**Газета Медицина для Вас № 16 от 28.11.18г**

**Цените жизнь**

***«Веди себя благоразумно — среди тысяч людей только один умирает естественной смертью, остальные погибают вследствие безрассудной манеры бытия».***

 ***Маймонид****(средневековый философ, 1135–1204 гг.)*

Так или иначе люди верят в предрассудки: ВИЧ-инфекция возможна только среди групп риска, а СПИДом болеют только люди, котрые употребляют наркотики. Однако, анализ случаев ВИЧ инфекции в г.Астане показывает, что данное заболевание чаще регистрируется среди населения, не относящегося к выше перечисленным группам. Путей передачи ВИЧ всего три: через кровь, незащищенные половые контакты и от матери к ребенку. На первом месте по распространению находиться половой путь.

Благодаря современным методам лечения, люди с ВИЧ живут качественной жизнью, они работают, любят, создают семьи и становятся родителями. И многие из них для себя решили, что ВИЧ-инфекция – это не приговор. Несомненно, их жизнь изменилась и отличается от той жизни, что была до ВИЧ.

Для того чтобы снизить вероятность заражения ВИЧ-инфекцией следует соблюдать элементарные правила безопасности, которые очень просты:

- взаимная верность половых партнёров, использование презервативов предупреждает заражение ВИЧ/СПИД и инфекции, передающиеся половым путем;

- лучший способ профилактики парентерального распространения ВИЧ–полный отказ от наркотиков, которые не только угрожают здоровью, повышая риск заражения ВИЧ, но и могут привести к летальному исходу;

- здоровый образ жизни, личный фактор, т.е. морально-нравственное поведение каждого человека, правильная оценка ситуации, самоуважение, осознание необходимости активной заботы о своём здоровье, владение знаниями о заболевании.

 Мы должны научиться жить в условиях, когда рядом с нами находятся люди, у которых в силу разных причин появилась ВИЧ-инфекция. И если в отношении людей, живущих с ВИЧ допускать дискриминацию, подвергать несправедливому осуждению и так далее, количество случаев ВИЧ-инфекции будет исчисляться гораздо большими цифрами. Потому так важно учиться терпимости, толерантности.Говоряо профилактике, необходимо отметить роль нравственного воспитания молодежи как в семье, так и в обществе. Важно знать, что презерватив должен быть в кармане у каждого молодого человека. Низкая информированность – одна из причин роста заболеваемости ВИЧ-инфекцией. Конечно, информация по половому воспитанию, как и любая другая, должна разграничиваться, исходя из возрастных и эмоциональных особенностей людей. Цель этого прививания – не подвести молодежь к раннему началу половой жизни, а объяснить, что приоритет за здоровьем. Право на жизнь есть у всех. Люди, живущие с ВИЧ, точно так же, как и здоровые могут получать образование, осваивать профессии, радоваться жизни.

Все мероприятия, направленные на профилактику ВИЧ-инфекции, будут эффективными, когда каждый человек будет заинтересован в безопасности собственного здоровья, здоровья близких людей и в особенности подростков, которые приобретают сексуальный опыт не подготовленными, с ложным чувством уверенности, что ВИЧ их не коснётся. Семья является базой практических навыков безопасного поведения, морального и сексуального воспитания. 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 необходима не только своевременно назначенная терапия, психологическая поддержка специалистов Центра СПИД, но и участие окружающих и близких. Цените свою жизнь!

Если Вы желаете получить консультацию специалистов городского центра СПИД, на анонимной и конфиденциальной основе, а также дополнительную информацию по вопросам ВИЧ/СПИД, Вы можете обратиться по адресу г.Астана, ул.Есенберлина 5/1,телефон: 27-95-04, 38-07-02, 38-04-64, а также на сайте [www.astana-aids.kz](http://www.astana-aids.kz).

**Врач-эпидемиолог**

**ГККП «Центр по профилактике**

 **и борьбе со СПИД»**

 **акимата г.Астаны**

**Баяндинова Ж.М.**