**Газета Человек и Закон № 20 от 08.06.17г**

**СТАТЬЯ «Социально психологические аспекты ВИЧ»**

Людям, впервые узнавших о своем положительном ВИЧ-статусе, приходится сталкиваться с социально-психологическими проблемами задолго до того, как им понадобится конкретная медицинская помощь. Научиться жить с ВИЧ в максимально короткий период, адаптироваться «по новому», в прежних обстоятельствах - сложная задача, она требует немало сил, а также поддержки и помощи со стороны близких и специалистов.

Сегодня, диагноз ВИЧ-инфекции не означает, что человек должен отказаться от своих планов и интересов, от учебы, работы и развлечений, от любви и секса. Все больше людей находят решение проблем, связанных с ВИЧ-инфекцией, обнаруживают, что их жизнь не изменилась кардинально и предпринимают удачные  шаги, чтобы адаптироваться к новым условиям жизни.

Хотя во многом эпидемия ВИЧ/СПИДа уникальна, один из главных ее уроков лишь повторяет, то что, известно человечеству испокон веков: одержать вверх над болезнью и преодолеть тяжелую ситуацию больше шансов у того, кто берет на себя ответственность за свою жизнь и не довольствуется ролью жертвы. Многие  ВИЧ-инфицированные прекрасно осознают это и стремятся, как можно больше узнать о ВИЧ-инфекции, о новых лекарствах и методах лечения, о своих правах и путях защиты.

Особенность этого диагноза в том, что он связан с множеством социальных и психологических проблем, внутренних кризисов, стрессов, трудностей в межличностных отношениях таких, как боязнь передачи вируса сексуальному партнеру, проблемы с возможностью иметь детей, поскольку существует риск передачи вируса от матери ребенку, негативное отношение к ВИЧ-инфицированным в обществе и т.д. Все это может повлиять на качество жизни, отношения с окружающими и на отношение к самому себе и не всегда понятно людям, которых лично не коснулась проблема ВИЧ/СПИД.

На получение диагноза «ВИЧ-инфекция», люди реагируют по разному. Большинство из них испытывает сильнейший шок. Человека охватывают гнев, подавленность, отчаяние, страх за себя и близких. Затем перед ними встает вопрос, как сложится их дальнейшая жизнь, сколько она продлится и как все это все отразится на близких им людях. Кто-то в первый момент думает о том, что бы свести счеты с жизнью. Другие, напротив, абсолютно спокойны. Зачастую человек вначале не верит своему диагнозу, перепроверяет его в различных клиниках, и даже странах.

Большинство людей, узнавших о ВИЧ-статусе, вынуждены пересматривать свои представления о собственной жизни, менять привычки, это приводит к новым тревогам и волнениям, состоянию подавленности и депрессиям.

Преимущественно люди с ВИЧ-инфекцией - молодые люди, которые ранее не имели опыта ежедневного приема лекарственных препаратов, и вообще какого либо лечения. Некоторых из них пугает мысль о неспособности иммунной системы самостоятельно бороться с вирусом, других - сложность приема препаратов и возможность появления побочных эффектов. Многие не могут свыкнуться с тем, что их жизнь будет связана с лекарствами, а постоянное обращение за медицинской помощью вынудит сменить либо бросить работу или прекратить учебу потерять(невозможность создать) семью, построить карьеру, личные отношения, любимое занятие. Все эти кризисные ситуации связаны с эмоциональ­ными потерями и глубокими негативными переживаниями. Многие пациенты со всей остротой осознают возможную собственную смерть и боятся потерять физическую привлекательность, здоровье, самостоятельность либо потерять друзей и близких и остаться в одиночестве. В этот период человек особенно нуждается в поддержке окружающих и родных людей. От характера этой поддержки зависит, как человек справится со своим эмоциональным состоянием, как сложится его дальнейшая жизнь, а значит, зависит его жизнь от нас с вами, от нашего понимания проблем, медицинской грамотности, душевного тепла и человеколюбия.

В настоящее время многое, что связано с ВИЧ, стало проще и доступнее. Владея информацией, понимая, что он не одинок, человек сам может руководить своей дальнейшей жизнью, решать поставленные задачи. И в этом ему необходима не только своевременно назначенная терапия, психологическая поддержка специалистов Центра СПИД, но и участие окружающих и близких.

**ГККП «Центр по профилактике и борьбе со СПИД » г.Астаны**

**Врач психотерапевт Изотова Н.Г.**