**Газта «Медицина для Вас» № 06 от 17.08/.22**

**Советуют врачи**

Распространение ВИЧ-инфекции по всему миру продолжается уже почти 40 лет. На протяжении всего этого времени ВИЧ-инфекция продолжает оставаться медико-социальной проблемой общества. Все больше людей, не относящиеся к группам риска, вовлекаются в эпидемию ВИЧ.

Сегодня трудно найти человека, незнакомого с такими терминами как ВИЧ и СПИД, большинство граждан знают даже знают, что может привести к инфицированию ВИЧ. Однако, мало кто пользуется этими знаниями в обычной жизни. Причем это характерно для всех возрастов: и молодой части населения, как наиболее образованной, и лиц зрелого возраста, несмотря на наличие определенного жизненного опыта.

Если бы каждый ответственно относился бы к своему здоровью и образу жизни, не прибегал бы к случайным половым связям и использовал правила профилактики ВИЧ, возможно, заболеваемости было бы в разы меньше.

По данным заместителя директора столичного центра по профилактике и борьбе со СПИД Салтанат Мусиной по итогам 6 месяцев этого года по новым случаям ВИЧ, в 77%, инфицирование произошло половым путем, 42% лиц, у которых выявлен ВИЧ не отрицали случайные половые связи. До момента выявления ВИЧ, они могли явиться потенциальным источником инфекции для десятков людей.

И такая тенденция сохраняется последние 3-4 года. В результате, ВИЧ интегрировал в обычное население и поменял свое "лицо". Средний возраст инфицированных составляет 36 лет, 57% из них работают, большинство из них мужчины.

Как известно, меры профилактики ВИЧ несложные, они не требуют каких-либо специальных знаний и средств. Знание и использование этих мер позволяют во много раз снизить риск передачи ВИЧ или исключить совсем.

Напомним молодым людям, что соблазн сексуального общения с незнакомым человеком всегда сопряжен с высоким риском заболеть инфекциями, передающимися половым путем и ВИЧ. Поэтому если вы решили воспользоваться услугами лиц, оказывающих коммерческие интимные услуги или не пренебрегаете случайными половыми связями, стоит задуматься и вспомнить о мерах профилактики ВИЧ.

Для ВИЧ-инфекции характерен период бессимптомного носительства, т.е. у человека отсутствуют внешние проявления болезни, сам он жалоб не предъявляет, но является источником заражения для других. Диагноз ВИЧ-инфекции выставляется только на основании лабораторного подтверждения. Вирус содержится во всех биологических жидкостях организма, больше всего в крови, сперме, вагинальном секрете. Существуют только 3 пути передачи инфекции: парентеральный, половой и от инфицированной матери ребенку во время беременности, родов и через грудное молоко.

Каждый человек, соблюдая несложные правила сможет предотвратить заражение ВИЧ и не подвергать риску свое здоровье:

- сохраняйте верность одному половому партнеру, о ВИЧ-статусе которого вы информированы;

- избегайте случайных половых связей, используйте презервативы при каждом половом контакте когда вы не знаете о ВИЧ-статусе полового партнера;

- проходите тестирование на ВИЧ не менее 1 раза в год.

Только ответственное отношение граждан к образу жизни, выбору полового партнера, собственному здоровью может повлиять на дальнейшее распространение ВИЧ-инфекции. Если у вас ВИЧ-положительный статус, не отказывайтесь от наблюдения в центрах по профилактике и борьбе со СПИД, пациентам с ВИЧ необходимо диспансерное наблюдение в центрах СПИД и антиретровирусная терапия. Также граждане с ВИЧ должны принять меры по недопущению инфицирования ВИЧ своего полового партнера.

По словам специалистов Центра СПИД г. Нур-Султан, используя возможности современной антиретровирусной терапии и пациент, и его доктор, могут контролировать развитие ВИЧ-инфекции, что позволит предотвратить переход в более тяжелые клинические 3 и 4 стадии (СПИД) и возникновение вторичных заболеваний и осложнений, являющихся наиболее частой причиной летальности среди людей, живущих с ВИЧ. ВИЧ-инфекция не является смертельным заболеванием, а давно перешла в группу хронических болезеней, поддающихся лечению и контролю.

**Центр по профилактике**

**и борьбе со СПИД г. Нур-Султан**