Не приговор

Вокруг людей с ВИЧ-инфекции по-прежнему полно мифов не только среди обывателей, но и в медицинских кругах. У нашей героини ВИЧ-положительный статус, и сегодня она говорит о нем с легкостью. Но за этим стоят долгие годы принятия своей болезни.

Аня была трудным подростком. Пока мама работала на двух работах и пыталась прокормить семью, она искала понимания у таких же недолюбленных детей. В 17 лет забеременела. Сын родился абсолютно здоровым, но позже выяснилось, что его отец был ВИЧ-инфицирован. Через год Анна с ним рассталась, а еще через два ей позвонили после планового приема у гинеколога и попросили зайти в консультацию. Аня взяла с собой маму – так они узнали о страшном диагнозе.

Это был настоящий шок. Выйдя от врача, мама и дочь прорыдали всю дорогу домой. «Я никогда не была кисейной барышней, но диагноз убил меня наповал. Я стала себе внушать, что врачи ошиблись и никакого ВИЧ у меня нет...»

Но вскоре Анна осознала, что больна, и это повергло ее в настоящую депрессию. Решив, что лекарства от этой болезни нет, она поставила на себе крест и отказалась встать на учет в городском СПИД-центре. А позже Анна узнала, что так поступают очень многие: отрицание – это защитный механизм.

Через полгода ее состояние ухудшилось, и дело дошло до госпитализации. Но девушке повезло: в больнице оказались «равные консультанты» – люди с тем же диагнозом, что и у нее. Они и рассказали, как важно начать антиретровирусную терапию, которая замедляет размножение вируса. Убедили, что с таким диагнозом можно жить и даже растить ребенка. Они же помогли Анне встать на учет в СПИД-центре.

Девушке назначили терапию. Она подписала бумагу, что обязуется информировать половых партнеров о своем статусе, и сразу же сообщила близким о заболевании. Отец ее ребенка тоже узнал о своем ВИЧ-положительном статусе и, обвинив в случившемся Анну, от терапии отказался. Его уже нет в живых. Крайняя форма отрицания диагноза – это фактически самоубийство.

Но и ей было непросто принять себя. Девушка постоянно сталкивалась с дискриминацией и бытовыми страхами окружающих.

> «Я ОБВИНЯЛА БОГА, НЕНАВИДЕЛА СЕБЯ И ВСЕХ, КТО ПРОСТО ГОВОРИТ О ВИЧ. И УПИРАЛАСЬ В СТЕНУ СОБСТВЕННОГО БЕССИЛИЯ. ПРИНЯТИЕ СЕБЯ БЫЛО СЛОЖНЫМ, СЛОВНО ЕЖЕДНЕВНО ТРЕШЬ РАНУ НАЖДАЧНОЙ БУМАГОЙ И ЖДЕШЬ, ЧТО ОНА ЗАЖИВЕТ».

Но терапию не бросала. Анна пережила мифы и страшилки, обольщения диссидентских сайтов, отрицающих само существование болезни. И многих из тех, кто во все вышеперечисленное поверил: «Когда я заключила мирный договор со своим телом и разумом, моя жизнь преобразилась».

Рядом с девушкой всегда была ее семья. Бабушка подбадривала: «Кончай свои таблетки принимать, ты же здоровая, вон у тебя какие щеки розовые!» Хотя обе знали, что эти щеки

Фото: из личного архива, из открытых источников.

держатся именно на таблетках. Бабушка стойко выдерживала и бестактные вопросы своих сверстниц: «Как вашей внучке не стыдно открыто говорить о таком диагнозе?» Пожилые люди почему-то уверены, что ВИЧ-инфицированные – это исключительно наркоманы, которые ведут беспорядочную половую жизнь...

Когда сыну исполнилось 12 лет, Анна честно рассказала ему о своем статусе, а заодно – о бытующих стереотипах, о том, что огромное количество заболевших – это гетеросексуальные пары, не подозревающие о своем статусе. И о том, что одна таблетка в день делает ее не опасной для общества.

Повзрослев, сын стал волонтером в общественных организациях, занимающихся людьми с ВИЧ-инфекцией. Анна вышла замуж, работает в Ассоциации Е.В.А., помогающей женщинам с ВИЧ и другими социально значимыми заболеваниями: делится опытом, занимается просветительской деятельностью в группах повышенного риска, консультирует молодежь. Сын после армии женился и недавно подарил ей прекрасного внука. «ВИЧ – всего лишь часть моего организма. Благодаря многолетней терапии я безопасна и полезна для этого мира».

Да, это социально значимое заболевание. Но пример Анны показывает, что с таким диагнозом можно прожить долгую счастливую жизнь. Сегодня ВИЧ – не приговор!

Подготовила Анна РОЖДЕСТВЕНСКАЯ

ФЕДОРИНО ГОРЕ

Героиня стихотворения Чуковского настолько запустила домашнее хозяйство, что однажды от нее сбежала вся кухонная утварь. А как правильно ухаживать за посудой, чтобы она сияла чистотой?

НТВ 13:00 вс «НАШПОТРЕБНАДЗОР»

Пожалуй, самое слабое звено на кухне – сковородки. Они покрываются слоем нагара, с которым не справляются даже металлические мочалки. При этом в интернете можно найти немало лайфхаков, которые обещают вернуть старым сковородкам первозданное сияние. Проверим, какие из них действительно работают.

Первый способ предполагает использование таблеток для посудомоечной машины. Четыре таблетки нужно растворить в теплой воде: 40°С достаточно, чтобы заработали энзимы – особые белки в составе средства, способные расщеплять крахмал и жир. Сразу отметим, что они справятся с загрязнениями максимум недельной давности, победить застарелый нагар им не под силу. Если не чистить сковороду каждый раз после приготовления еды, то остатки жира, застывая, буквально въедаются в металл, а со временем образовавшийся слой по составу становится похожим на каменный уголь.

Через час сковороду нужно нагреть до 60°С – при такой температуре активируются другие ингредиенты моющих таблеток: фосфонаты, поликарбоксилаты и кислородный отбеливатель. К сожалению, полностью очистить сковородку не получилось, да и стоят такие таблетки недешево.

50 миллионов (!) просмотров набрал в Сети ролик, где показывают, как добиться сияния копеечными средствами, которые есть в каждом доме. Сначала сковороду надо засыпать слоем соли, затем добавить любое средство для мытья посуды. Интенсивно потереть.

После чего сковороду накрыть на час бумажным полотенцем, пропитанным уксусом. Однако и на этот раз результат далек от идеального.

Более длительным, но и более эффективным в борьбе со старым нагаром считается нашатырный спирт. Правда, большинство пользователей делают роковую ошибку – обильно смачивают нашатырем тряпочку и начинают оттирать сковороду. В итоге глаза слезятся от аммиачного запаха, а посуда остается черной. Действовать надо иначе: немного нашатыря наливают на дно сковороды, помещают ее в плотный полиэтиленовый пакет и завязывают, чтобы избежать испарения ядовитого газа. Оставляют на двое суток. У экспериментаторов нагар покрылся желтым аммиачным налетом, после оттирания частично сошел, но до первозданной чистоты тоже оказалось далеко.

В интернете можно найти и рекомендации воспользоваться механическим способом очистки – с помощью пескоструйного пистолета. Корреспонденты НТВ отдали сковороду мастеру, который с помощью купершлака (отходы при производстве меди) за час удалил нагар полностью. Но во-первых, такая установка есть только в специальных мастерских и стоит она очень дорого, во-вторых, абразивы могут безнадежно испортить сковороду. Еще один радикальный способ – пламя паяльной лампы, но он очень опасен, и использовать его в быту точно не следует.

Вывод – как бы ни нахваливали интернет-блогеры «стопроцентные» и «супердешевые» способы, качественно убрать застарелый нагар не получается. Поэтому лучше не доводить посуду до такого состояния.

Фото: из открытых источников.