

Беременность



СЕРИЯ ДЛЯ ПОЗИТИВНЫХ ЛЮДЕЙ

Материал подготовлен и опубликован организациями «Врачи без границ» – Голландия в Украине и Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине.

В этом издании использованы материалы NAM. Дополнительную информацию можно найти на сайте NAM по адресу: **www.aidsmap.com**

Электронную версию также можно найти по адресу: **www.msf.org.ua** и **www.aidsalliance.kiev.ua**



Беременность

Этот буклет разработан для ВИЧ–позитивных женщин и их партнеров, которые могут планировать зачатие ребенка. Для любого человека рождение и воспитание ребенка — важная составляющая его полноценной жизни. Для ВИЧ–позитивного мужчины или женщины рождение ребенка может казаться намного более сложной задачей, чем для ВИЧ–негативных людей. **Однако многие люди, живущие с ВИЧ, имеют детей, а при правильном уходе и образе жизни их дети могут быть здоровы, и они сами могут чувствовать себя хорошо.**

Цель этого буклета состоит в том, чтобы ответить на некоторые вопросы, касающиеся ВИЧ и рождения здорового ребенка. **Но буклет не может заменить консультацию с врачом, который предоставит более подробную информацию.**

Контактная информация	3
Словарь	5
Общая информация о ВИЧ и СПИД	8
Пути заражения ВИЧ	8
Лечение ВИЧ	9
Передача ВИЧ от матери к ребенку	12
Профилактика передачи ВИЧ от матери к ребенку	13
АРВ-терапия и передача ВИЧ от матери к ребенку	14
ВИЧ и беременность	17
Желание забеременеть	17
Что необходимо принять во внимание, если вы хотите забеременеть	19
Женщина уже беременна	21
Как безопасно забеременеть	23
Если оба партнера ВИЧ-позитивны	23
Дискордантные пары	24
Что такое «промывка спермы»	26
Общее состояние здоровья и беременность	27
Если вы употребляете наркотики	28
Послеродовой уход	30
Младенец и тест на ВИЧ	30

Контактная информация

Основным учреждением, которое имеет опыт лечения пациентов, живущих с ВИЧ, является Институт эпидемиологии и инфекционных заболеваний им. Л. В. Громышевского Академии медицинских наук Украины — отделение СПИД (Лавра, Киев).

Тел.: (044) 290 6429, Светлана Николаевна Антоняк.

- Ⓢ Бесплатный круглосуточный телефон доверия по вопросам ВИЧ/СПИД.

Тел.: (800) 500 4510.

Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине осуществляет несколько проектов по уходу и поддержке (приверженность лечению, общественные центры для ВИЧ-позитивных, группы самопомощи, реабилитация ВИЧ-позитивных потребителей наркотиков). Вы можете обратиться к партнерам Альянса:

- Ⓢ Всеукраинская сеть ЛЖВ. **Тел.: (044) 253 9718.**
- Ⓢ «Час життя плюс» (Киев). **Тел.: (044) 254 5840, Анатолий Бондаренко.**
- Ⓢ «Вертикаль» (Киев). **Тел.: (044) 236 4841, Александр Красовский.**
- Ⓢ «Жизнь+» (Одесса). **Тел.: (048) 711 1852, 711 1869, Артур Овсепян.**
- Ⓢ «Вера, Надежда, Любовь» (Одесса). **Тел.: (0482) 63 3339, Марина Антонюк.**
- Ⓢ Реабилитационный центр «Ступени» (Одесса). **Тел.: (048) 714 5032, Александр Ахмеров.**
- Ⓢ Донецкое областное общество содействия ВИЧ-инфицированным (Донецк). **Тел.: (0622) 66 2260, Валентина Павленко.**

- Ⓜ Клуб «Світанок» (Донецк). **E-mail: svitanok_m@mail.ru, Светлана Мороз.**
- Ⓜ «АнтиСПИД — детям Украины» (Днепропетровск). **Тел.: (0562) 42 8950, Ирина Хожила.**
- Ⓜ «Виртус» (Днепропетровск). **Тел.: (056) 370 2850, Марина Никольникова.**
- Ⓜ Клуб «Квітень» (Полтава). **Тел.: (0532) 50 0752, Оксана Луговая.**
- Ⓜ «Світло Надії» (Полтава). **Тел.: (0532) 50 8599, Дмитрий Храмов.**
- Ⓜ «Новый образ жизни» (Симферополь). **Тел.: (0652) 26 6046, Вячеслав Баженов.**
- Ⓜ «Час життя» (Николаев). **Тел.: (0512) 57 1816, Карина Железна.**
- Ⓜ «Возвращение к жизни» (Знаменка). **Тел.: (05233) 3 2954, Алина Ярославская.**

В городах Одессе, Николаеве и Симферополе международная организация «Врачи без границ» осуществляет проект по уходу и лечению. Информацию об этом проекте вы можете получить в:

- Ⓜ Сателлитная клиника при Одесском областном роддоме. **Тел.: (048) 751 2078.**
- Ⓜ Одесском областном Центре СПИД. **Тел.: (048) 728 9394.**
- Ⓜ Одесском представительстве Сети ЛЖВ (Жизнь+). **Тел.: (048) 711 1852.**
- Ⓜ Николаевском областном Центре СПИД. **Тел.: (0512) 24 1098.**
- Ⓜ Николаевском представительстве Сети ЛЖВ. **Тел.: (0512) 24 1098.**
- Ⓜ Крымском республиканском Центре СПИД. **Тел.: (0652) 25 1264.**
- Ⓜ Крымском представительстве Сети ЛЖВ. **Тел.: (0652) 22 6460, 55 1224.**

Словарь

Антиретровирусные (АРВ) препараты — лекарственные препараты, способные приостановить размножение ВИЧ и тем самым остановить разрушение иммунной системы.

Антиретровирусная терапия (АРТ) — лечение, замедляющее размножение вируса иммунодефицита человека. Позволяет надолго продлить срок жизни при ВИЧ-инфекции, а также приостановить развитие СПИД.

AZT — АРВ-препарат, который может использоваться для предотвращения передачи ВИЧ от матери к ребенку. Также известен под названием Ретровир или Зидовудин.

Вирусная нагрузка — показатель количества вируса в плазме крови. Указывает, насколько быстро вирус размножается в организме.

Дискордантная пара — пара, в которой только один партнер является ВИЧ–позитивным.

Клетки CD4 — клетки, которые поражает ВИЧ. Показатель количества этих клеток дает представление о состоянии иммунной системы. Снижение количества клеток CD4 приводит к повреждению иммунной системы.

Консультант по принципу «равный — равному» — человек, прошедший специальную подготовку для того, чтобы помочь клиенту найти собственные ответы на интересующие вопросы и принять самостоятельное решение, и имеющий такой же жизненный опыт, как и его клиент. Например, консультантом для ВИЧ–позитивной беременной женщины будет ВИЧ–позитивная женщина, уже родившая.

Эфавиренц — АРВ–препарат, также известный как Сустина или Эффервен. Противопоказан для приема во время беременности.

Невирапин — АРВ–препарат, который используется для профилактики передачи ВИЧ от матери к ребенку. Также известен как Вирамун или Невимун.

Оппортунистические или ВИЧ–ассоциированные инфекции — специфические инфекции, вызывающие болезнь у человека с ослабленной иммунной системой.

Передача вируса от матери к ребенку — передача инфекции, например ВИЧ, от матери к ее ребенку. ВИЧ может передаваться во время беременности, родов и при грудном вскармливании, если не были проведены необходимые меры.

Промывка спермы — процесс отделения сперматозоидов от семенной жидкости. Такая «промывка» очищает сперму от инфекций, включая ВИЧ.

Общая информация о ВИЧ и СПИД

ВИЧ (вирус иммунодефицита человека) поражает иммунную систему, которая защищает организм человека от болезней. Это незаметный процесс. Человек, инфицированный ВИЧ, может выглядеть и чувствовать себя достаточно хорошо в течение многих лет и даже не знать о наличии инфекции в организме. Однако со временем ВИЧ повреждает иммунную систему. Когда это происходит, человек становится более подвержен инфекциям, известным как **оппортунистические инфекции**, с которыми здоровая иммунная система могла бы справиться. При ослаблении иммунной системы эти болезни возникают все чаще и носят более тяжелый характер. Когда у человека развивается оппортунистическая инфекция, это может свидетельствовать, что у него СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита). Такое происходит чаще всего после многих лет жизни с ВИЧ.

Пути заражения ВИЧ

ВИЧ передается через кровь, сперму, вагинальную жидкость и грудное

молоко. Передача ВИЧ происходит, как правило, во время:

- ® незащищенного вагинального, орального или анального секса (без использования презервативов) с человеком, инфицированным ВИЧ;
- ® использования одной иглы или шприца с человеком, который инфицирован ВИЧ;
- ® от ВИЧ–позитивной матери к ребенку во время беременности, родов или грудного вскармливания;
- ® переливания донорской крови от человека, инфицированного ВИЧ;
- ® попадания ВИЧ–инфицированной крови, спермы или вагинальных выделений в открытые раны.

Лечение ВИЧ

Лекарственного средства, полностью излечивающего от ВИЧ–инфекции, не существует. Вирус остается в организме человека на протяжении всей его жизни. Однако разработаны **антиретровирусные (АРВ) препараты**, которые поражают ВИЧ и предохраняют иммунную систему человека, не позволяя ВИЧ–инфекции развиваться в СПИД. Высокоактивная антиретровирусная те–

рапия (ВААПТ), также известная как комбинированная терапия и тройная/четверная терапия, означает, что пациент должен принимать несколько препаратов вместе. **Она должна включать стандартную комбинацию из не менее чем трех препаратов.** Лечение одним препаратом (монотерапия) используется только для профилактики передачи ВИЧ от матери к ребенку.

В определенный момент большинству ВИЧ–позитивных людей необходимо лечение. Однако наступление такого момента очень индивидуально. Большинству людей, скорее всего, придется начать лечение АРВ–препаратами примерно через пять лет после инфицирования ВИЧ. Начав лечение, ВИЧ–позитивный человек должен продолжать его в течение всей жизни.

Скорость прогрессирования ВИЧ измеряется показателем количества **клеток CD4**. Это клетки в организме человека, которые преимущественно поражает ВИЧ. Таким образом, обследование на количество клеток CD4 отражает состояние иммунной системы. Их низкий уровень означает, что иммунная система серьезно поражена.

Степень прогрессирования ВИЧ–инфекции также измеряется показателем **вирусной нагрузки** — количеством вируса в пробе крови. Однако в дан–

ное время в Украине анализ на вирусную нагрузку не является широко доступным.

Для получения большей информации о лечении ВИЧ-инфекции обращайтесь к буклетам «АРВ-терапия» и «АРВ-препараты».



Передача ВИЧ от матери к ребенку

Хотя не каждая беременная ВИЧ-позитивная женщина передает вирус своему ребенку, этот путь передачи является основным способом инфицирования ребенка ВИЧ.

Передача вируса может произойти до рождения ребенка, во время или после родов:

- Ⓜ во время беременности плод может быть инфицирован ВИЧ, преодолевшим плацентарный барьер, обычно защищающий ребенка от инфекций;
- Ⓜ во время родов ребенок может быть инфицирован ВИЧ, находящимся в секретах родовых путей;
- Ⓜ при грудном вскармливании ребенок может быть инфицирован ВИЧ, находящимся в молоке или крови матери.

Риск заражения ребенка ВИЧ повышается, если:

- Ⓜ у матери присутствуют симптомы СПИД;
- Ⓜ ослаблена иммунная система (низкое количество клеток CD4);
- Ⓜ происходит неконтролируемое интенсивное размножение вируса в крови (высокая вирусная нагрузка);

- ® разрыв плодного пузыря происходит, по меньшей мере, за четыре часа до родов (вместо планового кесарева сечения);
- ® тяжелые роды;
- ® имеются генитальные инфекции (например, инфекции, передающиеся половым путем, такие как хламидиоз и др.);
- ® наступают преждевременные роды;
- ® отсутствует АРВ–терапия во время беременности или родов;
- ® ребенок находится на грудном вскармливании;
- ® инфицирование женщины ВИЧ происходит во время беременности.

Профилактика передачи ВИЧ от матери к ребенку

Для предотвращения инфицирования ребенка ВИЧ на всех трех стадиях, когда может произойти передача инфекции, возможны следующие меры:

- ® назначение АРВ–препаратов матери во время беременности, перед родами и ребенку сразу после рождения;
- ® плановое кесарево сечение;
- ® вскармливание молочной смесью вместо грудного вскармливания.

Все три меры вместе могут значительно снизить риск передачи вируса ребенку.

АРВ-терапия и передача ВИЧ от матери к ребенку

Исследования показали, что АРВ-препараты, используемые во время беременности, являются эффективным способом снижения риска передачи ВИЧ от матери к ребенку. Однако долгосрочные побочные действия этих препаратов на организм ребенка еще не ясны. Необходимо соблюдать определенный баланс между преимуществами приема данных препаратов и риском возникновения возможных последствий.

- Ⓡ Лечение матери во время беременности, родов или новорожденного препаратами AZT (Ретровир) или Невирапин может снизить риск передачи ВИЧ от матери к ребенку на две трети. Однако сама по себе комбинация AZT/Невирапин не является адекватным лечением для женщины.
- Ⓡ Если вы уже принимаете АРВ-препараты и забеременели, необходимо обсудить с лечащим врачом возможное воздействие приема таких препаратов на вашего будущего ребенка. Плод является наиболее уязви-

мым к токсичным действиям этих лекарств во время первых трех месяцев беременности. Прием АРВ-препаратов в это время может увеличить риск врожденных дефектов. Однако прекращение их приема может увеличить вероятность передачи ВИЧ от матери к ребенку, так как в результате этого увеличится вирусная нагрузка. Решение о продолжении или прекращении АРВ-терапии в этот период зависит от того, какой АРВ-препарат принимает женщина. **Необходимо проконсультироваться с лечащим врачом.**

- Ⓜ **Эфавиренц не рекомендуется принимать во время беременности;** поэтому жизненно необходимо, чтобы женщина, начиная АРВ-терапию, которая включает эфавиренц, продумала свои планы относительно беременности.
- Ⓜ Женщины, которые беременеют при высоком показателе количества клеток CD4 и низкой вирусной нагрузке, с меньшей вероятностью передадут ВИЧ ребенку и сами могут не нуждаться в лечении. Поэтому им советуют начать лечение препаратом AZT (Ретровир) в определенный момент по истечении 14-й недели беременности.

- ® Если во время беременности вы обнаружили, что инфицированы ВИЧ, все еще может быть уместным начать АРВ-терапию после окончания первого триместра беременности. Такое решение будет зависеть от ряда факторов. Необходимо получить консультацию у лечащего врача.

Согласно Национальной программе по профилактике ВИЧ-инфекции у новорожденных **в Украине гарантировано бесплатное обеспечение антиретровирусными препаратами беременных и новорожденных**. Получите консультацию у врача или обратитесь в организации, список которых представлен на стр. 3–4.

ВИЧ-позитивная женщина, которая планирует беременность, должна обсуждать все возможные варианты с врачом. Медицинская ситуация каждой женщины и ее персональные предпочтения в каждом случае будут различны, а решение относительно того, начинать ли ВААРТ во время беременности, должно базироваться на подробном обсуждении ее состояния здоровья.

ВИЧ и беременность

Желание забеременеть

Если вы хотите забеременеть, предварительно рекомендуется узнать о своем ВИЧ–статусе. Если вы ВИЧ–позитивны, существуют несколько шагов, которые вы можете осуществить для того, чтобы уменьшить риск передачи ВИЧ вашему будущему ребенку.

Вам могут сделать анализ на ВИЧ в Центре профилактики и борьбы со СПИД, в кабинете доверия при районной поликлинике или женских консультациях. Анализ включает проверку образца крови на антитела к ВИЧ.

Врач в женской консультации автоматически предложит тест на ВИЧ, однако важно знать, что этот анализ не обязателен. Если вы проходите тест на ВИЧ, законодательство Украины обязывает соблюдение конфиденциальности относительно его результатов.

Все тесты на ВИЧ в кабинетах доверия и женских консультациях должны сопровождаться консультированием как перед тестом, так и при получении результатов одной или двумя неделями позднее. Это хорошая возможность

спросить о ВИЧ, его лечении и организациях, которые могут вам помочь, а также о последствиях вашего желания иметь детей. По законодательству Украины предоставление консультирования является обязательным. Если у вас есть вопросы или обеспокоенность и вам не предложили консультацию, мы советуем обратиться в организации, список которых приведен на стр. 3–4.

Тест на ВИЧ обычно дает достоверный результат только через три месяца после инфицирования. Поэтому если вы в течение предыдущих трех месяцев сталкивались с каким-либо риском заражения ВИЧ, рекомендуется пройти повторное тестирование через три месяца (без какого-либо риска), чтобы быть абсолютно уверенной в том, что результаты анализа достоверны. Это может иметь значение для планирования вашей семьи.

Если у вас есть партнер, было бы благоразумно вам обоим сдать анализы на ВИЧ, независимо от результатов вашего теста.

Если вы и/или ваш партнер окажетесь ВИЧ-позитивными, может возникнуть много переживаний и вопросов относительно беременности. Вам может помочь врач, кроме того, в некоторых больницах предлагают помощь **консультанта по принципу «равный — равному»**. Это ВИЧ-позитивная мать,

которая столкнулась с теми же трудностями, что и вы, и многие из них преодолела. Ее опыт может принести пользу вам и вашему малышу.

Все проекты организации «Врачи без границ», контактные данные которых представлены на стр. 4, имеют консультанта по принципу «равный — равному».

Если вы ВИЧ–позитивны, вероятно, что в роддоме вас положат в специальную палату для людей с инфекционными заболеваниями. Женщины с неизвестным ВИЧ–статусом также могут быть помещены в эту палату. Однако условия пребывания в ней не должны быть хуже, чем в других палатах роддома.

Что необходимо принять во внимание, если вы хотите забеременеть

Если вы ВИЧ–позитивны и хотите иметь ребенка, рекомендуется обсудить ваше желание с врачом Центра профилактики и борьбы с ВИЧ/СПИД либо с акушером–гинекологом женской консультации или центра репродуктивного здоровья. В таком случае можно будет подобрать оптимальную схему профилактики заражения ВИЧ вашего будущего ребенка. После медицинского

осмотра будет принято решение о лечении сопутствующих заболеваний (например, анемии), а также инфекций, передающихся половым путем (если они будут выявлены). Среди обсуждаемых тем будет упомянуто время начала и схема приема АРВ-препаратов, выбор оптимального метода рождения ребенка (естественные роды или кесарево сечение), консультирование по выбору метода вскармливания ребенка.

Если вы начинаете АРВ-терапию и планируете в будущем иметь детей, было бы хорошо обсудить это с вашим врачом перед началом лечения, так как некоторые комбинации препаратов (особенно включающие Эфавиренц) не рекомендованы во время беременности.

Беременность не ухудшает ваше состояние, связанное с ВИЧ. Правда, во время беременности защитные силы материнского организма несколько ослаблены. Однако исследования показали, что беременность не ускоряет развитие болезни у ВИЧ-позитивной женщины. У женщин с бессимптомной ВИЧ-инфекцией беременность не оказывает влияния на прогрессирование заболевания. Обычные симптомы беременности, такие как тошнота, рвота, слабость или головокружение, могут наблюдаться у ВИЧ-позитивных жен-

щин, как и у любой другой группы пациенток, физическое состояние которых ослаблено, независимо от ВИЧ-инфекции.

После рождения ребенка ваша иммунная система вернется к тому уровню, который был у вас до беременности.

Универсальная рекомендация для ВИЧ-позитивных женщин: **старайтесь вовлечь отца ребенка в процесс консультирования и тестирования на ВИЧ.** Поддержка отца ребенка и семьи очень важна для вас и вашего ребенка. Такая же поддержка потребуется вашему партнеру, если он окажется ВИЧ-позитивным.

Возможно, вы захотите обсудить будущее своего ребенка в долгосрочной перспективе, особенно если вы и ваш партнер ВИЧ-позитивны, и подумать о том, кто будет заботиться о ребенке, если вы или он не сможете этого делать.

Женщина уже беременна

Если вы уже беременны и у вас обнаружен ВИЧ, это не означает, что у вашего ребенка обязательно также будет ВИЧ. Это значит, что вам необходимо получить правильный медицинский уход и совет с целью максимизации вероятности рождения здорового ребенка.

Вам рекомендуется пройти полное медицинское обследование, для того чтобы узнать о состоянии вашего здоровья и о степени развития заболевания.

Некоторые врачи могут убеждать вас прервать беременность. **Но это должно быть ВАШЕ решение.** Для некоторых женщин риск того, что ВИЧ передастся ребенку, может быть слишком большим, чтобы продолжить беременность. Это верно для женщин, у которых уже появились симптомы СПИД или чья вирусная нагрузка не снижается, или количество клеток CD4 снижается даже при получении АРВ-терапии, поскольку высокий показатель вирусной нагрузки/низкий показатель количества клеток CD4 увеличивает риск передачи вируса. Однако женщины с низкой вирусной нагрузкой/высоким количеством клеток CD4 могут выносить здорового ребенка и родить его в срок при условии правильного лечения.

Выбор прерывания беременности в значительной степени будет зависеть от срока беременности. Так как это сложное решение, важно посоветоваться со своим партнером или другими людьми, которым вы доверяете, с вашим врачом и консультантом по принципу «равный — равному».

Как безопасно забеременеть

Практикуя незащищенный секс для того, чтобы забеременеть, женщина может подвергнуть риску инфицирования ВИЧ себя или своего партнера. Поэтому если принятие решения иметь ребенка не обязательно зависит от вашего ВИЧ-статуса, то способ зачатия — зависит.

Существуют некоторые риски, связанные с зачатием, которые зависят от того, кто инфицирован ВИЧ: вы, ваш партнер или оба.

Если оба партнера ВИЧ-позитивны

Если оба партнера ВИЧ-позитивны, наиболее частым выбором, как правило, является зачатие ребенка природными методами. Однако существуют некоторые вопросы, которые вам стоит предварительно выяснить:

- ® Если вы принимаете АРВ-терапию, как это повлияет на здоровье будущего ребенка?
- ® Возможно ли, что вы или ваш партнер больны инфекцией, передающейся половым путем?

- Ⓡ Существует ли риск повторного инфицирования ВИЧ? Это возможно, если ваш партнер инфицирован другим, более агрессивным или устойчивым к препаратам вирусным штаммом.
- Ⓡ Находится ли ваше здоровье в данный момент в хорошем состоянии или было бы лучше подождать и попробовать забеременеть позднее?

Дискордантные пары

Если женщина ВИЧ-позитивна, а ее партнер ВИЧ-негативен или имеет неизвестный ВИЧ-статус, возможно искусственное оплодотворение путем введения спермы партнера при помощи шприца (без иглы). Попросите вашего партнера эякулировать в посудину/презерватив без сперматоцидной смазки, наберите сперму в шприц и вставьте шприц во влагалище так далеко, насколько это будет удобно. Чем ближе к шейке матки, тем эффективней технология.

Некоторые партнеры могут пойти на риск, практикуя незащищенный секс в наиболее фертильное время для женщины (во время овуляции), а также при условии, что уровень вирусной нагрузки женщины низкий или неопределимый, а по-

казатель количества клеток CD4 высокий. Риск получения ВИЧ мужчиной от ВИЧ-позитивной женщины значительно ниже чем риск инфицирования женщины ВИЧ-позитивным мужчиной. Однако такой риск существует всегда.

Лучше забеременеть, когда вы себя хорошо чувствуете и ваш показатель количества клеток CD4 высокий, а вирусная нагрузка низкая, так как в этом случае снижается риск передачи ВИЧ вашему ребенку. В Украине анализ на вирусную нагрузку проводят в крайне ограниченном количестве, поэтому состояние здоровья женщины может быть определено только по количеству клеток CD4 и клиническим показателям.

Если мужчина ВИЧ-позитивен, а женщина ВИЧ-негативна, существует риск, что незащищенный секс приведет к передаче ВИЧ. Некоторые пары могут принимать во внимание определенные факторы, связанные с состоянием здоровья их партнеров — отсутствие инфекций, передающихся половым путем, хорошее общее состояние здоровья, высокий показатель количества клеток CD4. Однако, несмотря на это, риск передачи вируса все же существует. Единственная альтернатива — процесс, который называется очищение («промывка») спермы.

Что такое «промывка» спермы?

В процессе этой процедуры происходит отделение сперматозоидов от семенной жидкости. Долгие годы она использовалась в больницах по лечению бесплодия и банках спермы. Однако методика очищения спермы с целью снижения или исключения возможности передачи инфекций, таких как ВИЧ, матери или ребенку начала развиваться только в последнее десятилетие.

Согласно исследованиям, проведенным недавно в Великобритании, «промывка» спермы с последующим искусственным осеменением, возможно, является самым безопасным способом зачатия ребенка для ВИЧ-дискордантной пары, где мужчина ВИЧ-позитивен.

Очищение спермы можно сделать за границей и в Украине. [За дополнительной информацией обращайтесь в Международный Альянс по ВИЧ/СПИД или Всеукраинскую сеть людей, живущих с ВИЧ \(см. стр. 3\).](#)

Общее состояние здоровья и беременность

Каждой беременной женщине следует заботиться о своем здоровье и здоровье будущего ребенка. Ей необходим хороший отдых, беременные женщины не должны перенапрягаться. Рекомендуется спать ночью не менее восьми часов, а многим необходим еще более длительный сон. Женщине необходимо сбалансированное питание. Хорошо заранее начать принимать витамины и осуществлять другие шаги по улучшению собственного здоровья (например, прекратить курить, употреблять алкоголь, начать реабилитацию от наркотиков). Беременность увеличивает потребность женщины в калориях и белке. Фолиевая кислота, железо, кальций и жидкости наиболее важны для развития плода, поэтому в диету матери должно быть включено необходимое количество каждого из этих веществ. Такие изменения и в дальнейшем окажут положительное влияние на развитие ребенка, в то же время улучшив состояние здоровья матери.

Большое значение имеют регулярные физические упражнения. Они укрепляют мышцы, облегчают течение беременности и родов. Плавание и ходьба оказывают положительное влияние, так как они дают небольшую на-

грузку на мышцы. Эти аспекты дородового ухода в одинаковой мере важны для всех беременных женщин, независимо от их ВИЧ–статуса.

Если вы употребляете наркотики

Если вы употребляете наркотики, о наступлении беременности вы можете узнать позднее, чем обычно, в связи с возможным нарушением менструального цикла, связанным с употреблением наркотиков. Употребление наркотиков внутривенно (с использованием нестерильных инструментов и раствора) сопряжено с повышенным риском ВИЧ–инфекции. **Поэтому вам особенно важно раннее обращение в женскую консультацию для сдачи теста на ВИЧ.** При положительном результате теста на ВИЧ врачи помогут разработать наиболее подходящую программу профилактики заражения вашего ребенка. Вам следует учитывать, что употребление наркотиков связано с повышением риска рождения ребенка раньше положенного срока, поэтому не откладывайте «на завтра» посещение врача. Многие дети, матери которых систематически употребляли наркотики во время беременности, вскоре после рождения испытывают синдром абстиненции («ломку»), поэтому для них надо разработать специальную программу лечения.

Если у вас существенные материальные затруднения, и вы не можете самостоятельно обеспечить вашего ребенка молочной смесью, скажите об этом врачу или консультанту по принципу «равный — равному». Они помогут найти выход из сложившейся ситуации. Рекомендуется обратиться в организации, занимающиеся снижением вреда, к психологу, наркологу, которые помогут преодолеть физическую и психологическую зависимость от наркотиков и свести к минимуму негативные последствия их употребления.

Если вы занимаетесь коммерческим сексом, не забывайте, что регулярное использование презервативов во время беременности снижает риск заражения вашего ребенка инфекциями, которые передаются половым путем (например, сифилисом), и, как следствие этого, снижает риск инфицирования вашего ребенка ВИЧ.

Помните, что независимо от вашего социального положения, расы, религиозных и политических убеждений, вам и вашему ребенку должна быть оказана медицинская помощь, чтобы сохранить ваше здоровье и здоровье ребенка. Это право гарантировано Конституцией Украины.

Послеродовой уход

Уход за ВИЧ-позитивной матерью и ребенком может не отличаться от ухода после обычных родов без осложнений. Вам понадобится принять решение относительно кормления вашего ребенка, если это не было решено еще до родов. Вы можете чувствовать себя неуверенно, у вас могут появиться вопросы относительно ухода за собой и своим ребенком. Это обычное явление для любой женщины, а ВИЧ-позитивным женщинам настоятельно рекомендуется регулярно обращаться за советом к консультанту по принципу «равный — равному». Он также может дать вам совет по вопросам контрацепции. Вам и вашему ребенку необходимо регулярно посещать врача или медсестру для получения информации о вашем здоровье, а также советов и ухода.

Младенец и тест на ВИЧ

Новорожденному можно сделать иммуноферментный анализ на ВИЧ, но он не обязательно покажет, инфицирован ли ребенок. Все дети получают временную защиту от инфекций (антитела) от своих матерей. Поэтому у ре-

бенка, рожденного ВИЧ-положительной матерью, будет, как правило, положительный результат анализа на ВИЧ, потому что тест обнаружит у ребенка антитела матери. У детей, не инфицированных ВИЧ, материнские антитела исчезают чаще всего к возрасту 18 месяцев. Только тогда тест на ВИЧ показывает, есть ли у ребенка ВИЧ-инфекция.

Согласно законам Украины, все дети, рожденные ВИЧ-положительными матерями, считаются ВИЧ-положительными, пока в их крови находят антитела к ВИЧ. Они должны проходить анализ на ВИЧ каждые три месяца до 18-месячного возраста, хотя это не обязательно и зачастую не делается.

Есть еще один более специализированный тест на определение вируса, а не антител к нему, которой используется во многих странах. Такой тест называется полимеразная цепная реакция (ПЦР). Он может установить правильный диагноз относительно наличия вируса у ребенка до того, как тест на антитела даст четкий результат в возрасте 18 месяцев. Но этот анализ в Украине широко не распространен. Вопрос тестирования вашего ребенка на ВИЧ необходимо обсудить с лечащим врачом.

Если вам нужна дальнейшая информация по этому вопросу, пожалуйста, обратитесь к вашему врачу и консультанту по принципу «равный — равному».

Другие буклеты из серии для позитивных людей:



Информация о стандартах и правилах лечения ВИЧ-инфекции.



Информация об АРВ-препаратах, которые используются для лечения ВИЧ в Украине, (их комбинациях, побочных эффектах, рекомендациях по планированию принятия препаратов).



Информация и советы, как беречь здоровье и как правильно питаться ВИЧ-позитивным людям.

**Вы можете заказать бесплатно буклеты этой серии по тел.:
(044) 490 5485 (86, 87, 88) или (044) 220 6709/(048) 777 6434.**

Распространяется
бесплатно

Тираж 10 000 экз.

Редактор: Лили Хайд

Литературный редактор:

Людмила Недилько

Дизайн: Андрей Афанасьев,

Лили Хайд

Перевод: Алена Этокова

Редакционная коллегия:

Светлана Антоняк

Анатолий Бондаренко

Ирина Борушек

Константин Леженцев

Руслан Малюта

Игорь Олейник

Жанна Пархоменко

Валерий Хмарский

Соредакторы:

Гидо ван ден Берк

Юл Боклинг

Дмитрий Вознюк

Татьяна Дешко

Саимон Джейнс

Дмитрий Дончук

Елена Пурик

Наталья Рудая

Мы очень благодарны за комментарии и предложения Майклу Картеру (NAM) и людям, живущим с ВИЧ, принимавшим участие в фокус-группах.

Данное издание частично профинансировано Агентством США по международному развитию в рамках Грантового соглашения No. HRN-G-00-98-00010-00. Представленные в публикации точки зрения являются мнениями авторов и не обязательно отражают взгляды Агентства США по международному развитию.

This publication was partly funded by the U.S. Agency for International Development under the terms of grant No. HRN-G-00-98-00010-00. Opinions expressed herein are those of the author(s) and do not necessarily reflect the views of the U.S. Agency for International Development.



Первое издание, 2003

© «Врачи без границ» – Голландия в Украине и
Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине

Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине

Адрес: ул. Димитрова, 5,
корпус 10А, 6-й этаж
03150, г. Киев, Украина
Тел.: (+380 44) 490 5485,
490 5486, 490 5487,
490 5488
Факс: (+380 44) 490 5489
E-mail: office@aidsalliance.kiev.ua
Веб-сайт: www.aidsalliance.kiev.ua

«Врачи без границ» — Голландия в Украине

Адрес: ул. Эспланадная, 28-а,
3-й этаж,
01023, г. Киев, Украина
Тел./Факс: (+380 44) 220 6709,
220 4586, 220 7503,
227 3729
E-mail: office@msf.kiev.ua
Веб-сайт: www.msf.org.ua