**Газета Ақпарат айдыны № 183 от 03.10.22**

**Кездейсоқ кездесулердің салдары.**

Кездейсоқ жыныстық қатынас тақырыбына сөйлесу бұрыннан ұят болып саналды. Қоғамдық айыптау, жағымсыз көзқарастар, моральдық принциптер бұл туралы сұрауларға өзіндік тыйым салды

Соңғы жылдары Астана қаласында АИТВ инфекциясының жыныстық жолмен берілуі көбеюде. Жұмыс тәжірибесі көрсеткендей, АИТВ бар көптеген адамдар диагноз қойылғанға дейін бұл вирус туралы толық білмейді. Көбінесе өзінің оң мәртебесін растаған кезде ғана адам мәселені түсініп, барлық ресурстардан ақпарат ала бастайды.

АИТВ-инфекциясы адамның иммундық жүйесіне әсер етеді және дененің қорғаныс қабілетінің күрт төмендеуіне әкеледі. Аурудың асқынуы ЖИТС - ке, жұқтырылған иммунтапшылығы синдромына әкеледі.

Сондықтан, әр адам өзін қорғау үшін бірнеше ережелерді білуі керек:

1 – АИТВ-инфекциясының берілу жолдарын білу. АИТВ қан арқылы, ұрық сұйықтығы және вагинальды секреция арқылы, сондай-ақ жұқтырған анадан балаға өтеді. Қарапайым ережелерді сақтасаңыз АИТВ-инфекциясын жұқтырудың қаупі аз. Жыныстық қатынас кезінде қорғаныс құралдарын пайдалану, стерильді медициналық құралдарды пайдалану және АИТВ-ға жыл сайынғы тексеру аурудың алдын алуға көмектеседі;

2 – қауіпті мінез-құлыққа жол бермеу-есірткі қолданбау, серіктесіңіздің АИТВ статусын білмесеңіз жыныстық қатынасқа түспеу;

3 – салауатты өмір салтын ұстану. Спорт, таза ауа, серуендеу өмір үшін таптырмас дос болуы керек.

Өкінішке орай, кездейсоқ жыныстық қатынастарда контрацепцияны (презервативтерді) қолдану өте сирек кездеседі. Серіктес сіз үшін жақсы таныс емес болғандықтан ауру жұқтырудың әрқашан үлкен қауіпі бар. Есіңізде болсын, жыныстық жолмен берілетін аурулардың көрінетін белгілері болмаса да, бұл адамның сау екенін білдірмейді.

Қорытындылай келе, АИТВ/ЖИТС туралы ақпарат барлығына қол жетімді деп айтқым келеді, бұл ақпаратпен тиісті оқулықтарда, интернет-ресурстарда, сондай-ақ біздің сайтта: [www.kazaids.kz](http://www.kazaids.kz) және инстаграмм парақшасында: *aidsastana* танысуға болады.

Біздің мекен-жайымыз: Астана қаласы, Есенберлин көшесі, 5/1.

Бүгінгі күні ЖИТС-қа қарсы күрестің жалғыз жолы қауіпсіз жүріс – тұрыс.

**Нұр-Сұлтан қаласының «ЖИТС-тың алдын алу**

 **және оған қарсы күрес орталығы»**

 **МКҚК –ның алдын алу бөлімінің меңгерушісі Саулебаев У.Р.**