

# Информирован – защищён

1 декабря – Всемирный день борьбы со СПИДом.



## «Я тут прочитал»

Очень многие на основе данных из интернета начинают ставить себе диагнозы, а самое страшное – самостоятельно лечиться от болезней. Помните, что диагноз может поставить только специалист после проведения осмотра, исследований, анализов. Это относится и к ВИЧ.

В интернете большое количество мифов и недостоверных фактов о том, что такое ВИЧ/СПИД, а также касающихся способов передачи и методах лечения. За последние годы увеличилось количество ВИЧ-диссидентов, поскольку некоторые поверили в мифы о вирусе, не проверив информацию на достоверность. Например, популярное среди отрицателей ВИЧ/СПИДа мнение, что вирус никто не видел, не имеет ничего общего с действительностью, поскольку простой запрос в любом поисковике

покажет большое количество фотографий вируса иммунодефицита человека, а ученые полностью знают его устройство, состав его белковых оболочек, описан и геном ВИЧ.

Байки об иглах, торчащих из спинок кресел или перил лестниц, – еще один пример информации, которая вводит пользователей всемирной паутины в заблуждения. Важно понимать, что вероятность заражения подобным способом ничтожно мала. Она составляет всего 0,03%. Вирус ВИЧ не может жить во внешней среде, он очень неустойчив к воздействиям окружающей среды. ВИЧ попадает в организм, только если в шприце осталось достаточное количество свежей крови и если она поступает непосредственно в кровоток. Поэтому заразиться можно только при использовании общего шприца в короткое время.

Слепая вера байкам может привести к крайнему печальному последствию. Поэтому очень

важно всегда проверять информацию, анализируя ее и ставя под сомнение. Таким образом вы глубже разберетесь в сути вопроса. Это крайне важно, особенно, когда дело касается вашего здоровья и такого серьезного заболевания, как ВИЧ.

## Личная история. ВИЧ-волонтер

Анна БЛИНОВА: «Уже несколько лет я волонтер. Только вот род деятельности немного необычный, но при этом важный. Я не участвую в организации городских праздников и не общаюсь с ветеранами. Я помогаю людям, которые только что узнали о своем положительном ВИЧ-статусе, правильно принять эту информацию и научиться жить дальше. Но делаю это негословно, а на ярком примере, ведь я сама ВИЧ-инфицирована. Когда-то я очень долго переживала и не могла смириться со своей судьбой, жалела себя, ведь и так сирота, живу с бабулей, считая каждую копейку. И бабушке не говорила о заболевании очень долго, все держала в себе, плакала по ночам, чтобы она не заметила.

Спустя время я все же решила, что пора сказать хоть кому-то о своих переживаниях, и пошла к психологу в СПИД-центр. Беседы с ним действительно подняли меня на ноги. Мне снова захотелось жить и даже больше – помогать другим.

На самом деле многим людям и впрямь гораздо проще разговаривать с ВИЧ-инфицированным, чем с психологом. Мне доверяют особенных пациентов, чаще всего сверстников. А я решила, что посвящу этому всю свою жизнь. Ко мне приходили и те, кто уже был готов покончить жизнь самоубийством. Их встречала я – ВИЧ-положительная, но при этом успешная девушка, которая учится и работает, имеет много друзей и парня. Кроме того, я действительно много знаю о психологии, окружающие говорят, что у меня настоящий талант. Так что можно смело говорить о том, что я нашла свое призвание.

В моей относительно непродолжительной практике был случай, когда в интернете

девушке посоветовали рассказывать о своем статусе всем подряд. Аргументировали тем, что в таком случае пережить депрессию будет легче, и сразу станет ясно, кто тобой дорожит и останется рядом несмотря ни на что. В итоге девушка обратилась ко мне уже морально истощенной. Конечно, никто не кидался к ней с распростертыми объятьями в ту же секунду, как только она говорила о своем заболевании. Люди пугались такой новости, тем более преподнесенной прямо в лоб, ведь именно так ей посоветовали делать. Спустя неделю она осталась совсем одна, только мама ее поддерживала.

Я рассказала девушке свою историю и помогла реабилитироваться. На словах это звучит просто, на самом деле – огромная работа и времени на собственную жизнь остается совсем немного. Но я понимаю, что судьба людей действительно зависит от меня. И это дает мне еще больший стимул жить и работать».

## Важно знать

Если вы хотите знать все о ВИЧ, то на интернет-портале стопвич.рф найдете полезные материалы, составленные при участии ведущих экспертов в области ВИЧ и СПИДа. На нем собрана информация, подтвержденная исследованиями и многолетней практикой эффективного лечения, а также предупреждения ВИЧ-инфекции в России и в мире. Это первый в России государственный интернет-портал о профилактике и лечении вируса иммунодефицита человека. Сайт создан Министерством здравоохранения Российской Федерации.

Пройти тест на ВИЧ можно в любом учреждении здравоохранения по месту жительства. Кроме того, существует возможность анонимного обследования с предварительной (до тестирования) и последующей (по получении результата) консультацией врача. Такое обследование проводится в кабинетах психосоциального консультирования и анонимного обследования, которые можно найти в учреждениях здравоохранения и Центрах профилактики и борьбы со СПИДом. Во всех указанных учреждениях граждане Российской Федерации сдают анализ на ВИЧ абсолютно бесплатно.

Адрес в Ульяновске: ГУЗ «Областной центр профилактики и борьбы со СПИД», пр-т. Нариманова, 11, aids73@mail.ru, тел. 8 (8422) 43-53-39. Сайт – www.aids73.ru.

## Регион. Культура. Перегрузка

С творчеством Александра На Юн Кина знакомы, пожалуй, все музыканты-народники. В 80-е годы прошлого века его музыка была необыкновенно популярной, на отборах к международным конкурсам баянистов и аккордеонистов сочинения На Юн Кина исполнял едва ли не каждый второй. Многие пьесы вошли в золотой фонд российской музыки, получили известность за рубежом.



Многое связывает Александра На Юн Кина с Ульяновском. Он окончил музыкальное училище, работал в Ульяновском оркестре русских народных инструментов, преподавал на отделении народных инструментов факультета культуры и искусства Ульяновского государственного университета.

Александр Владимирович ушел из жизни полтора года назад. Он был блестящим баянистом-импровизатором. В его творческом арсенале музыканта – многочисленные победы на всесоюзных, всероссийских и международных конкурсах

# Импровизация сердца

30 ноября в Большом зале Ленинского мемориала пройдет вечер памяти известного музыканта, преподавателя УлГУ Александра На Юн Кина.

баянистов. Каждый сольный концерт артиста непременно заканчивался «третьим отделением», посвященным исключительно импровизации.

Он обладал феноменальной памятью. Супруга музыканта вспоминает: «У мужа была таблица дат рождения и смерти композиторов, он знал ее наизусть. Иногда просил меня проверить память: я называла имя композитора, а он точно называл годы жизни». Музыкальные произведения и обработки, выученные когда-либо ранее, мог восстановить в памяти без нот и практически сразу сыграть в концертном варианте.

Ему были не чужды эксперименты: несколько ярких композиций на известные зарубежные темы написаны для баяна с эстрадно-симфоническим оркестром. Знаменитая «джазовая» «Барыня» покорила Маргарет Тэтчер: после триумфального концерта в Альберт-холле – крупнейшем концертном зале Лондона – железная леди пожаловала композитору руку. Этот волнительный момент зафиксировали газеты. Снимок хранится в семейном архиве артиста.

В концерте «Славянская легенда», посвященном памяти композитора, примут



участие Ульяновский государственный губернаторский оркестр русских народных инструментов (художественный руководитель и дирижер – Иван Крайник), солисты – заслуженный работник культуры России Тамара Кулябина (народное

пение), лауреат международных конкурсов Айдар Валиев (баян, Казань).

Прозвучат самые известные произведения На Юн Кина.

Валентин ЛИСТОВСКИЙ.