



Разработано и выпущено АКОО «Позитивное развитие» по материалам [www.aids.ru](http://www.aids.ru) в рамках проекта «Предоставление прямого немедицинского сервиса для людей, живущих с ВИЧ/СПИДом в Барнауле» при поддержке Фонда «Российское здравоохранение» в рамках Программы Глобального фонда «Развитие стратегии лечения населения РФ, уязвимого к ВИЧ/СПИД». Техническая поддержка КГУ «Краевой дворец молодежи»

Дизайн и печать  
«Типография ТРИАДА»  
пр. Красноармейский, 72 - 301  
тел. (3852) 26-99-68

Тираж 1000 экз.



# БЕЗОПАСНОЕ ЗАЧАТИЕ

В данном буклете Вы найдете информацию, какие существуют способы безопасного зачатия для пар, где один из партнеров или оба ВИЧ-положительные и на сколько эти методы эффективны и подходят для каждой пары, а также о том, какие факторы помогут снизить риск передачи ВИЧ при зачатии.

*Каждый человек имеет право и возможность на счастливое материнство и отцовство, независимо от ВИЧ-статуса. Но для зачатия необходим незащищённый секс, который может привести к передаче вируса партнёру и малышу. Исключить данный риск полностью нельзя, но значительно снизить можно и абсолютно реально.*

## БЕЗОПАСНОЕ ЗАЧАТИЕ

### ДИСКОРДАНТНЫЕ ПАРЫ

#### *Если у одного из партнёров ВИЧ-инфекция?*

Пары, в которых один из партнёров ВИЧ-положительный, а другой – ВИЧ-отрицательный, называются дискордантными.

Сложность заключается в том, что для зачатия нужен сексуальный контакт без презерватива, а это означает риск для ВИЧ-отрицательного партнера.

Если ВИЧ не передался женщине во время сексуального контакта и женщина ВИЧ-отрицательная, то риск передачи ВИЧ ребёнку отсутствует, также необходимо исключить незащищенные сексуальные контакты, для того чтобы не было риска передачи для женщины во время беременности.

Если же вирус передастся ВИЧ-отрицательной женщине, то также появляется риск передачи ВИЧ ребёнку, который в этом случае будет даже выше, чем, если бы женщина изначально была ВИЧ-положительной. Так как в этот период наступает острая стадия ВИЧ-инфекции, что увеличивает во время беременности риск передачи ВИЧ ребёнку.



### ЕСЛИ ВИЧ ЕСТЬ У ЖЕНЩИНЫ

Для мужчины риск передачи ВИЧ при вагинальном сексе без презерватива не так уж велик, но существует. Полностью исключить риск для мужчины в дискордантной паре можно с помощью метода искусственного оплодотворения.

#### 1. Метод искусственной инсеминации сперматозоидов в полость матки

Внутриматочная искусственная инсеминация – это введение спермы с помощью специального катетера в полость матки.

• Искусственное оплодотворение можно провести **в домашних условиях**. Вопреки существующим мифам, такой метод зачатия не может плохо отразиться на ребёнке: ведь во время него происходит то же самое, что и при вагинальном сексе.

Вероятность зачатия при этом методе такая же, как и при половом акте, может быть, немного меньше.

Для искусственного оплодотворения дома понадобятся: шприц без иглы; любая емкость или презерватив; катетер (резиновая трубочка).

Емкостью для спермы может стать стеклянная или пластиковая чашечка, либо снятый после полового акта презерватив. Чашечка подходит лучше, так как сделать забор спермы из презерватива сложнее. Наполните шприц воздухом, а затем выдавите его. Наполните шприц спермой. Установите на шприце катетер. Выдавите возможные пузырьки воздуха. Затем примите комфортное положение, лучше всего подложить подушку или две под бедра. Медленно введите катетер во влагалище пока он не приблизится к шейке матки, но делайте это крайне осторожно и не пытайтесь ввести его дальше в матку.

Очень медленно введите сперму. Если делать это быстро, сперма может просто растечься по влагалищу и не проникнет в шейку матки. После этого постарайтесь полежать с приподнятыми бедрами, чтобы сперма могла проникнуть дальше.

Лучше всего попытаться испытать оргазм во время попытки оплодотворения – без него вероятность зачатия будет намного меньше. Оргазм помогает шейке матки раскрыться, и сперма буквально всасывается в полость матки. В результате сперматозоидам проще добраться до места назначения. Например, Ваш партнер может помочь Вам испытать клиторальный оргазм с помощью стимуляции рукой или языком. Избегайте любого вагинального проникновения.

Эффективность этой процедуры достигает 20-40 %.

- Также для искусственного оплодотворения можно использовать **цервикальный колпачок или диафрагму** – они используются как барьерный метод контрацепции и устанавливаются на шейку матки. Однако для этого метода без помощи врача точно не обойтись – он должен подобрать нужный размер диафрагмы или колпачка. Также гинеколог объяснит, как правильно устанавливать диафрагму, и необходимо будет предварительно потренироваться в этом.

Диафрагму или колпачок нужно наполнить спермой – непосредственно, либо с помощью шприца. Затем очень аккуратно установить диафрагму, придерживая ее так, чтобы сперма не вылилась. После установки диафрагмы лучше постараться получить оргазм. Диафрагма должна оставаться на месте 2-3 часа, но не больше 12 (сверьтесь с инструкцией).

- Если в домашних условиях зачатия добиться не удалось, то искусственное оплодотворение проводится **в клинических условиях** у специалиста в специализированном учреждении.

## 2. ЭКО (экстракорпоральное оплодотворение – метод оплодотворения материнской яйцеклетки в пробирке).

Основной смысл этой технологии заключается в том, что оплодотворение, то есть слияние женской и мужской половых клеток, происходит в лаборатории, и эмбрионы развиваются вне организма матери (в специальном инкубаторе). Метод ЭКО представляет собой сложный многоступенчатый процесс. Он требует назначения различных препаратов для стимуляции овуляции и суперовуляции – развития многочисленных

яйцеклеток и многократной оценки состояния женщины в течение цикла, в котором производится попытка ЭКО. Этот этап «слежения» за ростом и развитием фолликулов при помощи ультразвуковых исследований и определения концентрации гормонов в сыворотке крови или моче после приема (или одновременно с приемом) препаратов получил название «ультразвуковой и гормональный мониторинг».

Возможность ЭКО для ВИЧ-положительных в России значительно ограничена. На сегодняшний день для женщин с ВИЧ проводят метод ЭКО, используя донорскую яйцеклетку.

Для того чтобы осуществить ЭКО, в клиниках проводят обязательное обследование крови на сифилис, ВИЧ, гепатиты В и С и при их наличии могут отказать в данной процедуре.

А также существуют ограничения для проведения экстракорпорального оплодотворения (ЭКО) независимо от ВИЧ:

- соматические и психические заболевания матери, являющиеся противопоказаниями для вынашивания беременности и родов;
- врожденные пороки развития или приобретенные деформации полости матки, при которых невозможна имплантация эмбрионов или вынашивание беременности;
- опухоли яичников;
- доброкачественные опухоли матки, требующие оперативного лечения;
- острые воспалительные заболевания любой локализации;

- злокачественные новообразования любой локализации, в том числе в анамнезе.

Эффективность ЭКО на сегодняшний день составляет более 20-30%.

## **ЕСЛИ ВИЧ ЕСТЬ У МУЖЧИНЫ**

### **1. Очистка спермы**

Единственным методом, который рекомендуют многие специалисты для исключения передачи ВИЧ женщины – это так называемая очистка спермы. Главная идея состоит в том, что ВИЧ в основном содержится в семенной жидкости. Во время очистки спермы клетки спермы концентрируются и отделяются от семенной жидкости. Затем проводится искусственное оплодотворение женщины этими клетками. Теоретически, без семенной жидкости риск для женщины уменьшается во много раз. Соответственно, уменьшается риск, что вирус передается от матери ребенку. Эту же процедуру можно использовать в случае наличия инфекций, передаваемых со спермой (гепатит В, ВИЧ и некоторые другие).

В настоящее время доступ к этой услуге у дискордантных пар затруднен. Одна из причин – то, что эта процедура не является общепризнанной, и у многих врачей вызывает возражения то, что она не гарантирует отсутствия вируса в сперме, так же как и того, что зачатие произойдет.

Другой причиной является то, что сфера репродуктивного здоровья «отстает» от сферы лечения ВИЧ-инфекции. Хотя современные методы лечения позволяют людям с ВИЧ жить все более продолжительной и полноценной жизнью, службы,

занимающиеся лечением бесплодия, обычно не рассматривают их как потенциальных клиентов. Люди, обращающиеся в подобные службы, обычно сталкиваются с отказами и дискриминацией.

## 2. Экстракорпоральное оплодотворение

Также может проводиться экстракорпоральное оплодотворение, при котором яйцеклетки женщины извлекают, оплодотворяют очищенной спермой «в пробирке» и затем вводят в матку.

Стопроцентной гарантии очистки спермы от ВИЧ быть не может, но после этой процедуры содержание вируса снижается на 60%.

## 3. Оплодотворение донорской спермой

Для этого может использоваться сперма анонимного донора, либо знакомого человека (например, родственника мужа). Обычно специалисты репродуктивных центров рекомендуют именно оплодотворение донорской спермы, хотя даже при этом варианте возможен отказ в проведении процедуры, если станет известно, что муж женщины ВИЧ-положительный.

## 4. Метод искусственного введения спермы

Введение спермы во влагалище искусственным путем, собрав сперму в презерватив, ввести ее во влагалище, это необходимо, чтобы исключить сексуальный контакт, так как он приводит к травматизации слизистой влагалища и шейки матки, через которые вирус может проникнуть в организм женщины. Искусственное введение спермы необходимо делать только в

дни овуляции, то есть максимально благоприятные для зачатия. Однако при использовании данного метода не исключена вероятность передачи ВИЧ женщине.

## ОБА ПАРТНЕРА ВИЧ-ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ

### 1. Метод искусственного введения спермы

Для пар, в которых оба ВИЧ-положительные также подходит метод искусственного введения спермы. Искусственное введение спермы необходимо делать только в период овуляции («благоприятных дней» для зачатия) у женщины.

### 2. Незащищенный сексуальный контакт

Если оба партнера в паре являются ВИЧ-положительными, то незащищенный секс нужно практиковать как можно реже, поскольку существует риск передачи другого штамма вируса. Передача другого штамма называется реинфекцией или суперинфекция. При этом происходит резкий рост количества вируса в крови, что связано с размножением второго штамма и наступает острая стадия ВИЧ-инфекции. Это увеличивает при зачатии риск передачи ВИЧ ребенку.

### 3. Суррогатное материнство

Яйцеклетка сама по себе не содержит ВИЧ. Однако невозможно яйцеклетку забрать, не контактируя с кровью, поэтому существует риск передачи ВИЧ суррогатной матери. И Вы можете попасть под статью 122 УК РФ о постановке в опасность передачи ВИЧ-инфекции суррогатной матери. Однако можно использовать донорскую яйцеклетку, которую

оплодотворяют очищенной спермой. После оплодотворения яйцеклетки сперматозоидом эмбрион выдерживается в специальном инкубаторе. Выращенный в инкубаторе эмбрион переносится в организм сурмамы и продолжает свое развитие в её организме. При этом развитие плода при таких способах зачатия происходит так же естественно, как и во время традиционного.

*Где это можно сделать процедуру очистки спермы и искусственного оплодотворения?*

Во многих странах (например, в Германии, Франции, Великобритании) данная методика пользуется большой популярностью среди ВИЧ-дискордантных пар.

В России можно сделать процедуру очистки спермы и ЭКО:

**г. Новосибирск**

Медицинский центр «Авиценна»

Тел.: 8 (383) 218–00–68, 223–10–24

Сайт: <http://www.avicenna-nsk.ru>

Запись на консультацию по телефону к доктору ЭКО

## КАКИЕ ФАКТОРЫ ПОМОГУТ СНИЗИТЬ РИСК ПЕРЕДАЧИ ВИЧ ПРИ ЗАЧАТИИ?

### • **Определение периода овуляции.**

Для успешного оплодотворения необходимо как можно точнее определить период овуляции («благоприятных дней») у женщины. Этот метод позволяет снизить количество неудачных попыток зачатия, следовательно, риск уменьшается статистически.

Достаточно точно можно определить овуляцию с помощью специальных «домашних тестов», которые можно купить в аптеке, или обратившись за консультацией к гинекологу. Овуляционный тест – это персональный медицинский диагностический прибор, при помощи которого можно определить овуляционный цикл женщины: периоды предовуляции, овуляции и менструации. Такой тест позволяет определить овуляцию за 16-28 часов до ее начала. Тесты бывают двух видов: для одних необходима моча, для других – слюна женщины.

Овуляцию можно определить при помощи ультразвукового исследования. Для этого необходимо обратиться за консультацией к врачу-гинекологу, который поможет правильно определить период овуляции.

### • **Вирусная нагрузка и иммунный статус.**

При зачатии ребенка важную роль играют показатели иммунного статуса и вирусной нагрузки. Некоторые исследования показывают, что передача ВИЧ ребенку особенно часто происходит, если у одного из партнеров:

- стадия СПИДа;
- высокая вирусная нагрузка (особенно, выше 60 000 клеток/мл);
- низкий иммунный статус (особенно, ниже 200 клеток/мл);

Гораздо большее значение играет вирусная нагрузка, которая связана с понижением иммунного статуса, чем сам иммунный статус. Чем меньше вирусная нагрузка, тем меньше вероятность передачи вируса женщине или ребенку. Перед планированием зачатия ребенка необходимо узнать результаты анализов, как иммунного статуса, так и вирусной нагрузки, для того чтобы снизить риск передачи ВИЧ ребенку.



- **Антиретровирусные препараты.**

Антиретровирусная терапия способствует снижению вирусной нагрузки до неопределяемого уровня. Этот факт говорит о том, что во время незащищенного сексуального контакта для зачатия (в дни овуляции) снижается возможность передачи ВИЧ партнеру до минимума, но все же стоит помнить о том, что риск существует.

Риск передачи ВИЧ значительно снижается на фоне успешной антиретровирусной терапии, так как снижение вирусной нагрузки в крови может привести к снижению количества ВИЧ в сперме и вагинальных выделениях.

- **Инфекции, передаваемые половым путем.**

Подобные инфекции, а также различные воспалительные заболевания половых органов могут значительно увеличить риск, даже если они не вызывают болезненных симптомов. Такие инфекции как хламидиоз, гонорея, могут увеличить количество ВИЧ в сперме. Поэтому так необходимо при планировании беременности пройти обследование на все инфекции и при их обнаружении начать лечение. Также риск значительно повышает эрозия шейки матки, и ее лечением также, необходимо заняться.

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ МЫ НЕ ХОТИМ РИСКОВАТЬ ПРИ ЗАЧАТИИ?

**Усыновление, опека или попечительство, приемная семья и патронаж** может подойти некоторым парам. Основная сложность в том, что усыновление или опека для ВИЧ-положительного человека может оказаться невозможным, однако в качестве усыновителя может выступить ВИЧ-отрицательный партнер.

А также существует перечень заболеваний, при наличии которых человек не может усыновить ребенка, принять его под опеку (попечительство) или взять в приемную семью:

- Туберкулез (активный и хронический) всех форм локализации у больных I, II, V групп диспансерного учета;
- Заболевания внутренних органов, нервной системы, опорно-двигательного аппарата в стадии декомпенсации;
- Злокачественные онкологические заболевания всех локализаций;
- Наркомания, токсикомания, алкоголизм;
- Инфекционные заболевания до снятия с диспансерного учета;
- Психические заболевания, при которых больные признаны в установленном порядке недееспособными или ограниченно дееспособными;
- Все заболевания и травмы, приведшие к инвалидности I и II группы, исключающие трудоспособность.

*Каким бы ни было Ваше решение важно взвесить все за и против, тем более что ВИЧ – далеко не единственный фактор, который может повлиять на решение родить ребенка. В любом случае каждый человек имеет право стать родителем, независимо от ВИЧ-статуса. Какой бы из способов зачатия ребенка Вы ни выбрали, желаем Вам терпения, удачи и семейного счастья.*



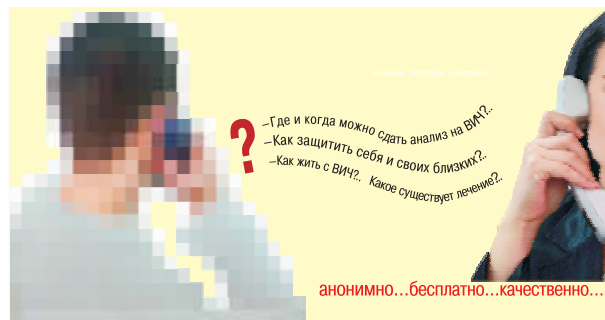
#### **В БУКЛЕТЕ ИСПОЛЬЗОВАНЫ МАТЕРИАЛЫ**

1. <http://www.aids.ru/>

2. Постановление Правительства РФ от 1 мая 1996 г. N 542

«Об утверждении Перечня заболеваний, при наличии которых лицо не может усыновить ребенка, принять его под опеку (попечительство), взять в приемную семью»

Телефон доверия по ВИЧ/СПИД в Барнауле:  
**48-15-40**



Алтайская краевая общественная организация  
“Позитивное развитие”

представляет услуги  
для людей с ВИЧ и их родных и близких:

- Индивидуальное консультирование по вопросам ВИЧ/СПИД.
- Доступ к специализированным по ВИЧ/СПИДУ Интернет-ресурсам.
- Информационные материалы.
  - Фильмогруппа.
- Группа общения. Только для людей с ВИЧ.
- Группа эмоциональной разгрузки.

тел.: (3852) 69-94-11  
режим работы: со вторника по субботу с 14:00 до 20:00