

Боязнь ВИЧ и СПИД. Как преодолеть?



Сегодня многие люди живут в страхе заразиться ВИЧ-инфекцией, и, как следствие, СПИДом. Однако далеко не всегда опасения оправданны, особенно с учетом соблюдения всех общепринятых правил и мер безопасности.

В том случае, когда страх заболеть становится навязчивым и сильным, его определяют, как фобию, то есть психическим состоянием, которым человек может с трудом управлять.

У человека проявляется так называемая СПИДофобия. Это панический страх оказаться больным СПИДом переходит в разряд психических расстройств человека. СПИДофобия начинает проявляться в:

1. Постоянных навязчивых мыслях о ситуациях заражения, симптомах (которые совершенно внезапно обнаруживаются у себя);
2. Стабильном желании сдавать проверочные тесты и беспричинных сомнениях в их достоверности;
3. Тяге к постоянному изучению медицинской литературы, интернет-ресурсах на тему заболевания;
4. Бесконечных разговорах с окружающими на эту тему

Человек с любой фобией ощущает себя несчастным – он одновременно чувствует себя больным или в опасности, и одиноким. Ему кажется, что окружающие не хотят и не могут его понять. Из-за дистресса объективно начинает страдать его иммунная система.

СПИДофобы настолько плотно укоренили в голове мысль о страхе заболеть, что начинают видеть опасность заражения СПИДом везде: красное пятно на земле, ручки в общественных местах, стульчак унитаза, скамейки в парке. В настоящее время истинные причины, почему у определённых людей развивается СПИДофобия, а у других при тех же условиях нет — остаются неизвестными. Одни специалисты в области психического здоровья считают, что причина может быть генетической. Другие склоняются к тому, что причиной страхов могут служить какие-то травмирующие события в жизни. Например, боязнь воды может быть вызвана, если человек сам чуть не утонул или видел, как кто-то утонул. Точно также и боязнь заболеть вирусом иммунодефицита человека может быть вызвана знанием о последствиях заражения ВИЧ — развитие СПИДа.

В настоящее время фото, описания больных СПИДом находятся в открытом доступе, люди читают, смотрят и у некоторых из них развивается страх заболеть СПИДом. СПИДофобия ещё усиливается тем, что в большинстве случаев причиной заражения ВИЧ является осознанное аморальное действие: половой незащищенный контакт с девушкой по вызову, однополый контакт, совместное употребление психоактивных веществ, например, спайсов, вызывающих половую расторможенность и в конце концов приводят к инфицированию ВИЧ-инфекцией. Чувство вины, которое испытывает человек, усиливает фобию. Обычно в сознании СПИДофоба ВИЧ является неизбежным наказанием за его «похождения», стигматизация ВИЧ (вера в то, что СПИДом болеют исключительно лица, ведущие распущенный, аморальный образ жизни) усиливает состояние фобии.

Также СПИДофобия также может значительно усиливаться таким состоянием как псевдоСПИД — присутствуют признаки похожие на СПИД (потеря веса, ночные поты, температура, головные боли, высыпания «саркомы Капоши», болезненные, увеличенные

лимфоузлы), однако в действительности ВИЧ в организме у человека отсутствует. Он без остановки делает анализы, однако это его не удовлетворяет и цикл повторяется вновь и вновь вплоть до того, что организм вынужден перевести мозг в режим так называемой розовой реальности (сумасшествия), чтобы организм сам себя не разрушил. Существующая система оказания медицинской помощи сама нередко выступает как фактор, способствующий развитию СПИДофобии у пациента.

В связи со всем вышесказанным рекомендуем следовать простым правилам безопасности, не реже одного раза в год сдавать тест на ВИЧ. В случае появления симптомов СПИДофобии следует обратиться к специалисту.