



ШАГИ

Экспресс

№ 9 (21) | 2007 г.

Издается Общественным благотворительным фондом борьбы со СПИДом «Шаги»



В номере:

- IV Международная конференция по патогенезу, лечению и профилактике ВИЧ
- «Носитель» (главы из повести)
- Инфоцентры
- Летний лагерь для ЛЖВС в Брянске

IV Международная конференция по патогенезу, лечению и профилактике ВИЧ (IAS 2007) прошла в Сиднее (Австралия) с 22 по 25 июля 2007 г. На ней были представлены отчеты о последних разработках в области клинической и профилактической науки.

Главной характеристикой конференции IAS 2007 было определение того, как научные достижения могут на практике повлиять на всемирное противодействие ВИЧ/СПИДу.

Являясь известной по всему миру, лидирующей и независимой ассоциацией специалистов в области ВИЧ, Международное общество по СПИДу (IAS) тесно сотрудничает с Австрало-Азиатским обществом по ВИЧ-препаратам (The Australasian Society for HIV Medicine, ASHM) с целью разработки программ по объединению достижений науки и

практики. С первых лет развития эпидемии ВИЧ Австралия поддерживает постоянную приверженность профилактике, лечению и исследованию этого заболевания. Австралия была одной из первых стран, разработавших национальную стратегию по ВИЧ/СПИДу.

На конференцию собралось более 5000 делегатов из 133 стран. Было заявлено 3100 предварительных докладов; 978 из них было отобрано для выступлений и презентаций на конференции. Это больше чем в два раза по сравнению с конференцией, которая проходила в 2005 году в Рио-де-Жанейро.

Будучи мероприятием международного масштаба, конференция предоставила отличную возможность для сетевой работы и сотрудничества.

(Читайте на с. 2)

На сайте газеты имеется служба знакомств.
Заходите!
www.hiv-aids.ru

На сайте газеты открылся новый чат для общения.
Заходите!
www.hiv-aids.ru



8-800-200-5555

на линии дежурят

ВИЧ-положительные консультанты

Горячая линия «Шаги»

Все звонки бесплатны!

Мы знаем, как с этим ЖИТЬ!



IV Международная конференция по патогенезу, лечению и профилактике ВИЧ

• **Открытие IV Международной конференции по патогенезу, лечению и профилактике ВИЧ.** Перед началом церемонии выступил фольклорный ансамбль «Descendance», исполнивший танцы коренных жителей Австралии – аборигенов.

Министр здравоохранения Австралии Тони Эбботт в своем выступлении говорил о роли Австралии, которую играет эта страна в борьбе против пандемии ВИЧ в мире, подтвердив, что профилактика распространения ВИЧ-эпидемии является приоритетной в деятельности австралийского правительства.

Затем выступила министр здравоохранения штата Нью Саус Уэллс Рэба Михер, которая особо подчеркнула, что огромная роль в успехе, достигнутом в здравоохранении штата, принадлежит врачам-клиницистам, которые не только предоставляют качественное обслуживание пациентам, но и активно защищают их права.

Маура Эларипе, президент Сообщества ВИЧ-инфицированных женщин Республики Папуа Новая Гвинея, говорила о роли неправительственных организаций. Сама она является ВИЧ-позитивной женщиной, работает медицинской сестрой. В 1997 году ей был поставлен диагноз. Она была одной из первых женщин в этой республике, открыто признавшей свой статус. Маура Эларипе

принимала участие в разработке нескольких программ, призывая правительство страны и некоммерческие организации объединиться, чтобы сделать антиретровирусную терапию доступной для всех в ней нуждающихся в Республике Папуа Новая Гвинея. Она активно выступает в защиту прав ВИЧ-позитивных женщин не только в своей стране, но и во всем мире.

Далее выступил директор Национального института алергологии и инфекционных заболеваний США Энтони Фауци, остановившийся на новейших исследованиях в области понимания патогенеза инфекции, ранних проявлениях заболевания, что особенно важно для успешного начала своевременного лечения.

С большим воодушевлением делегаты конференции встретили выступление Мишеля Казачкина, исполнительного директора Глобального фонда по борьбе со СПИДом, туберкулезом и малярией. Он рассказал об успехах, достигнутых во всемирной борьбе против СПИДа за последние 15 лет, включая приоритетную роль, которую играла эта область здравоохранения в повестке дня многих международных событий. Он призвал к глобальной мобилизации усилий всего гражданского общества. Для того, чтобы превратить профилактику, лечение и помощь ВИЧ-инфицированным из мечты в реальность предстоит многое сделать. Прежде всего – обеспечить достаточное финансирование и выработку стратегий в области здравоохранения.

• **Раннее начало терапии для младенцев снижает риск смерти.** Как показало исследование, проведенное учеными ЮАР и представленное на конференции, раннее начало антиретровирусной терапии ВИЧ-инфицированных младенцев в течение первых 12 недель с момента рождения вместо ожидания появления признаков клинического прогрессирования болезни на фоне ослабления иммунитета, значительно снизило риск смерти.

Исследование проводилось среди детей в странах с низким уровнем жизни и сравнило два подхода к лечению детей, которые не проявляли клинических признаков болезни, необходимых для начала терапии согласно существующим рекомендациям.

В одной группе лечение было начато после того, как число CD4-клеток снизилось до уровня, знаменующего тяжелое угнетение иммунитета, в то время как в другой группе лечение было начато немедленно. Возраст наб-

людаемых младенцев был менее 12 недель, когда они были распределены в ту или другую группу.

Исследование выявило, что немедленное начало терапии снижает риск смерти на 75% в течение последующих 32 недель наблюдения за младенцами.

В пресс-релизе Американского национального института аллергии и инфекционных заболеваний, который спонсировал данное исследование, доктор Энтони Фауци заявил, что результаты данного исследования являются очень важными для общественного здравоохранения по всему миру.

Однако для достижения максимального эффекта программы по профилактике вертикального пути передачи инфекции должны быть подкреплены и выполняться в тесном взаимодействии с органами контроля материнского и детского здоровья. Матери так же, как и работники, обеспечивающие уход и лечение, нуждаются в значительной поддержке для проведения длительного лечения. Необходима значительная финансовая поддержка со стороны всех секторов экономики для расширения лечебного сервиса для детей. Также существует необходимость в расширении и укреплении ранней диагностики инфекции среди младенцев.

• **Циркумсия (иссечение крайней плоти).** На последней конференции IAS в 2005 г. были представлены результаты первого фундаментального исследования эффекта циркумсии на снижение риска инфицирования мужчин. С тех пор два новых исследования в этой области показали те же результаты: циркумсия снижает риск инфицирования ВИЧ приблизительно на 60%.

В результате Всемирная организация здравоохранения и Объединенная программа ООН по ВИЧ/СПИДУ рекомендовали циркумсию в качестве метода профилактики ВИЧ-инфекции для мужчин.

Хотя остается много открытых вопросов по поводу применения циркумсии в качестве стратегического подхода к профилактике ВИЧ-инфекции.

Одной из проблем является безопасность циркумсии: как часто возникают осложнения после циркумсии и как долго длится процесс заживления послеоперационной раны?

Исследование, проведенное с целью изучения уровня осложнений в двух группах участников: ВИЧ-позитивных мужчин с уровнем CD4-клеток более 350 и



Стенд Глобального фонда

ВИЧ-негативных мужчин, выявило схожий уровень возникновения осложнений — около 3% в обеих группах. Однако ВИЧ-позитивные мужчины были предрасположены к более длительному заживлению послеоперационной раны. Среди 30% ВИЧ-позитивных мужчин по истечении месяца процесс заживления все еще не был завершен по сравнению с 20% среди ВИЧ-негативных пациентов.

Исследование получило критические комментарии со стороны Кевина де Кокк (ВОЗ) по причине невключения в исследование группы ВИЧ-позитивных мужчин с низким уровнем CD4-клеток, среди которых риск возникновения послеоперационных инфекционных осложнений может быть еще выше.

Также не изучена эффективность циркумизии среди мужчин, практикующих секс с мужчинами. Несмотря на то, что мужчины из Латинской Америки, где циркумизия выполняется крайне редко, выразили свою готовность участия в исследовании, австралийские ученые выразили сомнение по поводу эффективности циркумизии в этой группе.

Анализируя все новые случаи инфицирования среди мужчин, практикующих секс с мужчинами, в период с 2000 года, исследователи не выявили никакой разницы в риске инфицирования среди мужчин с обрезанной и необрезанной крайней плотью.

Другой вопрос в этой области — цена. На конференции была представлена модель исследования по использованию циркумизии в широких массах населения в африканских странах с высоким уровнем инфицирования ВИЧ. Было подсчитано, что выполнение данной программы может стоить правительствам стран-участников и финансовым донорам 500 млн. американских долларов в течение 5 лет. Однако экономический эффект от такой профилактики потенциально мог бы составить 3–4 миллиарда долларов, сэкономленных на антиретровирусной терапии в течение 20 лет.

• **Диета и здоровое питание.** Другое исследование бразильских ученых показало, что назначение специальной диеты в период приема антиретровирусной терапии, с целью контроля приема жиров и сахара с пищей, является хорошим методом контроля над уровнем холестерина и триглицеридов крови.

До сего дня не существует достаточных доказательств того факта, что изменения диеты могут предотвратить перераспределение жировой ткани — липодистрофии — среди принимающих антиретровирусную терапию, несмотря на то, что изменение диеты используется в качестве первоначального подхода для снижения уровня липидов крови, прежде чем врач принимает решение в пользу медикаментозного лечения статинами.

Для исследования отобрали 90 пациентов, которые одновременно с началом антиретровирусной терапии либо находились под наблюдением диетолога, который консультировал пациентов раз в три месяца в течение года от начала терапии, либо однократно получали информацию по здоровому питанию.

Пациенты из группы, наблюдаемой диетологом, к концу исследования употребляли меньше калорий и жира, имели стабильный уровень холестерина и пониженный уровень триглицеридов. Во второй группе наблюдаемых были зарегистрированы противоположные результаты: значительный прирост уровня холестерина и триглицеридов, большее употребление калорий и повышение соотношения окружности талии/ бедер (индикатор центрального скопления жировой ткани), что является следствием липодистрофии.



Сотрудники Российского федерального СПИД-центра

Доктор Эдуардо Спринц заявил, что вмешательство диетолога оказалось эффективным по причине того, что оно было начато одновременно с антиретровирусной терапией и проводилось по принципу повторных регулярных консультаций. Он также отметил, что применение диеты после того, как уровень липидов уже возрос, может быть запоздавшей мерой.

• **Разочаровывающие результаты исследований в области профилактики.** Новости в сфере биомедицинских методов профилактики передачи ВИЧ, представленные на конференции, оказались не обнадеживающими. Доклады по использованию ацикловира для угнетения вируса простого герпеса-2, представленные на конференции, не сообщили о положительных результатах исследований по снижению риска инфицирования среди ВИЧ-негативных женщин в Танзании.

Исследование, проведенное той же группой ученых среди ВИЧ-позитивных женщин, показало, что противогерпетические препараты не снижают концентрацию ВИЧ и вируса простого герпеса-2 в вагинальном секрете, таким образом показав, что партнеры наблюдаемых леченных женщин подвергались такому же риску инфицирования, как и в группе плацебо.

Наличие признаков инфекции генитального герпеса увеличивает риск передачи ВИЧ-инфекции ВИЧ-негативному партнеру. Медикаментозное угнетение вируса простого герпеса-2 было предложено в качестве одного из методов для снижения числа новых случаев ВИЧ-инфекции, однако результаты исследования показали, что существует необходимость дальнейшего изучения данной проблемы, прежде чем ацикловир и валацикловир будут использованы как методы профилактики.

На одной из заключительных сессий конференции, результаты двух исследований по применению микробцидов показали, что препарат AsherCell не только не снижает, а напротив повышает риск инфицирования ВИЧ (как показало одно из исследований), и не оказывает никакого эффекта в сравнении с плацебо гелем (выявило другое исследование).

Исследователи до сих пор не пришли к заключению, почему AsherCell повышает риск инфицирования ВИЧ, так как предыдущие исследования достигли противоположных результатов.

И наконец исследование в ЮАР, проводимое среди двух групп женщин (первая группа — чьи партнеры использовали только презервативы в качестве профилактики ВИЧ; женщины из второй группы использовали лубриканты и диафрагмы в дополнение к презервативам, используемым партнерами) не выявило усиления защитного эффекта при использовании диафрагм и лубрикантов. Обе группы имели одинаковый уровень инфицирования партнеров. Результаты данного исследования были опубликованы в начале этого месяца в журнале «Ланцет».

Несмотря на высокий уровень энтузиазма в отношении использования биомедикаментозных способов профилактики ВИЧ в течение последних нескольких лет, единственным многообещающим методом является иссечение крайней плоти — циркумизия.

• **Посещение группой участников конференции Сиднейского центра сексуального здоровья.** Центр обеспечивает конфиденциальное и всестороннее обследование состояния сексуального здоровья пациента. Для этого применяются скрининговые исследования, вакцинирование, профилактика инфекций, передающихся половым путем, включая ВИЧ, гепатиты В и С, индивидуальное консультирование, обучение и консультации сексуальных партнеров, тесты на беременность, программы обмена шприцев для потребителей инъекционных наркотиков. Обслуживание в Центре совершенно бесплатно. Для того чтобы прийти и получить всю необходимую помощь, пациенту не нужны медицинские страховки, документы, регистрация. Посетив Центр, пациент получает всестороннюю информацию о состоянии своего здоровья и в дальнейшем может быть направлен к специалистам, если для этого имеются показания.

Для тех, кто не говорит на английском языке, здесь работают переводчики тайского, корейского и китайского языков, так как многие пациенты, обращающиеся в Центр, являются выходцами из этих стран.

В Центре работают специальные программы для «групп риска»: для мужчин, имеющих секс с мужчинами, секс-работников и потребителей инъекционных наркотиков, а также для молодежи. Результаты сданных анализов пациент может узнать по телефону или получить по электронной почте, кроме анализов на наличие



Выступление Мишеля Казачкина

ВИЧ-инфекции и гепатитов. Для этого ему необходимо явиться лично, так как в этих случаях предусмотрено послетестовое консультирование.

Центр сексуального здоровья удобно расположен в самом центре города, в здании Сиднейской центральной больницы. Подобные центры функционируют еще в 34 городах Австралии.

• **Посещение группой участников конференции Ассоциации секс-работников «Scarlet».** Целью этой организации является достижение равных социальных, юридических, политических, культурных и экономических прав для бывших и нынешних секс-работников, путем проведения целенаправленной политики, реализации специальных программ, создания филиалов по всей стране, свободного места выбора работы. Примечательно, что членами организации могут быть только бывшие или нынешние работники, занятые в индустрии секс-бизнеса.

Одним из достижений организации является то, что среди австралийских секс-работников очень низкий уровень ВИЧ-инфицированных по сравнению с другими странами. Этого удалось достичь путем объединения секс-работников в единую организацию, которая проводит целенаправленную работу по проведению профилактических и образовательных программ. Подчас секс-работникам приходится выполнять и обучающую функцию со своими клиентами, которые не имеют достаточных знаний о путях передачи инфекционных заболеваний при половых контактах, включая и ВИЧ-инфекцию.

Члены организации поддерживают самые тесные и непосредственные контакты с секс-работниками, включая и тех, кто работает и в других областях, агентствах и неправительственных организациях. Ежегодно Ассоциация проводит форум, на который съезжаются делегаты из филиалов этой организации со всей страны. Проводятся конференции, транслирующиеся по телевидению. Существует адресная электронная рассылка для членов организации последних новостей и событий в мире секс-бизнеса. В Интернете есть форум секс-работников.

Во время посещения Ассоциации секс-работников сотрудники ответили на многочисленные вопросы делегатов конференции.

В публикации использованы материалы ИТРСги в переводе С. Казикина. Редакция также благодарит координатора фонда «Российское здравоохранение» А. Панкратова за помощь в подготовке материала.



Секс-работники борются за свои права

Виктор Акулов

Носитель

Виктор Акулов — писатель-публицист, печатался в изданиях «Наш современник», «Литературная газета», «Завтра» и др. Проживает в Воронеже, ВИЧ-инфицирован.

В этом номере, с разрешения автора, мы публикуем некоторые из глав его новой автобиографической повести «Носитель».



Во мне часовая бомба

Открою секрет. Слово проникший в зрелое яблоко червь, во мне неожиданно-негаданно поселилось то самое заболевание. Поначалу, не веря, утихомирил себя: ошибка какая-то. Однако ж, как слышал, есть признаки болезни, когда шейные лимфоузлы и не болят, и не пропадают. И что же? Именно такие нащупал на своем теле. А значит...

Окутываемый сигаретным дымом, решил тогда: жизнь порвалась, словно едва написанный лист. Планы на будущее рассыпались, точно карточный домик. Счастье обошло стороной. Остается только поставить на себе большой и жирный крест. А непривычная, преследовавшая, что тень, мысль о смерти обесцвечивала мое существование, как черная краска, попавшая в стакан с водой яркого цвета. Краска, которая из всего намерена сделать серую муть.

Очевидно, я выглядел странным человеком. На чей-то взгляд, может, и сумасшедшим. Но откуда людям было знать, что я не случайно опасаясь своей крови? Например, после того, как поранил правую ладонь, не позволял себе здороваться или прощаться с кем-либо за руку. Да какой там. Я даже не держался за поручень в транспорте. А как-то увидел в треснутом зеркале, что кровоточат десны. После этого не пил с людьми из одной кружки. И свою девушку не целовал. Отчего та, явно ошибаясь, думала, будто разлюбил. Ну и пусть думает. Разве ей известно, что, в действительности, все совсем наоборот?.. Но этого не озвучил. Зато она говорила, будто я начал кричать во сне. Кого-то звать на помощь. Странно бы. Прежде со мной не случалось такого.

В моей воспаленной памяти воскресает ночь, когда не спалось. Я ворочался. Кашлял. Заворачивался с головой в одеяло. Утром предстояло идти в больницу и узнать результаты повторных анализов крови: подтвердились ли... Разве тут уснешь? Но все-таки задремал.

Проснулся рано, в восемь. В комнате никого. Настя оставила на подушке несколько своих рыжих волос. Ушла, должно быть, на учебу. Она редко пропускает занятия. Даже по болезни. Слышалось, как шумят люди за стеной — в комнатах и коридоре студенческой общаги. Топают, смеются, разговаривают. Им тоже на занятия. А мне? Нет мне, к сожалению, не судьба. Я был отчислен за два несданных экзамена. Поэтому оставался тут последние дни-денечки, какие отведены на сборы. Вспомнив это, захотел уснуть. И повезло — задремал.

Проснулся в девять. Было тихо. Лишь тиканье часов. То будильник, что прятался под подушкой. Всегда кладу его сюда. Привычка уже. Так и лучше слышно, когда звенит, и своего рода колыбельная. Но вот, вспомнив о больнице, ощутил, как сердце забилось пугливо и жадно. Вставать с кровати не хотелось. Казалось, будто пол обожжет, или уколется, если коснешься ногой. Словом, ничего обнадеживающего. Лежа в кровати, видел за окном желтые облетавшие листья. Осень... Уже горела осень. Через некоторое время снова уснул.

Проснулся в одиннадцать. Теперь — пора. Резко вскочил с кровати. Умылся. Оделся. Позавтракал. С минуту растерялся — идти или нет? Дескать, что если остаться в неведении? Ведь можно бы. Однако беда коснулась не только меня. Раз болел я, значит не повезло и Насте... Стало быть, вынужден пойти. А там может (ну может!) пронесет.

До метро всего ничего — минут пятнадцать ходьбы. По дороге зачем-то внимательно всматривался в лица прохожих. Отвлечься, что ли, хотел.

Потом спустился в метро. В вагоне тонул в задумчивости. Оттого не мог припомнить своих мыслей, даже посетивших какое-то мгновение назад. Удивительно, как не пропустил нужную станцию. От нее нужно ехать на маршрутке. И трижды сел не в ту: забывал посмотреть номер. Отчего-то думал, будто все направляются до больницы. Мало того, еще

и запмятовал с оплатой проезда. Напомнили. А в одной так и прокатился бесплатно.

И наконец прибыл... У входа достал сигарету. Шелкнул зажигалкой. Затянулся. Докурив до половины, выкинул.

Сдавая пальто в раздевалку, спохватился, что на нем нет петельки. У нас в институте такую одежду не принимали.

— Не беспокойтесь по мелочам, — сказала гардеробщица, выдавая номерок.

И вот нужный кабинет врача-инфекциониста. Сюда сидела очередь из нескольких человек — парень в кепке-хулиганке, и еще двое — если верить обручальным кольцам, муж и жена. Мне сразу передалось волнение собравшихся.

Когда подошла моя очередь, словно очнулся. Посмотрел на часы. Оказалось, прождал час. Странно бы, час пролетел, как одна минута.

В светлом и просторном кабинете почувствовал себя, точно парашютист с нераскрывшимся парашютом. Докторша предложила присесть. Я так и сделал. Назвал свою фамилию... Доктор, торопясь, листала журнал, в который было занесено множество фамилий.

— У вас не очень хорошие повторные анализы... Обнаружена ВИЧ-инфекция...

От ее слов меня обожгло... И конца этому пламени не видно. Дышать стало тяжело. С минуту ничего не мог сказать. Может, ошибаю? Я видел, как тряслись мои руки.

— Не волнуйтесь, — продолжала она, — Это еще не конец жизни.

Через минут десять я узнал от нее, что лекарство, способных излечить окончательно, нынче не изобрели. Зато есть препараты, как-им под силу притормозить, однако не остановить, движение болезни. Вот почему докторша советовала ехать домой, в Воронеж, где прописан. Там следует встать на учет. И каждые полгода проверять иммунитет — жертвовать кровью на анализы. Ждать, когда выпишут таблетки по расписанию. И отнести ко всему надо было серьезно. Ведь чуть запустил и медицина бессильна. Поэтому и от дома лучше далеко не отъезжать, не отлетать. Мало ли что... А вдруг будет СПИД?!

Кроме того, я расписался в уведомлении, согласно которому мне теперь известно о заболевании. И заодно в предупреждении, что его распространение грозит лишением свободы...

Напоследок доктор предупредила, будто лучше держать язык за зубами, если захочется кому-то рассказать о заболевшем. Ведь люди, пусть и не все, опасаются таких, как я...

Какое-то время я оставался в больнице. Просто потому, что застыл столбом. Растерянный. Оглохший. Стоял среди толпящегося кругом больничного люда.

Уходя, наткнулся на железную корзину со стопкой брошюр о заболевании. Это для всех и бесплатно. Я взял две: пригодятся.

Так прошел день. А потом еще один. И еще...

Я никак не мог взять в толк, отчего вдруг такая невезуха? Поначалу лишь чесал затылок. Но затем собрал воспоминания, точно мозаику, в единую картину. И разобрался в случившемся. Вообще-то все получилось очень обыденно. Познакомился с девушкой, что на семь лет старше. Учились в одном институте. Жили в соседних комнатах общаги. Очевидно, она и заразила меня. Причем, умышленно. И есть причины, чтобы так думать. Вот первая: я помню ее исключительно в двух состояниях. Чаще пьяную с бездумно-равнодушными глазами. Но, бывало, встречал и трезвую, с отчаянно-измученным лицом. Можно было подумать, что она только-только похоронила близкого человека. Однако, на распросы, отчего грустит, отмалчивалась. Либо ограничивалась фразой, будто я не пойму. И вдобавок брошу ее. Если не хуже — расскажу тайну людям. Странная уверенность. Даже более чем... Я не сомневался, мало того, предчувствовал, что у девушки какое-то большое несчастье. И второе: однажды после близости она предложила оформить брак. Но мы не были знакомы и недели. Подозрительно... Оказывается, ей это было

нужно для своих целей. Но каких именно — не сказала. Заключим брак и тут же расторгнем. Я отказался: черт знает, что у нее на уме. Ну а теперь все выяснилось. Оказывается, таким образом хотела подстраховаться на случай, если я догадаюсь, от кого заражен и надумаю судиться. А бывшую жену еще попробуй обвини — не так-то просто.

Мое озлобление казалось безгранично. Я расхаживал то в комнате, а то, хлюпая по лужам, на улице. Непривычно-дикие мечтания о том, чтобы убить виновницу моего горя перемешивались с поисками и своей вины...

И что же делать? Если, например, прыгнуть по ее голове обутым в тяжелые ботинки «Гриндерс», лучше не станет. Пусть и от души расслабилось, однако все равно не выздоровею. Даже хуже: попаду в тюрьму. Место, где до моего здоровья вряд ли кому будет дело. Да и при всем желании мстить, на деле я — бессилён. Она далеко. В Екатеринбург. Будучи заочницей, приезжает сюда раз в полгода. И теперь появится месяцев через пять, чтобы сдать очередные экзамены. Может быть, появится. После такого-то... Нет, впрочем, есть шанс найти ее адрес, если посетит институт. Там наверняка знают. Слышал, имеется адрес каждого учащегося. Авось еще заеду в гости — проведаю. Ведь зло стремилось наружу.

Странное совпадение: у моей матери тоже было неизлечимое заболевание. И тоже проблема с кровью — сахарный диабет. Говорят, будто от него давным-давно не умирают. Но я в это не верю. У меня есть фотографии матери в молодости, до моего рождения, где она стройная, красивая, улыбающаяся. А вот незадолго до смерти изменилась. Грустная и молчаливая. А лицо выражало обреченность, одну только обреченность. Она уже не могла надеть юбку, потому что обильно гноились ноги. Постоянно кашляла. Ходила с трудом. Еще маленьким, посещая детский сад, я ничего не понимал, однако ж, волновался. Мама успокаивала, что скоро все пройдет. Очень скоро. Она умирала, несмотря на то, что, как и положено, соблюдала диеты и колола инсулин.

Разве забудешь ту последнюю встречу? Я думал, что мама, увидев мою улыбку, услышав мой смех, почувствовал мою любовь, сразу выздоровеет. Я не спал всю ночь. Долго сидел у окна. Смотрел на звезды. Дождался утра. Непривычно красивого утра. Разгорелся акварельно-чистый рассвет... Я не знал молитв. Но, желая, чтобы мама осталась жива, попросил об этом Бога. По рассказам моей верующей бабушки — справедливого и милосердного. Но то ли просил не так, как нужно, то ли и нет никакого Бога... Ведь не мог же «справедливый и милосердный» допустить, чтобы мама умерла в свои тридцать три года, когда цвел май. Случилось это, на мой детский взгляд, как-то просто и обыденно. Словно уехала во временный отпуск и скоро вернется. И мы еще увидимся. Почему-то казалось: непременно увидимся. Необъяснимая уверенность. Но, тем не менее, в моем сердце, легковесном, семилетнем сердце, было очень сиротливо.

Я вспомнил рассказы о родственниках по материнской линии и обнаружил одну особенность, на которую прежде не обращал внимания: все прожили тридцать с небольшим лет. Смерть непременно наступала от какого-либо неизлечимого заболевания. Так, по крайней мере, случилось с матерью, бабушкой, прадедом... Тридцать с лишним. Невнятное совпадение. Или же... И тут, словно электрический разряд, поразила страшная догадка. Что если это какое-то проклятие, передающееся, как по цепочке, из рода в род. А я, стало быть, его очередной носитель. Я — следующий... Неужели так? Я словно окаменел. Не мог и пальцем пошевелить. Настолько ошарашила меня эта мысль.

Я взаперти

Проснулся днем. Разбитый. Голова раскалывалась. Во рту противно и сухо. Воды бы. Не удавалось вспомнить, как вчера попал

на кровать. Все-таки попал. И сомневаюсь, что самостоятельно. Сил бы не хватило. Очевидно, без помощи «сестренки» не обошлось. Она лежала рядом со мной. Спала. Ее щеки слегка розовели. Сквозь складки штора проникал нежный дневной свет.

Я попытался припомнить что-нибудь из вчерашнего. Отчего перед глазами возникла бутылка водки. А вместе с тем вспомнился острый, тошнотворный, терпкий запах. Меня передернуло. Я ощутил, как еще чуть-чуть и стошнит. Отчего поспешил в туалет.

Воды бы. Я открыл кран. Ме-е-едленно вытекло несколько капель. Вот и все. Отключили, значит. Тогда осмотрел квартиру, надеясь найти какую-нибудь газировку. А еще лучше — сок. Меня пошатывало. Я искал, стараясь не разбудить «сестру». Всякое движение вызывало укол в висках. Попалась под руку ваза с цветами и, главное, с водой! Из нее, не вынимая букет, напился.

В прихожей нашел свою куртку. Стало быть, пока я спал, сюда приходил Яшка.

Только и думалось, как скорей забить о вчерашнем и прийти в себя. Я был готов сдвинуть голову и выть, выть, выть. Пивка бы. Да прогуляться. За окном к тому же безоблачно. Давненько мечтал о такой погоде.

Я осторожно оделся. Поцеловал спящую «сестренку» в горячую щеку. И, осматриваясь, будто ворюшка, вышел из ночлега на улицу. И что же там? Голубые куски неба глядели из разорванных туч. Деревья еще не обсохли после дождя накануне. Было безветренно. И до того пахло свежестью и гнилью, что приятно закружились голова. И во мне заплесало хорошее настроение. А когда выпил пива, то окончательно пришел в себя.

Но, подсчитав оставшиеся деньги, огорчился. Этих сбережений едва ли хватило бы для покупки более-менее приличного букетика на мою будущую могилку... Значит, больше трех дней в городе не протяну. Придется уезжать домой.

В метро остановил постовой. Спросил документы. Из кармана куртки я достал студенческий билет и паспорт. И тут нащупал незнакомый пакет с чем-то мягким. Я не представлял, чтобы это могло быть. Но явно — не мое. Пакет не достал.

— Наркотиков нет?

— Было бы, угостил, — отшучивался я, ожидая, что мент улыбнется да отпустит.

— И все-таки давайте пройдем, чтобы проверить.

Я не торопился, но попусту терять время тоже не хотелось. К тому же много слышал о так называемом «ментовском беспределе» и, само собой, насторожился.

Обыск был в патрульном участке метро. Я не волновался. Зачем, если при себе нет чего-либо запрещенного. Оружия, наркотиков... Не имею я такого. Ну хоть убей, а нет. Так думал, пока постовой не залез в карман куртки, откуда вытащил, — о, ужас! — пакет с травой. В голове завертелось: наркотики! подкинули! Но вот вспомнилось, как вчера видел этот самый пакет (именно этот!) в руках Яшки. И как потом он одолжил куртку. И оказывается, что вернул вещь, забыв в ней свое. Едва не подкинул...

Во мне мелькнуло какое-то трусливо-животное чувство.

— Это что? — строго спросил постовой.

— Ну, это... Травы... Бабушкины... Лечебные...

Сказав это, сразу пожалел: чересчур неправдоподобно. Мною вдруг овладело желание бежать отсюда, как можно быстрее, как можно дальше. Но это было невозможно.

Де-то спустя час, разговаривал с двумя операми. Они приехали сюда по мою душу. Постовой вызвал. В полутемном и узком коридоре, что между участком и метро, они спрашивали, чем я занимаюсь. Поэтому вкратце рассказал о себе. С лучшей стороны, разумеется. Как честный гражданин учится на пятерки в Литературном институте. С чего бы не приврать, если студенческий билет при мне? Мало того, печатаюсь и в правильных изданиях. В моих словах имелась и доля правды.

— В Литературном, говоришь? А косяк зачем? Чтобы сочинилось лучше? — сказал это, опер потыкнув, по-крысиному, захихикал

— Короче! — начал другой. — Мы предлагаем тебе два варианта... Первый — мы с тобой сейчас едем в отдел. И второй — ты предлагаешь нам свои варианты...

Так речь зашла о деньгах... В сознании промелькнули знакомые лица тех, кто мог бы помочь. Настя. Ее телефон отключен. Друг. Мы теперь не в ладах. Однокурсники. Да ну их. Не хочу говорить, что задержан с наркотиками. Отец. Он, как и прочие родственники, далеко. И его тоже не желаю огорчать. Следовательно, помочь мне некому. Потому и не уточнял: почему нынче свобода для народа. Я все равно в пролете.

Тогда предложили второй выход:

— Кто торгует знаешь? Или через кого взять? Покажи и мы отпускаем.

Опять вспомнил Яшку. Все по его вине. Но вряд ли подстроил. Иначе бы меня оставил не постовой... Очевидно, тот запаматовал. С кем не бывает? Но только одна неурядица: почему отдуваться мне? Нет, конечно, можно бы позвонить. Нет, даже нужно позвонить и сказать так: «Яшка, дружан!» Да, желательно назвать дружаном. Теперь — самое время. Поэтому нужно сказать: «Яшка, дружан, привези туда-то и туда-то столько и столько». Придумано неплохо. И, однако, безнадежно. У него нет денег. А если и найдутся, сомневаюсь, что даст. Не настолько мы дружны. Кроме того, в их ночлежке не имелось телефона. А ехать туда вместе с ментами — не по мне. Выглядит, как наводка. Тем более, что время от времени они там варят «раствор». А живем мы не в Голландии... Поэтому я молчал. Решил: будь, что будет.

А будет плохо. На моей руке зашелкнули одно кольцо наручников. А другое опер пристегнул к своей. Так мы стали неразлучными, как сямские близнецы. Так и вышли в метро. Был час пик. Кругом люди. Спешат. Толкаются. И не боятся двоих в наручниках.

— Внимательней смотри на девочек. Ты видишь их в последний раз, — ехидничал одноклассник, когда выбрались из метро наружу, под небо.

— Почему в последний? Мне дадут пожизненный срок, что ли?

— Нет, если ты одумаешься. Найдешь шутку, то мы, конечно, отпустим.

Вероятно, речь шла о тысяче долларов. Не рублей же.

— Отпусти на час! Я принесу деньги. В залог у вас есть мои документы. Куда я денусь?!

— Думаешь, самый умный. Знаешь, сколько вас таких уходило в лес?

А ведь он угадал. Я бы, действительно, пропал...

Мы ехали в «двенашке». Вместе с одноклассником я сидел на заднем сиденье. Направлялись напрямик в отдел. Я вдруг испугался, что окажусь взаперти надолго. Поэтому заговорил с операми настойчивей. Во мне росла надежда, будто если те узнают о моей болезни, то обязательно помилуют — освободят. Они ведь тоже люди — поймут.

— Выпустите! Мне нельзя в тюрьму!

— Это еще почему? Другим можно, а тебе нет?

— У меня для тюрьмы слишком слабый иммунитет.

— Ты, что ли, СПИДом болеешь?

Я сказал, будто так и есть.

— А чего раньше молчал?... Мороки теперь с ним будет.

— Но ведь не нам, — добавил одноклассник. — Наше дело — привезти.

— Это верно... Так что крепись, студент. Сказал бы раньше...

Последние слова обнадежили. Значит, не все потеряно. Есть шанс. А потому нужно продолжать разговор. Пока не поздно, пока не приехали в отдел. Поэтому я кое-что выдумал. Дескать, мне срочно нужны лекарства. Без них умру. Но те уже не обращали внимания. Слово меня и нет. Но я не сдавался: говорил, жарко говорил. В какой-то момент до того вжился в роль умирающего, что и сам поверил, будто, действительно, очень скоро погибну. И сегодня — последний день.

— Чего ты грузишь нас?! От СПИДа нет лекарств!

— Пускай умирает. Задолбал уже, — сказал который за рулем. — Нам легче труп сплывать, нежели пробитое колесо машины.

Услышав это, я замолчал.

Зато по дороге обдумал, что ожидает впереди. Какие будут вопросы. Особенно этот: откуда взял? Признаться, как вышло на самом деле — нельзя. Иначе потяну за собой Яшку. Но и попробуй скажи, будто не знаешь, откуда взялись наркотики. Не поверят. Того и жди, допрос затянется не на один день. А то и битый начнут. Что ж, остается об-

мануть. Дескать, угостил незнакомца. Вот и все. Концы обрублены. Про Яшку и ночлег ни слова. А там, быть может, отпустят. Не станут же лишать свободы из-за такой-то пустяковины. Наверняка есть преступники, которые гораздо опасней бывшего студента — наркобароны, например.

В отделе посадили в «обезьянник». Потом повели на допрос. И вот прокурорский кабинет. Молодой дознаватель. И все вышло, как ожидал. Один и тот же вопрос: откуда взял? И, дескать, отвечай — отпустим. И куда деваться? Я отвечал: будто встретил незнакомца. Мы выпили пива. Разговорились. Я признался ему, что смертельно болен. После чего тот подарил мне пакет с травой. А я? Так ведь поначалу и не знал, что мне подкинули наркотики.

Для большей достоверности, что неизлечимо болен, я кашлял и горбился.

Еще дознаватель спрашивал о том, сколько у меня есть знакомых барыг, торгующих чем-нибудь сносшибательным. Сойдет, если и героином. Он говорил так, будто мы давние друзья, пропившие вместе не один телевизор. И будто вот-вот поедем, купим и кайфанем. И никто не обломится! И все, как в песне, будет хорошо и благополучно. Да! Он использовал знаменитый метод пряника. И, очевидно, где-то уже припрятан кнут. А я отшучивался. Дескать, о да, знакомые барыги есть, но в Колумбии. Хочешь — поехали. Мне не жалко. Поделюсь связями. И никто не обломится. А он? Улыбнувшись, сказал, что если мои знакомые барыги станут и его знакомыми, то я свободен. Но колумбийские не в счет.

— Всех так допрашиваешь? Один и тот же вопрос... Сколько еще? Самому не надоедо?.. И зачем? Если я, действительно, никого знаю. Я здесь случайно. Говорю же: я не наркоман.

— Хватит дуру гнать! Спиозный, а не наркоман?! Приняли с травой, а не наркоман?! Так не бывает! Или я, по-твоему, дурак?!

Ну вот и сказал о болезни на свою голову. Надавил на жалость, а вышло только хуже.

Больше я его не слушал. Упертый и глупый. Повышение, что ли, хочет? Сменить погоны? Да, конечно, хочет. Он еще молод. И мечтает о банальном... И я — маленькая ступень. И кому, впрочем, доверять столь мелкое дело, как мое? Да ему и только ему.

Допрос продолжался. Мое сердце билось медленней, беззаботней. Точно бы скоро остановится. Клонило ко сну. Происходящее стало безразлично. Сами подумайте: что мне могут сделать дурного? Ну задержат до утра. В худшем случае — подарят условный срок. И, тем не менее, отпустят.

После допроса повели то ли в больницу, то ли в поликлинику. Требовались анализы на употребление наркотиков: ишь чего захотели! Зато теперь сопровождали двое других. В наручниках я отсиживался на заднем сиденье один.

В каком-то медицинском учреждении докторша дала мне баночку, которую нужно было наполнить.

Менты зачем-то сказали ей о моем СПИДе.

— Опять наркомана привезли, — ворчала она.

Это, впрочем, я уже слышал. Можно и вновь потерпеть. Но я, скривя зубами, решил: довольно! И начал доказывать, будто никогда не пробовал наркотиков.

— Ах, вот оно как! Не наркоман, говоришь?! — злилась она, хотя на то и не имелось причины. — Я медработник! Я знаю статистику! Не наркоман, значит педераст!

Через пару минут я был в туалете с той баночкой. За спиной кашлял мой конвоир, который перекрыл выход. Охранял. Боялся: убегу. А у меня не получалось выдать из себя и капельки результата...

— Ты там о девочках, что ли, думаешь? Чего так долго?

— Я не могу.

— Потому что ты наркоман. Все наркоманы не могут нормально мочиться.

— Не знаю. Тебе видней. Твой опыт подглядывания больше.

Это было сказано не без горького яда. Этакая месья за «наркомана». И чего, спрашивается, они докопались? Наркоманом называют. Ах, ну да! Есть повод. Ведь я ВИЧ-инфицирован и задержан с наркотиками, пусть и легкими. За кого еще меня принимать, кроме как?..

А потом привезли обратно — в отдел. Отобрали ремень и шнурки. Мало ли, вдруг возьму да повешусь. Взяли отпечатки пальцев. И с испачканными синими ладонями и пальцами посадили в «стакан». Там было неуютно и тесно. И нечем заняться. Если только думать. Много думать.

И вдруг сообразил, как выбраться отсюда. План был, как автомат Калашникова, прост

и безотказен: убедить всех, будто я срочно нуждаюсь в лекарствах и поэтому...

Я позвал дежурного, который, к моему удивлению, пришел сразу. Ему и выдал две новости. Правдивую и не совсем. Во-первых, что голоден. Во-вторых, неизлечимо болен. И нуждаюсь в неотложных лекарствах. Они мне нужны, как диабетика инсулин. Без них в ближайшее время увеличу смертность в стране. Дежурный, выслушав, сказал, чтобы я ждал. И действительно, скоро вернулся.

— На Петровку поедешь? — спросил он.

— А там что?

— Накормят. Выспишься. А иначе тут будешь пару дней... До суда... А кормить тебя нечем.

Я согласился.

— Тогда сразу предупреждаю: о СПИДе ни слова. Таких там не принимают. Вернут обратно.

Спустился час я уже был на Петровке тридцать восьмью...

В камеру вошел с казенными вещами. Тут всего-то три койки. Две, которые у стены, были заняты. Свободна, что посередине. Я расстелил постель, стараясь быть тише, чтобы никого не разбудить. И все-таки один проснулся. Недовольно и вопросительно посмотрел на меня. Здороваясь, протянул руку. Он, похоже, из тех, кто считает, будто руку надо сжимать, что есть сил. Иначе могут заподозрить в чем-нибудь неладном. А в тюрьме, очевидно, это сулит большие проблемы, без баночки (а то и банки!) вазелина, ну или, на худой конец, детского крема, труднорешаемые... Несколько секунд мы пристально смотрели друг другу в глаза.

— Ладно, давай завтра пообщаемся, — наконец-то, словно делая одолжение, сказал он мне.

— Ну давай.

Он отвернулся к стенке и почти сразу захрапел. Прилег и я. От усталости ничего не чувствовал — ни радости, ни страха, ничего. Лишь бы уснуть.

Утром меня разбудили сокамерники. Возле открытой двери стояли двое контролеров — шла проверка, и согласно правилам нужно встать. Я так и сделал. А когда те ушли, лег в кровать. И накрылся с головой одеялом.

— Эй! Здесь нельзя так! — строго и настойчиво сказали сокамерники.

— Что нельзя?

— Одеялом накрываться.

Я что-то буркнул в ответ. И продолжил спать под одеялом. Мне было жаль расставаться с ним. Так и теплей, и свет не раздражает. А что до соседшек, то я почти возненавидел их.

Не уснул только по той причине, что зашумело радио. Передавали прогноз погоды в городах страны. В том числе и Воронеже. Давненько там не был. Все некогда да некогда...

А когда радио выключили, то все переживания последних дней вдруг хлынули на меня, что снежная лавина. Того и гляди: накрыет насмерть. И вот... Меня накрывает. Тянет к дому, родне, Насте, недочитанным книгам и невыполненным обещаниям. Тянет к той недоступной жизни. С этого дня недоступной. И, кажется, будто и не доберусь до нее. И будто завтра, ну или послезавтра осудят. Дадут срок. И это пугает. В отчаянии хочется орать во всю глотку. Или... Или петь добрую песню. Например, эту... Я громко запел. Надрывным и дрожащим голосом. И пусть эти незнакомые сокамерники, эти молчуны думают, будто я псих. Из безнадежного числа тех, кому покой доступен только после смерти и лоботомии.

Но вот, допев, молчу. Опять тоска. Такая непереносимая, что хоть вскрывайся.

Тюрьма, старуха!

Судьба есть судьба. Из сложностей тоже можно извлечь что-то положительное. Я, например, познакомился с разными людьми. ВИЧ-камера тем и особенна, что объединяет всех, кто неизлечимо болен. Бок о бок с серийником-убийцей с пожизненным сроком и воришкой аллюмина, однако со сроком емешным. В одном месте взяточник-прокурор и харкающий кровью туберкулезник, который непременно заразит всех нас, но мусорам на это плевать. Вообще-то для тех, кто здоров, иные правила. Ментов сажают в камеру, где лишь ментоны. Чахоточных — в корпус туберкулезников. Ну и так далее... Зато в камере девятно шесть каких только не встретишь переселенцев.

Вот они — их образы воскресают в моей памяти один за другим...

Я хорошо знал человека, который, уколотившись винтом, воображал, будто против него замыслили заговор. А проводами от телевизора вот-вот начнут пытаться. Стоило приблизиться к нему хоть на метр, как он, сжав кулаки и оскалив желтые зубы, ярост-

но, точно готовясь убить, кричал: «Не подходи! А то всеку так, что деснами будешь улыбаться». Я вот знал одного каскадера, который не прислушался — рискнул. И, действительно, пару зубов уронил сразу...

Прежде я думал, будто хуже моего, вроде как, и некуда. Самое, казалось, дно. Ан нет! Не один я такой «особенный». Есть и похлеще.

Я соблезну тому парню, который не дослужил в армии. Хоть и был он вертухаем в зоне — с автоматом стоял на вышке. Заодно и приторговывал анашой среди своих же. Поэтому и срок получил бо-льшо-ой — аж девять лет. Менты, повторяю, сидят в камерах со своими. Но у «вичевых» — иначе. Если болен, значит сюда. Разобьют голову в клочья — ну что поделаешь?.. Но этого паренька никто не тронул. Помню, он поставил на стол свою кружку — большую, керамическую. Мамка подарила. А один взял ее в руки: «Сделаешь, братве подгон?». Но его сразу же перебили, сказав, что человеку ждуть девять лет. «Тогда не надо. Оно и грех что-либо у него брать», — передумал тот, которому понравилась кружка. Да, здесь понимают: с таким сроком и такой болезнью еще доживи до освобождения!

Не повезло и другому. Его перевели сюда из здоровой камеры, потому что врач сообщил о диагнозе. А он немного погоревал и, в конце концов, смирившись, укололся «вичевым» шприцом. А потом еще, и еще... А через неделю врач вернулся с новостью, что диагноз оказался ошибочным. Но было уже поздно...

Я тронут историей Сергея, по прозвищу Счастье. Мать сожгла все его вещи и выгнала из дома, узнав, что сын ВИЧ-инфицирован. Но он ее не винит. Понимает: она волновалась не столько за себя, сколько за дочерей, его сестер. Однако со дня, как покинул дом, он никого из своей семьи не видел. Уже много лет, как не видел. И даже не созванивался. Живы ли, здоровы ли — не знает.

Своим углом Серега не располагал. Значит, оставалось к друзьям — по домам, по варочным. Доза за дозой. Остро нужны были деньги... И поэтому он здесь.

Что еще? Есть в моей памяти и другого рода наблюдения. Знаю, например, тюремную традицию для тех, у кого нет прозвища. Тот, подоидя к окну, кричит на весь корпус: «Тюрьма, старуха! Подгони кликуху. И не мастевую, а путевую». После услышишь уйму предложений — разных прозвищ. Из них и выбирай. Позорных кличек не бывает. Есть даже вор в законе с погонялом Хозяйка...

Я знаю и еще одну традицию. Тому, кто освобождается нужно дать увесистого пинка, чтобы не возвращался.

Я, к примеру, знаю, как пронести сюда наркотики. Нет, конфеты — давно известно. Сегодня надежно внутри незаметно разрезанного лука, либо морковки, либо чего-нибудь еще. И тут будьте внимательней. А то кое-кто уже принес в тюрьму килограмм морковки, в котором одна большая и чистая тогда, как все остальные — мелкие, испачканные землей. Так и «запалился». Так и отшмонали. Так и грелся потом в соседней камере...

Кроме того, знаю, что ВИЧ-инфицированным тут не удаляют зубы. Тогда, как всем другим — милости просим: хрясь! и улыбайся деснами!

А сколько случаев, на взгляд простого обывателя, противоречивых, необъяснимых. Судите сами. В углу камеры хранились иконы и свечки. Как-то надзирателям захотелось отнять их. Дескать, место занимают. И что вы думаете? Все мы, рискуя здоровьем, а то и жизнью, закрыли собой проход в камеру — иконы не отдали. Но одновременно в другом углу камеры можно увидеть беспорядочно валяющиеся одинаковые и пыльные Библии. У большинства страницы слиплись, ни разу не открытые. Странно, вроде бы. А как задумаетесь, так и поймете, что все это, по сути, справедливо. Мы-то понимаем: Библия используется как пропаганда смирения.

Я считаю справедливой воровскую идею, более известную, как «понятия». Это согласно нем человека судят не по национальности, либо образу жизни, а только и только по его поступкам.

Я был удивлен, узнав, что у вора в законе, какого еще называют жуликом, не должно быть семьи, роскошной жизни, больших денег. То есть слабое места, которое слово камень на шее в воде, когда попадешь сюда. В том числе удел жулика рассудить людей, если то потребует. И как жулик скажет, так и должно быть.

А сколько раз я пускался в воспоминания о своей прошлой жизни. Таким воспоминаниям, которые придавали сил, чтобы жить дальше. Сколько раз мне снились цветные сны о свободе, отчего просыпался с мокрыми глазами. И сколько раз слышал, что у зека есть лишь один единственный праздник — день освобождения.

Воронеж, 2007 г.

ИНФОЦЕНТРЫ

С осени 2005 года в 10 регионах Российской Федерации в рамках проекта ГЛОБУС при поддержке РОО «СПИД инфосвязь» на постоянной основе работают Информационные центры и телефоны доверия по вопросам ВИЧ/СПИДа.

В данной публикации мы остановимся на том, что же такое в целом информационный центр (инфоцентр, ИЦ), и что может получить человек, обратившись в инфоцентр и на телефон доверия.

Информационный центр — это место, куда может прийти ВИЧ-положительный или любой другой человек, кому небезразлична тема ВИЧ/СПИДа. В комфортной и безопасной обстановке клиенты могут получить необходимую достоверную информацию, разобраться со своими страхами и опасениями, получить поддержку в моменты возможных кризисов, найти варианты решения проблемной ситуации и научиться жить с ВИЧ позитивно.

Таким образом, цель создания информационных центров — обеспечение доступа к достоверной информации о ВИЧ/СПИДе, к ресурсам помощи и поддержки для людей, живущих с ВИЧ, их родных и близких. Уникальность инфоцентров заключается в принципе «равный—равному», на котором построена вся работа по предоставлению комплекса психосоциального сервиса людям, живущим с ВИЧ, и затронутым эпидемией.

Команда консультантов инфоцентров и телефонов доверия формируется из наиболее активных представителей регионального сообщества людей с ВИЧ, которые по принципу «равный—равному» оказывают необходимую поддержку, предоставляют достоверную инфор-

мацию и делятся своим опытом позитивной жизни с ВИЧ. Все консультанты предварительно проходят специальную подготовку.

Какие услуги можно получить, обратившись в любой из информационных центров?

В первую очередь, это индивидуальное очное консультирование по принципу «равный—равному». Консультант предоставит всю имеющуюся информацию по запросу обратившегося, поможет прояснить сложную ситуацию, определить пути ее разрешения, поддержит любой выбор клиента, поделится собственным опытом жизни с ВИЧ и при необходимости перенаправит в другие службы.

Телефон доверия, также работающий по принципу «равный—равному» — это возможность дистанционно получить вышеперечисленный сервис тем, кто не может прийти в информационный центр по различным причинам: от географической удаленности, сложностей с транспортом, физических ограничений, до отсутствия свободного времени в связи с загруженностью на работе и неготовности обсуждать свои сложности лицом к лицу при встрече.

«В СПИД-центре я узнала о существовании инфоцентра. Долго не решалась позвонить на телефон доверия и приятно удивилась, когда спокойный

уверенный голос ответил на все мои вопросы и пригласил прийти в центр. С тех пор прошло более двух месяцев, я хожу в центр каждую неделю, я начинаю верить в то, что когда-то рожу здорового ребенка. Понемногу начинаю читать литературу о ВИЧ и жалею, что не пришла сюда раньше. Глядя на консультантов и участников группы, наконец, поняла, что ВИЧ-позитивные ничем не отличаются от других людей, и это придало мне уверенности и спокойствия. Я очень благодарна консультантам за оказанную поддержку»

(Томск, клиент информационного центра)

Доступ к сети Интернет. Клиент может найти необходимую информацию по ВИЧ/СПИДу в сети самостоятельно или с помощью консультанта, получить распечатанную информацию по своему запросу, пообщаться в чате или на форуме с другими людьми с ВИЧ, разместить свою анкету и проверить почту. Отдельные информационные центры (например, в Нижнем Новгороде) проводят также групповые консультации своих клиентов по работе в Интернете, объясняя, какие возможности предоставляет Сеть и как именно ими лучше и легче воспользоваться.

Библиотека по ВИЧ/СПИДу предлагает печатные и электронные информационные материалы по различным вопросам, начиная от путей

передачи ВИЧ до особенностей беременности ВИЧ-позитивной женщины, питания людей с ВИЧ и основами АРВТ. Клиенты информационных центров имеют возможность получить в библиотеке и очередной номер газеты «Шаги экспресс». Также консультанты предоставят всю имеющуюся информацию о других организациях и сервисах по ВИЧ/СПИДу и смежным проблемам, начиная от контактных телефонов, адреса и времени работы, заканчивая в отдельных случаях именами людей, к которым лучше обратиться.

Сотрудники инфоцентров самостоятельно и с помощью привлеченных специалистов проводят семинары по запросу целевой группы (прежде всего для основных клиентов инфоцентров — людей с ВИЧ — и добровольцев информационных центров). Темы семинаров определяются сотрудниками инфоцентров совместно с клиентами, а также на основании наиболее актуальных обсуждаемых на группе проблем и вопросов, на консультациях.

Ежегодно каждый инфоцентр проводит хотя бы один семинар по различным аспектам групп взаимопомощи, начиная от организации группы, основ фасилитирования до развития группы, привлечения потенциальных участников группы и профилактики синдрома сгорания фасилитаторов. Это связано с тем, что на базе информационных центров проходят регулярные встречи группы взаимопомощи людей с



Альберт, руководитель регионального проекта (Казань):

1) **Что такое инфоцентр?** Это место, куда могут всегда прийти положительные и их близкие, и им будет уделено столько времени,

сколько им нужно будет. Это такое место, куда можно позвонить и поговорить на любые темы откровенно и услышать опыт других.

2) **Как я попал в проект?** Мне предложили этим заняться в самом начале, на должность равного консультанта, хотя приходилось и вести менеджмент проекта.

3) **Чем я сейчас занимаюсь?** Сейчас я больше общаюсь с партнерскими организациями, так сказать, несую информацию о нас и приношу информацию о других проектах, т.е. решаю вопросы ЛЖВ во вне инфоцентра. Занимаюсь рекламой, привлечением денег, людей на работу привлекаю. Также по-прежнему провожу очные консультации, меньше телефонных.

4) **Зачем мне все это нужно?** Мне нравится этим заниматься, а

еще ведь этот проект вырос у меня на глазах, а вместе с ним и я.

5) **Какой путь прошел?** От равного консультанта до руководителя проекта.

6) **Кто наши основные клиенты?** Конечно, люди с ВИЧ, потребители наркотиков, близкие (жены и мужья, девушки, родители и друзья).

7) **С чем обращаются?** Со всеми вопросами, которые могут возникнуть, их очень много и все разные. Одна из моих последних телефонных консультаций была о вопросах защищенного секса в одной паре, где у мужа есть ВИЧ, а у девушки нет. При этом презервативы парой никак не рассматривались, а весь акцент был на возможностях постконтактной профилактики при аварийных ситуациях. Приходи-

лось несколько раз объяснять, на какой вообще риск идет эта пара, и было очень сложно, хотелось спросить, понимают ли они, что делают.

8) **В чем особенность нашего инфоцентра?** Особенность, как я считаю, что очень мало мы требуем и просим от наших клиентов, а все отдаем им. У нас всегда в течение суток есть здесь люди, которые готовы помочь!

9) **С какими сложностями сталкивались и как решали?** Было сложно начать работать в этой области вообще, раньше в нас видели конкурентов, так сказать, но сейчас все очень хорошо, и к нам все направляют, и мы везде водим наших клиентов.

10) **Зачем людям приходится к нам?** У нас нет официоза и нет регламента, сколько нужно, столько мы и дадим, все то, что есть у нас.



Ольга, руководитель регионального проекта (Красноярск)

На вопросы отвечают Ольга — руководитель Информационного центра и Мария — консультант.

1) **Что такое инфоцентр?**

Ольга: ИЦ — место, где можно получить любую информацию о ВИЧ, как с этим жить и что делать.

2) **Как я попала в проект?**

Мария: Сначала я просто посещала группу взаимопомощи, потом мне захотелось попробовать себя в роли консультанта, помогать людям в поиске информации. Думаю, у меня это получилось.

3) **Чем я сейчас занимаюсь?**

Мария: Сейчас я фасилитирую женскую группу взаимопомощи, участвую в проведении семинаров, а также в сетевых акциях информационного центра.

4) **Зачем мне все это нужно?**

Мария: Раз так получилось, что я живу с ВИЧ, то я решила для себя уделять время работе в сфере ВИЧ/СПИДа, поскольку мне это нравится, и я хочу помочь людям обрести уверенность в жизни даже с ВИЧ+ статусом.

5) **Какой путь прошла?**

Мария: Путь был не легкий, чтобы

вырасти от участника группы взаимопомощи до ее фасилитатора понадобилось больше года времени. На сегодняшний день я чувствую в себе энергию, для того чтобы делиться ею с другими людьми.

6) **Кто наши основные клиенты?**

Ольга: Основные клиенты, конечно, люди с ВИЧ, затем их близкие родственники и друзья. Потом идут медики и другие специалисты, также не последнее место занимают журналисты и корреспонденты СМИ.

7) **С чем обращаются?**

Ольга: В основном все обращения носят информационный характер: как у самих ЛЖВ, так и у окружающих их людей заметен недостаток информации о ВИЧ-инфекции.

8) **В чем особенность нашего инфоцентра?**

Ольга: Особенностью нашего ИЦ можно считать клиент-центрированный подход, к каждому клиенту мы подходим индивидуально, исходя из его потребностей и того, какой информацией он уже обладает.

9) **С какими сложностями сталкивались и как решали?**

Ольга: Главная сложность в работе инфоцентра — это недостаток сотрудников, равных консультантов, ведь мы работаем несколько дней в неделю, а значит, зарплата не самая большая, поэтому существует некая текучка кадров. Однако критического положения за всю работу ИЦ не было, так чтобы совсем некому было работать. Всегда находились ребята, кто соглашался помочь и подменить отсутствовавшего консультанта.

10) **Зачем людям приходиться к нам?**

Мария: обычным людям может и незачем, но для ЛЖВ это незаменимый ресурс, ведь подобных учреждений нет, и таких услуг как в инфоцентре трудно найти бесплатно, и отношение разное — кто поймет лучше ВИЧ+ человека как не тоже ВИЧ+ человек? В этом и есть главная причина того — зачем людям к нам приходиться.

ВИЧ, и все сотрудники инфоцентра заинтересованы в том, чтобы группа развивалась. Именно с группы взаимопомощи для многих клиентов начинается знакомство с информационным центром и остальными его возможностями, и именно из групп взаимопомощи пришла большая часть консультантов и руководителей проектов.

Информационные центры уже традиционно два раза в год при поддержке РОО «СПИД инфосвязь» организуют и проводят единые сетевые акции, приуроченные к Всемирному дню борьбы со СПИДом и Всемир-

ному дню памяти умерших от СПИДа. «Если друг оказался вдруг...», «Что ты скажешь другу, если у него ВИЧ», «Освещая путь в светлое будущее», «Думай о будущем», «Задумайся о настоящем», «ВИЧ и СПИД — это реальность», «Ушедшим — память, живущим — жизнь» — эти акции объединили более 74 000 человек в 14 городах России. Все информационные центры проводят мероприятия с едиными целями, задачами и слоганом, но при этом, естественно, учитывая региональную специфику. Зачастую данные мероприятия являются и хорошим поводом для работы

со средствами массовой информации, освещающими проходящие акции. В эти моменты журналисты и репортеры с большей готовностью воспринимают информацию о ВИЧ и жизни с ВИЧ, имеют возможность пообщаться с позитивными и даже в принципе готовы услышать, как лучше освещать данную тему.

Как и в любой другой сфере, связанной с людьми и работающей для людей, основной ресурс, движущая сила, источник вдохновения и головной боли — это люди, консультанты и руководители региональных

проектов. Некоторые из них поделились своими мыслями и ощущениями об информационных центрах, в которых они работают.

Надеемся, что теперь информационные центры уже не кажутся читателям газеты чем-то безликим, а вызовут желание прийти в один из инфоцентров или позвонить на один из телефонов доверия. Для таких читателей приводим ниже контакты 10 инфоцентров и телефонов доверия, работающих при поддержке РОО «СПИД инфосвязь» в регионах проекта ГЛОБУС.

Контактная информация Информационных центров по ВИЧ/СПИДу

Нижний Новгород
НООО «Право на жизнь»
(831) 430-24-14
(831) 433-96-12
603001
Нижний Новгород,
Нижеволжская наб., 17
ikcnn@mail.ru

Вологда
ВРОО
«Стоп СПИД Север»
(8172) 51-35-09
(8172) 53-52-09
160002 Вологда,
ул. Щетинина, 17 А
milla_2003@mail.ru

Тверь
БФ
«Тверская альтернатива»
(903) 801-38-83,
(903) 806-78-43
170024 Тверь, просп.
Ленина, 6, эт. 5, каб. 83
alternativa_tver@mail.ru

Санкт-Петербург
МОО «Позитивный диалог»
(812) 717-70-98,
(812) 912-78-98
193167 Санкт-Петербург,
ул. Миргородская, 3
корп. 2, оф. 32, 348
aidsspb@pochta.ru

Улан-Удэ
РОО «Байкал-
АнтиСПИД» (924) 65-
18-640
(951) 62-78-410
670034 Улан-Удэ,
ул. Цивилева, 41
infocenter.bur@mail.ru

Казань
КООРН «Вера»
(843) 554-14-27,
(843) 555-13-04
420032 Татарстан,
Казань,
ул. Ст. Халтурина, 16
alizaripov@yandex.ru

Оренбург
НФ «Позитивная
инициатива»
(3532) 94-98-32
(3532) 92-81-02
460014 Оренбург,
ул. Набережная, 25-а
Pavel-1@inbox.ru

Томск
ОГУЗ ТОЦП СПИД и ИЗ
(3822) 47-30-07
(3822) 47-30-07
634059 Томск,
ул. Смирнова, 5
infocentre-sibir@mail.ru

Красноярск
КРМОО «Чистый взгляд»
(3912) 42-12-05
(3912) 42-12-05
660121 Красноярск,
ул. Свердловская, 49-г,
каб. 9
info-hiv@mail.ru

Орск
АНО «Альтернатива»
(3537) 32-74-42
(3537) 21-51-65
462404 Орск,
ул. Чернышева, 22, эт. 4,
каб. 407
rostislav.67@mail.ru

Летний лагерь для ЛЖВС в Брянске

Брянская региональная общественная организация «Благо» при поддержке Финской церковной миссии провела трехдневный (3–5 августа) семинар-тренинг «Личностный рост и креативность» для ЛЖВС. В семинаре участвовали представители из семи городов РФ — Орла, Санкт-Петербурга, Москвы, Рязани, Ростова-на-Дону, Белгорода, Брянска — и двух городов Белоруссии — Светлогорска и Гомеля.

Координатор проекта — Хламова Виктория Геннадьевна (председатель правления БРОО «Благо», психолог), логистик — Бизяева Наталия Сергеевна (координатор проекта «Телефон доверия по вопросам ВИЧ/СПИДа, сотрудник БРОО «Благо»), тренер — Кудрявцева Нина Васильевна (зав. отдела повышения квалификации БИПКРО, координатор проекта «Создание обучающих программ тренинга тренеров по профилактике ВИЧ/СПИДа среди уязвимых подростков и молодежи», психолог), Игнатов Владислав Викторович (семейный психотерапевт).

По анкетам обратной связи можно сделать вывод, что участники семинара получили позитивный настрой, пересмотрели свои жизненные позиции, сблизилась, стали более открытыми и контактными, проявили свою креативность и индивидуальность. Кроме того, данный семинар стал хорошей профилактикой эмоционального выгорания.

В дальнейшем видится необходимость продолжать работу в данном направлении и в следующем году хотелось бы расширить границы и проводить подобные семинары (лагерь для ЛЖВС) как в зимнее, так и в летнее время года. Семинары проводить в городе Брянске удобно в связи с выгодным географическим расположением — Брянск находится на границе с Украиной и Белоруссией.

Обратная связь

Яскович Алексей (координатор программ по поддержке ЛЖВС Белгородской региональной общественной организации «Центр здоровой молодежи»):

«Прибытие в Брянск слегка было омрачено плохой погодой. Но это только начало. Дальше — больше: доверился местным таксистам, в чем была моя ошибка, привезли меня не туда — «ошиблись» примерно на пару кварталов. Но несмотря на дождь и на незнание города, я все же добрался до места сбора и был приятно удивлен множеству незнакомых лиц.

Ух, это долгожданное знакомство! Легкое волнение быстро прошло, и вот как будто мы всегда знали друг друга. Был очень рад ростовским ребятам из ЮФО «Ковчег Анти-СПИД», людям из СЗФО Санкт Петербург ХМДС, «иностранцам» из Белоруссии и, конечно, организаторам всего мероприятия — ребятам БРОО «Благо», а также всем знакомым из ЦФО. Ну вот, познакомились — надо и поработать. И так начинаем...

Довольно интересны всякие примочки психологов. Даже и не заметил, как пришла пора обедать. И вот тут я был приятно удивлен — отличный ресторан, отличное обслуживание. Давно такого не видел. Еда очень даже вкусная. Одним сло-

вом, Брянск начал нравиться все больше и больше. А дальше становилось еще интересней. Работа кипела, и в ней принимали участие все. Да, круто работать в такой команде!

И вот уже ужин. Кажется, только начали, а тут уже конец дня. Ужин тоже прошел на высоте и за столом было много бесед о работе НКО, о проблемах и достижениях регионов, о ВААРТе и т.д. Но после прихода на место нашего ночлега, немного расстроился, но что поделать, располагаемся, ведь не место красит человека. После игры в «Крокодила» все были довольны и веселы. Уже совсем поздно, надо спать, а тем для общения все больше и больше. Ладно все, идем, а то завтра экскурсия намечается.

Ну вот и утро. Погода улучшилась, появилось солнце, все как надо. И вот мы едем на родину русского поэта Ф.И. Тютчева. Да неплохая усадьба, как говорится «респект и уважуха». Как много в мире интересного! Посмотрели на ручных лебедей — жаль не было хлеба, говорят, с рук едят, в другой раз поэкспериментируем. Теперь предстоит еще одна экскурсия — едем в монастырь. Отлично, посмотрели, походили, пора и окунуться в святой источник. Направляемся на его поиски. Путем логических вычислений он был найден достаточно быстро. Ух, вода ледяная, но прочь страхи и б-р-р-р. Да, это того стоило! Многие преодолели страхи перед холодом, окунувшись в купель.

Вот едем обедать, после такого похода аппетит разыгрался. Ня-ням-ням, еда отменная, теперь можно и поработать. Опять работать. Ух, любопытно, что сегодня приготовили организаторы. О, креатив, интересенькое что-то. И правда, очень много нового и полезного узнаю. Как говорится, «мы счастливы». И опять незаметно прошел день. Ужин, «Крокодил», беседы допоздна и т.д.

Да, время бежит. Вот и последний день: работа, обед, работа, общее фото, ужин и отъезд. Такое ощущение, что всю жизнь были знакомы. Расставаться неохота, но надо. Я думаю, что не последний раз увидимся.

P.S. Огромное-преогромное спасибо всем организаторам и всем, кто участвовал в этом тренинге. Я думаю, что было бы классно провести еще и зимнюю встречу, и желаю успеха БРОО «Благо» в решении этой задачи.

Надо чаще встречаться!»

Евгения (Рязань):

«Только что попала в самый настоящий летний ливень. Скорее бы снять все мокрое. Натягиваю любимый зеленый свитер, носки. Вот уже шелкнул чайник. Отлично, все готово. И так, сажусь писать отзыв о тренинге в Брянске.

Приятная музыка, удобное кресло, глаза закрыты. Так мы делали там, чтоб отвлечься от окружающего и прислушаться к себе. По очереди вижу лица всех тех, с кем я провела эти три дня: Вика, Наташа, Таня (Марго), Саша (Грязный Гарри), Саша (Гидеон), Саша (Белый Шаман), Наталья (для меня просто Белка), Стас (Тарас Бульба), Федор (Черный Шаман), Ирина (Багира), Иван (Мозг), Аркадий («не слышу»), ну и, конечно, Алексей (ВИЧ-мэн). Теперь у меня чер-

това дюжина друзей. Уникальное счастье. Трудно разделить дни и ясно вспомнить, что когда было. Да и не хочется этим заниматься. По ощущениям — один большой праздник.

Суть тренинга, как мне кажется, в том, чтобы отбросить все лишнее и ненужное, и увидеть себя таким, какой ты есть. Во мне, например, оказалось много детского, такая свободная радость, которую бесконтрольно можно выпустить наружу, безусловно любя себя. Называется все это — работой над собой. Говоришь о своих ощущениях и мыслях, фантазируешь, преодолеваешь bestолковые упорные барьеры мозга, видишь, как то же самое делают другие, слушаешь их и живешь с ними вместе. Конечно, не все дается легко, но от этого чувство удовлетворения только сильнее. Это как раз тот случай, когда и процесс, и результат одинаково дорого стоят.

Когда Вика во второй вечер сказала, как сильно заметна перемена, произошедшая во мне, я как-то про себя не согласилась и даже немного надулась. Мол, что же это получается, до сих пор я была такой закрытой необщительной букой, что ли? Но вот уже второй день, как я в Москве и сама замечаю, что действительно веду себя не так, как раньше — стала более внимательна к людям, легче и добрее в общении, хочется понимать, кто и чем живет, где-то помочь, где-то просто выслушать. И это не трудно, а даже наоборот. Значит, раньше что-то мешало! Значит, теперь это мешающее куда-то делось. А я и не заметила как.

Может, помог тот холм, на который я лезла с рюкзаком проблем за плечами? Может, глаза Иры, в которые я три минуты с таким трудом всматривалась (когда вообще я так кому-то смотрела в глаза?). Может, те ситуации, когда нужно было расслабиться среди людей, которых не слишком знаешь, довериться им всем и каждому отдельно? А может, я просто сильно скучала по себе?

Теперь мне не страшно. Часто улыбаюсь. Новому дню, красивому рядом, миру вокруг, себе и тем сообщениям, которые приходят. Если кто-то спросит в какой момент жизни я хотела бы вернуться, ответ найдется легко».

Ирина (Ростов на Дону):

«С 3 по 5 августа 2007 года в Брянске Региональной общественной организацией «Благо» был проведен тренинг «Личност-

ный рост и креативность». В нем приняли участие ЛЖВ, члены организаций, работающих в области паллиативной помощи и профилактики ВИЧ/СПИДа. Были представлены такие города, как Москва, Санкт-Петербург, Белгород, Рязань, Ростов-на-Дону, Орел, а также города Гомель и Светлогорск из республики Беларусь.

Тренинг был организован на базе Медико-социального психологического центра Брянска и проводился психологами Викторией Геннадьевной Хламовой (руководитель БРОО «Благо»), Ниной Васильевной Кудрявцевой и Владиславом Викторовичем Игнатовым (психотерапевт).

Брянск встретил гостей города дождями и пасмурной погодой, а также теплым гостеприимством и заботой организаторов тренинга.

В начале тренинга психологические приемы с применением оригинальных музыкальных фрагментов очень быстро и эффективно помогли группе участников активизировать творческие способности. В дальнейшем весь рабочий процесс прошел так эффективно и дружно, что время, отведенное на тренинг, пролетело незаметно для всех. Радует то, что за такой короткий промежуток ни один из участников не остался без внимания.

Во втором блоке тренинга всех захватило создание креативного начала, каждый в себе нашел удивительные и неповторимые образы. Все это поспособствовало возникновению командного духа, а также теплых дружеских отношений между ЛЖВ.

За время, проведенное вместе, все крепко сдружились, поэтому всем расставание далось тяжело, у многих блеснули глаза от выступивших слез, успокаивало одно — Виктория Хламова пообещала пригласить опять всех в Брянск, только уже на зимний лагерь.

Инициатива по проведению летних и зимних лагерей для ЛЖВ очень востребована, так как позволяет сбросить, хоть и ненадолго, груз проблем, связанных с диагнозом, завести новые знакомства, поделиться положительным опытом в работе организаций, работающих в области ВИЧ/СПИДа, из различных регионов и ближнего зарубежья.

И что еще важно, подобные лагеря и тренинги служат отличной профилактикой всем известной беды активистов в этой сфере деятельности — синдрому сгорания».

