**Газета Медицина для Вас № 12 от 26.09.18г**

**Өз өмірің-өз таңдауың**

Қорғалмаған (мүшеқапсыз) жыныстық қатынас кезінде тек АИТВ ғана емес, сонымен қатар, жыныстық жолмен берілетін жұқпаларды жұқтырып алуға болады. Жыныстық жолмен берілетін жұқпалардың кең тараған түрлері: мерез (сифилис), соз (гонорея), трихомониаз, урогениталды хламидиоз, кандидоз, ұшық т.б., және бүгінгі күні өзекті боп отырған **АИТВ-жұқпасы**.

АИТВ жұқпасы –«қорғаныссыз секс»-түсінігімен қатар жүретін ауру.Кез келген қорғаныссыз жыныстық қатынастың аяғы , ең жақсы әрі сенімді адамыңмен болса да , сені қайғылы медициналық статистиканы толтыруға әкелуі мүмкін.Басқа ауруларға қарағанда АИТВ жұқпасынан сақтану өте оңай.

Кез келген адам болашаққа білім алу,жақсы жұмысқа орналасу,өмірлік серігіңді кездестіріп отбасын құру т.с.сияқты жоспарлармен өмір сүреді.Бірақ өкінішке орай мүшеқапсыз жасалған кездейсоқ жыныстық қатынастың аяғы өміріңдегі барлық жоспарларыңның тас талқанын шығаруы мүмкін.

АИТВ жұқпасы тұрмыстық жолмен берілмейді.Мүшеқап –сенің өміріңді жеңілдетіп, саналы адам екеніңді дәлелдейтін әмбепап ,қауіпсіз,сенімді, қарапайым әрі қолжетімді нәрсе.Бірақ жыныстық қатынасты қарапайым нәрселердің қатарына жатқызуға болмайды.Іс жүзінде жыныстық қатынас үлкен қуанышпен бірге үлкен мәселелерді де туғызуы мүмкін.Кейде қорғаныссыз жасалған бір жыныстық қатынас жұқпаны жұқтыруға жеткілікті болады.

Жыныстық қатынасқа түсу шешімін қабылдағаннан бастап салдары туралы ойлау керек.Қазіргі заманғы медицина қалаусыз жүктілік пен жыныстық жолмен берілетін жұқпалардан сақтайтын дәрілер,гельдер, циклдарды есептеу сияқты амалдар АИТВ –жұқпасынан қорғай алмайды. АИТВ-дан және жыныстық жолмен берілетін аурулардан , жүктіліктен қорғайтын жалғыз нәрсе –мүшеқап.Сен мерзімі өткен,бұзылған тағамды жемейсің,өйткені асқазаныңды бұзып алмауды ойлайсың.Сол сияқты егер біреу сені жыныстық қатынасқа түсуге көндіргісі келсе ,ал сен дайын болмасаң ,тек өзіңді ойла.Егер сен мүшеқапты пайдалануды қаласаң,өз қалауыңда тұр.Ляззат алу үшін екі жақтың келісімі болса да өз денсаулығыңды тәуекелге апарудың қажеті жоқ.Бұл жерде сенің таңдауың аса маңызды.

АИТВ- жұқтырған адамның қанында, шәуетінде, қынап сұйығында, кеуде сүтінде жұқпа көп мөлшерде болады.

**Жұғу жолдары:**

1.АИТВ-жұқпасы сақтанбаған (мүшеқапсыз) терең жыныстық қатынас;

2.Қан арқылы: шприц,ине және басқа да инъекция құралдарын ортақ қолдану;

-тату және пирсинг үшін залалсыздандырылмаған құралдар қолдану;

-бөгде адамның қырынатын заттарын, қан қалдықтары бар тіс щеткаларын қолдану нәтижесінде;

3.АИТВ-оң нәтижелі анадан балаға: жүктілік,босану және емізу кезінде.

**Есіңде болсын: Сенің қауіпсіздігің тек өз қолыңда!**

Егер сізде қандай бір сұрақ туындаса, тексеріліп, кеңестер алғыңыз келсе Астана қаласының ЖИТС орталығына хабарласыңыз.

Біздің мекен-жайымыз: І.Есенберлин көшесі 5/1 Сенім телефоны: **38-04-64**

 Астана қаласының «ЖИТС-тың алдын алу

 және оған қарсы күрес орталығы»

 МКҚК –ның маманы Ж.Смағұлова

Жұқпаны жұқтырғаннан кейін науқас адам жылдар бойы өзін сау адамдай сезінеді. АИТВ жұқтырған кезден бастап АИТВ-жұқпасы қан құрамында 3 ай өткен соң анықталады, осы кезең аурудың жасырын кезеңі деп аталады. Бірақ, ағзада ешбір өзгерістер жүрмейді деген түсінік жалған, кез келген ауру, осының ішінде АИТВ ағзаға енген кезде адамның иммунитет жүйесін біртіндеп бұзады, адам ағзасының ауруларға төтеп беруі төмендейді. Адамда келесі аурулар дами бастайды: өкпе қабынуы, терінің ісік аурулары, терінің саңырауқұлақтық аурулары, ішек жұқпалары, дене салмағы төмендейді. Дер кезінде тіркеуге тұрып ем қабылдамаған жағдайда аурудың соңғы сатысы ЖИТС пайда болады – жұқтырылған иммунитет тапшылығының синдромы пайда болады. Жыныстық жолмен берілетін жұқпалар (ЖЖБЖ) АИТВ-жұқпасын жұқтыру қауіпін жоғарылатады, біріншіден: гениталдық ұшық (герпис), мерез (сифилис) кезінде ойық жара пайда болады, жара арқылы АИТВ адам ағзасына тарайды. ЖЖБЖ АИТВ-жұқпасы бар адамдар үшін өте қауіпті, себебі иммундық жүйе зақымдалады және ЖЖБЖ ауыр түрле өтеді.

Әдеттегіндей, АИТВ-жұқпасы диагнозы адамда психикалық есенгіреуді (стресс) тудырады, бірақ бұл адам үнемі өзін ауру ретінде сезінбейді. Медицина емдеудің жаңа әдістерін іздеу үстінде, осы жұқпамен күресудің жаңа тиімді дәрі-дәрмектердің пайда болатыны анық.

 ЖЖБЖ емдеу: бірге тері-венерологиялық диспансерге медициналық көмекті алуға барыңыз, өздігінен емдеуді бастамаңыз, белгісіз жерде дәрі-дәрмектерді сатып алмаңыз.

ЖЖБЖ алдын алу: қауіпті жыныстық қатынасқа түспеу, яғни кездейсоқ байланысқа түспеңіз, жеке гигиена ережесін сақтаңыз (бөтен ысқышты, сабынды, тіс щеткасын, ішкі киімін пайдаланбаңыз). Мүшеқапты пайдаланыңыз – бұл АИТВ және ЖЖБЖ жұқтырудан сенімді қорғаныс. Дәріханада мүшеқап сатып алған кезде, жарамдылық мерзіміне және орамның тұтастығына назар аударыңыз.

Пайдалы кеңес: жыныстық серігіңізбен кездескенде келесіге назар аударыңыз: теріде бөртпелердің бар болуы, жыныс мүшелерінде немесе ауыз қуысында жаралар, жыныс мүшелері жанында өсулердің пайда болу. Науқастың барлық жыныстық серіктестері дәрігерге барып, тексерілу керек.

Есірткінің кез келген түрін қолданудан бас тартыңыз !

Астана қаласының ЖИТС орталығында Достық кабинеті бар, осында ЖЖБЖ-ға тексеріліп, қан тапсырып, шұғыл әдіспен АИТВ-ға тексерілуге болады. Нәтижесі 3-5 минут ішінде дайын болады. ЖЖБЖ анықтау үшін әйелдер мен ер адамдарда жыныс мүшелерінен талдауға жағынды алынады. Тексерілу мен емделу тегін жасырын түрде жасалады. Тегін ақпараттық кітапшалар мен мүшеқаптар таратылады. Жеке куәлігіңізді көрсетпей- ақ тексерілуге болады.

**Егер сізде қандай бір сұрақ туындаса, тексеріліп, кеңестер алғыңыз келсе Астана қаласының ЖИТС орталығына хабарласыңыз.**

**Біздің мекен-жайымыз: І.Есенберлин көшесі 5/1**

**Сенім телефоны: 38-04-64 .**

Астана қаласының «ЖИТС-тың алдын алу және оған қарсы күрес орталығы» МКҚК –ның маманы Ж.Смағұлова