**Газета в «Медицина для Вас» № 01от 16.03.22**

**Өзіңіздің және жақындарыңыздың денсаулығына мұқият болыңыз!**

АИТВ - адамның иммундық тапшылық вирусы 20 ғасырдың 80-жылдарында табылған, жұқтыратын шамада қанда, шәуетте, қынапта, лимфада және ананың сүтінде болады. Вирус адам ағзасынан тыс сыртқы ортада тұрақсыз, яғни 56 градуста қыздырғанда 30 минуттан кейін, қайнатканда 5 минутта және дезинфекциялау заттарының әсерінен жойылады.

АИТВ жұқпасы-созылмалы инфекция, инкубациялық кезеңі 2-3 аптадан бастап 3 айға дейін созылуы мүмкін. Адамның сыртқы келбетінен АИТВ-жұқтырғанын біле алмайсың, өйткені АИТВ жұқтырғаннан кейін ағзада бірнеше жылдар ешқандай белгі бермейді. Алғашқы кезенде АИТВ жұқтырған адам өзін жақсы сезінеді, бірақ уақыт өте бере, ем алмаған жағдайда иммундық жүйе жойылып басқа ауруларды жұқтырып, ЖИТС-қа (СПИД) айналуы мүмкін. АИТВ-ны бір жолмен ғана анықтайды - ол қанды АИТВ-на иммуноферменттік анализбен тестілеу.

АИТВ-жұқпасының берілу жолдары:

-жыныс қатынас арқылы (гомосексуалды: еркек пен еркек және гетеросексуалды: еркек пен әйел, презерватив қолданбағанда)

- қан арқылы (инъекциялық наркотик тұтынушылар арасында ортақ шприц қолданғанда, татуировка, пирсинг жасатып ортақ ине және бояу қолданғанда, стерильденбеген медициналық инструменттер арқылы, АИТВ-ға тексерілмеген қан құйылғанда)

-анадан балаға (жүктілік кезінде, ананың сүті арқылы, босанғанда)

Жоғары айтылған жағдайлар болып, АИТВ-ны жұқтырғанға күдік болса тексеріліп, жұқтырған жағдайда ем алған жөн.

Бүгінгі таңда жыныстық жол негізгі жұғу жолы болып табылады, 80% осы жолмен жұқтырады.

АИТВ шаңмен, ауа-тамшы, тамақ арқылы, тұрмыстық жағдайда жұқпайтыны толық анықталған. Яғни адамдар сөйлескенде, түшкіргенде, жөтелгенде, қол алысқанда, ортақ дәретхананы, ваннаны, душты, бассейнді пайдаланғанда, сондай-ақ тағамдар мен ыдыстар арқылы ЖИТС вирусы жұкпайды. Сырт киімдерді алмастырып кигенде, тіпті бір төсекте жатып ұйықтаған кезде де ЖИТС вирусының жұғу қаупі жоқ. Қан сорғыш және басқа жәндіктер (маса, бит, кене, бүрге, шыбын, тарақан, қандала т. б.) арқылы жұғу жолдары да анықталмаған.

Көптің ойынша, АИТВ-жұқпасы инъекциялық есірткі тұтынушылар, гомосексуалисттер, жезөкшелер арасында ғана бар деп санайды. Қазіргі таңда жыныстық жол негізгі жол болғандықтан, эпидемия халықтың барлық топтарында кең таралуда, ол инфекция жасқа да, білімге де, әлеуметтік статусқа қарамай алдын алу ережелерін сақтамаса жұғуы мүмкін.

Сондықтан, АИТВ-ны жұқтырып алмас үшін не қажет?

-кездейсоқ жыныс қатынастан аулақ болу;

-есірткі тұтынбау;

-татуировка, пирсинг, маникюр, педикюрды санитарлық ережелер сақталатын сән салондарына ғана жасату, сонымен қатар стерильды немесе бір рет қолданылатын инструмент пайдаланғанына назар аудару қажет .

АИТВ жұқпасына тексерілу (тестілеу) алдын алу жолдың маңыздысы болып саналады. Сондықтан осы жұқпаға кем дегенде жылына 1 рет тестілеуден өту қажет.

**Өзіңіздің және жақындарыңыздың денсаулығына мұқият болыңыз!**

Тіпті де АИТВ-жұқтырып алған жағдайда, антиретровирустық препараттармен ақысыз ем алуға мүмкіншілік бар. Ем алған жағдайда адамның ағзадағы вирустың көбеюі тоқтатылып адам өмірі ұзаққа созылады. Қазіргі таңдағы препараттар денсаулықты жақсартып, адамға ел қатарлы жұмыс істеуге, оқуын жалғастырып, семья құруға да мүмкіншілік береді.

Нұр-Сұлтан қаласының барлық қалалық емханаларында және ЖИТС-ке қарсы күрес орталығында АИТВ-ға конфиденциалдық және анонимдық түрде тексерілуіңізге болады.

**ЖИТС-ке қарсы күрес орталығының мекен жайы: Нұр-Сұлтан қаласы, Есенберлин көшесі 5/1, сенім телефоны 38-04-64**

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

 **эпидемиолог-дәрігер З.Рахимбаева**