится на том же уровне, что и в нашем государстве.

– Как смогли выявить ВИЧ в России, Европе, Америке?

– Первыми носителями вируса иммунодефицита являлись гомосексуалисты и наркоманы. Изначально на болезнь обратили внимание американские врачи в 1981-ом году и обнаружили, что у всех этих людей очень низкий иммунитет. Чтобы узнать, существовали ли до этого ВИЧ-инфицированные, специалисты обратились в «Банк крови», где хранится в основном плазма. Самый ранний экземпляр вируса нашли в сохраненном образце зараженной крови 1940 года и подробно изучили. Со временем было доказано присут-

ствие ВИЧ не только в крови и сперме, но и в слюне, женском молоке и других биологических жидкостях.

– Как можно помочь больным людям?

– Очень важно эмоциональное состояние и настрой человека, как при онкологических заболеваниях. Постоянно думая о том, что у него ВИЧ, больной вводит себя в состояние хронического стресса, а это влияет на иммунитет. Если же человек подготовлен и спокойнее относится к факту болезни, при этом лечится и живет в своем привычном ритме, то развитие болезни замедляется.

Наибольшая вероятность заразиться возникает в промежутке от 18 до 35 лет, потому что позже количество связей уменьшается. Для тех, кто получил болезнь после 60, наступает самое неблагоприятное время: она прогрессирует из-за возрастных изменений иммунной системы. Нужно сразу назначать терапию. В нее входит около трех лекарств, цена которых различна. Одно стоит около четырех тысяч, другое подороже – десять, а цена третьего может перевалить за девяносто. Ежегодный курс обойдет-

ся дорожке ста тысяч, а он необходим человеку до конца жизни.

– Что же делать человеку, который не может оплатить такое дорогое лечение?

– Государство берет все расходы на себя. Кроме того, продолжает оплачивать тестирование новых препаратов: вначале на грызунах, а потом на приматах. На них удобно проводить эксперименты, потому что если ввести обезьяне ВИЧ, то этот вирус будет размножаться так же, как и у человека. Во время последнего этапа тестируют добровольцев, здоровых людей, готовых помочь ВИЧ-инфицированным.

Ведущие специалисты мира определяют в настоящее время СПИД как «глобальный кризис здоровья», как первую действительно всепланетную и беспрецедентную эпидемию инфекционного заболевания. На данный момент проходит тестирование новых препаратов, активно проводится терапия, врачи научились блокировать распространение болезни в организме. Надеемся, что скоро появится лекарство, способное вылечить всех зараженных, и мы забудем, что такое ВИЧ. О

# ФОТО КРОСС

Бывает, слов недостаточно. Их не хватает, чтобы достигнуть человеческого сердца. Но есть и другой способ выражения сильных чувств и эмоций – это фотография. Вот она, перед вами! И зачастую сможет сказать гораздо больше, чем сотни людей и тысячи слов.

22 сентября 2013 года активные и творческие подростки приняли участие в фотокроссе «Ты в центре!».

Основной задачей, поставленной перед ребятами, было за три часа сделать пять фотографий, на предложенные темы:

«Пусть всегда будет завтра», «Хочешь быть здоровым – будь им», «Природа в объективе», «Жизнь дана на добрые дела» и «Просто скажи «нет».

Цель мероприятия заключалась в том, чтобы каждый смог передать свое видение этого мира и собственное отношение к проблемам здорового образа жизни, настолько интересно и творчески, насколько это возможно.



Школа 223  
Тема: «Жизнь дана на добрые дела»



ЦДЮТТ Московского района  
Тема: «Жизнь дана на добрые дела»



Гимназия 52  
Тема: «Хочешь быть здоровым-будь им»



Школа 528, Аничков лицей  
Тема: «Пусть всегда будет завтра»

Елизавета КНОХИНОВА

## Вера в веру

Смерть всегда внезапна. Никогда нельзя знать наверняка, какой день станет для тебя последним – понедельник следующей недели или может вторник, пятнадцатое декабря, а вдруг уже завтра? Поэтому все, что остается каждому из нас – просто жить, столько, сколько получится. Болезнь под названием СПИД – наказание за неправильный образ жизни, испытание, или, что наиболее вероятно, несчастный случай на пути человека. Несчастье. Трагедия. Обычно в таких ситуациях говорят «не повезло» или «это судьба». А что делать человеку, которому поставили диагноз «СПИД»? Кричать в небеса, что мы так не договаривались? А по ночам дрожать от страха? «Завтра меня ждет еще одно утро. Еще одно утро. Еще одно утро». Или не ждет? К сожалению, такого рода болезни многих превращают в мертвецов еще при жизни. Например, я знаю точно, что одна бы не справилась.

Я поговорила со своими знакомыми: продолжили бы они со мной общаться, если бы я была больна СПИДом? Сначала почти все насторожились: с тобой все в порядке? Точно? После моего «да» они принялись всячески уверять, что никогда в жизни меня не бросят, что бы ни случилось, мы же друзья. Потом я попросила представить абстрактную ситуацию: вы знакомитесь с кем-нибудь, неважно с кем, зараженным СПИДом, стали бы общаться? Появились такие ответы как: «Конечно, но только в случае если он будет держать дистанцию» или «Это же постоянная нервотрепка, я буду беспокоиться за себя и своих близких». Нескольких ответов «нет». Один – категорически «нет». И тут нельзя осуждать. Потому что окажись я перед таким выбором, мое «конечно» звучало бы неуверенно. Не хочу лишний раз думать о смерти и придумываю тысячу отговорок, чтобы соприкоснуться с ней как можно меньше. Что делать? Как вести себя с человеком, который болен?

Рене Маргрит «Портрет Эдварда Джеймса»



Для того чтобы найти выход, я обратилась к психологу Наталье Юрьевне Троценко. «Самое главное – не жалеть», – рассказывает она. – Быть с ним на равных, говорить с ним. Просто говорить. Конечно, важно учитывать специфику заболевания, но и не стараться все время опекать. Помните – ему меньше всего нужна ваша забота. Скорее даже так: это лишь навредит и заставит лишний раз почувствовать себя неполноценным. По сути дела, человек, больной СПИДом – это человек с ограниченными возможностями, который хочет быть таким же, как и все. Поэтому просто найдите то, что интересует вашего собеседника, и общайтесь на эту тему».

Но часто случается, что советы психологов бесполезны, ведь человек-то уже не тот. Люди, зараженные СПИДом, сильно меняются, как только узнают о своем заболевании. Иногда темы, интересовавшие их раньше, уходят на второй план. У больного появляется страх перед смертью, ненависть к другим, здоровым людям, злость. Любая болезнь равносильна испытанию, некой «провер-

ке на прочность». Возможно, человек не выдержит его и сломается, а возможно, наоборот, – проведет черту между «до» и «после», переосмыслит все, на что предпочитал не обращать внимания. Это зависит от того, кто победит в борьбе между тобой и тобой: слабость или сила. В любом случае, перемены будут и станут роковыми в сознании человека.

Легче всего проследить эти так называемые изменения в творческих людях. Например, Айзек Азимов – писатель и крупнейший мастер в области научной фантастики. Айзек заразился СПИДом в результате переливания крови во время операции на сердце в 1983 году. Проблема СПИДа тогда еще не стояла так остро, и никто не проверял донорскую кровь на наличие возбудителей этого инфекционного заболевания. Страдая от болезни, Айзек столкнулся с многими трудностями в писательском ремесле, вплоть до изменения стиля написания. Наверное, многие слышали о Фредди Меркьюри, солисте группы «Queen». Он скончался от бронхиальной пневмонии как раз после того как объявил во всеулышание о своем диагнозе. Его последние песни также сильно отличались от предыдущих.

Выходит, СПИД меняет все: внутренний мир человека, его отношения с окружающими... Зараза, от которой нужно избавляться любым способом. Но лекарств нет. Возможно, опорой для людей, больных СПИДом, является вера в то, что смерть – это не конец. Но стоит ли заранее думать о жизни после смерти, пока есть жизнь во время жизни? Конечно, вера не дает гарантий, что все наладится и СПИД исчезнет как сон, но благодаря ей человек сможет уйти из жизни достойно, по всем правилам христианина. Этот шаг не в сторону излечения, но в сторону перемен, которые просто необходимы, важно лишь, чтобы они рождались не из страха кары небесной, а из собственных убеждений. Возможно, тогда СПИДу станет некуда деваться, и он сдастся. ○

Анастасия СУЛЬБИНА

## Полезнее Супермена

Задайте себе вопрос: «Стал бы я безвозмездно помогать неизлечимо больному? Потратил бы свободное время на чужого человека, которому требуется уход и лечение?» Я уверена, что многие ответят «нет». Во всяком случае, аббревиатура ВИЧ, стоящая в графе «диагноз», заставляет лишний раз задуматься о том, стоит ли вообще помогать этому человеку. Но есть люди, которые не боятся больного. Они объединяются и создают общественные благотворительные организации. Так, например, Российский Красный Крест занимается профилактикой вируса иммунодефицита и готовит для этой миссии добровольцев. Но нужны ли люди, живущие с ВИЧ, в помощи волонтеров? Частично да, частично нет. В большей степени им требуется консультация специалистов в поликлиниках, больницах, стационарах и социальных службах, поэтому программа Красного Креста ориентирована скорее на здоровую часть населения. В нее входит предупреждение заболевания – к

примеру, использования презервативов или предотвращение применения одного шприца несколькими людьми. Об этом рассказала сотрудница Санкт-Петербургского отделения Евгения Тихоненко: «Профилактическая программа работает в городе с 2007 года, и представляет собой систему тренингов по принципу «равный обучает равного». Мы готовим волонтеров, которые, в свою очередь, работают в школах, вузах, детских домах, учреждениях социальной защиты и т.д. Наши волонтеры – это молодые люди, от 14 до 20 лет. Целевая аудитория такого же возраста. Смысл в том, чтобы максимально ненавязчиво, доступно и нескучно преподнести важную информацию».

Красный Крест проводит работу с детьми из подшефных учреждений. Например, 1 декабря, во Всемирный день борьбы со СПИДом, волонтеры и дети вместе сошьют квилты – стеганые полотна, сшитые из лоскутков ткани в память о людях, ушедших из жизни.

Также существует благотворительный фонд «Свеча», который создает группы взаимопомощи для больных и их близких. Волонтеры фонда дают телефонные и очные консультации, оказывают поддержку больным и сопровождают в СПИД-центр, напоминают о необходимости пройти терапию. Социальный работник и волонтер фонда Анастасия Мокина рассказала об особенностях работы с ВИЧ инфицированными: «У таких людей масса страхов. Они боятся, что кто-то узнает об их болезни, и скрывают свой статус. Но им нужна поддержка и забота».

Люди с ВИЧ – это не всегда взрослые. Дети тоже могут заболеть. И болеют. Чаше всего от них отказываются родители, и они попадают в детский дом. Такие дети могут общаться со здоровыми, учиться с ними, играть, не боясь заразить их. Но те, кто находится на стадии СПИДа, в школу ходить уже физически не в состоянии, болезни, возникающие на фоне основной инфекции, очень ослабляют. Стадия

СПИДа может снова перейти в состояние ВИЧ-инфекции благодаря современной антиретровирусной терапии. Как только снимаются симптомы, и сопутствующие болезни переходят в состояние ремиссии (ослабления), больные СПИДом снова могут ходить в школу. Волонтеры «Свечи» регулярно ездят в детский дом, где живут зараженные ВИЧ дети. «Для поездки мы собираем деньги на всякие вкусности и развлечения. Проводим время с детьми, общаемся, играем. В этом и заключается наша работа», – говорит Анастасия.

Кто-то становится волонтером потому, что чувствует удовлетворение от совершения добрых дел, кто-то пытается дать другим то, чего когда-то не получил сам, кто-то просто уже сталкивался с такой же проблемой ранее. Волонтеры работают в разных областях – с больными раком, страдающими от ДЦП, диабета и многими другими. Важно, что в этот список входит и такая болезнь, как ВИЧ. ○

# Предупрежден – значит вооружен

Дария ЩЕРБАКОВА

«Если его не видно, если ты о нем не думаешь, если мама о нем не рассказывала, если о нем не пишут на майках – это не значит, что его нет. СПИД есть». Эти слова я прочитала на одном из рекламных щитов, когда ехала в школу. Раньше подобные плакаты были развешаны чуть ли не на каждом перекрестке, но в последние годы социальную рекламу про опасное заболевание я стала замечать гораздо реже как на улице, так и по телевизору.

«Действительно, соцрекламы стало меньше, так как Правительство Петербурга не объявляет конкурс, как это было в 2012 году, на производство и размещение рекламы о пропаганде вирусного заболевания, – рассказывает Алексей П., главный редактор одного из информационных агентств, – готовятся значительные изменения в Законе «О грантах на производство и размещение социальной рекламы в Санкт-Петербурге». Думаю, что и принятие нового закона не увеличит число поданных заявок, потому что освещение темы СПИДа очень спорное и связано с так называемым «сексуальным образованием». Здесь нет единого мнения, поэтому очень сложно подать информацию корректно».

А может, исчезновение социальной рекламы происходит потому, что в ней мало кто заинтересован? Возможно, она перестала привлекать внимание из-за того, что используются слишком мягкие способы воздействия: за красивыми словами люди не видят смысла. «Более эффективной будет так называемая шоковая реклама, – предполагает психолог Дарья Кучугурная, – большее воздействие оказывают жесткие слова или картинки. Вспомните, на пачках сигарет стали печатать изображения последствий этой привычки. Да, может, человек и не перестанет курить, но лишний раз задумается».

Участвуя в разных мероприятиях, подростки тоже задумываются о болезни. Например, в октябре прошел конкурс «Добровидение» на лучшую социальную рекламу. Главное, что должно присутствовать в работе – стремление авторов обратить внимание на проблемы современного общества и, возможно, предложить варианты их решения. «Центр по профилактике и борьбе со СПИДом и инфекционными заболеваниями» совместно с Санкт-Петербургским отделением Российского детского фонда, проводили конкурс, посвященный первому декабря – Всемирному дню борьбы со СПИДом.

Но это мероприятия разовые, а постоянно напоминать людям об опасности должна социальная реклама. Сейчас я чаще встречаю «социалку» о безопасном вождении, о коррупции, пропаганде нравственных ценностей. Например, на каникулах, гуляя по Москве, я увидела несколько рекламных щитов с красными буквами на белом фоне: «Доброта. Знаешь, что это такое? Расскажи об этом детям». На постерах было еще много красивых слов типа: солидарность, честность, доверие. Но говоря о доброте и любви к людям, можно ли забыть больных СПИДом? ○



Сальвадор Дали «Корабль бабочек»

## Общий враг

Карина МЕРКУРЬЕВА

Недавно я обнаружила в верхнем ящике своего стола открытку, на которой изображен гроб, на обратной стороне написано: «Освободимся от СПИДа, иначе он убьет нас». Очень давно, когда я жила по обмену в Гамбурге, проводился конкурс на лучшую рекламу против СПИДа. Нигде больше я не видела ничего подобного, ведь у нас не принято помещать символику смерти на первый план. Позитивная социальная реклама – это то, что мы привыкли видеть, но она не всегда может воздействовать на эмоции и чувства людей, моя же открытка может. С помощью такого кадра понимаешь, к чему на самом деле ведет СПИД, осознаешь, что с заболеванием нужно обязательно бороться. Но как именно? Что делается в мире, чтобы больных СПИДом стало меньше?

Я провела небольшой опрос. Оказалось, что в Финляндии очень внимательно относятся к профилактике СПИДа. «В школах у нас используется методика НиВи. Это поездки учеников на экскурсии по городу, во время которых ребятам в доступной форме рассказывают о последствиях курения, употребления алкоголя, наркотиков, препаратов для бодибилдинга, совершения незащищенного полового акта, а также азартных игр. Каждая финская школа сотрудничает с международной программой Lions Quest, которая пропагандирует здоровый образ жизни в разных странах. По статистике, в Финляндии очень мало больных СПИДом», – говорит гражданин этой страны Алексей Кришталевиц. В Норвегии тоже принимаются меры по борьбе с этим заболеванием. «Легализация проституции значительно сократила число больных СПИДом, потому что надо пройти особое медицинское обследование, том числе сдать кровь на ВИЧ», – рассказывает Юкка Раутавала, гражданин Норвегии, директор по развитию «Fazer Brands».

Но так серьезно относятся к СПИДу не во всех странах, в Турции говорить об этом заболевании, например, не принято. «В мусуль-

манских странах такие темы находятся под запретом. Никаких уроков, конечно, не проводят, рекламы тоже нет, поэтому число больных растет с каждым годом», – рассказывает турок Дуан Бельге. Во Франции больных СПИДом тоже более чем достаточно, но там ведется активная борьба с заболеванием. «У нас есть одна очень известная программа, называется «Презерватив – это единственная возможность избежать СПИДа», она в основном для девушек, так как речь там идет о курсах, которые могут посещать только женщины для предотвращения этого заболевания. Мужчины же могут получить информацию из газет, СМИ уделяет огромное внимание этой проблеме», – говорит гражданин Франции Асфар Назари. В Китае отношение к больным СПИДом совсем другое: «Вместо того, чтобы их лечить, им просто запрещается появляться в общественных местах», – рассказывает Фун Хуа. Парень уверен, что нет оснований бояться заразиться, так как в стране, где он живет, все заболевания можно уже вылечить, а все органы – купить: «Главное, чтобы деньги были». В Германии отношение к СПИДу очень неоднозначное. Когда я спросила свою подругу Лотти, проводятся ли в школах какие-то мероприятия на тему СПИДа, она очень удивилась и сказала, что ничего об этом не слышала, но, несмотря на это, все девочки в ее классе уже в течение нескольких лет глотают горстями таблетки, чтобы не заразиться. Они защищают только от шестидесяти пяти процентов инфекций, которые могут вызвать такое заболевание как СПИД, а также являются гормональными и, следовательно, препятствуют нормальному развитию организма.

СПИД охватил весь мир, эта массовая эпидемия не давала и не дает людям покоя. Недавно я посмотрела американский документальный фильм «Мы здесь»; там люди говорили о близких, о тех, кого они потеряли. Это кино трогает и заставляет задуматься о человеческих отношениях. Мы выбираем партнера, с которым хотим быть если не всю жизнь, то долго. Может, стоит остановиться? Может, не нужно искать случайных связей? Во многих странах люди уже задумались о роли семьи. Любовь, семья – это важно, без них человек ничто. Может, если мы научимся ценить близких, то и СПИД перестанет быть массовой эпидемией века? ○



Школа 381  
Тема: «Природа в объективе»



Школа 570  
Тема: «Жизнь дана на добрые дела»



Аничков лицей  
Тема: «Пусть всегда будет завтра»



Школы 242  
Тема «Пусть всегда будет завтра»



Гимназия 52  
Тема: «Жизнь дана на добрые дела»



Школа 381  
Тема: «Пусть всегда будет завтра»

**АДРЕС:**  
191011, Санкт-Петербург,  
Невский пр., 39, Главный корпус,  
комната 315  
Тел. 314-9991

Издание газеты за счет программы  
«Профилактика заболевания,  
вызываемого вирусом  
иммунодефицита человека (ВИЧ-  
инфекция), в Санкт-Петербурге на  
2013–2015 годы (п. 2.6)

Распространяется бесплатно

**Сайт в Интернете:**  
anichkov.ru

**РЕДАКТОР ВЫПУСКА:**  
Елизавета КНОХИНОВА  
Карина МЕРКУРЬЕВА

**КОРРЕКТОР:**  
Дарья ПАВЛОВА

**ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕДАКТОРЫ:**  
Елизавета КНОХИНОВА  
Карина МЕРКУРЬЕВА

**ДИЗАЙНЕР:**  
Илья ПЕТРОВ

Все материалы номера написаны  
учащимися Школы журналистики  
Санкт-Петербургского городского  
Дворца творчества юных.

**ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:**  
Светлана Николаевна КАРПОВА

**Время подписания в печать:**  
по графику — 25.11.2013, 15:15  
фактическое — 25.11.2013, 15:55

**Печать в типографии:**  
ООО «Константиновский»  
Центр оперативной полиграфии  
«РИФ PRINT».

Санкт-Петербург, ул. Мира, 34, лит. А  
+7 (812) 334 35 59

**Заказ №**

**Тираж 500 экз**

Нельзя получить что-либо взамен,  
не отдав ничего взамен. Спасибо  
людям, которые «отдают». Благодаря  
этой «отдаче» газета о СПИДе сможет  
найти своего читателя.

Бернт Нотке «Пляска смерти»



Ярославна КОНДРАШОВА

## Мифология ВИЧ

На одном из форумов, посвященных инфекционным заболеваниям, я наткнулась на сообщение от девушки, возлюбленный которой болен СПИДом. Она говорила, что старается лишний раз не целовать своего молодого человека, чтобы не заразиться через слюну. Пару недель назад на уроке биологии моя одноклассница вообще сказала, что СПИД можно получить и если «с одной кружки попить». Звучит неправдоподобно, а потому я решила разобрать несколько мифов о ВИЧ-инфекции и СПИДе, которые периодически обсуждаются.

### Миф № 1: ВИЧ и СПИД – одно и то же

На помощь нам в этом заблуждении приходят банальные определения понятий. Большой медицинский словарь поясняет, что ВИЧ – вирус иммунодефицита человека. СПИД же – синдром приобретенного иммунодефицита. То есть СПИД развивается в человеческом организме уже после непосредственного заражения ВИЧ-инфекцией.

### Миф №2: ВИЧ передается через поцелуй

В научных Интернет-статьях и различных брошюрах сказано, что ВИЧ не передается при бытовых контактах через слюну, слезную жидкость и воздушно-капельным путём, а также через воду или пищу. Для того, чтобы этот вирус передался при поцелуе, два человека с открытыми кровотоками ранами во

рту должны долго и глубоко целоваться, при этом у одного из них должен быть не просто ВИЧ, но очень высокая вирусная нагрузка. Врач моей поликлиники Шепурова Юлия Алексеевна на школьной лекции о СПИДе даже сказала, что для передачи вируса при поцелуе нужно залпом выпить не менее двух литров слюны.

### Миф №3: Вирус передается при укусах насекомых

Это предположение противоречит самому понятию заболевания. Любой словарь расшифровывает ВИЧ как вирус иммунодефицита человека, он может жить и размножаться только в человеческом организме, поэтому животные не являются его носителями. К тому же, вопреки этому мифу, кровь при комарином укусе не может попасть в кровотоки человека.

### Миф №4: СПИД-терроризм

С начала распространения вируса в 1981 году и до сих пор можно встретить ужасные истории «очевидцев», которые рассказывают о «массовом терроризме» со стороны зараженных инфекцией. В легенде говорится, что простые жители крупных городов натянулись на иглы в сидениях в кинотеатре, в общественном транспорте, находили шприцы в почтовых ящиках. При этом к каждой игле прилагалась записка с информацией о том, что теперь

человек заражен ВИЧ. Информация в интернете неоднозначна, поэтому я позвонила на горячую линию по вопросам ВИЧ/СПИД нашего города. Консультант Татьяна ответила мне: «За последние 30 лет истории заболевания не было выявлено ни одного подобного инцидента. Передача ВИЧ невозможна, так как вирус быстро погибает вне организма человека, да и количество крови, которая попадет в кровотоки, слишком мало».

### Миф №5: Заразиться можно и в маникюрном салоне

Это предположение отсылает нас к мифу № 4. Как и в случае с иглами и шприцами, за долгую историю ВИЧ не было выявлено случаев заражения у стоматолога, в парикмахерской или же в маникюрном салоне. Практический риск заражения в таких случаях отсутствует, так как обычной дезинфекции инструментов достаточно для предотвращения инфекции.

Чтобы не паниковать и не тратить попусту нервы, нужно всего лишь обладать базовыми знаниями о прогрессирующем сейчас заболевании. Ошибочные суждения вызывают неприязнь и негативное отношение населения к инфицированным людям, в то время как им нужна поддержка окружающих, а потому не стоит поддаваться влиянию бесосновательных мифов. ○

+7 (812) 575-44-05 — Центр по профилактике и борьбе со СПИД  
+7 (812) 717-60-53 — Клиническая инфекционная больница  
им. С.П. Боткина

8 (800) 200-55-55 — Горячая линия «Шаги» по вопросам ВИЧ/СПИД  
+7 (812) 714-42-10 — Телефон доверия  
+7 (812) 571-10-91 — «Красный Крест»