

Тренинг: «Профилактика инфекций, передаваемых половым путем»

Название блока	Время проведения	Содержание блока	Необходимые материалы
Знакомство	10 минут	<p>Ведущий представляется аудитории, кратко рассказывает о целях и задачах предстоящего тренинга, участники знакомятся друг с другом, проводятся игры на знакомство, после чего участники пишут маркерами свои имена на стикерах или бумаге.</p> <p><i>Игра «Имя-качество»: первый участник называет свое имя и добавляет к нему качество на первую букву своего имени (Виктор – веселый, Елена – естественная, Кристина – красивая и т.д.), следующие за ним по порядку называют свое имя и качество, при этом повторяют имена и качества всех предыдущих участников.</i></p> <p><i>Игра «Салфетки»: ведущий предлагает всем взять салфетки (зубочистки, стикеры, полоски бумаги). Затем участники по очереди называют свое имя и говорят о себе столько фактов, сколько салфеток они взяли.</i></p>	Салфетки (зубочистки, стикеры, полоски бумаги), маркеры, бумага для записей (стикеры)
Ожидания участников	5 минут	Участники высказывают свои ожидания от предстоящего тренинга, которые в дальнейшем можно учесть для повышения эффективности работы.	
Принятие правил работы	5 минут	<p>Обсуждаются и принимаются правила, направленные на более упорядоченную и эффективную работу группы (предлагаются ведущим):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. все участники равноправные партнеры не зависимо от возраста, социального положения, поэтому принимается единая форма общения на «ты»; 2. участники уважительно относятся к говорящему, дают возможность высказаться, не перебивают, при желании что-то сказать поднимают руки; 3. присутствующие не критикуют друг друга, можно критиковать только другую точку зрения или мнение. 	Лист ватмана, маркер или доска и мел
Актуализация	30 минут	Для демонстрации актуальности профилактики ИППП проводится игра «Цепная	Готовые карточки с

тренинга		<p>реакция».</p> <p><i>Игра «Цепная реакция»: ведущий раздает участникам карточки, среди которых одна с надписью «возбудитель ИППП», две - «средства защиты», остальные – «мирный житель». Участникам предлагает незаметно для других посмотреть в карточку и ознакомиться с надписью на ней.</i></p> <p><i><u>Первый круг игры:</u> ведущий: «Все вы – жители города N. Город живет своей жизнью. Днем все спокойно, люди заняты своими делами, а ночью на город спускаются темные силы. Это «возбудители ИППП». Среди вас есть «мирные жители», которые днем трудятся, а вечером отдыхают. «Возбудители ИППП» днем маскируются под «мирных жителей», а вечером выходят на охоту и инфицируют одного из жителей, который ведет себя небезопасно с точки зрения заражения ИППП. Зараженный житель становится «носителем» и на следующую ночь может заразить еще одного «мирного жителя».</i></p> <p><i>Итак, в городе N наступает ночь. Все жители засыпают. Закройте, пожалуйста, глаза. Открывают глаза «средства защиты». (Ведущий помечает этих участников на своей схеме.) Средства защиты» засыпают.</i></p> <p><i>Просыпается и открывает глаза «возбудитель ИППП» («Возбудитель ИППП») тихо показывает ведущему одного «мирного жителя», который будет заражен этой ночью. Ведущий дотрагивается до этого участника, который теперь становится «носителем», который теперь тоже может заражать других «мирных» жителей». Ведущий помечает этого участника на своей схеме. Если «возбудитель ИППП» указал на участника, имеющего карточку «средства защиты», то ничего не происходит, участник остается здоровым).</i></p> <p><i>Город просыпается. Все открывают глаза. Сегодня ночью были заражены ИППП столько-то «мирных жителей» или сегодня ночью не было новых случаев заражения. «Мирный житель» воспользовался средствами защиты и поэтому не заболел.</i></p> <p><i><u>Второй круг игры:</u> ведущий: «На город снова спускается ночь. Все закрывают глаза. Просыпаются «возбудители ИППП» и «носители» и заражают по одному человеку. (Ведущий помечает их на схеме). «Возбудители ИППП» и «носители» засыпают. Город просыпается. Все открывают глаза. Сегодня ночью было инфицировано столько-то человек.</i></p> <p><i><u>Третий и последующие круги игры</u> повторяются по аналогии. Игра</i></p>	надписями
----------	--	---	-----------

		<p>заканчивается в тот момент, когда количество «возбудителей ИППП» и «носителей» примерно вдвое превышает количество неинфицированных жителей города. По окончании игры ведущий выстраивает пирамиду из «носителей», вызывая вначале того, кто был инфицирован на первом круге, за ним становятся те, кто был инфицирован на втором круге, и т.д.</p> <p>По окончании игры участники делятся друг с другом выводами, рассказывают о чувствах, которые вызвала у них игра.</p>	
Информационный блок	40 минут	<p>1. <u>общие представления об ИППП.</u></p> <p>Кто знает, что такое ИППП? Какие заболевания относятся к инфекциям передаваемым половым путем?</p> <p>Инфекции, передаваемые преимущественно половым путем (ИППП) – это группа инфекционных заболеваний, которые передаются в основном посредством полового контакта от больного человека к здоровому. К ИППП относят сифилис, гонорею, хламидийную и микоплазменную инфекцию, трихомониаз, герпетическую и папилломавирусную инфекцию половых органов. (В южных странах кроме вышеперечисленных заболеваний встречается шанкроид, паховая гранулема, хламидийная лимфогранулема).</p> <p>Кроме того при половых контактах помимо ИППП передается ВИЧ-инфекция, вирусные гепатиты В и С, а также некоторые другие заболевания (чесотка, лобковые вши, контагиозный моллюск). На сегодняшний день известно 30 заболеваний, которые могут передаваться половым путем.</p> <p>По оценкам Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), ежегодно во всем мире более 340 миллионов мужчин и женщин в возрасте 15—49 лет заболевают ИППП, на земном шаре каждый шестой житель страдает какой-либо болезнью, передаваемой половым путем.</p> <p>В последние годы в Республике Беларусь отмечается тенденция к снижению роста заболеваемости ИППП. Однако, не смотря на совершенствование методов диагностики и лечения, в Республике Беларусь на сегодняшний день охраняется высокий уровень заболеваемости ИППП, а среди заболевших преобладают лица в возрасте от 15 до 29 (60 – 70%).</p>	Листы ватмана, маркеры или доска и мел, готовые карточки

Как вы думаете, почему подростки находятся в группе риска?

Подростки склонны к рискованному сексуальному поведению, помимо раннего начала половой жизни, они зачастую не имеют постоянного сексуального партнера, не знают как защитить себя от инфекции, отказываются использовать презервативы и другие методы защиты от ИППП.

Практикуя рискованное сексуальное поведение, от одного и того же партнера одновременно можно заразиться несколькими инфекциями в том числе и ВИЧ. При этом наличие у больного микст-инфекции (одновременно нескольких ИППП) значительно увеличивает вероятность инфицирования ими здорового партнера.

Имеющиеся нарушения целостности слизистых половых органов в результате инфицирования ИППП в свою очередь являются открытыми входными воротами для вируса иммунодефицита. При наличии хотя бы одной половой инфекции риск заражения ВИЧ повышается в среднем в четыре раза.

Все ли ИППП на сегодняшний день излечимы?

Все инфекции, передаваемые половым путем, условно можно разделить на излечимые и неизлечимые. На сегодняшний день полностью излечиться от вирусных инфекций, таких как ВИЧ-инфекция, герпес половых органов нельзя. Большинство же ИППП бактериальной природы или вызванные простейшими и паразитами (гонорея, сифилис, трихомониаз, чесотка) успешно лечится при своевременном обращении к врачу.

2. Последствия заражения ИППП.

К чему приводит заражение ИППП?

Негативное влияние ИППП на организм человека не всегда ограничивается только поражением половых органов и сексуальным дискомфортом. При несвоевременной диагностике или неадекватной терапии (самолечении) ИППП могут приобретать хроническое течение и стать в последствии причиной различных осложнений (например бесплодия), привести к поражению других органов и систем помимо мочеполовой (висцеральный сифилис, нейросифилис, синдром Рейно при хламидиозе), вызвать онкологические заболевания (рак шейки матки при заражении

вирусами папилломы), а в отдельных случаях привести к летальному исходу. Кроме того несвоевременное лечение и поздняя диагностика ведет к заражению ранее здоровых половых партнеров и дальнейшему распространению инфекции.

У женщин репродуктивного возраста заболевания передаваемые половым путем могут стать причиной различных сексуальных расстройств, бесплодия, внематочной беременности; привести к выкидышам, преждевременным родам, врожденным уродствам плода, мертворождению, инфицированию плода ИППП и ВИЧ. У мужчин ИППП также способствуют развитию бесплодия и сексуальных нарушений. Все вышесказанное в свою очередь приводит к значительным финансовым затратам больного на диагностику, лечение и последующую реабилитацию больных.

**Что необходимо сделать в первую очередь при подозрении на ИППП?
(Подвести участников тренинга к тому, что необходимо обратиться незамедлительно к врачу.)**

3. Пути передачи ИППП.

Как передаются ИППП? Какие пути заражения ИППП существуют помимо полового?

Основным источником заражения ИППП и ВИЧ-инфекцией является больной человек, однако нередко им может быть внешне здоровый человек – носитель инфекции. Путь передачи преимущественно половой. Причем наиболее опасным является анальный секс, а наименее – оральный. Вагинальный секс занимает между ними промежуточное положение.

Однако следует помнить, что ряд заболеваний, например сифилис, чесотка, контагиозный моллюск могут передаваться в результате тесного бытового контакта (нахождение в одной постели, использование общего полотенца). Для ВИЧ и вирусных гепатитов помимо полового пути передачи инфекции важную роль играет и инъекционный путь, особенно у наркоманов.

Следует помнить, что заразиться ИППП и ВИЧ-инфекцией нельзя при рукопожатиях, объятиях, дружеском поцелуе, использовании питьевого фонтанчика, телефона, через пищевые продукты, поручни в общественном

транспорте, воду в бассейне или водоеме. Эти инфекции также не передаются через животных и при укусах насекомых.

Игра: всем участникам раздают бумажки, на которых написаны возможные ситуации, при которых может/не может произойти заражение ИППП. Все эти ситуации участники путем обсуждения разделяют на 2 группы: Заражение возможно и заражение невозможно

Ситуации:

- секс без презерватива – заражение возможно;
- общий шприц – заражение возможно;
- дружеский поцелуй– заражение невозможно;
- укус комара– заражение невозможно;
- общая расческа– заражение невозможно;
- укус домашнего животного– заражение невозможно;
- тирсинг – заражение возможно;
- татуировка – заражение возможно;
- переливание крови– заражение невозможно;
- половой контакт с презервативом– заражение невозможно;
- общее полотенце– заражение возможно;
- рукопожатие– заражение невозможно;
- объятие– заражение невозможно;
- использование медицинского инструментария– заражение невозможно;
- бассейн– заражение невозможно;
- пользование общей постелью - заражение возможно;
- общая баня– заражение невозможно;
- поручни в общественном транспорте - заражение невозможно;
- дверные ручки в больницах - заражение невозможно;
- общие маникюрные принадлежности– заражение невозможно;
- донорство– заражение невозможно;
- кормление грудью – заражение возможно;
- посещение общественного туалета– заражение невозможно;

4. Клинические проявления ИППП

Не смотря на достаточно большое количество ИППП, все они, помимо

		<p>полового пути передачи имеют общие признаки:</p> <ul style="list-style-type: none">- зачастую протекают скрытно, без каких-либо ощущений со стороны больного (особенно часто такое встречается у женщин),- без лечения отмечается тенденция к хронизации процесса, развитию осложнений (наиболее часто со стороны репродуктивной системы),- больные и инфицированные являются высоко заразными для окружающих, в связи с чем необходимо обязательное обследование и лечение половых партнеров,- отсутствие каких-либо специфических симптомов для многих ИППП, что требует обязательного подтверждения диагноза лабораторными тестами,- трудности диагностики заболевания на начальных этапах его развития,- сходность клинических проявлений различных ИППП. <p>Какие признаки характерны для ВИЧ-инфекции и ИППП? (Отметить на доске или листе ватмана все называемые проявления)</p> <p>У мужчин наиболее частыми проявлениями ИППП являются выделения из мочеиспускательного канала, зуд, жжение и болезненность при мочеиспускании, высыпания (язвочки, пузырьки) на половых органах, увеличение паховых лимфатических узлов, боли в области яичек.</p> <p>У женщин многие ИППП протекают скрытно, никак не проявляя себя, в отдельных случаях могут появиться необычные выделения из влагалища (обильные, пенистые, творожистые, с неприятным запахом), зуд, жжение, раздражение в области половых органов, болезненность во время мочеиспускания и полового акта, боли внизу живота, на половых органах возникают язвочки, пузырьки, увеличиваются паховые лимфатические узлы, нарушается менструальный цикл.</p> <p>Как у мужчин, так и женщин в отдельных случаях может быть сыпь на теле, ладонях, подошвах, выпадение волос, припухлость и боли в суставах, поражение глаз, высыпания в ротовой полости.</p> <p>В течение ВИЧ-инфекции выделяют три стадии:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Острая стадия характеризуется симптомами, напоминающими грипп	
--	--	--	--

		<p>(лихорадкой, головной болью, болью в горле, мышцах, суставах, увеличением лимфатических узлов), которые возникают через 1-3 недели после инфицирования.</p> <p>2. Латентная стадия может длиться от 2 до 10 лет, при этом клинические признаки заболевания отсутствуют.</p> <p>3. Стадия манифестных проявлений (СПИД) – характеризуется различными проявлениями. У больных нарушается общее состояние организма (снижение массы тела, повышение температуры), развиваются часто повторяющиеся грибковые, бактериальные и вирусные заболевания, устойчивые к обычной терапии, возникают опухолевые процессы, поражается нервная система.</p> <p><i>Игра- разминка «Импульс» участники берутся за руки. Ведущий сжимает руку соседа справа и просит его передать импульс дальше по кругу. После того как импульс обойдет весь круг и вернется, ведущий просит сделать это быстрее, потом еще быстрее. Затем передает импульс одновременно соседу справа и слева.</i></p> <p>5. <u>Диагностика ИППП</u></p> <p>Можно ли достоверно определить наличие у самого себя или другого человека ВИЧ-инфекцию или ИППП без специальных лабораторных тестов?</p> <p>Наличие определенных симптомов (зуд, жжение, высыпания) позволяет только заподозрить ИППП, однако не всегда можно достоверно определить, болен партнер или нет, особенно если он чистоплотен, аккуратно одет, регулярно проходит обследования. Определить же наличие ВИЧ-инфекции особенно у больного с острой или латентной стадией заболевания по внешним признакам невозможно.</p> <p>Подтвердить или опровергнуть ИППП и ВИЧ-инфекцию можно только на основе лабораторных тестов. Но следует помнить, что они становятся информативными не сразу после полового акта, а спустя некоторое время от момента инфицирования. В каждом городе существует ряд мест, где можно пройти обследование на ИППП и ВИЧ-инфекцию.</p> <p>Знаете ли вы где в Минске можно обследоваться на инфекции,</p>	
--	--	---	--

передаваемые половым путем?

Пройти обследование на наличие ИППП и ВИЧ-инфекцию в г. Минске можно в следующих медицинских учреждениях:

1. Минский городской кожвендиспансер, ул. Прилукская 46а;
2. Амбулаторно-дерматовенерологическое отделение №1, ул. Нахимова, 4;
3. Амбулаторно-дерматовенерологическое отделение №2, ул. Смолячкова, 1;
4. Отдел профилактики ВИЧ/СПИД ГУ «Республиканский центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья» ул. Клары Цеткин, 4 (Телефон горячей линии по вопросам ВИЧ-инфекции и СПИДа – 200-28-83);
5. Поликлиника или женская консультация по месту жительства.

Необходимо помнить, что обследование может быть анонимным, а информация о наличии ИППП и ВИЧ-инфекции не передается врачом школьным учителям, преподавателям ВУЗа при условии выполнения всех врачебных рекомендаций. К тому же любой пациент, обратившийся за медицинской помощью, не зависимо от имеющегося заболевания, имеет право на уважительное отношение со стороны медицинских работников. Следует также помнить, если вы несовершеннолетний, то обследование должно проводиться в присутствии ваших родителей или опекунов.

Своевременное обращение и диагностика ИППП позволяет начать адекватное лечение имеющихся заболеваний на ранних этапах. Как правило, в таких случаях не требуется госпитализация в стационар, сроки лечения относительно небольшие, заболевание удается полностью излечить. Лабораторная диагностика к тому же позволяет не только определить наличие какого-либо заболевания, но и выбрать наиболее эффективное лечение. После лечения ряда ИППП необходимо диспансерное наблюдение для контроля эффективности проведенной терапии.

Какие способы профилактики ИППП вы знаете?

Безопасное сексуальное поведение является одним из самых эффективных

		<p>способов профилактики ИППП, оно включает в себя:</p> <ul style="list-style-type: none"> - отказ от раннего начала половой жизни; - выбор единственного полового партнера, которому вы можете доверять; - отказ от случайных половых связей; - использование средств индивидуальной профилактики ИППП (презервативов, растворов местных антисептиков – мирамистина или хлоргексидина); - в случае подозрения на ИППП, случайном половом контакте с сомнительным партнером незамедлительное обращение в лечебное учреждение. <p>Необходимо помнить, что в первую очередь профилактика ИППП зависит от внутренних моральных установок (ориентации на более позднее начало половой жизни, отказ от добрачных интимных отношений). Мотивом начала половой жизни должно выступать собственное осознанное решение, а не давление со стороны партнера, страх его потерять, желание угодить ему и сохранить отношения. В подобных случаях необходимо ясно и четко обсудить интимную сторону отношений и, в случаях нежелания начинать половую жизнь с данным партнером ответить отказом.</p> <p>Таким образом, не смотря на достаточно широкое распространение ИППП выполнение простейшей рекомендации (отказ от раннего начала половой жизни, постоянный половой партнер, использование презерватива) гарантирует безопасность интимной жизни и сохранение здоровья.</p>	
<p>Практическая часть</p>	<p>15 минут</p>	<p><i>Учащиеся разбиваются на две команды, каждой из которой дается лист ватмана и маркер. Одна из команд составляет список, куда включает все факторы способствующие заражению ИППП. Вторая команда составляет список, где перечисляет все способы профилактики ИППП.</i></p> <p><i>Викторина: помещение делится на две части (с одной стороны будут согласные с утверждением ведущего, с другой стороны участники с противоположным мнением), ведущий задает вопрос, выслушивает мнение согласных и несогласных участников, затем дает правильный ответ на</i></p>	<p>Листы ватмана и маркеры или доска и мел</p>

		<p><i>поставленный вопрос.</i></p> <p><i>А. Презервативы – это единственный и 100 % эффективный способ защиты от инфекций, передающихся половым путем (ИППП)? Неверно. Воздержание от половых контактов - наилучший способ профилактики ИППП. Презервативы – это наиболее эффективный способ защиты от ИППП при сексуальных контактах, но только полное воздержание от половых контактов является эффективным на 100% способом.</i></p> <p><i>Б. Использование двух презервативов одновременно обеспечивают большую защиту от ИППП? Неверно. Презервативы предназначены для использования по одному — трение между двумя презервативами может привести к их разрыву.</i></p> <p><i>В. Презервативы всегда эффективны в плане защиты ИППП? Неверно. Некоторые инфекции (сифилис, ВПГ, чесотка) могут передаваться бытовым путем.</i></p>	
<p>Завершение тренинга</p>	<p>10 минут</p>	<p>Подводятся итоги, участники делятся впечатлениями, рассказывают, что нового они узнали, повысился ли их уровень информированности, сбылись ожидания.</p>	