

## **ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ КВЕСТ «МАРШРУТ ЗНАНИЙ О ВИЧ»**

Индивидуальный квест «Маршрут знаний о ВИЧ» (далее – квест) ориентирован на работу с обучающимися старше 16 лет (10-11 класс), студентами профессиональных образовательных организаций, образовательных организаций высшего образования.

Рекомендуется проводить квест до командных дебатов с использованием видео-кейсов сериала «Выше неба», в качестве I этапа Форума в рамках акции по борьбе с ВИЧ/СПИД.

### **Цели квеста:**

повысить уровень информированности молодежи (обучающихся, студентов) по вопросам профилактики ВИЧ/СПИД;

способствовать формированию установок социально-ответственного поведения.

**Количество станций:** 4

**Количество «кураторов станций»** (волонтеров-медиков): 4 человека.

**Общее время для прохождения:** до 40 минут.

**Целевая аудитория:** 16+.

Количество участников квеста может быть не ограничено.

Для увеличения охвата участников необходимо дублировать станции.

Участники проходят станции друг за другом в строгой последовательности.

«Кураторы станций» должны обладать знаниями по каждой из представленных станций.

На выполнение заданий (каждой станции) отводится определенное количество времени.

### **Сценарий квеста**

#### **Станция № 1 «Миф или правда»**

Время для прохождения – 8 минут.

Количество участников – 1.

Оснащение: распечатанные материалы (приложение 3), таймер.

#### **Задание для станции № 1**

За **3 минуты** участнику необходимо определить, какие из предложенных утверждений являются ложными (мифом), а какие верными (правдой).

### Задачи куратора:

Куратор отсчитывает время выполнения задания. После истечения отведенного времени - проверка результата, оглашение куратором правильных ответов.

### Правильные ответы

#### **Мифы:**

— Заразиться ВИЧ-инфекцией можно через поцелуй.

*Пояснение.* Вирус не передается воздушно-капельным путем, то есть при чихании, кашле и дружеском поцелуе, когда происходит контакт со слюной. Зная, что путей передачи три (половой, через кровь, а также молоко ВИЧ-инфицированной матери), не нужно бояться общения, объятий с ВИЧ-инфицированным человеком. При поцелуе заразиться вирусом невозможно, для этого нужно будет выпить 4 литра слюны ВИЧ-положительного человека – только в таком объеме будет достаточная для инфицирования концентрация вируса. Представить подобную реальную жизненную ситуацию невозможно.

— Человек может заразиться СПИДом.

*Пояснение.* Необходимо разделять три понятия - ВИЧ, ВИЧ-инфекция и СПИД. ВИЧ расшифровывается как вирус иммунодефицита человека. ВИЧ-инфекция – это заболевание, которое развивается при попадании вируса в организм человека. СПИД же расшифровывается как синдром приобретенного иммунодефицита и это поздняя, продвинутая стадия ВИЧ-инфекции, до которой дело может и не дойти. То есть сам СПИД без попадания этого вируса в организм развиваться не может. Поэтому в следующий раз, услышав утверждение «ВИЧ и СПИД – это одно и то же» или «Человек может заразиться СПИДом», вы знаете что это не так.

— ВИЧ передается с укусом комара.

*Пояснение.* ВИЧ не может жить и размножаться в теле комара. Вирус иммунодефицита человека не способны передавать насекомые, собаки и другие животные — ВИЧ в их организме не выживает.

— По внешнему виду можно определить, что у человека ВИЧ.

*Пояснение.* Вирус может находиться в организме около 10 лет, прежде чем человек почувствует какие-либо симптомы заболевания. Он может выглядеть и чувствовать себя абсолютно здоровым и при этом передавать вирус другим, даже не подозревая об этом! Вирус постепенно атакует и разрушает иммунные клетки и в последствии не дает возможности организму

сопротивляться воздействиям внешней среды и сохранять здоровье. Все это приводит к иммунодефициту – истощению иммунной системы человека, она ослабевает.

### **Правда:**

— Существует всего три пути передачи ВИЧ.

*Пояснение.* Существуют всего три пути передачи ВИЧ: половой, путь передачи через кровь и вертикальный, или от матери к ребенку. Все они осуществляют передачу вируса через жидкости организма – это кровь, семенная жидкость у мужчин или сперма, жидкости из половых органов женщин (вагинальный секрет), а также грудное молоко.

— Фраза «ВИЧ-положительный» означает наличие вируса в организме.

— ВИЧ-положительный человек – человек, в организме которого находится ВИЧ и это подтверждено диагнозом врача. ВИЧ-отрицательный человек – человек, в организме которого отсутствует вирус иммунодефицита человека.

— Женщина с диагнозом ВИЧ-инфекция может родить здорового ребенка.

*Пояснение.* Сегодня, благодаря высокоэффективному лечению (антиретровирусной терапии) можно родить здорового ребенка. Это постоянный прием лекарств, замедляющий развитие ВИЧ-инфекции. Прописанные врачом таблетки снижают количество вируса в организме и снижают вероятность передачи вируса другому человеку. Следуя рекомендациям врача, человек живёт полноценной жизнью, у него ВИЧ-инфекция не переходит в стадию СПИДа, и он безопасен для окружающих. А также эти лекарства предоставляются гражданам России бесплатно.

— Не существует вакцины от ВИЧ-инфекции.

*Пояснение.* Полностью избавить организм человека от вируса сегодня все еще невозможно. И пока не существует никакой вакцины от ВИЧ-инфекции. Тем не менее, медицина сделала шаг вперед, и ВИЧ-инфекция перешла из разряда смертельных заболеваний в разряд контролируемых! Произошло это благодаря применению специальных лекарств, таблеток. Называется это антиретровирусной терапией.

— Совместное с ВИЧ-положительным человеком пользование общей посудой.

*Пояснение.* Бытовым путем вирус иммунодефицита человека не передается. Неповреждённая кожа служит надёжным барьером для вируса. Кроме того, вирус очень быстро разрушается во внешней среде. Поэтому ВИЧ не передаётся через полотенце, одежду, постельное бельё и общую посуду.

**Станция № 2 «Дебаты»**

Время для прохождения – 8 минут.

Количество участников – 1-2.

Оснащение: секундомер или часы с возможностью отсчета времени.

*Дебаты - публичное обсуждение определенного вопроса, обмен мыслями на заданную тему.*

Цели для участника: четко сформулировать собственное мнение по проблеме распространения ВИЧ-инфекции; обмениваться мнениями с другими участниками; вести дискуссию в спокойной, доброжелательной манере.

Задачи куратора

Вы - модератор дискуссии, которая ведется между двумя участниками, не вступаете в дебаты. Строго следите за временем.

*\* Куратор может выступать в качестве участника дебатов только при отсутствии второго участника.*

*\*Допускается привлечение дополнительного количества участников, которые после завершения дискуссии примут участие в голосовании за понравившегося участника (по количеству поднятых рук).*

1) Первый круг обсуждения.

Действия куратора: а) объясняет суть прохождения станции и задает ситуацию (зачитывает историю); б) озвучивает вопрос для обсуждения; в) распределяет между участниками позиции для обсуждения (позиция №1 – «согласен», позиция №2 – «не согласен»).

Каждому участнику для защиты своей позиции отводится 2 минуты!

(За временем следит куратор)

Очередность выступления и распределение позиций определяются по желанию участников или определяются куратором случайным образом (жребий, игральные кости, алфавитный порядок, считалка и прочее).

2) Второй круг обсуждения - ответ оппоненту.

Каждому участнику для защиты своей позиции отводится 1 минута!

### Сценарий станции № 2

Куратор: «Предлагаю вам поучаствовать в дебатах. Вас ждет два круга обсуждения. На каждого отводится 2 минуты в первом круге и по 1 минуте во втором, за это время вы должны высказать свою позицию, привести аргументы в ее пользу. Прослушайте историю. Готовы?»

История: «ВИЧ-инфекция мне не грозит. Я не наркоман(ка), не веду беспорядочных половых связей, не делаю татуировки. Мне нечего бояться.»

Вопрос для обсуждения: «ВИЧ-инфекция распространена только в группах риска»

Позиция №1 – «да, согласен (на)». Позиция №2 – «нет, не согласен(на)».

### **Станция № 3 «Шкала риска»**

Время для прохождения – 8 минут.

Количество участников – 1.

Оснащение: распечатанные материалы (см. приложение 4 и утверждения для раздачи в конце документа), таймер

#### Задачи куратора:

Вы предлагаете участникам оценить утверждения с точки зрения степени риска заражения ВИЧ-инфекцией.

Целесообразно задавать наводящие вопросы к выданным утверждениям, которые описывали бы разные жизненные спорные ситуации, так как некоторые утверждения не имеют единого однозначного ответа. Если участником не сказан правильный ответ – дать комментарии, которые указаны ниже. Утверждения для раздачи см. ниже

#### Задание для станции:

**За 5 минут** участнику необходимо определить, какие из предложенных ситуаций соответствуют той или иной степени риска, учитывая что первая точка - риск отсутствует; вторая точка - нельзя исключить риск, вероятность заражения присутствует; третья точка - высокий риск, рискованное поведение в отношении риска заражения ВИЧ. Участнику следует прокомментировать свой выбор.

#### Правильные ответы:

**РИСК ОТСУТСТВУЕТ:**

- 1. Посещение бассейна, сауны, ванной**
- 2. Проживание в одной комнате с ВИЧ-положительным человеком**
- 3. СПИД/ВИЧ-террористы**

**РИСК ИСКЛЮЧИТЬ НЕЛЬЗЯ:**

- 4. Переливание крови**
- 5. Использование чужой зубной щеткой**
- 6. Нанесение татуировки в неспециализированном салоне**

**ВЫСОКИЙ РИСК:**

- 7. Половой акт с потребителем наркотиков**
- 8. Множественные половые связи**

Комментарии к утверждениям для куратора:

#### **Посещение бассейна, сауны, ванной**

Если кровь человека с ВИЧ-положительным статусом попадет в бассейн, вы можете плавать в нем, даже имея открытую рану. Вы можете безбоязненно принимать ванну вместе с ВИЧ-положительным человеком, мыться с ним вместе под душем и париться в бане. Это все совершенно безопасно.

#### **Проживание в одной комнате с ВИЧ-положительным человеком**

Бытовым путем вирус не передается. Неповреждённая кожа служит надёжным барьером для вируса. Кроме того, вирус очень быстро разрушается во внешней среде. Поэтому ВИЧ не передаётся через полотенце, одежду, постельное бельё, посуду. Также не передается ВИЧ при кашле и чихании, а также через рукопожатия и объятия с ВИЧ-позитивным человеком. На данный момент существует множество дискордантных пар, когда только один из партнеров ВИЧ-положительный, такие семьи имеют здоровых детей.

#### **СПИД/ВИЧ-террористы**

Безусловный лидер самых нелепых страхов. «По всему миру бегают СПИД-террористы, они набирают в шприцы инфицированную кровь, а потом разбрасывают их в троллейбусах, кинотеатрах и кафе». Ни одного подобного случая заражения ВИЧ во всем мире не зафиксировано. Для тех, кто по-прежнему верит в такие слухи, есть хорошая новость: без специальных условий хранения крови, ВИЧ очень быстро погибает вне организма. Не бойтесь ходить по улицам и общаться с ВИЧ-положительными людьми. Во всех установленных случаях заболевания заражение происходило через кровь,

сперму, вагинальный секрет или материнское молоко ВИЧ-положительного человека.

### **Переливание крови**

Переливание крови относится к одному из путей передачи – путь передачи ВИЧ через кровь. Но в условиях современной медицины это практически невозможно! Сегодня донорство — это абсолютно безопасно. Существуют специальные нормы по забору, проверке и хранению крови. При их соблюдении – риска заразиться нет. Но тем людям, которые часто получают переливание крови, нужно всегда внимательно относиться к своему здоровью и регулярно проходить тест на ВИЧ.

### **Пользование чужой зубной щеткой**

Все средства личной гигиены, будь то зубная щетка, мочалка или бритва, нельзя делить с другими людьми. Ведь через них можно получить кучу других вирусов и инфекций. Поэтому каждый человек, не важно ВИЧ-положительный он или нет, должен иметь свою зубную щетку, расческу, бритву, а также держать в идеальном порядке кухню, ванную и туалет.

### **Нанесение татуировки в неспециализированном салоне**

Тату-салон – место, где риск заражения, безусловно повышается, но это и общественное место, где должны соблюдаться санитарные нормы. После каждого клиента приборы, которыми производилась манипуляция, должны подвергаться дезинфекции и стерилизации или должны использоваться одноразовые стерильные приборы, краски должны быть также индивидуальными. Однако, так ли часто соблюдаются эти нормы в салонах? Скорее да, но салон нужно выбирать проверенный, заслуживающий доверие. Но, помимо салона, некоторые мастера делают татуировки на дому. Однако, в домашних условиях возможность заразиться ВИЧ повышается, потому что вам никто не может дать гарантии, что соблюдены все санитарные нормы и правильно обработаны приборы. Это важно понимать и отдавать себе в этом отчет.

### **Половой контакт с потребителем наркотиков**

По статистике, употребление инъекционных наркотиков в течение года в 70% случаев ведет к заражению ВИЧ. Пока это один из самых распространенных способов передачи ВИЧ. ВИЧ-инфекция - одна из важных причин прекратить употребление наркотиков. Инъекционный путь заражения ВИЧ – самый опасный, и вероятность заразиться через кровь или шприц очень



высока. Чем раньше человек откажется от наркотиков и начнет реабилитацию, тем больше шансов на будущую здоровую жизнь.

### **Множественные половые связи:**

Множество опасных болезней передаются именно половым путем, а значит, что человек, ведущий беспорядочную половую жизнь, становится «копилкой» различных серьезных заболеваний. Далеко не всегда болезни имеют видимое проявление, или же могут находиться, на момент сексуального контакта, в скрытом периоде. Например, ВИЧ-инфекция практически никак не проявляется, поэтому догадаться о том, что человек ей болен, практически невозможно. Шансы заразиться ВИЧ или любым другим заболеванием, передающимся половым путем, будут увеличиваться прямо пропорционально количеству половых партнеров. К тому же, далеко не все ВИЧ-положительные ответственно относятся к своему заболеванию и сообщают своему партнеру о том, что они являются носителями вируса, хотя по закону должны сообщать своему партнеру. А некоторые сами могут находиться в периоде «окна» и не знать, что уже инфицированы. Беспорядочный секс – это прямой путь к ВИЧ. Даже если при этом человек будет пользоваться презервативом, 100% защиты это не даст, хотя риск и будет снижен.

### **Станция № 4 «Долгая история»**

Время для прохождения – 5 минут.

Количество участников – 1.

Оснащение: распечатанные материалы (приложение 1 и 2), таймер

Материалы для проведения: «Шкала времени» в **приложении 1**, «Факты» в **приложении 2** (см. прикрепленные файлы).

#### Задание для станции № 5

За **3 минуты** участнику необходимо восстановить историю распространения ВИЧ: установить соответствие между годом на шкале времени и историческим событием (фактом). Одному факту соответствует одна дата.

*\*Каждый факт распечатан и вырезан по размеру на отдельном листе.*

#### Задачи куратора:

Куратор отсчитывает время выполнения задания. После истечения отведенного времени - проверка результата, оглашение правильных ответов.



**Правильные ответы:**

**1959 год** - Ретроспективно: Антитела к ВИЧ обнаружены в сыворотках африканцев 1959г. из банка сывороток.

**1979 год** - Ретроспективно: первые случаи СПИДа описаны в США.

**1981 год** - Первые публикации о таинственной смертельной болезни в США (необычные случаи саркомы Капоши и пневмоцистной пневмонии).

**1983 год** - Луи Монтанье (Институт Пастера, Франция) и Роберт Галло (Национальный институт рака, США) открывают вирус иммунодефицита человека.

**1985 год** - Первый больной (африканец) выявлен в СССР.

**1987 год** - Зарегистрирован первый случай ВИЧ-инфекции у гражданина СССР.

**1996 год** - Внедрение антиретровирусной терапии.

**2001 год** - Более 180 000 зарегистрированных случаев заражения в России, около 40 млн - во всем мире.

**2015 год** - С начала эпидемии более 76 млн человек в мире заразились ВИЧ.