Газета Литер № 128 от 26.08.17г

В наших силах остановить ВИЧ.

Я хочу обратиться к тебе, мой читатель, с очень важным вопросом. Я представляю тебя таким: молодой, целеустремленный, с уверенностью, что весь мир принадлежит тебе одному. Мы с тобой живем в одном красивом и замечательном городе – Астане. Здесь очень много возможностей для молодых людей, но, к сожалению, и очень много соблазнов. Это и веселые компании, и клубы, и алкоголь и наркотики. Именно эти факторы ведут к различным проблемам, одной из которых является ВИЧ–инфекция.

Ты задашь вопрос: «Чем так опасна ВИЧ – инфекция и стоит ли из-за нее отказываться от полюбившегося образа жизни?»

Во – первых, мне хотелось бы сказать, что ВИЧ – инфекция – это неизлечимая болезнь. Поэтому, важно обезопасить себя и своих близких от возможности заражения ВИЧ. Если мы будем действовать сообща и распространять информацию о том, как защитить себя от ВИЧ, мы сможем победить эту болезнь.

Вот несколько простых правил, о которых мы должны знать и помнить:

1 правило – знать способы передачи ВИЧ – инфекции. Их не много. ВИЧ передается через кровь, через сперму и влагалищный секрет, а также от матери к ребенку. При соблюдение простых правил риск приобретения ВИЧ–инфекции минимален. Использование средств защиты при половых контактах, использование стерильных медицинских инструментов и ежегодное обследование на ВИЧ помогут избежать заболевания;

2 правило – не допускать опасного поведения. Это значит не употреблять наркотики, не распивать алкогольные напитки, не вступать в беспорядочные половые отношения. Например, в нашем городе Астане, преобладает половой путь передачи ВИЧ – инфекции. Ты должен подумать о том, чтобы отсрочить начало половой жизни и хранить верность одному партнеру. Также особую опасность представляют инъекционные наркотики. Зачастую наркоманы используют один шприц для ввода вещества в кровь, что приводит к передаче ВИЧ – инфекции от больного к здоровому человеку. Алкоголь влияет на восприятие окружающей действительности. Хочется совершать поступки, которые в обычном состоянии было бы стыдно сделать. Так, принятие алкоголя может привести к половому контакту к незнакомым тебе человеком или к согласию принять наркотик;

3 правило – вести здоровый образ жизни. Спорт, свежий воздух, пешие прогулки должны стать незаменимыми друзьями на всю жизнь.

Может быть тебя интересует вопрос о том, что делать, если среди твоих знакомых появился ВИЧ – инфицированный. Как себя вести с ним? Тебе необходимо знать, что ВИЧ – инфекция не передается в быту, на работе, через рукопожатие, через пользование общей посудой и через поцелуи. Так что ты можешь не опасаться ВИЧ – инфицированного друга и продолжать общаться с ним.

И в заключение, мне хотелось бы сказать, что твоя жизнь и твое будущее находится в твоих руках. Давай не дадим ВИЧ- инфекции победить! Будь внимателен к себе и своим близким!

Педагог Центра СПИД Нурмагамбетова А.Т.