

ВИЧ И БЕРЕМЕННОСТЬ

СОДЕРЖАНИЕ:

→ ПРЕДИСЛОВИЕ (ДОРОГАЯ ЧИТАТЕЛЬНИЦА!)	3
→ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПО ЗАЩИТЕ ВАШЕГО РЕБЕНКА	7
→ БЕРЕМЕННОСТЬ	8–21
ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ МАТЕРИ И РЕБЕНКА	9
ВИЧ-ТЕРАПИЯ	13
ИССЛЕДОВАНИЯ	16
ВИЧ-ПРОФИЛАКТИКА НА ПОСЛЕДНИХ НЕДЕЛЯХ БЕРЕМЕННОСТИ	21
→ РОДЫ	22–25
ЗАПЛАНИРОВАННОЕ КЕСАРЕВО СЕЧЕНИЕ	24
ЕСТЕСТВЕННЫЕ РОДЫ	25
→ НОВОРОЖДЕННЫЙ	26–29
ВИЧ-ПРОФИЛАКТИКА	27
ИСКУССТВЕННОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ ВМЕСТО КОРМЛЕНИЯ ГРУДЬЮ	28
ВИЧ-ТЕСТЫ	29
→ ИНФОРМАЦИЯ И КОНСУЛЬТАЦИИ	30

ДОРОГАЯ ЧИТАТЕЛЬНИЦА!

→ Вы беременны при положительной ВИЧ-реакции.

Важно, чтобы с самого начала беременности Вам был обеспечен надлежащий медицинский уход, для того, чтобы сохранить собственное здоровье и не передать ВИЧ-инфекцию ребенку. В данной брошюре Вы найдете всю необходимую информацию. Возможно, что многое в этой брошюре покажется Вам странным и непривычным, особенно если Вы принадлежите к культуре, в которой беременность или болезнь понимается иначе, чем в Германии. Возможно, что многое из того, что вы прочитаете, даже вселит в Вас страх, например, те многочисленные исследования, которые рекомендуется пройти беременным женщинам. Получаемая информация, тем не менее, позволяет освободиться от многих страхов. Именно поэтому так важно получать консультации у врачей и специалистов.



↑ обследование

→ Вы не одиноки.

Если у Вас есть вопросы или Вы ищете кого-то, с кем Вы могли бы открыто поговорить о Ваших заботах и проблемах, помните, что для Вас всегда открыты местные организации помощи ВИЧ-инфицированным и больным СПИДом (см. раздел "Информация и консультации", стр. 30). Местные организации предлагают консультации по вопросам получения социального пособия, медицинскому обеспечению,

праву пребывания в стране, заботе о детях, реабилитации, а также по всем вопросам, связанным с ВИЧ-инфекцией. Консультации можно получить лично, по телефону или по электронной почте. Сотрудники местных организаций также подскажут Вам, где можно познакомиться с другими ВИЧ-инфицированными женщинами (напр., в группах самопомощи или на встречах ВИЧ-инфицированных – см. раздел "Информация и консультации", стр. 30). Кроме того, Вам будет предоставлена информация о фондах, оказывающих поддержку в случае финансовых затруднений (напр., о Германском фонде помощи больным СПИДом – Deutsche AIDS-Stiftung – или фонде "Мать и ребенок" – Stiftung "Mutter und Kind") и оказана помощь при подаче соответствующих заявлений.



При обращении в местные организации помощи ВИЧ-инфицированным и больным СПИДом Вам не нужно называть свое имя, не нужно ничего платить. – Помощь оказывается бесплатно.

→ Вам нужен хороший врач.

Даже в том случае, если Вы предпочитаете обратиться к акушерке, Вам и Вашему ребенку все-таки необходимы врачи, имеющие опыт лечения и патронажа ВИЧ-инфицированных беременных, врачи, которым Вы могли бы доверять. Такие специалисты не будут предписывать Вам то, что Вы должны делать, они просто помогут Вам принять те решения, которые будут правильными для Вас и Вашего ребенка. Адреса врачей Вы можете получить в ближайшем



отделении местной организации помощи ВИЧ-инфицированным и больным СПИДом или в объединении "ВИЧ в гинекологии и акушерстве" – "Arbeitsgemeinschaft für HIV in Gynäkologie und Geburtshilfe" (см. раздел „Информация и консультации“, стр. 30). В местной организации помощи ВИЧ-инфицированным и больным СПИДом Вам также предоставят информацию о том, где Вы можете получить хороший медицинский уход в том случае, если у Вас нет медицинской страховки, если Вы находитесь в Германии нелегально или подали прошение о предоставлении убежища.

При наличии проблем с немецким языком Вы можете обратиться к сотрудникам данных организаций с просьбой предоставить Вам адреса врачей, говорящих на английском, французском или другом языке, на котором Вы можете свободно изъясняться. В некоторых клиниках имеются переводчики.

→ Вы хотите прервать беременность?

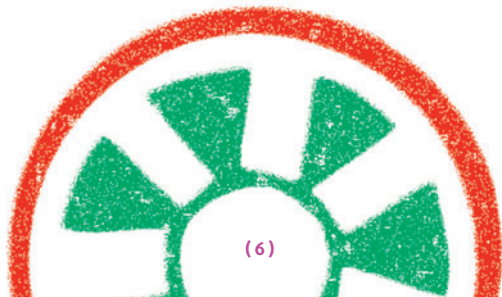
Возможно, Вы полагаете, что Ваше положение может значительно ухудшиться с рождением ребенка. Или же Вы ни в коем случае не хотите рождения ВИЧ-инфицированного ребенка. В таком случае Вы, вероятно, предпочитаете прервать беременность, – что допустимо в Германии при наличии определенных обстоятельств. Однако, возможно, что ваш партнер или Ваша семья настаивают на сохранении ребенка. Или же вы боитесь, что Вам придется испытать дискриминацию со стороны своего окружения в случае, если

станет известно, что Вы прервали беременность. Если Вы не знаете, как Вам поступить, Вам следует обратиться в консультационный пункт для беременных (Schwangeren-Beratungsstelle), где Вам помогут принять решение. Адреса таких консультационных пунктов Вы можете получить в местных организациях помощи ВИЧ-инфицированным и больным СПИДом.

Важно, чтобы Вы приняли решение как можно быстрее. Чем позже прерывается беременность, тем тяжелее возможные душевные травмы и последствия для здоровья. Решение о прерывании беременности следует принять в течение первых 14 недель после начала последней менструации.

→ **О том, что Вы ВИЧ-инфицированы, никто не узнает**

В соответствии с законом консультанты, врачи и медицинский персонал в Германии обязаны сохранять в тайне все доверенные им сведения. Следовательно, все, что Вы обсуждаете, останется тайной, и никто ничего не узнает. Вам также не следует бояться того, что отношение врачей к Вам будет каким-то особенным, что позволит другим пациентам предположить, что Вы ВИЧ-инфицированы. – Врачи будут вести себя с Вами так же, как и с другими пациентами.



ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПО ЗАЩИТЕ ВАШЕГО РЕБЕНКА

”У меня родится здоровый ребенок?” – Этот вопрос будет занимать Вас постоянно. Вам следует знать: ВИЧ может передаваться от матери к ребенку – во время беременности, во время родов, а также при кормлении грудью, т.к. в материнском молоке содержится ВИЧ. При отсутствии надлежащих мер по обеспечению безопасности ребенка риск передачи ВИЧ от матери ребенку составляет в Германии 20%. Если же проведены все профилактические мероприятия, риск передачи ВИЧ составляет менее 2%.

ВАШ РЕБЕНОК БУДЕТ ЗАЩИЩЕН ОТ ВИЧ,

- если Вы регулярно проходите осмотр у Вашего гинеколога и ВИЧ-специалиста,
- если во время беременности Вы принимаете медикаменты против ВИЧ,
- если роды принимают врачи и медперсонал, специализирующиеся в области ВИЧ-инфекции,
- если Вы откажитесь от грудного вскармливания и
- если Ваш ребенок пройдет профилактический курс лечения ВИЧ-медикаментами в течение 4-х недель.

Подробную информацию Вы можете получить у Вашего лечащего врача. Не стесняйтесь задавать вопросы, если Вы чего-то не понимаете!

A close-up photograph of a pregnant woman from the chest down to the waist. She is wearing a short-sleeved, ribbed sweater with horizontal stripes in shades of white, grey, yellow, light blue, and purple. Her hands are resting on her bare, rounded pregnant belly. The background is a plain, light-colored wall.

БЕРЕМЕННОСТЬ

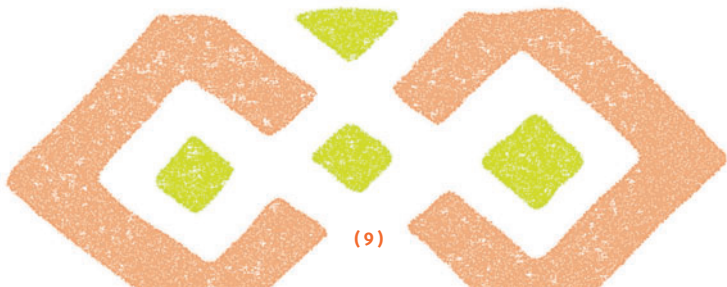
ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ МАТЕРИ И РЕБЕНКА

Во время беременности важно, по возможности, оставаться здоровой. Чем больше Вы делаете для себя, тем выше шанс родить здорового ребенка.

Возможно, Вам захочется придерживаться тех правил, которые приняты в Вашей стране, например, в отношении того, что следует есть беременной женщине, а от чего следует отказаться. Такие предписания и запреты могут быть, без сомнения, полезны у Вас на родине, например, по гигиеническим причинам. Однако, они могут причинить вред беременной женщине с положительной ВИЧ-реакцией. Поэтому мы рекомендуем Вам посоветоваться с врачом о том, что хорошо для Вас и Вашего ребенка, а что нет. Ниже приводятся несколько важных рекомендаций:

→ Как можно больше двигайтесь

Движение улучшает кровообращение и предотвращает такие типичные жалобы беременных, как боли в пояснице или проблемы с венами. Прогулки на свежем воздухе, плавание и гимнастика полезны для Вашего здоровья!



→ Питайтесь правильно

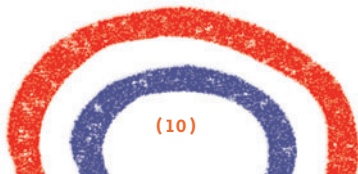
Разнообразное питание, содержащее много овощей и фруктов, обеспечит Ваш организм необходимыми питательными веществами и витаминами.

По всем вопросам, связанным с питанием, обращайтесь к Вашему врачу или в консультационный пункт для беременных женщин.

В случае, если Вы проживаете в общежитии, где предоставляемое питание является неудовлетворительным, обратитесь в консультационный пункт любой благотворительной организации (напр., при благотворительных обществах Arbeiterwohlfahrt, Caritas или Diakonie) или в отделение местной организации помощи ВИЧ-инфицированным и больным СПИДом, чтобы узнать, что можно для Вас сделать, чтобы обеспечить Вам более здоровое питание.

→ Пейте меньше кофе

В обычном кофе содержится кофеин. Через плаценту это вещество попадает в систему кровообращения ребенка, учащает его сердцебиение и наносит вред его нервной системе. В связи с этим Вам не следует выпивать более двух чашек кофе в день. Кофе, не содержащий кофеина, наоборот, является безвредным и может употребляться в больших количествах.



→ По возможности прекратите потребление наркотиков

Табак и алкоголь наносят вред не только Вашему здоровью, но и здоровью Вашего ребенка. Поэтому во время беременности Вам следует по возможности отказаться от сигарет и алкоголя.

В равной мере это относится к потреблению других наркотических веществ, таких как крэк, кокаин, экстази, а также к приему снотворных и успокоительных средств. Женщинам, регулярно потребляющим героин, во время беременности рекомендуется пройти заместительную терапию. Если Вы уже проходите заместительную терапию, ни в коем случае не снижайте дозу по собственному усмотрению: это может вызвать преждевременные родовые схватки. Кроме того, риск передачи ВИЧ ребенку в этом случае значительно повышается.

Если Вы употребляете наркотики, Вам следует поговорить об этом с Вашим врачом или получить консультацию в консультационном пункте для наркозависимых.

→ Болезни, передаваемые половым путем (БППП) следует предотвращать, распознавать и лечить

Болезни, передаваемые половым путем (напр., сифилис, триппер, гепатит, герпес или хламидоз) наносят вред не только Вашему здоровью, но и здоровью Вашего ребенка: некоторые из этих болезней могут передаваться от матери к ребенку во время беременности или во время родов и

даже вызвать у ребенка тяжелые заболевания. Кроме того, данные инфекции могут привести к преждевременным родам, что в значительной мере повышает риск передачи ВИЧ ребенку. Вследствие этого очень важно как можно раньше распознать БППП и пройти соответствующий курс лечения. Презервативы снижают риск заражения инфекцией, передаваемой половым путем, а также риск передачи партнеру ВИЧ-инфекции.



↑ презерватив

→ Возможно, Вы относитесь к женщинам, ...

... чьи гениталии обрезаны. Это обстоятельство может привести к различным осложнениям: во время беременности инфекции в области гениталий могут вызвать воспалительный процесс и причинить большой вред здоровью матери и ребенка. Может также случиться так, что при естественных родах шов разойдется. – Риск передачи ВИЧ от матери к ребенку при этом значительно повышается.

Для того, чтобы избежать подобных осложнений, следует заблаговременно поговорить об этом с Вашим врачом. Кроме того, в Германии существуют консультационные пункты для обрезанных женщин, где вы можете поговорить доверительно (адреса Вы найдете на стр. 30).

ВИЧ-ТЕРАПИЯ

Во время беременности женщинам обычно рекомендуется по возможности отказаться от приема медикаментов, т.к. они могут причинить вред ребенку. Вам также следует принимать только те лекарственные средства, которые Вам действительно необходимы. Это могут быть, например, ВИЧ-медикаменты: ВИЧ-терапия, основанная на приеме данных медикаментов, помогает Вам оставаться здоровой. На последних неделях беременности ВИЧ-медикаменты также препятствуют передаче ВИЧ Вашему ребенку (см. стр. 21).

Практика показывает, что тысячи женщин с положительной ВИЧ-реакцией, принимавших во время беременности ВИЧ-медикаменты, родили здоровых детей. По имеющимся научным данным аномалия развития и прочий ущерб здоровью встречаются здесь не чаще, чем у других детей. Если Вы все равно боитесь, что медикаменты могут причинить вред здоровью Вашего ребенка, Вам следует поговорить об этом с Вашим ВИЧ-специалистом.

Если Вы не принимаете ВИЧ-медикаменты,...

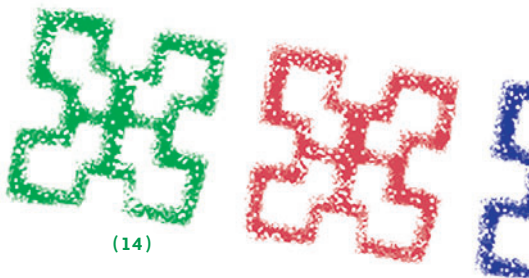
... Вам следует спросить у Вашего врача, стоит ли начать ВИЧ-терапию. Если у Вас нет никаких симптомов и результаты анализов хорошие (см. стр. 16), врач, вероятно, посоветует Вам подождать еще какое-то время. В этом случае Вам будет рекомендовано начать прием ВИЧ-медикаментов на более позднем сроке беременности, чтобы предотвратить заражение Вашего ребенка.

Если Вы уже проходите ВИЧ-терапию, ...

... Ваш врач проверит, не могут ли навредить здоровью Вашего ребенка те ВИЧ-медикаменты, которые Вы принимаете. Если принимаемые Вами ВИЧ-медикаменты не подходят, врач назначит Вам другие.

Принимайте ВИЧ-медикаменты регулярно

При прохождении ВИЧ-терапии важно принимать таблетки регулярно, в назначенном количестве и без пропусков. Если медикамент не поступает в организм в нужном количестве, ВИЧ может стать полностью невосприимчивым (резистентным) к нему – его действие в данном случае полностью прекращается.



Если на протяжении первых недель беременности Вы часто страдаете от приступов тошноты и рвоты, Ваш организм, возможно, не успевает усвоить лекарство. Кроме того, если Вас постоянно тошнит, Вам, вероятно, трудно принимать медикаменты в соответствии с предписанием врача. В этом случае следует как можно скорее обратиться к наблюдающему Вас врачу, а не отказываться от приема медикаментов по собственному усмотрению.



Если Вы принимаете другие медикаменты, ...

... например, травы или традиционные средства, принятые к употреблению в Вашей стране в таких случаях, Вам следует поставить об этом в известность Вашего врача. В сочетании с ВИЧ-медикаментами данные средства могут вызвать тяжелые осложнения или привести к тому, что ВИЧ-медикаменты не будут воздействовать на организм правильно.

Принимать медикаменты следует регулярно! →

ИССЛЕДОВАНИЯ

Каждой беременной женщине в Германии рекомендуется регулярно проходить медицинское обследование, чтобы предупредить возможные осложнения. Для Вас, женщины с положительной ВИЧ-реакцией, это особенно важно – даже если Вы чувствуете себя хорошо и ни на что не жалуетесь.

Данные лабораторных исследований

Вам необходимо регулярно проводить анализ крови: получаемые данные лабораторных исследований содержат важную информацию о состоянии Вашего здоровья.

СЛЕДУЕТ ПРОВОДИТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ НИЖЕСЛЕДУЮЩИХ ПАРАМЕТРОВ:

- **КРОВОТВОРЕНИЕ** – не менее 1 раза в месяц. Исследование позволяет обнаружить признаки малокровия (анемии).
- **ВИРУСНАЯ НАГРУЗКА** (количество вируса в крови) – не реже 1 раза в 2 месяца. Результаты анализа на вирусную нагрузку используются для определения активности вируса и действенности ВИЧ-медикаментов.
- **ИММУННЫЙ СТАТУС** (количество клеток CD4 в крови) – не реже 1 раза в 2 месяца. Данное лабораторное исследование позволяет определить состояние Вашей иммунной системы.
- **ИССЛЕДОВАНИЕ ПЕЧЕНИ** – не реже 1 раза в месяц. Исследование дает возможность установить переносимость медикаментов.

Резистенс-тест

Резистенс-тест проводится перед началом ВИЧ-терапии. Данный тест позволяет определить невосприимчивость (резистентность) вируса к определенному медикаменту. Невосприимчивость вируса может возникнуть в том случае, когда вирус передается от ВИЧ-инфицированного, который проходит ВИЧ-терапию и на которого медикаменты больше не оказывают должного воздействия. Резистенс-тест проводится также в том случае, когда результаты лабораторных исследований показывают, что ВИЧ-терапия не дает желаемого результата. В таком случае медикаменты, переставшие действовать, заменяются другими ВИЧ-медикаментами.

Для проведения резистенс-теста врач берет кровь на анализ для ее дальнейшего исследования в лаборатории.



↑
взятие крови на анализ

Анализ крови на сахар

ВИЧ-терапия, как и сама беременность, может привести к развитию сахарного диабета, который наносит вред плоду. В связи с этим между 24-ой и 28-ой неделями беременности врач предложит Вам провести анализ крови на сахар. Для этого нужно будет выпить предложенный Вам сахарный сироп, а затем у Вас возьмут на анализ кровь. Если исследование покажет наличие сахарного диабета, Вам, вероятно, будет необходимо пройти курс лечения, для того, чтобы ребенок родился здоровым.

Гинекологическое исследование

Беременным с положительной ВИЧ-реакцией рекомендуется проходить осмотр у гинеколога в 2-3 недели. При осмотре врач-гинеколог слушает сердцебиение плода, а также методом пальпации живота матери определяет расположение плода и его размеры. Кроме того, врач контролирует размеры матки, что позволяет ему проследить динамику развития ребенка. Он также проверяет, закрыт ли или уже открыт маточный зев, имеется ли ослабление тканей маточного зева (приводящее к выкидышу) и есть ли вагинальная инфекция. Одновременно врач проверяет общее состояние здоровья матери, напр. измеряет ей пульс и давление, назначает анализ мочи.

Ультразвуковое исследование (сонография)

Во время беременности врач посоветует Вам пройти ультразвуковое исследование как минимум 3 раза. Исследование проводится либо через стенку брюшины, либо через влагалище. Ультразвуковое исследование безболезненно и абсолютно безопасно как для матери, так и для ребенка.

Сонография позволяет врачу видеть развитие плода и своевременно установить аномалии. Ультразвуковое исследование также позволяет установить наличие проблем у матери. Чрезвычайно важно различить осложнения на ранней стадии беременности – это позволит провести необходимый курс лечения матери еще во время беременности и принять оптимальные меры по сохранению здоровья ребенка еще в утробе матери или же сразу после рождения.



Колпоскопия

Инфекции с различными типами вируса папилломы человека (ВПЧ) могут привести к раку матки, который наблюдается у ВИЧ-инфицированных женщин гораздо чаще, чем у неинфицированных. Обнаружение на ранней стадии позволяет провести лечение безо всяких проблем. Именно поэтому при наступлении беременности врач проводит обследование с помощью лупы (колпоскопия) и берет соскоб с шейки матки.

Инфекционные заболевания

Инфекционные заболевания (такие, как гепатит, цитомегалия, вагинальные грибковые инфекции, хламидоз, туберкулез или токсоплазмоз) могут нанести вред здоровью ребенка, если не провести своевременного лечения. В связи с этим на протяжении беременности неоднократно проводятся исследования на наличие инфекции, а при необходимости – и лечение.

ПРИ НАЛИЧИИ ПРОБЛЕМ – ДЕЙСТВОВАТЬ НЕМЕДЛЕННО!

Осложнения во время беременности повышают риск передачи ВИЧ от матери ребенку. Чтобы предотвратить инфицирование ребенка, следует немедленно обратиться в больницу при появлении таких симптомов, как:

- **КРОВОТЕЧЕНИЕ**
- **ЧУВСТВО ТЯЖЕСТИ ВНИЗУ ЖИВОТА**
- **ПРЕЖДЕВРЕМЕННЫЕ СХВАТКИ**
- **ОТХОД ОКОЛОПЛОДНЫХ ВОД**



ВИЧ-ПРОФИЛАКТИКА НА ПОСЛЕДНИХ НЕДЕЛЯХ БЕРЕМЕННОСТИ

Если Вы хорошо себя чувствуете, у Вас хорошие результаты лабораторных исследований и Вам до сих пор не требовалась ВИЧ-терапия, врач может рекомендовать Вам начать прием ВИЧ-медикаментов не позднее, чем на 32-ой неделе беременности. В данном случае Вы не будете проходить терапию для себя, а проведете профилактический курс лечения для ребенка: поскольку ВИЧ-медикаменты снижают вирусную нагрузку в Вашей крови, ребенок будет лучше защищен от передачи ВИЧ-инфекции во время родов. После рождения ребенка профилактическое лечение прекращается.



И в данном случае очень важно принимать медикаменты, строго придерживаясь предписаний врача. В противном случае может случиться так, что медикаменты утратят свою эффективность – как для Вас, так и для Вашего ребенка, если заражение ВИЧ-инфекцией произошло несмотря на принятые предохранительные меры (см. стр. 7). Если по каким-либо причинам Вы не можете принимать ВИЧ-медикаменты регулярно, Вам следует поговорить об этом с Вашим врачом.

Принимать медикаменты следует регулярно! →



РОДЫ

Как большинство женщин, Вы, вероятно, хотели бы родить своего ребенка естественным путем. Однако, это возможно лишь в том случае, когда ВИЧ-медикаменты действуют оптимально и количество вируса в Вашей крови настолько мало, что анализы крови больше не показывают его наличие. Если же наличие вируса подтвердится и на последних неделях беременности, риск передачи ВИЧ Вашему ребенку при естественных родах будет значительно выше, т. к. во время родовых схваток кровь и вагинальная жидкость долгое время оказывают давление на слизистую и попадают ребенку в рот. При запланированном кесаревом сечении картина иная: ребенок не испытывает нагрузок родовых схваток, его извлекают из утробы матери в течение нескольких минут и немедленно вытирают промокающими движениями – таким образом он едва ли вступает в контакт с ВИЧ. Обратитесь за консультацией к ВИЧ-специалисту: он подскажет Вам, какой способ рождения ребенка лучше подходит Вам и Вашему ребенку, в какой больнице есть врачи, имеющие опыт приема родов у ВИЧ-инфицированных.

В больнице Вам, вероятно, придется отказаться от тех церемоний, которые сопровождают рождение ребенка у Вас на родине. Присутствовать при родах может только *один человек*, напр., Ваш партнер, Ваша мать или Ваша подруга. Остальные родственники и знакомые могут навесить Вас уже после рождения ребенка в послеродовой палате.



ЗАПЛАНИРОВАННОЕ КЕСАРЕВО СЕЧЕНИЕ

Запланированное кесарево сечение позволяет спокойно подготовиться ко всем необходимым мероприятиям и предотвратить появление осложнений. Кесарево сечение проводится не на неделе, соответствующей предполагаемому сроку родов, а на 38-ой неделе беременности. Если Ваш врач заблаговременно назначит день операции, в больнице обеспечат присутствие при родах врачей и детских врачей, имеющих опыт лечения ВИЧ-инфекции, которые смогут обеспечить Вам оптимальный уход.

Лучше, если при проведении кесарева сечения применяется анестезия нижней части тела, при которой Вы можете пережить рождение ребенка при полном сознании и абсолютно безболезненно, наркоз же при этом не затрагивает ребенка. После окончания родов, прямо на операционном столе, Вы можете взять новорожденного на руки и погладить его. А в то время, пока Вы держите ребенка, Ваш живот будут зашивать – ребенок поможет Вас отвлечь. В качестве исключения проведение кесарева сечения возможно и при полном наркозе.

Вполне понятно, что любая операция вызывает у большинства людей страх. Кесарево сечение обычно занимает от 25 до 40 минут. Операция проводится очень осторожно, и в то же время это рутинная операция. Около 30 % новорожденных в Германии появляются на свет именно таким путем. На Ваши вопросы по теме "Кесарево сечение" подробно ответят и врачи в клинике.



ЕСЛИ ВАС СПРОСЯТ ...

... почему Вы предпочли кесарево сечение, а Вам не хотелось бы называть истинную причину, Вы можете ответить следующее: "Ребенок находился в матке в неудобном положении, поэтому врачи в целях безопасности рекомендовали роды с помощью кесарева сечения."

ЕСТЕСТВЕННЫЕ РОДЫ

Если благодаря ВИЧ-медикаментам, начиная с 34 недели беременности, вирусная нагрузка у Вас в крови снизилась настолько резко, что наличие ВИЧ не прослеживается, возможны и естественные роды. Риск передачи ВИЧ-инфекции ребенку в этом случае, очевидно, так же мал, как и при кесаревом сечении. Вагинальные роды также предпочтительны, если Вы хотите иметь последующих детей. После кесарева сечения на стенке брюшины и на матке остается шов, который затрудняет проведение кесарева сечения во второй или в третий раз.

К сожалению, лишь некоторые больницы специализируются на принятии естественных родов у женщин с положительной ВИЧ-реакцией: такие роды невозможно запланировать, они занимают продолжительное время – иногда даже более 10 часов – и все это время в больнице должна быть наготове команда ВИЧ-специалистов. Кесарево сечение, напротив, можно запланировать с точностью до минуты, что дает возможность провести его в любой больнице.



НОВОРОЖДЕННЫЙ

В послеродовой период Вам и Вашему ребенку будет обеспечен надлежащий уход. Однако, важно, чтобы медицинский патронаж Вашего ребенка продолжался и после того, как Вы покинете клинику. Для этой цели больше всего подойдет детский врач, имеющий опыт работы с детьми ВИЧ-инфицированных матерей. Адреса детских врачей Вы можете получить в местной организации помощи ВИЧ-инфицированным и больным СПИДом.

ВИЧ-ПРОФИЛАКТИКА

В течение 4-х недель после рождения Ваш ребенок будет получать ВИЧ-медикаменты. Таким образом, риск передачи ребенку ВИЧ-инфекции будет снижен еще в большей степени.

Большинство женщин выписываются из больницы домой вместе с ребенком, и могут самостоятельно давать ему медикаменты. Здесь также действует правило: чтобы медикаменты действовали эффективно, следует давать их ребенку в строгом соответствии с указаниями врача. Как правило, новорожденные хорошо принимают и переносят ВИЧ-медикаменты.



ИСКУССТВЕННОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ ВМЕСТО КОРМЛЕНИЯ ГРУДЬЮ

Многие женщины хотели бы вскармливать младенца грудью, т.к. они справедливо полагают, что грудное молоко более ценно для ребенка.

Однако, несмотря на это, ВИЧ-инфицированные матери должны отказаться от кормления грудью: т.к. в их грудном молоке содержится ВИЧ, риск заражения ребенка ВИЧ-инфекцией при кормлении грудью очень высок. Вам следует кормить ребенка из бутылочки специальным детским питанием, а не грудным молоком. В послеродовой период Вам будет выписан специальный медикамент, обеспечивающий прекращение выработки грудного молока.

Искусственное вскармливание представляет собой проблему только при отсутствии чистой воды. В Германии же питьевая вода и очищается, и дезинфицируется. Поэтому детское питание, разведенное в прокипяченной воде из-под крана, является безупречным с точки зрения гигиены. А болезнетворные микробы, конечно же, погибнут, если Вы продезинфицируете бутылочку и соску в кипящей воде в течение 3-х минут.

ЕСЛИ ВАС СПРОСЯТ ...

... почему Вы не кормите ребенка грудью, а Вы не хотите называть истинную причину, Вы можете сказать следующее: "После родов у меня началось воспаление молочных желез, поэтому мне пришлось прекратить кормление грудью". Такие воспаления, действительно, случаются довольно часто.

ВИЧ-ТЕСТЫ

Вам, как и большинству ВИЧ-инфицированных матерей, захочется как можно быстрее узнать, здоров ли Ваш ребенок. Первый тест будет проведен сразу же после рождения ребенка, а последующие – на 2-ой и на 6-ой неделе жизни младенца, а также когда ему исполнится 4-6 месяцев. Если тесты не выявляют наличие ВИЧ в крови Вашего ребенка, тогда можно быть почти уверенным, что ребенок не инфицирован. Окончательную уверенность дает тест на ВИЧ-антитела, который проводится между 18-ым и 24-ым месяцем жизни ребенка.



Время ожидания результатов ВИЧ-теста может причинить Вам немало душевных страданий. Хорошей опорой в этот период могут стать Ваш партнер, члены Вашей семьи и Ваши друзья. Поддержку Вам окажут и сотрудники местной организации помощи ВИЧ-инфицированным и больным СПИДом, которые могут также подсказать Вам, где еще Вы могли бы получить необходимую помощь (напр., у консультантов общества Pro Familia или у психолога).

Для того, чтобы в послеродовой период Вам и Вашему ребенку был обеспечен оптимальный патронаж, Вам следует как можно дольше поддерживать контакт с Вашим лечащим врачом. Это имеет смысл и в том случае, если Ваш ребенок не заражен ВИЧ-инфекцией. Если врачи продолжают получать информацию о состоянии Вашего здоровья и о состоянии здоровья Вашего ребенка, это дает им возможность узнавать что-то новое, а, значит, улучшать медицинский патронаж беременных женщин с положительной ВИЧ-реакцией.

ИНФОРМАЦИЯ И КОНСУЛЬТАЦИИ

Адреса региональных организаций помощи ВИЧ-инфицированным и больным СПИДом (**Aidshilfe**) Вы можете найти в телефонной книге или в Интернете на сайте www.aidshilfe.de. Адрес ближайшего отделения Вам подскажут в Германском обществе помощи больным СПИДом (Deutsche AIDS-Hilfe e.V., тел. 030 / 69 00 87-0). Местные организации также проводят консультации по телефону 0180-33-19411 (0,09 EUR/мин. по телефону городской сети; при звонке с мобильного телефона возможны другие тарифы), а также online на веб-сайте www.aidshilfe-beratung.de. Консультации проводит и *Федеральный центр просвещения по вопросам здравоохранения* (**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung**) по телефону 0221 / 89 20 31, а также в Интернете на сайте www.aidsberatung.de.

Встречи ВИЧ-инфицированных (Positiventreffen) проводятся как совместно для мужчин и женщин, так и отдельно для мужчин и отдельно для женщин. Встречи иммигрантов также проводятся отдельно для мужчин и для женщин. Время и место проведения таких встреч Вы можете узнать в обществе Deutsche AIDS-Hilfe e.V .

Бесплатные информационные материалы Вы можете получить в Германском обществе помощи больным СПИДом (Deutsche AIDS-Hilfe e.V., Интернет: www.aidshilfe.de под рубрикой "Материалы"/"Materialien"), в региональных отделениях помощи ВИЧ-инфицированным и больным СПИДом (Aidshilfen) или в Федеральном центре просвещения по вопросам здравоохранения (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) (Интернет: www.bzga.de).

Адреса врачей, осуществляющих медицинский патронаж беременных с положительной ВИЧ-реакцией, Вы можете получить в следующих организациях:

**Arbeitsgemeinschaft für HIV in Gynäkologie und Geburtshilfe
c/o Dr. Annette E. Haberl – HIVCENTER**

HIV-Schwerpunkt im Klinikum der Johann Wolfgang Goethe-Universität
(Zentrum der Inneren Medizin)

Theodor-Stern-Kai 7, Haus 68, 60590 Frankfurt am Main

Tel. 069 / 63 01-76 80 – annette.haberl@hivcenter.de



**Bundesarbeitsgemeinschaft „Kinder im Umfeld von HIV/Aids“
c/o Hildesheimer AIDS-Hilfe e.V.**

Bernwardstr. 3, 31134 Hildesheim

Tel. 05121 / 13 31 27 – kinder@hildesheimer-aids-hilfe.de –

www.hildesheimer-aids-hilfe.de

**Информацию о консультационных пунктах общества "Pro Familia"
Вы можете получить в:**

**pro familia – Deutsche Gesellschaft für Familienplanung,
Sexualpädagogik und Sexualberatung e.V.**

Bundesverband: Stresemannallee 3, 60596 Frankfurt/Main

www.profamilia.de

Консультации и поддержку для обрезанных женщин предлагают:

Terre des Femmes e.V.

Konrad-Adenauer-Str. 40, 72072 Tübingen

Tel. 07071 / 79 73 11 – info@frauenrechte.de – www.terre-des-femmes.de

AGISRA Köln e.V. – Beratungsstelle für Migrantinnen

Steinberger Str. 40, 50733 Köln

Tel. 0221 / 12 40 19 oder 1 39 03 92 – info@agisra.de – www.agisrakoeln.de

HERAUSGEBER: Deutsche AIDS-Hilfe e.V., Wilhelmstr. 138, 10963 Berlin

Internet: <http://www.aids-hilfe.de> – E-Mail: dah@aidshilfe.de

2009, Bestellnummer: 023012

REDAKTION: Marianne Rademacher, Armin Schafberger

BEARBEITUNG: Christine Höpfner, Holger Sweers

GESTALTUNG & SATZ: Demus Design & Kommunikation, Berlin

FOTOS: Getty Images (HOLA Images – Andersen Ross – E Dygas – Shaen Adey – LWA – Stockbyte – Jose Luis Pelaez Inc – STOCK4B-RF – rubberball – Photodisc – Floresco Productions)

DRUCK: Druckerei Conrad, Oranienburger Str. 172, 13437 Berlin

ВАЖНОЕ ЗАМЕЧАНИЕ: Данная брошюра составлена добросовестно и из лучших побуждений на основе современного состояния научных знаний (февраль 2008). Тем не менее, наличие ошибок не исключается. К тому же, в медицине постоянно происходят стремительные изменения, особенно в области ВИЧ-исследований. То, что считается актуальным сегодня, завтра может потерять свою актуальность. В связи с этим мы просим своих читательниц продолжать следить за появляющейся в новых публикациях информацией.

ÜBERREICHT DURCH: