

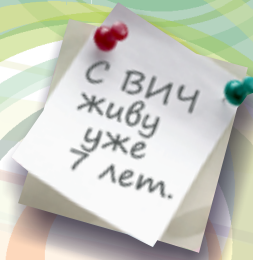
Свердловский областной  
центр по профилактике и  
лечению ВИЧ-инфекции

чтобы  
**ЖИТЬ**



# ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Дневник Аллы  
БЕРЕМЕННОСТЬ



Екатеринбург  
2014

## Памятка

1. При планировании беременности нужно обратиться в СПИД-центр к лечащему врачу инфекционисту. Сдать кровь на иммунный статус и вирусную нагрузку. Затем получить консультацию инфекциониста и гинеколога СПИД-центра о планировании беременности.

2. При положительном тесте на беременность обратиться в первую очередь в СПИД-центр, где врач-гинеколог сделает выписку для предоставления в женскую консультацию. Также необходима консультация лечащего врача инфекциониста о сроках назначения химиопрофилактики передачи ВИЧ ребенку.

3. Встать на учет по беременности в женскую консультацию (с выпиской гинеколога СПИД-центра). Там будет проходить диспансерное наблюдение беременности.

4. Когда врач СПИД-центра назначит, начать прием антиретровирусных препаратов, которые снижают риск передачи ВИЧ ребенку.

5. Посещать гинеколога СПИД-центра 1 раз в триместр.

6. 1 раз в месяц посещать лечащего врача-инфекциониста СПИД-центра и получать препараты для химиопрофилактики передачи ВИЧ.

7. Максимально быстро поступить в роддом (при начале родовой деятельности или/ и при излитии околоплодных вод).

8. Отказаться от грудного вскармливания.

9. В течение 6 недель, начиная с 8 часов жизни, ребенок должен принимать сироп, также защищающий ребенка от ВИЧ.

10. Когда ребенку исполнится 6 недель, встать на учет в детское отделение СПИД-центра для наблюдения у педиатра и сдачи анализов.

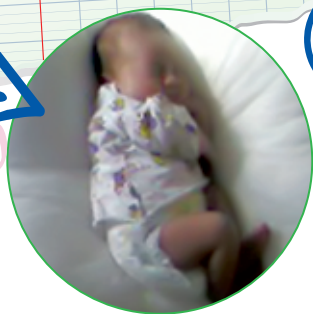
11. В течение 1,5 лет наблюдать ребенка у педиатра СПИД-центра до подтверждения или исключения диагноза.



Всем  
привет!  
Меня зовут Алла,  
мне 25 лет, моей доч-  
ке сейчас 9 месяцев...  
(ее фотографии в брошюре)  
С ВИЧ живу уже 7 лет.



Вот наконец-то нашла время рассказать об  
истории моей беременности. Очень надеюсь,  
что моя история будет полезной для тебя и  
даст надежду, а комментарии врача-гинеко-  
лога дадут необходимую информацию о бере-  
менности и о химиопрофилактике передачи  
ВИЧ ребенку.



Все будет  
хорошо!



Комментарии акушера гинеколога  
Светланы Анатольевны Ежовой

# Не планировала...

Комментарии акушера-гинеколога

*Перед тем, как начать планировать беременность, ВИЧ-положительным женщинам необходимо пройти обследование на иммунный статус (количество CD4 клеток), получить консультации врача-инфекциониста. Бывают ситуации, когда беременность нежелательна по состоянию иммунитета ВИЧ-положительной женщины (это может быть низкий иммунный статус, высокая вирусная нагрузка, наличие наркотической зависимости). Каждый случай лучше обсудить с лечащим врачом-инфекционистом.*

Долгое время я мечтала о ребенке, но очень сомневалась в возможности родить, потому что я, как и многие ВИЧ-положительные, предполагала, что обязательно передам вирус своему чаду. И вот я забеременела. Не могу сказать, что беременность была запланирована, на 100 процентов она была желанной! Конечно, возникли опасения, я давно не была в СПИД-центре, знала, что иммунный статус уже не очень большой. В голове были мысли о том, что возможно мои анализы не те, что нужны для вынашивания беременности... Появились сомнения, было страшно за здоровье будущего ребенка.

Моя жизнь перевернулась. Я сразу бросила курить и отказалась от алкоголя. Хотя и раньше этим не злоупотребляла.

И вот началось самое незабываемое время в моей жизни. Я летала в облаках, я была счастлива!





Комментарии акушера-гинеколога

*При положительном тесте на беременность необходимо встать на учет в женскую консультацию по месту жительства. Там Вам предложат сдать необходимые анализы и пройти узких специалистов (окулист, стоматолог и др.). На Вас заведут обменную карту, в которой будут записывать все результаты анализов и заключения специалистов. С ней же нужно приходить на прием в СПИД-центр к врачу-инфекционисту. А позже на руки Вы получите родовой сертификат.*

Я поспешила в СПИД-центр к гинекологу, врачу-инфекционисту, равному консультанту. Каждому специалисту я задавала вопросы, они отвечали на них, появлялась уверенность. С врачами обсудили вопросы приема химиопрофилактики передачи ВИЧ ребенку. Запомнилась беседа с равным консультантом. Она уже 8 лет живет с ВИЧ и имеет здоровую 5-летнюю дочь. Консультант много рассказала мне о своей беременности, о приеме химиопрофилактики, о родах.

Снова пошла в СПИД-центр за результатами анализов. Ноги подкашивались, волновалась. Ведь я так давно не была у инфекциониста, не сдавала кровь! Худшие подозрения оправдались – 210 CD4-клеток. Пошла к психологу, потом снова к равному консультанту, переживала. Врач сказала, что на 14-ой неделе мне будет назначена терапия, объяснила, что данное лечение будет пожизненным (т.к. показатели иммунитета соответствовали назначению препаратов на прием в течение всей жизни), также эти препараты будут являться профилактикой передачи ВИЧ-ребенку. Я сразу спросила, не вредны ли препараты для здоровья малыша, врач ответила, что они никак не повлияют на развитие плода.



## Женская консультация...

Первый прием у гинеколога в женской консультации мне не понравился, очереди там огромные. Врач торопилась, ничего не объясняла, только карту обменную заполнила и отправила меня сдавать анализы. На мой ВИЧ-положительный статус ни какой негативной реакции не было, я стала наблюдаться там и не чувствовала никаких различий между собой и девочками без ВИЧ-инфекции.

Признаюсь, что возникла мысль о платном враче, на тот момент хотелось сделать максимум для ребенка, но я остановилась, взвесила все «за» и «против» и поняла, что многое могу изучить сама, а в квалификации гинекологов в женской консультации сомнений не было, ведь врачи-гинекологи имеют большой опыт ведения беременностей. А с учетом того, сколько в нашем городе девочек с ВИЧ, то и беременность с ВИЧ для врачей в женской консультации, наверное, уже тоже обычное дело.

## Профилактика...

Комментарии акушера-гинеколога

*Вероятность рождения здорового ребенка при вовремя назначенных препаратах повышается до 98%.*

*Сроки назначения антиретровирусной терапии для химиопрофилактики передачи ВИЧ ребенку будут*

*определяться врачом-инфекционистом по Вашему иммунному статусу. Сроки назначения подбираются индивидуально (с 14 до 28 недель беременности). Данные препараты принимаются каждые 12 часов, чтобы обеспечить постоянную концентрацию препарата в крови для уничтожения вируса.*



Начала пить препараты с 14-ой недели. К побочным эффектам препаратов была готова. Хотя, честно признаюсь, что жидкий стул в первые 5 дней приема был неприятен, хотелось, чтобы неприятности прошли быстрее. Спустя 5 дней стала переносить терапию незаметно. Время приема выбрала 10 утра и 22 вечера, соблюдала этот режим минута в минуту с помощью напоминаний в сотовом телефоне. Первое время казалось, что пью кучу таблеток, но потом привыкла, понятно, что все лечение во благо.



## Школа...

Комментарии акушера-гинеколога

*Я, как врач, считаю, что «Школа беременных» нужна для понимания своего состояния и тех изменений, которые происходят неделя за неделей в организме женщины. На «Школе» помогут подготовиться к родам и послеродовому периоду. И, самое главное, посещение занятий позволит избавиться от страха перед неизвестностью.*

Чуть позже начала ходить на «Школу для беременных» в центре СПИДа, занятия проходили только по средам. Вы не представляете, как я ждала этого дня. Там я узнала все, что мне нужно о протекании беременности у ВИЧ-положительных, смотрели фильмы, медитировали, занимались гимнастикой для беременных, учились дышать во время схваток, учились ухаживать за новорожденным. Знаете, если бы не эти дыхательные практики, то я бы очень растерялась во время схваток и родов.





Комментарии акушера-гинеколога


*Третий триместр - очень важный период беременности. Необходимо обратить внимание на возможные осложнения беременности. Гипоксия, плацентарная недостаточность, проблемы с почками, как правило, дают о себе знать в третьем триместре. При появлении каких-либо патологических состояний необходимо вовремя принять меры, получить адекватное лечение. Обратите внимание на то, чтобы препараты, назначенные вам для лечения или профилактики каких-либо патологических состояний при беременности, были совместимы с антиретровирусной терапией.*

Посещала женскую консультацию по графику. В СПИД-центр ездила раз в месяц, там получала препараты.

Получила следующий результат анализов на иммунный статус, уже 350 клеток. Обрадовалась, поняла, что терапия работает, а если она работает, то мой ребенок в безопасности.

Но вот наступил 7-ой месяц, пришла в очередной раз получать препараты, один из препаратов мне дали в сиропе. Такая форма препарата вызвала у меня индивидуальную непереносимость и начались проблемы с печенью. Положили в больницу в отделение патологии беременных, отменили этот препарат. Было страшно, переживала, что с ребенком могут быть проблемы. Врачи сказали, что при таком состоянии печени опасно дожидаться конца беременности и надо делать кесарево сечение. Знаете, в тот момент я просто отчаялась. «Как так?», - говорила я себе. Я же делала все правильно, по предписанию врачей. Жила в ожидании прихода врача в палату, в ожидании его слов.

Переживала сильно, но плохие ожидания не оправдались. Через 2,5 недели меня просто выписали, сказали, что смогу родить сама, и все будет хорошо. Запомнился последний визит в СПИД-центр. Срок 36-37 недель. Иммунный статус уже 430 клеток и неопределяемая вирусная нагрузка. Шла и говорила себе, что готова к родам, что мой ребеночек точно защищен.







Комментарии акушера-гинеколога

*С начала родовой деятельности или излития вод до начала схваток необходимо как можно быстрее попасть в роддом: вызвать скорую помощь или самостоятельно добраться до родильного дома в вашего района. Чем меньше безводный период, тем безопаснее для ребенка. В роддоме Вам предложат подписать согласие на проведение химиопрофилактики передачи ВИЧ ребенку во время родов (препараты в таблетках или капельница). Роды ВИЧ-инфицированной женщины ведутся так же как и других женщин. При необходимости Вам могут сделать родоусиление или обезболевание.*

Начались схватки, воды еще не отошли, я вызвала скорую.

Приехала в роддом, и снова порадовалась, что отношение ко мне ничем не отличается от отношения ко всем остальным роженицам, врачи помогали, разговаривали со мной.

Как только я легла на кресло в родовой, поставили капельницу антиретровирусного препарата, который специально ставят в период родов, чтобы дополнительно снизить вирусную нагрузку и профилактировать передачу ВИЧ ребенку... Схватки шли одна за другой.

Помню, хорошо тужилась, очень старалась, ведь на школе для беременных обо все этом говорили. Всего в две потуги я родила дочку весом 3300 г и ростом 51 см.

Я ждала какой-то ужасной боли, но это не больно. Самое главное это схватки, которые надо правильно перетерпеть. При необходимости Вам могут сделать родоусиление, обезболивание или кесарево сечение.



## Сироп для ребенка...

Комментарии акушера-гинеколога

*Сироп назначается как дополнительная профилактика заражения ребенка ВИЧ, принимается в течении первых 6 недель жизни ребенка. Первый прием сиропа ребенок получает в роддоме не ранее, чем через 8 часов после рождения. Врач-неонатолог в роддоме поможет разобраться в дозировках и времени приема препаратов до достижения ребенком 6-недельного возраста. Так же участковый врач-педиатр может Вас проконсультировать о изменении дозы антиретровирусного сиропа с учетом изменяющегося веса малыша.*

Каждые 3 часа нам приносили смесь для кормления и каждые 6 часов сироп, который дают ребенку как дополнительную профилактику передачи ВИЧ.

Выписали нас быстро, через 4 дня после родов. Сироп продолжала давать по той же схеме, что и в роддоме. Когда время приема лекарства совпадало с приемом пищи, сложностей не возникало, а когда со сном, приходилось будить. Запивали сироп либо водой, либо смесью для кормления. Сильно беспокоило то, что в коробке с сиропом всего один шприц и если его мыть или тем более кипятить, то деления на шприце стираются. Поэтому покупала в аптеке одноразовые шприцы и дозировала сироп ими.

При выписке из роддома нам дали сироп для приема в течение 6 недель. Будь внимательна! Уточни перед выпиской еще раз дозу сиропа. Я слышала, что были случаи, когда родители ошибочно давали малышу слишком большое количество сиропа, а это вредно для ребенка.



Комментарии акушера-гинеколога

**+** ВИЧ-положительной женщине не следует кормить ребенка грудью из-за наличия вируса в грудном молоке. С первых дней после родов необходимо начать принимать препараты, подавляющие лактацию (образование молока), а также применяют тугое бинтование молочных желез.

После родов я лежала в отдельной палате, одна, было не очень уютно. По-моему, это была палата, которая ранее была приспособлена под приемную (вот ее фотография). Девочки в коридоре спрашивали меня: «У тебя отдельная платная палата?». «Да. VIP», - уверенно отвечала я.

В роддоме грудь мне перевязали и сказали снять повязку на 7-е сутки, т. к. к тому времени молоко должно перестать образовываться. Так я и сделала, сняла повязку, пошла гулять с ребенком. На улице жара, середина июля. Придя домой, увидела, что грудь опухла и сильно горела. Сжимая от боли зубы, начала сцеживать молоко, приложила капустные листья. Утром побежала в женскую консультацию, гинеколог пожурила меня за эту глупость и сказала, что надо было всего-лишь походить в повязке еще 2-3 дня.

Поэтому, девочки, не трогайте грудь, не сцеживайте молоко, просто носите тугую повязку.





Комментарии акушера-гинеколога

*Начиная с 1,5 месячного возраста необходимо встать на учет к педиатру СПИД-центра, где ребенок будет наблюдаться до 1,5 лет. На прием необходимо взять амбулаторную карту малыша из детской поликлиники и пеленку. Первое обследование крови ребенка на ВИЧ берется в 1,5 месяца, второе, как правило, в 5-6 месяцев, затем около года.*

*Зачем нужно такое длительное наблюдение ребенка? Дело в том, что у всех детей, рожденных ВИЧ-положительными женщинами, в крови содержатся мамины антитела к ВИЧ. Поэтому анализ на антитела какое-то время (до 1,5-2 лет) будет положительным.*

*Если ребенок не инфицировался, то антитела исчезнут в течение этого срока и ребенок будет снят с учета в СПИД-центре. При первом появлении ребенка в детском отделении СПИД-центра (в 1,5 месяца) берется анализ ПЦР – этот метод позволяет определить сам вирус в крови ребенка. Используя этот метод, врачи могут сделать прогноз о диагнозе ребенка, не дожидаясь 18 месяцев. Но результат ПЦР не является поводом для постановки или снятия ребенка с учета. Снимают лишь в возрасте 1,5 лет.*

*Если у ребенка ВИЧ-инфекция, то анализ ПЦР позволяет достаточно рано выявить инфекцию и своевременно начать лечение.*



Дочери исполнилось 1,5 месяца и мы поехали в детское отделение СПИД-центра, где сдали анализы. Когда у малышки брали кровь, ни о чем плохом не думала, лишь немного переживала, что ей сейчас делают больно. Затем были 2 мучительные недели ожидания результата. Не знала куда себя деть, что делать с дурными мыслями. Позже постаралась внушить себе мысль, что будь, что будет...

Прошли 2 недели, поехала уже без дочки к педиатру. Зашла в кабинет на ватных ногах, ловила каждое движение и мимику врача, когда она листала нашу карту.



Врач говорит: «У Вас все хорошо». Выдохнула, обрадовалась, начала обсуждать результаты с врачом более подробно. Педиатр объяснила, что отрицательный результат анализа ПЦР - это 93% вероятности, что ребенок не заразился, а повторный отрицательный анализ ПЦР в 5 месяцев - это уже 99%. Конечно, мы и дальше будем посещать педиатра, а когда нам будет 1,5 года нас обязательно снимут с учета, я верю это!

И все у нас будет хорошо!



## БЛАГОДАРНОСТИ

*Хочу сказать, что очень благодарна всем людям, которые помогли моей девочке вырасти у меня в животе и родиться! Это врач в женской консультации, врачи в отделении патологии, акушеры и медсестры в роддоме, специалисты СПИД-центра – мой врач-инфекционист, равные консультанты, психолог, гинеколог, педиатры детского отделения.*

**PS**

*Напоследок скажу, что судьба распорядилась так, что с папой дочка мы уже не вместе. После расставания я отчаялась, думала о том, что будет тяжело воспитывать ребенка одной. Когда моей дочке было 6 месяцев, я встретила мужчину. Он ВИЧ-отрицательный. Я рассказала ему о своем диагнозе. Он принял меня такой, какая я есть. Сейчас мы живем втроем, копим деньги на свадьбу и собираемся родить общего ребенка. Что-то мне подсказывает, что будет мальчик!*

**Удачи, любви и здоровья Вам, будущие и настоящие «положительные» мамочки!**

- ***В Свердловской области ВИЧ-положительными женщинами рождено более 12 тысяч детей.***
- ***За весь период наблюдения 764 детям установлен диагноз «ВИЧ-инфекция»***

### *Комментарии ведущей “школы для беременных”:*

- Если врач женской консультации или другой специалист назначил Вам какие-либо препараты, уточните у врача-инфекциониста СПИД-центра совместимость лекарств с химиопрофилактикой передачи ВИЧ ребенку.
- Если во время беременности, после приема химиопрофилактики прошло 5-10 минут и Вас стошнило, то стоит принять препараты снова. Если же прошло более 20 минут, то повторного приема препарата делать не стоит, он уже попал в кровь.
- Возьмите с собой в роддом препараты для себя и для ребенка.
- Если Вы находитесь в роддоме, где нет сиропа для ребенка, то Ваши близкие могут получить препарат в СПИД-центре ( или у Врача-инфекциониста по месту жительства, если Вы прописаны в Свердловской области).
- Постарайтесь сделать так, чтобы с момента отхождения околоплодных вод до поступления в роддом прошло не более 4 часов.
- Засекайте время между схватками. Если интервал между схватками составляет 20-25 минут, начните собираться в роддом. Если интервал равен 5-7 минутам — вызывайте скорую помощь, либо попросите близких отвезти Вас в роддом.
- Если начать смешивать сироп со смесью для кормления, то будет сложно отследить, весь ли препарат принял малыш. Поэтому сироп следует давать отдельно перед кормлением или после него.

**Если у малыша подтвердился диагноз ВИЧ-инфекция...**

Не нужно отчаиваться. Постарайтесь как можно тщательней следить за состоянием его здоровья и вовремя начать лечение антиретровирусными препаратами. Чтобы сохранить здоровье малыша с ослабленной иммунной системой, нужно окружить его любовью, заботой, вниманием, а главное - не терять надежды! В Свердловской области уже несколько десятков ВИЧ-положительных деток ходят в школу, принимают антиретровирусную терапию и чувствуют себя ни чуть не хуже своих ВИЧ-отрицательных сверстников.

### Все виды медицинской и психосоциальной помощи оказываются бесплатно

#### Свердловский областной центр по профилактике и лечению ВИЧ-инфекции

Адрес: Екатеринбург, ул. Ясная, 46

Регистратура:

тел.(343) 383-30-18 , (343) 243-09-09

Запись на прием через Интернет  
med.midural.ru

Телефон доверия по проблеме ВИЧ/СПИД, тел.(343) 31 000 31

(будни, с 9 до 20 часов)

#### Клинико-диагностический отдел № 2 (педиатрическое отделение, прием беременных)

ул. Волгоградская, 185ж

тел.(343) 286-30-14

#### Клинико-диагностический отдел № 3 (прием пациентов 3 стадии, не принимающих АРВТ)

ул. Тургенева, 24

тел. (343) 355-47-30

#### Психосоциальная служба

тел. (343) 240-86-13

#### Филиалы Центра:

##### г. Первоуральск

ГБ №3, пос. Динас

ул. Огнеупорщиков, 38

тел. (3439) 63-54-20, (3439) 63-54-28

##### г. Ирбит

инфекционная больница №2,

ул. Мальгина, 26

тел. (34355) 3-82-08

##### г. Каменск-Уральский

городская поликлиника,

ул. Рябова, 20

тел. (3439) 37-09-09

##### г. Серов, ул. Л. Толстого, д.15

в здании кожвенотделения

тел. (34385) 6-02-05

##### г. Нижний Тагил

ул. Джамбула, 45

тел. (3435) 34-12-27, 8 904 980 55 21

**Телефон доверия по проблеме ВИЧ/СПИД**  
**(343) 31-000-31**  
**с 9.00 до 20.00, будние дни**  
**Консультирование по вопросам ВИЧ/СПИДа, психологическая**  
**поддержка.**

### **Школа для ВИЧ-положительных беременных**

Занятия, на которых будущие мамы могут подготовиться к родам, узнать о влиянии ВИЧ на развитие плода, о приеме препаратов, профилаксирующих передачу ВИЧ ребенку, способах расслабления и снятия боли при родах и схватках, научиться ухаживать за ребенком.

Екатеринбург, ул. Ясная 46, цокольный этаж, среда, 16-00

Телефон для записи:

(343) 240 – 86 – 13

### **Равные консультации**

Равные консультанты – люди, живущие с ВИЧ, прошедшие специальное обучение. Можно получить ответы на вопросы жизни с ВИЧ, поддержку, литературу о ВИЧ.

Екатеринбург, ул. Ясная, 46 цокольный этаж

Телефон для справок:

(343) 240 – 86 - 13

(343) 31-000-31

### **Группы взаимопомощи**

Созданы ВИЧ-положительными и для ВИЧ-положительных. На группах можно общаться, знакомиться, решать проблемы.

Екатеринбург, ул. Ясная, 46, цокольный этаж

Телефон для справок:

(343) 240 – 86 – 13

(343) 31-000-31

### **Клуб знакомств для ВИЧ-положительных**

Телефон для справок:

(343) 240 – 86 – 13

(343) 31-000-31