

КОГДА ДРУГ ИЛИ РОДСТВЕННИК БОЛЬНЫ СПИДОМ.

Современная болезнь всегда меняет жизнь. Однако СПИД бросает особый вызов больным, их семьям, друзьям.

Большинство людей, больных СПИДОМ, молоды, - двадцати – и тридцатилетние. Болезнь, угрожающая жизни, сразила их тогда, когда они строили планы на много лет вперед, и их страдания делят с ними те, кому они близки и дороги.

К несчастью, поскольку о СПИДе мало что знают, с некоторыми заболеваниями окружающие, боясь заболеть сами, обращаются как с изгоями. Это страхи беспочвенны. СПИД передается при половых контактах, когда инфицированная сперма или влагалищные выделения попадают в организм партнера

Использование загрязненных инфицированной кровью игл и шприцов может привести к заражению. Вирус, вызывающий СПИД (вирус иммунодефицита человека – ВИЧ), не может передаваться при обычных социальных контактах – прикосновениях, объятиях. Употреблении той же столовой посуды, постельного белья или полотенца, чем пользовался ВИЧ-инфицированный.

Друг, заболевший СПИДОМ, нуждается в таком же внимании и поддержке, как если бы он был болен какой-либо другой смертельно опасной болезнью – раком или тяжелой болезнью сердца.

Поговорите с ней или с ним и выясните чем вы можете помочь.

Будьте доброжелательны – добро рождает добро.

ПОДДЕРЖИВАЙТЕ КОНТАКТЫ.

Любой заболевший нуждается в том, чтобы его друзья были рядом. Время от времени звоните больному. Короткие, но частые визиты будут более полезны, чем длительные, но редкие. Перед посещением позвоните по телефону – больной может чувствовать себя недостаточно хорошо для приема посетителей. Но сегодняшнее недомогание не должно отменить ваш завтрашний визит. Поговорите о новостях, которые могут интересовать вашего друга, об общих знакомых, о ближайшем и отдаленном будущем- надежда очень важна для больного.

Однако не считайте, что весь визит должен быть заполнен разговорами. Вы можете молча посидеть, почитать, послушать музыку или посмотреть телевизор, наконец просто подержать друг друга за руки. Много можно выразить без слов. Еще раз напоминаем, что все виды социальных контактов не могут привести к заражению.

БУДЬТЕ ГОТОВЫ ПОМОЧЬ

Мелкие повседневные дела могут представлять основную трудность для больного. Спросите, не могли бы вы помочь ему в таких мелочах, как стирка, глажка, поливка сада, кормление и выгуливание домашних животных, покупка продуктов питания. Однако при этом помните, что вы не должны лишать его возможности сделать самому то, что в его силах. Если у вашего друга есть дети,

нанесите визит и им, постарайтесь проявить заботу о них. Всегда выполняйте все обещания

БУДЬТЕ ПРИВЕТЛИВЫ.

Если бы вы были в положении вашего друга, что бы вас порадовало? Это же, вероятно, порадует и его или же ее. Это может быть прогулка, выход в кино или иное развлечение. Однако при этом соблюдайте такие предосторожности, которые предупредят появление у больного переутомления. Не забывайте о той радости, которую приносят маленькие украшения в праздничные или даже в обычные дни. Подумайте о том, что может украсить жизнь вашего друга. Это могут быть цветы, журналы.

Если ваш друг хочет заняться каким-то делом, помогите ему в этом хобби.

ГОВОРИТЬ И СЛУШАТЬ.

Не сопротивляйтесь, если ваш друг заводит разговор о своей болезни – он (или она) может нуждаться в таком разговоре. Однако будьте внимательны к собеседнику и, когда почувствуете, что больной устал от перечисления симптомов, рассказов о лекарствах и врачах, переведите разговор в другое русло. Не давайте больному заниматься самообвинениями, от этого ему легче не станет. Подчас ему нужна помощь, чтобы справиться с этими самообвинениями. Не впадайте в назидательный тон и тем более не раздражайтесь, если больной воспринимает и оценивает свою жизнь не так, как вы хотите ему внушить.

Будьте готовы стать объектом гнева и раздражения со стороны больного в ответ на все ваши усилия. Помните, что этот гнев и раздражение вызваны не вами, а общим состоянием больного и его болезнью. Если вы религиозны, предложите помолиться за него или с ним, однако не настаивайте на этом, если ваше предложение не встретило интереса. Не смущайтесь, если вам сразу не удастся отвлечь больного от мыслей о болезни. Во всяком случае, ваше дружеское участие поможет ему взять свои мысли под контроль.

ЗАБОТА О ТЕХ, КТО ЗАБОТИТСЯ.

У вашего больного друга могут быть муж или жена, другие родственники, которые все свое время и помыслы отдают заботе о больном и очень тяжело переживают случившееся. Эти люди время от времени нуждаются в передышке. Предложите иногда посидеть с больным, чтобы дать отдых постоянно ухаживающему за ним человеку. Пригласите этого ухаживающего за больным погулять, этот человек может нуждаться в отвлечении, и возможности просто поговорить не на темы больного и его болезни.

ЕСЛИ У ВАС ЕСТЬ СЕКСУАЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ С БОЛЬНЫМ...

Если вы знаете, что ваш сексуальный партнер болен СПИДом, удостоверьтесь, что вы соблюдаете все возможные меры предосторожности, которые помогут вам избежать заражения.

Касания, поглаживания, объятия – безопасны. При любом виде полового акта обязательно используйте презерватив.

БЕРЕГИ СЕБЯ

