**Газета Человек и Закон № 1 от 22.01.2021г**

**Повод пройти обследование**

В условиях роста распространенности ВИЧ - инфекции, увеличения количества людей, затронутых эпидемией ВИЧ знать свой ВИЧ-статус - разумный шаг.

Решение узнать свой ВИЧ-статус - это первый шаг к изменению рискованного поведения. Поскольку во время тестирования на ВИЧ и ожидания результатов предоставляется возможность задуматься об изменении рискованных практик, о том, что является главным в твоей жизни, и так ли уж оправдан риск, которому человек себя подвергает. Знания о своем ВИЧ-статусе может помочь людям вовремя получить медицинскую помощь, которая способна предотвратить серьёзные и угрожающие жизни заболевания. Так, при наличии ВИЧ важно следить за своим иммунным статусом и другими показателями, что позволяет вовремя назначить необходимое противовирусное лечение и предотвратить развитие СПИДа.

Знания об отсутствии у себя ВИЧ-инфекции может помочь принять решение о том, как сделать свое поведение наиболее безопасным в отношении ВИЧ. Своевременная диагностика ВИЧ-инфекции позволяет предотвратить передачу ВИЧ-инфекции во время беременности.

Большинство людей, инфицированных ВИЧ, не знают о том, что они инфицированные, поэтому не чувствуют себя больными сразу же после заражения. Определить по внешнему виду, инфицирован человек или нет, невозможно. Узнать, есть ли у человека ВИЧ, можно только одним способом - сдать кровь на антитела к ВИЧ. Обычно антитела к ВИЧ появляются в период от 2-х недель до 3-х месяцев (в редких случаях до 6 месяцев) после заражения, поэтому после опасного контакта необходимо сдавать анализ через 1 месяц. До этого времени результат анализа крови может быть отрицательным, хотя человек уже инфицирован и способен заражать других. Этот период называется «сероконверсией», т.е. выработка антител к ВИЧ, что обычно происходит за период от 2 недель до 3 месяцев после инфицирования ВИЧ. Однако на момент сероконверсии у некоторых людей развивается «острый ретровирусный синдром» представляющий собой заболевание по типу ангины, сопровождаемое лихорадкой, сыпью, болью в суставах, увеличением лимфатических узлов. Независимо от того вызывает ли ВИЧ-инфекция первоначальные симптомы, ВИЧ инфицированный человек в этот период очень заразен и может передать вирус другому человеку.

У одних людей не появляется никаких признаков заболевания, и они могут оставаться в неведении о том, что инфицирован ВИЧ. У других могут появиться легкие кратковременные симптомы напоминающие грипп, которые проходят через несколько дней или недель после заражения. У третьих увеличиваются лимфатические узлы. Многие симптомы заболевания, вызванного ВИЧ, похожи на признаки других болезней, с ВИЧ не связанных. Необходимо незамедлительно обратиться к врачу для выяснения причин и назначения соответствующего обследования при следующих симптомах:

-увеличенные лимфатические узлы в области шеи, в подмышечной области и в паху;

- длительное повышение температуры или потливость по ночам;

-потеря веса более, чем на 5 кг, не связанные с диетой или повышением физической активности;

-тяжелый, непрекращающийся сухой кашель, не связанный с курением, или слишком продолжительный для простуды или гриппа

-учащенное дыхание;

-длительно продолжающиеся приступы диареи;

-густой белесый налет на языке или горле, который может сопровождаться появлением воспаления в области гортани;

-многократное повторение вагинальных грибковых инфекций

-необъяснимые высыпания на коже;

-герпес, который продолжается дольше, чем обычно.

Чтобы сохранить жизнь и здоровье, необходимо соблюдать следующие правила:

* Быть информированным по проблеме ВИЧ/СПИД
* Не употреблять наркотики.
* Использовать презервативы при случайных контактах.

 Профилактика ВИЧ-инфекции остается актуальнейшим вопросом практически во всем мире. Ведь для того, чтобы избежать заражения, каждый человек должен четко понимать то, как передается ВИЧ-инфекция, а также осознавать то, что при обычных бытовых контактах заражение не происходит. Ученые окончательно определили то, какие именно пути передачи вируса существуют. Поэтому важным моментом в вопросе профилактики является полный отказ от наркотиков, а также упорядоченная сексуальная жизнь.

Получить более подробную информацию о ВИЧ-инфекции на сайте kazaids.kz и на официальных страницах Центра в социальных сетях, а также бесплатно и конфиденциально пройти тестирование на ВИЧ в г.Нур-Султан Вы можете в пункте доверия и дружественном кабинете Центра СПИД по адресу ул.Есенберлина 5/1, время приема: с 9.00ч. до 16.00 часов.

 Врач-эпидемиолог

 ГККП «Центр по профилактике

 и борьбе со СПИД»

 З.Рахимбаева