



Российский  
Красный Крест  
Иркутское областное отделение

# ПЛАНИРОВАНИЕ БЕРЕМЕННОСТИ и ВИЧ



# ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЯ ЗА И ПРОТИВ РОЖДЕНИЯ РЕБЕНКА



Если у Вас ВИЧ, и Вы думаете о том, чтобы забеременеть (либо Вы уже беременны), то вполне вероятно, что Вам придется сталкиваться с давлением других людей. Многие люди сочтут, что решение родить ребенка – неправильное, глупое, рискованное и эгоистичное. Так могут решить Ваши друзья, родственники, знакомые. Помните, что они во многом полагаются на дезинформацию и стереотипы, которые они узнали из СМИ и других ненадежных источников. Обратитесь вместе с родственниками, друзьями к специалистам (врачам, психологам, консультантами по вопросам ВИЧ), получите достоверную информацию, обсудите спокойно и взвешенно все возможные последствия принятого решения.

Но как бы там ни было, **решение родить ребенка всегда остается неотъемлемым правом каждой женщины**. Наличие ВИЧ не является причиной для ограничения прав.

Собственные здоровье и безопасность, а также здоровье и безопасность будущего ребенка – вот главные вопросы, о которых должна подумать каждая женщина, принимая решение стать матерью.

# НЕ ОПАСНА ЛИ БЕРЕМЕННОСТЬ МОЕГО ЗДОРОВЬЯ?

У всех женщин, - инфицированных и не инфицированных, - иммунная функция в период беременности подавляется. В начальный период беременности понижается иммуноглобулин, а в течение всей беременности значительно ослабляется клеточный иммунитет.

Эти изменения, естественные при беременности, приводят к опасениям, что у ВИЧ-инфицированных женщин беременность может ускорить развитие инфекции.

Однако исследования этих результатов пока не подтвердили.

Сама по себе беременность не ускоряет прогрессирования ВИЧ-инфекции у женщин, находящихся на ранней, либо бессимптомной стадии ВИЧ-инфекции, но это может быть иначе для женщин с высокой вирусной нагрузкой, либо находящихся на стадии СПИДа.

Осложнения беременности у женщин с ВИЧ встречаются чаще, чем у ВИЧ-отрицательных женщин. Это, прежде всего, генитальные инфекции, более частые и сильные кровотечения, анемия, бактериальная пневмония, задержка внутриутробного развития плода, слишком ранние роды, ранний разрыв мембран и низкий вес плода. Наличие вирусных гепатитов и прием наркотиков могут также осложнить беременность.



# МОГУ ЛИ Я РОДИТЬ ЗДОРОВОГО РЕБЁНКА?

**Не смотря на то, что полностью исключить риск передачи ВИЧ ребёнку нельзя, его можно свести к минимуму.**

Передача ВИЧ от матери к плоду может происходить во время беременности, во время родов или в послеродовой период через грудное молоко.

Во время беременности мать может передать вирус из своего кровотока через плаценту плоду. Плацента - это орган, соединяющий мать и плод во время беременности. Плацента позволяет питательным веществам из организма матери поступать в организм плода, и в норме защищает плод от инфекционных агентов, находящихся в материнской крови, таких как ВИЧ, например. Однако если мембрана плаценты воспалена или повреждена, она уже не так эффективно защищает от проникновения вирусов. В этом случае ВИЧ-инфекция может передаваться от матери плоду.

На основании результатов современных исследований, ребенок останется здоровым в шести из семи случаев. В одном случае из семи он будет заражен ВИЧ, и эту вероятность можно снизить еще больше при условии соблюдения следующих условий:

- получения беременной женщиной с 14-ой (но **не позднее, чем с 36-ой**) недели беременности антиретровирусной терапии;
- выбора способа родоразрешения – кесарева сечения;
- перехода на искусственное вскармливание ребенка.

**По этим вопросам женщине необходимо проконсультироваться с лечащим врачом, а так же со специалистом Центра СПИД.**

В большинстве случаев передача ВИЧ происходит на последней стадии беременности и во время родов.



# ФАКТОРЫ, ПОВЫШАЮЩИЕ ИЛИ ИЗМЕНЯЮЩИЕ РИСК ПЕРЕДАЧИ ВИРУСА ОТ МАТЕРИ РЕБЁНКУ

- Инфицирование женщины после зачатия;
- Большое количество вируса в крови матери;
- Количество материнских нейтрализующих антител (материнские антитела могут активировать ВИЧ у плода);
- Воспаление плацентарной мембраны (в этом случае она не так эффективна против проникновения вируса);
- Использование общих игл для введения наркотиков во время беременности, курение, употребление алкоголя, наркотиков;
- Другие инфекционные заболевания, в том числе инфекции, передающиеся половым путем (другие инфекции ослабляют иммунную систему матери, что увеличивает риск инфицирования ребенка ВИЧ);
- Условия во время родов, приводящие к усилению воздействия на плод материнской крови;
- Раннее отделение плаценты от матки, повреждение кожи младенца (акушерские манипуляции);
- Дефицит витамина А;
- Незащищенный секс с различными партнерами.

**Очень важным для сохранения здоровья матери и ребенка является раннее обращение беременной женщины в женскую консультацию (не позже 14- ой недели беременности).** Это позволит своевременно выявить воспалительные заболевания и правильно провести лечение, а так же в более ранние сроки начать профилактику антиретровирусными препаратами.



# ДОЛЖНА ЛИ Я ОТКАЗАТЬСЯ ОТ НАРКОТИКОВ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ?



Некоторым женщинам очень сложно отказаться от наркотиков, табака или алкоголя на время беременности. Хотя понятны проблемы, связанные с отказом от наркотических веществ, важно помнить, что негативные последствия их употребления могут быть весьма серьезными для будущего ребенка.

Если женщина беременна или планирует беременность, то необходимо подумать о специализированной помощи, которая поможет преодолеть зависимость. Вместе с лечащим врачом женщина может подобрать учреждение или специалиста, занимающегося лечением зависимости, или группу взаимопомощи, которая может ей помочь.

Алкоголь во время беременности может быть довольно опасен, а хроническое употребление алкоголя матерью приводит к развитию так называемого алкогольного синдрома у ребенка.

Сигареты могут повысить риск выкидыша, преждевременных родов и низкого веса при рождении. Также злоупотребление табаком может затруднить проникновение кислорода и питательных веществ через плаценту.

Такие «уличные» наркотики как марихуана, кокаин и героин могут также затруднить питание и дыхание ребенка во время беременности. Кроме того, в этом случае есть риск врожденных дефектов у ребенка, выкидышей и развития у ребенка наркозависимости во время беременности. По статистике, употребление наркотических веществ (особенно тяжелых), повышает риск передачи ВИЧ ребенку.

# Если вы не планируете ребенка

Существует масса способов предохранить себя от нежелательной беременности. Ниже рассмотрены наиболее популярные способы контрацепции и даны комментарии, насколько тот или иной метод предохранения приемлем для ВИЧ-инфицированных женщин.

**В целом, при ВИЧ-инфекции самым оптимальным средством контрацепции является презерватив.**



# МЕТОДЫ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ОТ НЕЖЕЛАТЕЛЬНОЙ БЕРЕМЕННОСТИ

Метод	Эффективность	Как применяется	Действие и побочные эффекты	Приемлемость для ВИЧ+ женщин
Противозачаточная инъекция	Выше 99%	В начале менструального цикла делается одна инъекция препарата 1 раз в 12 недель	Эффективна только при весе тела женщины ниже 70 килограмм. Регулирует процесс овуляции. Может вызывать головные боли, резкую смену настроения, снижение сексуального влечения. Не защищает от ИППП.	Некоторые антиретровирусные препараты (Калетра, Норвир, Вирасепт, Вирамун, Сустива, Рифабутин, Рифампицин, Гризеофульвин) могут снижать концентрацию оральных контрацептивов в крови, что снижает эффективность метода. Другие (Раскриптол, Стокрин, Криксиван, Дифлюокан) увеличивают уровень содержания гормонов. Этинил эстрадиол, один из



Метод	Эффективность	Как применяется	Действие и побочные эффекты	Приемлемость для ВИЧ+ женщин
<p>Подкожный имплантант</p>	<p>Выше 99%</p>	<p>Под кожу вживляются имплантанты, которые постепенно выделяют в кровь гормоны. Противозачаточное действие сохраняется в течение пяти лет.</p>	<p>Метод эффективен только при весе тела женщины ниже 70 килограмм. Может вызывать головные боли, резкую смену настроения, снижение сексуального влечения. После извлечения капсул останется небольшой шрам. Не защищает от ИППП.</p>	<p>Агены в крови, что может привести в крови, что может привести к росту вирусной нагрузки и развитию резистентности. Агены не могут принимать вместе с этинилом эстрадиолом. Необходимо консультироваться с врачом-гинекологом об использовании противозачаточных таблеток. Врач подберет правильную дозировку и подыщет другой метод предохранения.</p>

Метод	Эффективность	Как применяется	Действие и побочные эффекты	Приемлемость для ВИЧ+ женщин
Противозачаточные таблетки (оральные контрацептивы)	98-99%	Оральный прием таблеток по схеме, указанной в инструкции. Важно регулярно пить таблетки в одно и то же время суток.	<p>Таблетки последнего поколения используются для стабилизации месячного цикла, при их применении снижается вероятность заболеваний груди и женских органов.</p> <p>Очень высокая эффективность. В 15% случаев от применения таблеток возникает тошнота, головная боль, увеличение массы тела на 2-3 килограмма. У девушек, впервые начавших принимать таблетки, эти явления встречаются в 30% случаев. В течение 1-3</p>	

Метод	Эффективность	Как применяется	Действие и побочные эффекты	Приемлемость для ВИЧ+ женщин
			<p>исчезают, вес приходит в норму. Если этого не произошло, смените препарат. Не защищают от ИППП. Оказывают подавляющее действие на иммунитет. Возможно усиление токсического действия антиретровирусных препаратов на печень.</p>	

Метод	Эффективность	Как применяется	Действие и побочные эффекты	Приемлемость для ВИЧ+ женщин
Внутриматочная спираль	97%	Только врач может поставить спираль в полость матки.	<p>Безопасна, незаметна. Можно использовать и не рожавшим женщинам. В 20% осложняет течение менструации. Затрудняет лечение воспалительных процессов и инфекций.</p>	<p>Данный метод контрацепции мало подходит большинству ВИЧ-положительных женщин из-за повышенной вероятности развития инфекционных заболеваний половых органов.</p>
Металлический колпачок на шейку матки	96%	<p>Иногда трудно поставить самостоятельно. Может находиться на шейке матки до 12 часов. Используется со спермицидным</p>	<p>Позволяет заниматься сексом во время месячных. Не защищает от ИППП.</p>	<p>Подходит</p>

Метод	Эффективность	Как применяется	Действие и побочные эффекты	Приемлемость для ВИЧ+ женщин
Презерватив	88%	Самый надежный барьерный метод, предохраняющий не только от беременности, но и от всех заболеваний, передающихся половым путем, в том числе от ВИЧ-инфекции. Применение спермицида увеличивает	Этот метод контрацепции не имеет побочных эффектов, за исключением редких случаев аллергии на латекс. Немного снижает чувствительность. Может порваться при неправильном использовании. Женщинам часто приходится уговаривать мужчин воспользоваться презервативом.	Подходит
Диафрагма	82%	Иногда трудно поставить самостоятельно. Может находиться на шейке матки до 12 часов. Используется со спермицидным	Позволяет заниматься сексом во время месячных. Зато раздражает влагалище, может спровоцировать урологические заболевания. Не защищает от	Подходит



Метод	Эффективность	Как применяется	Действие и побочные эффекты	Приемлемость для ВИЧ+ женщин
Спермицидные препараты	75%	Содержат вещества, убивающие сперматозоиды, а также «сбивающие» их с курса.	<p>Достаточно удобно применять. Не защищают от ИППП. Регулярное использование может приводить к раздражению слизистой и повышению риска передачи инфекций. К тому же, у многих женщин такие средства могут вызывать аллергию. Низкая эффективность защиты предполагает, что спермициды будут использоваться в сочетании с другими методами защиты.</p>	<p>Подходят. Однако, нарушают естественную флору влагалища, способствуя развитию таких заболеваний как вагиноз и вагинальный кандидоз (молочница), поэтому не рекомендуется для регулярного использования ВИЧ-положительными женщинами, так как риск подобных инфекций для них гораздо выше.</p>

Метод	Эффективность	Как применяется	Действие и побочные эффекты	Приемлемость для ВИЧ+ женщин
Календарный метод	65%	<p>Основан на наблюдениях за собой и аккуратности. Может быть дополнен спермицидными препаратами, тогда эффективность</p>	<p>Не требует никакого вторжения в организм женщины, позволяет использовать другие средства предохранения в «опасные» дни. Не защищает от ИППП.</p>	<p>Подходит женщинам с регулярным менструальным циклом</p>
Прерванный акт	Менее 50%	<p>Требует собранности и аккуратности от мужчины. Может быть дополнен спермицидными препаратами, тогда эффективность возрастает до 80%.</p>	<p>Этот метод требует большого сексуального опыта и доверия между партнерами. Редко позволяет достичь гармонии, высокая степень риска. Не защищает от ИППП.</p>	Подходит

Метод	Эффективность	Как применяется	Действие и побочные эффекты	Приемлемость для ВИЧ+ женщин
<p>Экстренная контрацепция</p>	<p>75-85%</p>	<p>Применяется только в течение первых 48-72 часов после полового акта. При этом таблетки применяются дважды: первый раз, как можно быстрее, и второй раз через 12 часов. Дозировка таблеток зависит от содержания гормонов в конкретном препарате.</p>	<p>Для экстренной контрацепции используются гормональные таблетки, которые предотвращают овуляцию, и оплодотворение и развитие зародыша. Противопоказано беременным женщинам. Часто вызывает тошноту и рвоту. Не подходит для частого применения. Если</p>	<p>Стоит принимать во внимание возможное взаимодействие с антиретровирусными препаратами</p>

# ЕСЛИ ПЛАНИРУЕТЕ РЕБЕНКА (ОПИСАНИЕ НЕОБХОДИМЫХ ОБСЛЕДОВАНИЙ, ОПРЕДЕЛЕНИЕ НАИБОЛЕЕ БЛАГОПРИЯТНЫХ ДЛЯ ЗАЧАТИЯ СРОКОВ)

## Предварительное обследование

Если Вы решите родить ребенка, то за несколько месяцев до предполагаемой беременности следует посетить врача (акушера-гинеколога) и рассказать ему о своих планах. Опыт показывает, что хорошо спланированная беременность дает много преимуществ и для мамы, и для малыша.

Риск передачи вируса от мамы ребенку значительно увеличивается, если у женщины имеются нелеченные или хронические формы инфекций, передающихся половым путем (ИППП), хронические заболевания женских половых органов в стадии обострения, заболевания других органов и систем, ведущие к ухудшению общего состояния женщины. Большое значение имеют стадия развития ВИЧ-инфекции у женщины, показатели вирусной нагрузки, иммунного статуса, наличие оппортунистических инфекций.

Своевременное обращение к специалистам при подготовке к беременности позволит, во-первых, определить состояние Вашей иммунной системы, и, во-вторых, выявить скрытые инфекции, вылечить имеющиеся и предупредить их возникновение, что позволит снизить риск передачи ВИЧ от матери ребенку.



# ВОПРОСЫ ЗАЧАТИЯ РЕБЕНКА ДЛЯ ВИЧ-ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ПАР

## Вопросы зачатия ребенка для ВИЧ+ пар

Вопросы зачатия ребенка для супружеских пар, в которых один или оба партнера ВИЧ-инфицированы, являются очень актуальными. Как и когда это сделать, чтобы максимально обезопасить себя и в первую очередь будущего ребенка?

Как уже было сказано выше, ВИЧ-инфицированная мама может передать вирус ребенку по время беременности, родов и кормления грудью. Ребенок не может быть инфицирован напрямую от отца, так как сперматозоиды не содержат вирус. Сперматозоид и яйцеклетка в известной степени стерильны и не содержат ничего, кроме генетической информации и питательных веществ для развития клетки-зародыша. Но так как в семенной жидкости содержится высокая концентрация ВИЧ, то ВИЧ-инфицированный партнер может передать вирус женщине. Если женщина не инфицирована ВИЧ, то при незащищенном половом контакте она может заразиться вирусом сама и впоследствии передать его ребенку. Если в паре оба партнера инфицированы, то важно помнить, что при занятии незащищенным сексом существует риск повторного инфицирования другими видами ВИЧ или лекарственно устойчивым вирусом. Это также может увеличить риск передачи вируса от матери ребенку.

Для пар, в которых один или оба партнера ВИЧ-инфицированы, существуют методы альтернативного зачатия.





## **Для пар, в которых инфицирована только женщина**

- Метод искусственного осеменения: процедура заключается во введении семенной жидкости во влагалище в период овуляции, которая происходит приблизительно на 14-й день менструального цикла, когда зрелая яйцеклетка выходит из яичника и готова к оплодотворению сперматозоидами.

## **Для пар, в которых инфицирован мужчина**

- Спланированный по времени контакт: половой контакт без презерватива в период овуляции (выхода зрелой яйцеклетки, готовой к оплодотворению). При использовании данного метода существует риск передачи ВИЧ-инфекции от одного партнера другому. Некоторые пары используют этот метод в случае, когда другие методы зачатия недоступны или неприемлемы. Перед тем, как прибегнуть к данному методу, обоим партнерам необходимо пройти обследование на способность к деторождению, хронические заболевания половых органов, инфекции, передающиеся половым путем и при необходимости пролечиться.

- Искусственное оплодотворение женщины очищенной спермой ВИЧ+ партнера: метод заключается в прямом введении спермы во влагалище после процесса «очистения» спермы. Данный способ значительно снижает риск передачи вируса женщине, и многие специалисты считают его наиболее предпочтительным для пар, в которых инфицирован мужчина. Женщина, желающая зачать ребенка таким способом, находится под наблюдением, в процессе которого определяется момент начала овуляции, после чего партнер предоставляет сперму для очистки. Предварительно сперма партнера исследуется на способность к оплодотворению. Ограничением к использованию этого метода является его высокая стоимость и ограниченное число клиник, в которых в данный метод доступен.

- Экстракорпоральное оплодотворение (оплодотворение в пробирке): при использовании данного метода сперматозоиды отделяют от семенной жидкости, а у женщины при помощи малотравматичного хирургического вмешательства (лапароскопии) осуществляется забор зрелых яйцеклеток. Яйцеклетки оплодотворяются в пробирке. Успешно оплодотворенная яйцеклетка помещается в полость матки. Данный метод, ввиду высокой стоимости и необходимости проведения процедур, связанных с искусственным вторжением в организм, применяется только для пар, испытывающих проблемы с зачатием.

- Искусственное оплодотворение женщины спермой ВИЧ-отрицательного партнера: метод полностью исключает риск передачи ВИЧ женщине, но не все пары считают его приемлемым для себя. Перед использованием этого метода следует предупредить юридические и этические проблемы, которые могут возникнуть в будущем, если донор будет претендовать на отцовство.



Информация об услугах (Центр СПИД, ИКЦ «Ступени»)  
По материалам Иркутского областного Центра СПИД, АFEW,  
ИКЦ «Ступени», Runet

Выпущено на средства проекта  
«Профилактика социального сиротства детей, рожденных  
ВИЧ-инфицированными матерями»,  
финансируемого Агентством США по международному  
развитию (АМР США) в рамках Программы  
«Помощь детям-сиротам в России»,  
осуществляемой Американским Советом по  
международным исследованиям и обмену (АЙРЕКС)»



Заказ № 735, тираж 1000 шт. ООО «ПЦ «РИЭЛ»,  
г. Иркутск, ул. Марата, 34в, тел.: 546-100, 24-11-25  
лиц. МПТР России ИД № 01352 от 28.03.00 г.  
Дизайн: Дормидонтова М.И.