**Газета «Медицина для Вас» № 03 от 24.05.2023г**

**Верность лучшая прививка от ВИЧ**

ВИЧ - вирус иммунодефицита человека, это хорошо изученный вирус в истории человечества. Каждый человек может использовать знания о нем, чтобы защитить себя. Научиться определять в каких ситуациях присутствует риск заражения, и в каких его можно снизить – не так уж сложно. Проникая в организм человека, ВИЧ атакует иммунные клетки, именно те клетки которые должны бороться с инфекциями (Т-лимфоциты или СД-4 клетки). С течением времени, вследствие воздействия ВИЧ на них, организм оказывается не в состоянии защитить себя от некоторых вирусов, бактерий, грибков, паразитов и т.д. Когда у человека развивается одно или несколько оппортунистических заболеваний, ему выставляют диагноз - СПИД.

СПИД это комплекс заболеваний, возникающих у ВИЧ-положительного человека на фоне сниженного иммунитета. Как происходит инфицирование? Существует всего три пути передачи ВИЧ-инфекции: половой - через незащищенный сексуальный контакт через кровь - совместное использование нестерильных шприцев и игл при внутривенном введении наркотиков, использование нестерильного инструментария для татуировок и пирсинга от ВИЧ положительной матери во время беременности, родов и при кормлении грудью. Тема ВИЧ вызывает страх и беспокойство, которые часто оказываются преувеличенными. Люди боятся инфицироваться при обычных бытовых контактах. ВИЧ не передается: при контакте со слюной, слезами, при рукопожатии, объятиях, укусах насекомых, при использовании общей посудой, туалетом, душем, бассейном. Единственный способ узнать, произошло ли инфицирование ВИЧ-инфекцией остается тестирование. Тестирование на ВИЧ-инфекцию заключается в выявлении антител и антигена, которые образуются в организме человека в ответ на проникновение вируса. Для чего необходимо пройти тестирование на ВИЧ-инфекцию? Прежде всего, получение результатов тестирования позволит избежать мук неведения: ранняя диагностика и своевременное лечение позволяет продлить и улучшить качество жизни, знание результатов тестирования беременной женщине позволит своевременно провести мероприятия, которые снизят риск передачи заболевания своему ребенку. Несмотря на то, что лекарств от ВИЧ нет, существуют антиретровирусные препараты, которые позволяют значительно снизить темпы распространения заболевания, отсрочить появления симптомов СПИДа и продлить жизнь ВИЧ инфицированным. Поскольку ВИЧ-инфекция не излечивается радикально, главным средством в борьбе с распространением инфекции является профилактика предотвращение новых случаев инфицирования.

Как предотвратить заражение? Воздержитесь от случайных половых контактов, сохраняйте верность одному половому партнеру, ведь верность лучшая прививка от ВИЧ.

Если вы не знаете ВИЧ-статус партнера, при каждом случайном половом контакте всегда используйте презервативы, а также проходите тестирование на ВИЧ в поликлинике по месту жительства или в Центре ВИЧ. Наличие инфекций, передаваемых половым путем, увеличивает риск инфицирования ВИЧ в 2-3 раза, поэтому, своевременное лечение таких болезней, тоже является профилактикой ВИЧ. Подростки мечтают быстрее стать взрослыми. Они стараются подражать взрослым, стараясь использовать атрибуты взрослой жизни, к сожалению, наиболее «распространенной вещью», которая показывает, что человек «повзрослел» является алкоголь, наркотики и ранняя половая жизнь, что в разы увеличивает риск инфицирования ВИЧ. Подростки и молодежь чаще подвергаются риску, на эту возрастную группу приходится более 30% всех случаев. Поэтому о своем здоровье и здоровье близких мы должны позаботиться сами.

Если возникли вопросы, подробную информацию можете получить в Центре по профилактике ВИЧ-инфекции г.Астаны ул. И. Есенберлина 5/1, телефон доверия: 38-04-64, 38-07-02.

**ГККП «Центр по профилактике ВИЧ-инфекции» г. Астаны**

**врач эпидемиолог Бексултанова Д.Т.**