**Газета Медицина для вас № 04 от 19.05.2021г**

**Сіз де біз де ауырмайық...**

Адамның иммунитеті кез кел­ген ауруға қарсы тұрып, оны же­ңуге қабілетті. Ал иммуни­тет­тің өзін жоятын сырқат адамзат үшін ең қауіпті дерт болып саналады. АИТВ (ВИЧ) – дәл сондай қау­іпті вирус. Ол асқына келе иммун тапшылығы синдромына әкеліп (ЖИТС/СПИД), оның соңы өліммен аяқталады. Елімізде АИТВ (ВИЧ) жұқпасын жұқтырғандар саны жылдан жылға көбейіп келеді. АИТВ жұқпасын жұқтырғандардың сау адамдардан айырмасы болмайды. Ауру алғаш жұққан кезде адамда тұмауға ұқсас белгілер пайда болуы мүмкін. Кейбіреулерде тіпті ешқандай да клиникалық нышан байқалмайды. Сондықтан да АИТВ анықталған науқастардың көпшілігі өз диагнозына сенбейді, тіпті, мойындамайтындары да бар. Оларды ең алдымен қорқыныш билейді. Қоғамнан аластатылып қаламын деп үрейленеді. Дертке шалдыққан адам ең бірінші өз үрейін жеңе білуі керек дегенді мамандарымыз жиі айтып келеді. АИТВ – ЖИТС-тің ең алғашқы сатысы. Оны ЖИТС-ке жеткізбеу үшін адам тұрақты түрде қан тапсырып, тексеріліп, дәрігердің айтқанын бұлжытпай орындап отыруы керек. Сонда ғана сырқат адамның ұзақ өмір сүруге кепілдігі бар. Десек те, әзірше адамның ағзасын иммун тапшылығына ұшы­рататын дерттің дауасы та­был­май тұр. Жалпы, АИТВ жұқпасы немесе ЖИТС синдромы туралы талай айтылып, жазылып жүр. Соған қарамастан осы сырқатқа шал­дыққандардың қатары жыл санап артып келеді. Басты себе­бі, көпшілік бұл вирус туралы естігенде, «оның маған қаты­сы жоқ» деген көзқараспен қарай­ды да, оған онша мән бермейді. Шынтуайтында, жыл сай­ын көбейіп келе жатқан АИТВ жұқ­па­сынан ешкім де сақтан­ды­рыл­ма­ған. Сондықтан әр адам өзін жә­не жақын қорғағысы келсе, АИТВ туралы біле жүргені артық бол­майды. Одан сақтану жолдары да қарапайым. Саламатты өмір салтын сақтап, бей-берекет жы­ныстық қатынастан бойды аулақ ұс­тау. Мамандар, **«біреудің қолданған шпри­цін, қырынуға арналған заттарын қол­данбауды. Татуировка, персинг, мани­кюр, педикюр жасатқан кезде ине­лердің, құрал-саймандардың залалсыздандырылуына ай­рықша мән берудә. Тіптен тіс емханаларында да құрал-сай­мандардың тазалығын қадағалау­ керектігін ескертеді. Сонымен қоса АИТВ жұқпасы: жәндіктер шақ­қанда, қол алысып құшақтасқанда, монша, ванна, бассейн, дәретхананы бірге қолданғанда, төсек-орын, ыдыс-аяқ сынды тұрмыстық заттарды бір­ге пай­даланғанда және түшкіріп, жөтелгенде жұқпайды»** дегенді үнемі ескертіп келеді. Осы мамандардың кеңесін тыңдап, өзіңізге күмән туғызған сұрақтарыңызға жауап алғыңыз келсе, Нұр-Сұлтан қалалық «ЖИТС-тың алдын алу және оған қарсы күрес орталы­ғының» дә­рі­герлері қол ұшын беруге әр­дайым әзір. Бұл орталықта Достас­тық кабинеті, Сенім бекеті, Психо-әлеумет­тік кеңес беру және жасырын тестілеу кабинеті мен заманауи құрыл­ғы­лар­мен жаб­дықталған зертхана жұмыс істейді. Мұнда АИТВ-жұқпа­сын анықтауға қан тапсырып, 15 минут­тың ішінде нәтижесін алатын да мүмкіндік бар. Медицина саласының бұл науқастарды толық емдеуге мүмкіндігі жоқ. Бірақ, ЖИТС-тің өрбуін тежеп, науқастың өмірін ұзартып, өмір сүру сапасын жақсартуға мүмкіндік беретін емдеу тәсілдері бар. Бұл емнің мақсаты –АИТВ жұқпасы бар науқастардың ағзасындағы вирустардың көбеюін тежеп, иммундық жүйені қалпына келтіру. Дегенмен де, жа­зылмайтын дертпен өмір сүру кез келген адамға оңай емес. Сон­дықтан әркім өз денсаулығына ұқыптылықпен қарап, дұрыс жүріп, саламаттылықпен өмір сүргені абзал.

 **Нұр-Сұлтан қаласы әкімдігінің**

 **«ЖИТС-тың алдын алу және оған қарсы күрес орталығы» МКҚК**

 **Бахытгул Сали, журналист**