

Г.В. Трафимова

ДЕВОЧКЕ ДАШЕ, МАЛЬЧИКУ САШЕ О БЕДЕ ПО ИМЕНИ СПИД



Г.В. Трафимова

**ДЕВОЧКЕ ДАШЕ,
МАЛЬЧИКУ САШЕ
О БЕДЕ ПО ИМЕНИ
СПИД**

*Книга издана при поддержке
Московского Бюро ЮНЕСКО*

Минск
ТЕСЕЙ
2005

УДК 613.8
ББК 51.2
Т76

*Одобрено ГУ «Республиканский центр гигиены,
эпидемиологии и общественного здоровья»
и управлением учебно-методической работы ГУО
«Академия последипломного образования»
для работы по профилактике ВИЧ-инфекции
в начальной школе*

Трафимова, Г.В.

Т76 Девочке Даше, мальчику Саше о беде по имени СПИД /
Г.В. Трафимова. — Мн.: Тесей, 2005. — 32 с.

ISBN 985-463-175-3.

Страницы этой книги рассказывают юным читателям, что такое ВИЧ-инфекция и СПИД, как передаётся вирус иммунодефицита человека, учат беречь здоровье и соблюдать правила безопасного поведения в повседневной жизни.

Полученные знания помогут детям 9–11 лет внимательно относиться к своему организму, научат беречь здоровье и выбирать форму безопасного поведения при общении с другими людьми.

УДК 613.8
ББК 51.2

ISBN 985-463-175-3

© Трафимова Г.В., 2005
© Тесей, 2005

ДОРОГОЙ ЧИТАТЕЛЬ!

Разговор, о котором я хочу тебе рассказать, состоялся в семье Петровых вечером 30 ноября. Даша, ученица четвертого класса, выполнив домашнее задание, складывала учебники в ранец. Её младший брат, третьеклассник Саша, играл с папой в шашки. А мама читала новый журнал «Здоровье».



— Сегодня в школе на перемене у моей подружки Тани неожиданно пошла из носа кровь, — сказала Даша. — Мы так испугались!

— Вы не знали, что делать? — спросил Саша.— Надо было смочить холодной водой носовой платок и положить его на переносицу.

— Наша учительница так и сделала. Потом она привела в класс медицинскую сестру. Медсестра оказала помощь Тане, но сначала надела резиновые перчатки.

— Она поступила правильно! — поддержала разговор мама. — Ни в коем случае нельзя прикасаться к чужой крови голыми руками!

— А почему? — спросил Саша.

— Потому что через кровь можно заразиться опасными болезнями. Одна из них — СПИД. Вы слышали о ней?

— Сегодня по телевидению диктор сказал, что завтра отмечается Всемирный день борьбы со СПИДом, — вспомнила Даша.

Дорогой читатель! Вспомни, когда состоялся разговор в семье Петровых? Рассмотрю листки календаря. Назови день и месяц, когда отмечается Всемирный день борьбы со СПИДом.

— Да, СПИД — болезнь страшная, — вступил в беседу папа. — Учёные говорят, что из-за неё на нашей планете каждые 11 секунд умирают люди. Болезнь эта не знает границ и уносит жизни в разных странах. Одним словом, СПИД — беда, которая грозит всему человечеству.



— И бороться с этой страшной болезнью можно только сообща, всем миром, — добавила мама. — Чтобы привлечь внимание жителей Земли к этой всеобщей беде, организовать предупреждающую, то есть профилактическую, работу, и было решено проводить Всемирный день борьбы со СПИДом. По предложению Всемирной Организации Здравоохранения впервые такой день был проведён 1 декабря 1988 года. И с тех пор он проводится ежегодно уже более пятнадцати лет. В этот день в десятках стран мира по радио и телевидению, в газетах, на встречах и лекциях вспоминают о людях, пострадавших от СПИДа, подробно рассказывают и детям, и взрослым об этой болезни, учат заботиться о своём здоровье.

Мама показала детям в журнале рисунок, на котором земной шар был опоясан красной лентой. Мама пояснила, что красная лента — международный символ борьбы со СПИДом. Красную ленточку может носить любой человек, которому небезразлична борьба с этой бедой, нависшей над человечеством.

Рассмотри и ты, дорогой читатель, на рисунке международный знак борьбы со СПИДом. 1 декабря ты можешь прикрепить к груди красную ленточку в знак поддержки всех людей, пострадавших от СПИДа, в знак надежды, что когда-нибудь эта страшная болезнь будет побеждена.

— Мама, а ты знаешь, почему этой болезни дали такое странное название? — поинтересовался Саша. — Что означает слово «СПИД»?

1 декабря —
Всемирный день борьбы со СПИДом



— Слово «СПИД» — это сокращённое название болезни «синдром приобретённого иммунного дефицита». Трудно выговаривать и писать каждый раз такое длинное название. Вот учёные и решили назвать болезнь сокращённо.

Мама на листке бумаги написала полное название болезни, а затем подчеркнула первые четыре буквы.

Ты тоже, дорогой читатель, посмотри на запись мамы и назови эти буквы. Саша догадался, как получилось слово «СПИД». А ты?



— Синдром приобретённого иммунного дефицита... — задумчиво вслух прочитала Даша. — Действительно, трудно выговаривать такое длинное название. И непонятно, что означают эти слова?

— Слово «синдром» указывает на наличие признаков определённой болезни, — объяснил папа. — Слово «приобретённого» говорит о том, что болезнь приобретается в течение жизни. Это значит, что СПИД не передаётся по наследству из поколения в поколение, как, например, цвет волос или глаз. Человек может заболеть СПИДом, только заразившись в течение жизни. А слово «иммунного» означает освобождение, избавление от чего-нибудь. Иммунной системой называют защитные силы организма человека, которые помогают ему бороться с болезнями. Слово же «дефицит» обозначает недостаточность чего-либо.

— Вы догадались, о чем идёт речь, когда говорят «иммунный дефицит»? — спросила мама.

— Думаю, что иммунный дефицит — это недостаток защитных сил организма, — ответила Даша.

Как бы ты, дорогой читатель, ответил на этот вопрос? Ты с ней согласен?

Мама похвалила Дашу за правильный ответ и добавила:

— СПИД — это болезнь, которая разрушает защитную систему организма. Поэтому организм человека не может противостоять возбудителям других болезней, и больные СПИДом могут умереть от любой инфекции.

— А почему люди болеют СПИДом? — спросил Саша.

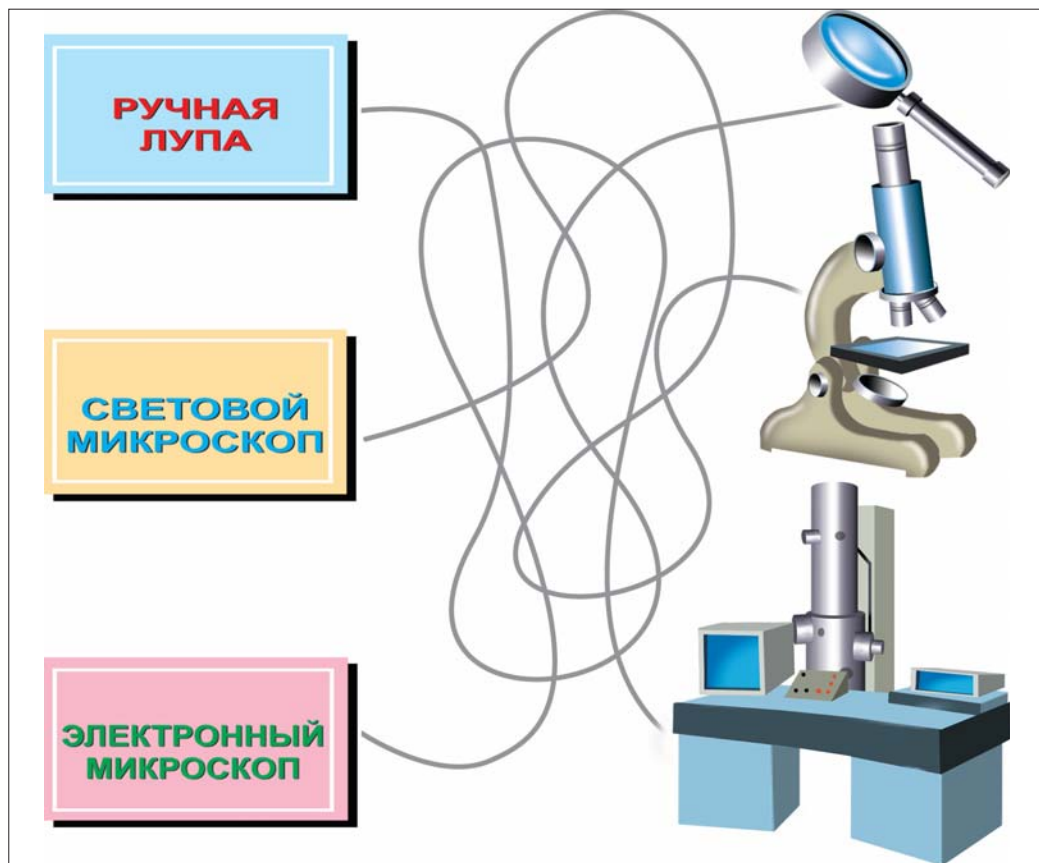


— Мама, расскажи нам об этом! Нам интересно! — попросила Даша.

— Возбудитель этой болезни — вирус, который называют вирусом иммунодефицита человека, или кратко — ВИЧ. Вирусы — это самые маленькие живые существа на нашей планете. Многие из вирусов в миллион раз меньше бактерий. Трудно представить, но на линии длиной всего один сантиметр смогли бы уместиться сто тысяч вирусов. Вот как малы эти живые существа. Увидеть их невооруженным глазом нельзя.

— Как же люди тогда о них узнали? — спросила Даша.

— Им в этом помог электронный микроскоп — специальный увеличительный прибор.

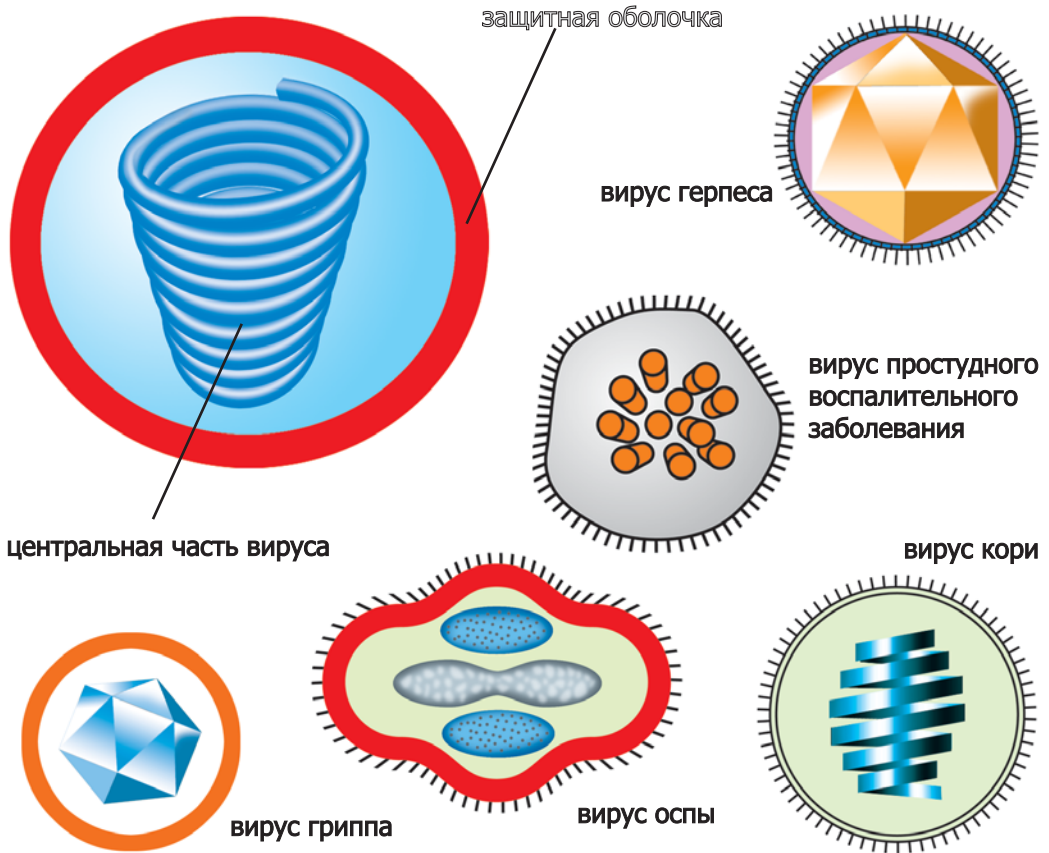


Дорогой читатель! Рассмотрй рисунок. Пройди по дорожкам пуганицы и найди изображение прибора, который помог людям увидеть вирусы.

— И как же выглядят вирусы в микроскоп? — поинтересовался Саша.

— У этих существ нет ни головы, ни рук, ни ног. Вирус состоит из защитной оболочки и центральной части.

Мама подошла к книжной полке, взяла одну из книг и показала детям на рисунках, как выглядят вирусы.



Дорогой читатель, рассмотри рисунки некоторых вирусов, вызывающих болезни человека.

А как выглядит вирус иммунодефицита человека? — продолжал допытываться Саша.

— Под электронным микроскопом он напоминает диковинный цветок. На защитной оболочке вируса заметны шарообразные выступы, своего рода лепестки, с помощью которых он прикрепляется к поражаемым в организме человека клеткам, — объяснила мама и показала рисунок.



Вирус Иммунодефицита Человека

— А зачем вирус прикрепляется к клеткам тела человека? — спросила Даша.

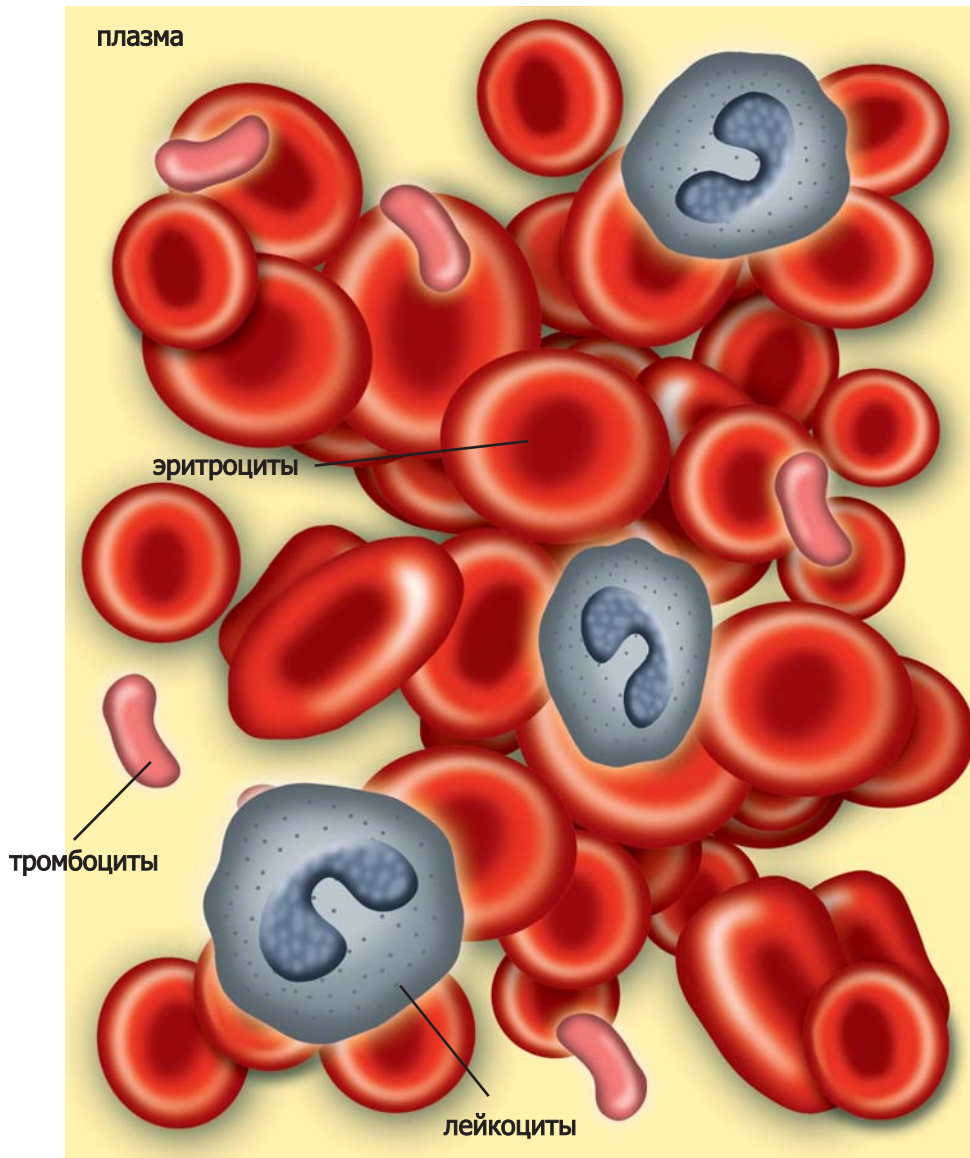
— Дело в том, что вирусы не могут питаться и размножаться без участия клеток других живых существ, — ответил папа. — Чужие клетки нужны вирусам для продолжения своего рода. А происходит это так. Вирус ищет подходящую

клетку, проникает в неё, живёт за её счёт и размножается внутри жертвы, образуя много новых вирусов. Через некоторое время заражённая вирусом клетка погибает. Образовавшиеся внутри её вирусные частицы высвобождаются и отправляются на поиск новых клеток.

— А никак нельзя помешать вирусам нападать на новые клетки? — взволнованно уточнила Даша.

— Конечно, наш организм борется с вирусами — возбудителями болезней, — пояснил папа. — А помогают ему в этом особые клетки крови. Вы, конечно, знаете, что кровь, на первый взгляд, выглядит как красная жидкость. Но если рассмотреть её под микроскопом, то видно, что кровь состоит из светло-жёлтой жидкости — плазмы, в которой плавают клетки. Больше всего в крови красных клеток. Их называют эритроцитами (от латинских слов «эритро», что значит красный, и «цит» — клетка). Эритроциты разносят с кровью по всему телу человека кислород. Это позволяет всем органам дышать и трудиться. Другие крохотные клетки крови — тромбоциты, помогают останавливать кровотечение при порезах и участвуют в заживлении ран. В крови есть ещё и белые кровяные клетки — лейкоциты (от латинских слов «лейкос» — белый и «цит» — клетка). Это отважные клетки-защитницы, которые борются с вирусами и болезнетворными бактериями, проникающими в организм человека.

Дорогой читатель! Рассмотрите рисунки. Так под электронным микроскопом выглядят клетки крови, о которых рассказывал детям папа.



Когда вирусы и бактерии вторгаются в организм человека, они пускают в ход своё оружие — вредные отравляющие вещества, — продолжил рассказ папа. — Это служит сигналом для кровяных клеток-защитниц. Они устремляются к месту заражения, вступают в бой с чужаками и уничтожают их. При этом погибают не только возбудители болезней, но и сами клетки-защитницы. Гной в ранке или, к примеру, мокрота при кашле — это и есть миллионы погибших белых кровяных клеток вместе с останками «незваных гостей». Белые клетки крови — главные защитники нашего организма. Они уничтожают опасных врагов здоровья внутри тела человека, и человек постепенно выздоравливает.

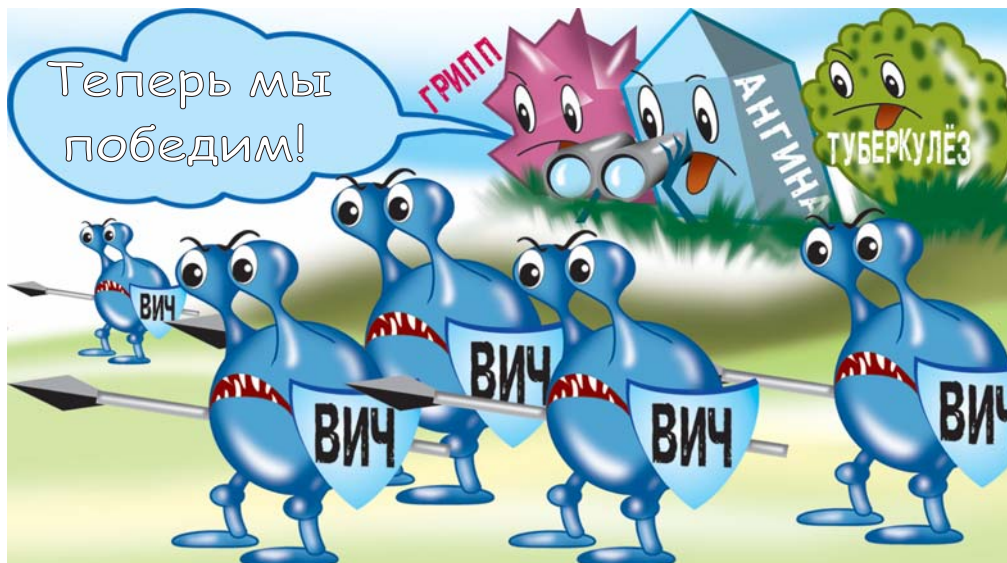
— Если кровяные клетки-защитницы уничтожают болезнетворные вирусы, значит, и вирус иммунодефицита человека они тоже должны убивать? — спросила Даша.



— Увы, нет! — ответила ей мама. — Дело в том, что этот вирус поражает и уничтожает сами кровяные клетки-защитницы. Это их он атакует, это в них он внедряется и размножается, образуя много новых вирусных частиц. Под действием ВИЧ кровяная клетка-защитница начинает вырабатывать вещества, которые в конце концов вызывают её гибель. Оболочка кровяной клетки разрывается, молодые вирусы ВИЧ высвобождаются и атакуют соседние клетки-защитницы. Потомство вируса иммунодефицита увеличивается, а клеток-защитниц, наоборот, становится всё меньше и меньше. А без кровяных клеток-защитниц организм становится уязвимым.

— Теперь я поняла, — сказала Даша, — почему вирус иммунодефицита человека так опасен.

А ты, дорогой читатель, это понял? Сможешь объяснить своим друзьям?



— Я тоже это понял, — сказал Саша. — Вирус иммунодефицита разрушает иммунную систему человека. И другие вирусы, попадая в организм таких людей, уже не встречают должного отпора. Одолеть их организм не может, поэтому человек всё больше болеет и даже может умереть от любой инфекции.

Мама похвалила Дашу и Сашу за ответы и продолжила свой рассказ:

— Людей, организм которых заражён ВИЧ, называют ВИЧ-инфицированными. Инфекционное заболевание, которое вызывает вирус иммунодефицита человека, называют ВИЧ-инфекцией. А СПИДом учёные назвали конечную, самую тяжёлую стадию развития ВИЧ-инфекции у людей.

— Мамочка, значит не все ВИЧ-инфицированные люди больны СПИДом? — спросила Даша.

— Да, доченька, ты всё правильно поняла! Больными СПИДом называют людей, у которых отмечается самая последняя стадия развития ВИЧ-инфекции. СПИД появляется у человека только тогда, когда вирус иммунодефицита сильно разрушит иммунную систему организма. Тогда организм уже не в силах оказывать сопротивление болезнетворным бактериям и вирусам, и человек может умереть от любой инфекции, даже от обычной простуды.

— Значит, организм не сразу погибает, когда в него попадает вирус иммунодефицита? — спросил Саша.

— Верно, между проникновением ВИЧ-инфекции внутрь организма и появлением признаков, характерных для СПИДа, проходит некоторое время. У разных людей этот

период может длиться от шести месяцев до десяти лет и более. В это время человек ещё чувствует себя здоровым, но уже является носителем опасного вируса и даже может передавать его другим людям.

— А разве нельзя определить наличие вируса в организме человека? — заволновался Саша.

— Можно, конечно, сдать кровь на особый анализ в поликлиниках, больницах или специальных кабинетах, — сказал папа. — Дело в том, что иммунная система организма человека в ответ на действие возбудителей болезней вырабатывает особые вещества. Учёные называют их антителами. Присутствие в крови человека антител свидетельствует о том, что организм подвергся воздействию какой-то инфекции. Если анализ крови человека показывает наличие антител к ВИЧ, это значит, что человек ВИЧ-инфицирован.

Дорогой читатель! Запомни! Пройти обследование на определение ВИЧ-инфекции можно в любом медицинском учреждении. Для этого надо сдать на анализ кровь из вены. Сделать это можно и анонимно, то есть не называя свою фамилию, имя и домашний адрес. Результат анализа можно узнать по телефону, сообщив номер регистрации, который назовут тебе во время обследования.

— Выходит, всё просто: сдал кровь на анализ, и медработники определяют, есть ВИЧ-инфекция в организме или нет, — заметил Саша.



— Не всё так просто, сынок, — сказала мама. — Организму требуется некоторое время для того, чтобы выработать определённое количество антител, которые

можно обнаружить в крови при лабораторном исследовании. Для вируса иммунодефицита человека этот период времени составляет от трёх до шести месяцев. Если анализ крови на определение антител к ВИЧ сделать раньше, то их не обнаружишь, несмотря на то, что вирус иммунодефицита уже находится в крови. Этот человек инфицирован и может заразить других людей. Поэтому людям, которые хотят обследоваться на ВИЧ, советуют сделать анализ крови через три—шесть месяцев от момента предполагаемого заражения.

— Мама, а как происходит заражение ВИЧ? — спросила Даша.

— Это случается только тогда, когда вирус иммунодефицита из организма заражённого человека попадает в организм здорового человека.

— Значит, от животных ВИЧ заразиться нельзя? — уточнил Саша.

— Верно, ВИЧ не может передаваться человеку от животных. У кошек, собак, обезьян и других животных обнаружены свои вирусы иммунодефицита, но они не опасны для людей. Ведь вирусу иммунодефицита человека для жизни, питания и размножения нужны только клетки организма человека. Поэтому не бойтесь! От животных вы никогда не заразитесь ВИЧ-инфекцией. Заразиться ВИЧ можно только от ВИЧ-инфицированного человека.

Дорогой читатель! На рисунке перечисли живые организмы, которые не могут быть источником заражения ВИЧ для человека? Назови, есть ли на рисунке организмы, которые могут быть заражёнными ВИЧ?



— А как ВИЧ может передаваться от заражённого человека к здоровому? — спросил Саша. — Через воздух?

— Нет, через воздух заражения ВИЧ не происходит, — ответила мама. — Дело в том, что вирус иммунодефицита человека может жить только в жидкостях внутри организма и только через них он передаётся от заражённого человека к здоровому.

В воздухе ВИЧ жить не может, он погибает, как рыба без воды. Поэтому вы никогда не заразитесь, если будете находиться в одной комнате или ехать в одном транспорте, или стоять рядом на улице с ВИЧ-инфицированным человеком и дышать с ним одним воздухом.

— А если человек, заражённый ВИЧ, рядом с нами начнёт чихать или кашлять? — уточнил Саша.

— Вот-вот! И к тому же не будет прикрывать своё лицо носовым платком? — добавила Даша. — Вирус иммунодефицита из его организма вместе с капельками слюны или мокроты случайно не заразит нас?

— Не бойтесь! — успокоила мама. — При кашле и чихании вирус иммунодефицита не передаётся, ведь он погибает в воздухе. Не живёт этот вирус и на поверхности кожи людей, одежде, обуви, других предметах. Ведь все они соприкасаются с воздухом. Поэтому вы никогда не заразитесь ВИЧ, если будете дотрагиваться до ВИЧ-инфицированного человека, пожимать ему руку, пользоваться с ним общей посудой, игрушками, школьными принадлежностями, компьютером, телефоном, другими предметами. Безопасно также плавать с таким человеком в одном бассейне, пользоваться с ним одним душем или туалетом, посещать одну сауну или пляж. Запомните, чтобы произошло заражение, вирус иммунодефицита человека должен

из жидкостей тела больного попасть в жидкости тела здорового человека.

— Мама, а что это за жидкости? Кровь? — догадался Саша.

— Действительно, больше всего этот опасный вирус содержится в крови ВИЧ-инфицированных людей. Но есть и другие жидкости тела человека, где ВИЧ содержится в большом количестве. К примеру, ВИЧ-инфицированная женщина может передать вирус своему ребенку не только через кровь, когда вынашивает его в своём организме, но и когда кормит его грудным молоком.

— Да-да! Запомните, чтобы уберечь себя от СПИДа, старайтесь избегать любого контакта с жидкостями тела другого человека, и особенно с кровью! — посоветовал папа.

— А через слёзы можно заразиться ВИЧ?

— Слёзы, слюна, пот, моча человека тоже содержат вирус иммунодефицита, но в очень маленьком количестве. Поэтому из этих жидкостей передача ВИЧ от человека к человеку не происходит, если при этом не присутствует кровь, — пояснил папа.

Дорогой читатель! Рассмотрите рисунки. Даша считает, что в этих случаях она не сможет заразиться ВИЧ. А как думаешь ты?

— Я всё понял! — сказал Саша. — Самое важное, не касаться крови другого человека! Если, к примеру, кто-то из моих друзей поранится и из ранки потечёт кровь, я не буду



дотрагиваться до неё. Я позову взрослых, и они окажут необходимую помощь.

— Но при этом им обязательно надо защищать руки, как это сделала наша медсестра, верно?

— Верно, — подтвердила мама и добавила, — есть ещё несколько важных правил, которые надо соблюдать, чтобы уберечь себя от заражения ВИЧ. Никогда не поднимайте в подъезде, на улице, в парке выброшенные иглы, шприцы, лезвия и другие предметы, которыми можно уколоться или порезаться. Этими предметами мог пользоваться ВИЧ-инфицированный человек, и вы, поранившись, занесёте вирус иммунодефицита в свою кровь.

Дорогой читатель! Посмотри, какие знаки опасности нарисовал художник. А что бы ещё предложил нарисовать ты?



— Если вам назначают уколы или прививки для профилактики болезней, то делать их должны только одноразовыми шприцами, — предупредила мама.

— А как быть, если я захочу проколоть уши, чтобы носить серёжки? — спросила Даша.

— Иглы для прокалывания ушей должны быть стерильными. Проводить эту процедуру нужно только в специальных косметических кабинетах. Ещё раз напоминаю, заразиться ВИЧ можно при любом контакте с кровью ВИЧ-инфицированного человека. А это может произойти при использовании нестерильных инструментов при прокалывании ушей, нанесении татуировок или пирсинге, при совместном пользовании маникюрными или бритвенными принадлежностями.

Дорогой читатель! Рассмотрни рисунки. Какие из этих предметов по правилам безопасного поведения ты никому не будешь давать.



— У каждого человека должны быть личные маникюрные и бритвенные принадлежности, — сказал папа. — Чужими пользоваться не советую. И зубная щётка у каждого должна быть своя. У некоторых людей дёсны кровоточат, и вирус с грязной щётки может попасть от больного человека к здоровому.

— Папа, а можно заразиться ВИЧ при посещении зубного врача? — спросил Саша.

— Нет, потому что в кабинетах зубных врачей все инструменты подвергаются тщательной обработке, при которой погибают все вирусы.

— Я советую вам, дети, серьёзно относиться к поцелуям, — сказала мама. — Дружеские поцелуи в щёку не опасны. Риск представляют поцелуи, при которых слюна, смешанная с кровью ВИЧ-инфицированного человека, может попасть в рот здорового человека. Ведь в полости рта и на губах могут быть маленькие ранки. В этих случаях ВИЧ, проникая в кровь, начнёт убивать клетки-защитницы.

— И я хочу дать вам ещё один совет, — продолжил папа. — Никогда не деритесь, не кусайтесь, не царапайтесь во время игр с друзьями. Это может привести к повреждению кожи и контакту с чужой кровью. А эта кровь может быть ВИЧ-инфицирована.

— Помните, лекарства против СПИДа учёные пока ещё не изобрели, — сказала мама. — Болезнь эта неизлечима. Единственный способ защитить себя — соблюдать правила безопасного поведения.

— Я завтра в школе ребятам расскажу обо всём, что сегодня узнал о СПИДе, — сказал Саша.

— И я тоже! — поддержала Даша. — А ещё предложу сделать рисунки к Всемирному дню борьбы со СПИДом и организовать в классе их выставку.

— Но, главное, вы должны запомнить и всегда выполнять правила безопасного поведения! — напомнила мама.



Дорогой читатель! Вот и закончилась наша книжка. Ты многое узнал о болезни СПИД, о том, как можно уберечь себя от этой страшной беды. Но не торопись откладывать книжку в сторону. Полистай ещё раз её странички, рассмотри рисунки. А может, ты захочешь прочитать её младшему брату или сестре? А может, подготовишь рассказ для своих друзей или одноклассников или сделаешь рисунок к Всемирному дню борьбы со СПИДом? Это будет твой вклад во всеобщее дело борьбы со СПИДом.

*Научно-популярное издание
для детей*

Трафимова Галина Владимировна
**Девочке Даше,
мальчику Саше**
о беде по имени СПИД

Для младшего школьного возраста

Редактор ***Е.К. Кукушкин***

Корректор ***Е.Л. Мельникова***

Художник ***Д.Н. Матарькин***

Компьютерная верстка ***А.В. Снытко***

Подписано в печать 12.01.2005. Формат 70x90¹/₁₆. Бумага офсетная. Гарнитура Школьная. Печать офсетная. Усл. печ. л. 2,34. Уч.-изд. л. 2,1. Тираж 1500 экз. Заказ

Издательство «Тесей» ООО. Лицензия ЛИ № 02330/0056993 от 01.04.2004 г. 220002, г.Минск, ул. В.Хоружей 31а, оф. 511, тел. 237-72-08, e-mail: tesey@belsonet.net.

Отпечатано с готовых диапозитивов в типографии издательства



Московское Бюро ЮНЕСКО

Россия, 119034, Москва

Б. Левшинский пер., 15/28, стр. 2

Тел. +7(095) 202-80-97, 202-81-66

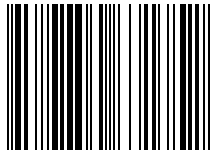
Факс +7(095) 202-05-68

E-mail: moskow@unesco.ru

Internet: www.unesco.ru

Страницы этой книги рассказывают юным читателям, что такое ВИЧ-инфекция и СПИД, как передаётся вирус иммунодефицита человека, учат беречь здоровье и соблюдать правила безопасного поведения в повседневной жизни.

ISBN 985-463-175-3



9 789854 163175 2 >



ТЕΣΕΥ