



## **Уважаемые родители!**

Сегодня ВИЧ-инфекция является проблемой как для населения всего земного шара в целом, так и для нашей республики. В настоящее время в Беларуси более 7 тысяч носителей вируса иммунодефицита человека, вызывающего СПИД.

Вы, родители, можете рассказать своим детям о ВИЧ, признаках заболевания, мерах защиты от него, путях распространения, научить определять степень риска заражения ВИЧ в различных ситуациях, чтобы помочь детям принимать правильные решения.

Основы профилактики закладываются в семье. И девочек, и мальчиков нужно воспитывать так, чтобы они росли самостоятельными, уверенными в себе, способными на уважительные и уравновешенные отношения.

Контакт «родители-дети» развивается из бытового ухода, объяснения различия полов и укрепляется в вопросах общественных норм и моральных ценностей, уважения к себе и другим. Необходимо изменить подход к воспитанию девочек и мальчиков таким образом, чтобы, будучи взрослыми, они были менее склонны подвергать риску заражения себя и других.

### **Обсудите проблему ВИЧ/СПИДа с детьми**

Во многих наших домах есть проблемы, огорчения, не хватает времени, денег, спокойствия. Это всё затрудняет взаимоотношения между членами семьи. Поэтому часто родители ограничиваются бытовыми проблемами детей и контролем за успеваемостью в учёбе. Беспокойство появляется тогда, когда дети взрослеют. И тогда родителей охватывает страх, чтобы молодые люди не стали употреблять наркотики, не вступали в беспорядочные половые связи, не наступила нежелательная беременность, и не произошло заражение венерическими заболеваниями. В настоящее время дополнительная боязнь – ВИЧ/СПИД. Родительский страх приводит к запретам, непомерному контролю и подозрительности.

О сексуальных отношениях пытаются говорить мамы и чаще всего только с девочками. Как правило, папы уходят от таких разговоров. А должно быть так, чтобы молодые люди знали, как можно себя уберечь от заражения ВИЧ. Вы являетесь самыми верными союзниками ваших детей. Трудно помогать им взрослеть, говорить о сексуальной жизни, наркомании и СПИДе. Но это необходимо делать.

### **Как говорить о ВИЧ-инфекции с вашим ребёнком**

Одним из путей передачи заболевания может быть сексуальный контакт. Поэтому говорить о СПИДе с вашим ребёнком – это значит говорить о сексе.

Наиболее труден и важен первый шаг и вызванный вами интерес первых слов. Не всегда сами дети начинают разговор о сексе. Разумеется, ваш ребёнок слышал о СПИДе. Целесообразно использовать для разговора телевизионные передачи или статьи, посвящённые этой злободневной теме. Не забывайте информировать вашего ребёнка о соблюдении правил личной гигиены. По мере взросления подростки часто в своих разговорах затрагивают вопросы дружбы и сексуальных отношений. Никогда не поздно и никогда не рано начать разговаривать с ребёнком на эту тему.

Во время разговора о СПИДе никогда не драматизируйте ситуацию. Не оставляйте места для неясности, для страха.

### **Что говорить подросткам**

Большинство из них в этот момент стараются самоутвердиться, в том числе и в область сексуальных отношений, которые могли иметь место. Часто в это время устанавливается дистанция между родителями и детьми. Подростки стремятся к автономии, имеют свои тайны. Но в этот период внешнее

окружение может подтолкнуть их, особенно если они восприимчивы, к сексуальным отношениям, алкоголю, наркотикам.

В личной жизни молодых людей вы не должны играть роль строгих судей. Следует дать им информацию достаточную и корректную, соответствующую конкретной ситуации.

**Они должны знать:**

- ранние половые контакты, алкоголь, наркотики снижают их возможности в достижение целей и благополучия;
- существует взаимная ответственность двух партнёров в плане предохранения; ты должен предохраняться сам и предохранять того, кого любишь;
- вирус иммунодефицита человека передаётся через сперму, вагинальный секрет и менструальную кровь от зараженного человека здоровому;
- любые незащищённые сексуальные отношения, частые и с многочисленными партнёрами, увеличивают риск заражения;
- правильное использование презерватива – единственный способ защититься;
- ни в коем случае нельзя обмениваться уже использованными шприцами: это увеличивает риск заражения ВИЧ-инфекцией.

**И помните, родители!**

**Семья является защитницей и основным звеном в профилактике ВИЧ/СПИДа!**