Wychowanie do życia w rodzinie. Klasa II B

Temat: **Jak uchronić się przed AIDS?**

Ostatnia nasza lekcja dotyczyła chorób przenoszonych drogą płciową, pamiętacie? Mówiliśmy o chorobach wywoływanych przez bakterie, pierwotniaki, wirusy, grzyby. Wymieniliście także AIDS, ale powiedziałam, że o tym będzie oddzielna lekcja. Dlaczego? Ponieważ jest to wciąż poważna choroba, która jest obecna wśród ludzi od 1981 roku, a na którą wciąż kolejne osoby zapadają, także w naszym otoczeniu. Co dzień w Polsce dwie osoby dowiadują się, ze są zakażone wirusem HIV, który wywołuje chorobą AIDS.

Wirus ten sprawia, że tracimy nasza naturalną odporność i oprócz wielu objawów, jakie sam może wywołać, powoduje, że bardzo ciężko przechodzimy wszystkie infekcje i choroby. **Pełnoobjawowa choroba AIDS jest śmiertelna.** Wykrycie zakażenia HIV i zażywanie leków przeciwwirusowych pozwala jednak w wielu przypadkach przedłużyć życie o wiele lat.

Istnieją trzy drogi zakażenia:

- drogą **płciową (**kontakty hetero– i homoseksualne),

- matka może zarazić dziecko podczas **ciąży, porodu i karmienia piersią**,

- przez **krew** (igły, strzykawki, zabiegi medyczne, stomatologiczne, kosmetyczne, tatuaże itd.)

Jak się nie można zarazić?

Żadnego ryzyka zakażenia nie stwarzają codzienne kontakty takie jak: dotykania, przytulanie, pocałunki, jedzenie ze wspólnych naczyń, używanie tych samych sztućców, korzystanie z tej samej toalety, wanny, sedesu, używanie tej samej pościeli, kaszel, kichanie. Nie stanowi zagrożenia mieszkanie z zakażoną osobą, przebywanie z nią w szkole, w pracy, pod warunkiem przestrzegania zasad higieny osobistej. Nie można się zarazić poprzez korzystanie z publicznych basenów, restauracji, hoteli, środków transportu. Nie przenoszą tego wirusa owady (nawet komary!) ani zwierzęta dzikie czy domowe, ponieważ wirus ten żyje w ludzkich komórkach układu odpornościowego.

**Co jest ważne?**

- nigdy nie korzystaj z cudzych przyborów osobistych np. szczoteczki do zębów, golarki,

- domagaj się jednorazowych igieł i strzykawek oraz sterylizowanych narzędzi w placówkach zdrowia, u fryzjera, kosmetyczki.

- w przypadku kontaktu z krwią lub innymi ludzkimi wydzielinami używaj gumowych rękawic,

- pamiętaj, że prezerwatywa zmniejsza, ale nie eliminuje całkowicie ryzyka zakażenia,

- unikaj kontaktów seksualnych z osobą, która miała wielu partnerów seksualnych, może być zarażona wirusem HIV, bierze narkotyki,

- bądź wierny żonie/ mężowi, partnerce/partnerowi seksualnemu,

- odpowiedzialnie przeżywaj własną płciowość.

Jeśli chociaż raz w Twoim życiu pojawiły się ryzykowne zachowania, zrób test na obecność przeciwciał anty – HIV.

Światowy Dzień Walki Z AIDS obchodzimy 1 grudnia.

Spróbujcie znaleźć informacje, kto ze sławnych osób zmarł na AIDS? Na pewno znacie jego piosenki.