**Газета «Медицина для Вас» № 04 от 15.06.22**

**АИТВ-ның алдын алу жолдары**

АИТВ мәселесі бүкіл әлемге белгілі, барлық елдерде талай рет қозғалып келе жатқан тақырып. Бұл жұқпа адамның иммундық жүйесін зақымдап, қорғаныс қабілетінің күрт төмендеуіне әкеледі. Аурудың асқынуы ЖИТС-қа, яғни жұқтырылған иммун тапшылық синдромына соқтырады.

Соңғы жылдары астанамызда жыныстық қатынас арқылы жұғу жағдайларының өсушілігі байқалуда. Жұқтырғандардың дені еңбекке, балалы болуға қабілетті жаста. Сондықтан әрбір адам бұл жұқпаны мен жұқтырмаймын, оны тек жеңіл жүрісті қыздар, есірткі тұтынушылар, гомосексуалистер ғана жұқтырады деген ой-пікірлерден аулақ болу керек. Себебі, АИТВ жас, ұлт, нәсіл, шекара талғамайды, адамның бай-кедейлігіне қарамайды.

Тұрғындарға қаншалықты АИТВ жұқпасы бойынша ақпарат беріп келгенімізге қарамастан, іс жүзінде білімдерін қолдана алмайды. Соңында әлеуметтік жағдайы жақсы адамдар қармаққа ілініп жатады. Бұл жұқпаның алдында сақтану шараларын жүргізбесек, онда біз бәріміз әлсізбіз.

АИТВ жұқпасының қауіпті дерт екендігін, оның қандай жолдармен жұғатынын әрбір адам білуі тиіс. АИТВ жұқпасының тек 3 жұғу жолы бар. Соңғы уақытта АИТВ жұқпасының кеңінен етек жайған жұғу жолы ерлер мен әйелдер және ерлер мен ерлер арасында мүшеқапсыз жыныстық қатынас. Екінші жұғу жолы - қан арқылы, яғни есірткіні ине арқылы, стерилденбеген медициналық құралдар, пирсинг, татуаж жасаған кезде, сондай-ақ, үшінші жұғу жолы – АИТВ жұқтырған жүкті анадан балаға, іштей босану жолдарынан өту кезінде, емізгенде балаға жұғуы мүмкін.

Қазіргі таңда елімізде АИТВ жұқпасының алдын алу мақсатында қомақты қаржы жұмсалып жатқанымен оны алдын ала егетін вакцина мен адам ағзасын вирустан толық тазартатын дәрілер табылған жоқ. Сондықтан әр адам өз өміріне жауапты және осы тақырыпқа шындап қарау тиіс.

АИТВ-ның профилактикасы мен таралуына қарсы бірнеше бағыттар бар.

Әзірге АИТВ жұқтырудың алдын алу мынадай жалпы шараларымен ғана шектелуде:

1. Адалдығын сақтайтын бір ғана жыныстық серіктесің болғаны жөн. Егер жыныстық серіктестер жұқтыру қауіп-қатерінің жоқтығына сенімді болса, екеуі де АИТВ-ға тексеріліп-қаралуы тиіс.

2. Қауіпсіз жыныстық қатынас - мүшеқапты пайдалану жұқтырудың алдын алуға көмектеседі

3. Есірткі тұтынудан бас тарту керек. Егер осы құмарлықтан бас тартудан қиын болса, жаңа бір реттік инені ғана пайдалану және ешқашан да ортақ инелер мен шприцтерді пайдаланбау керек.

4. АИТВ жұқтырған әйел жүктілік кезінде арнайы ем қабылдап және сәбиін емшек сүтінен аластату керек.

Еліміздің өркениетті елдер қатарынан қөрінуі үшін жас ұрпақты салауатты өмір сүруге тәрбиелеу – бүгінгі күннің талабы. Денсаулықты сақтап, нығайту үшін жаман әдеттер: темекі шегу, ішімдік ішу және есірткі қолданудан, ретсіз жыныстық қатынастан аулақ болу қажет.

**Нұр-Сұлтан қаласының**

**«ЖИТС-тың алдын алу және оған қарсы күрес орталығы» МКҚК**

**Каратаева Г.Е.**

**–алдын алу бөлімінің дәрігер эпидемиологы**