Газета Человек и Закон № 27 от 22.08.19г

**Защити себя….**

 ВИЧ - вирус иммунодефицита человека, это самый 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 нападает на определенные клетки, признанные бороться с инфекциями (Т-лимфоциты или СД-4 клетки). С течением времени, вследствие воздействия ВИЧ на эти клетки, организм оказывается не в состоянии защитить себя от некоторых вирусов, бактерии, грибков, паразитов и т.д. Когда у человека развивается одно или несколько оппортунистических заболеваний, ему выставляется 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/СПИД вызывает страх и беспокойство, которые часто оказываются преувеличенными. Люди боятся заразиться при обычных бытовых контактах.

 ВИЧ не передается: при контакте со слюной, слезами, при рукопожатии, объятиях, укусах насекомых, при пользовании общей посудой, туалетом, душем, бассейном.

 Единственным способом узнать, не произошло ли заражение 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 провести своевременно 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 и преждевременных внебрачных половых контактов, сохраняйте верность одному половому партнеру, о ВИЧ статусе которого вы информированы, пользуйтесь презервативом, если вы не знаете ВИЧ-статус партнера, а также при каждом случайном половом контакте, регулярно проходите тестирование на ВИЧ. Наличие инфекций, передаваемых половым путем, увеличивает риск заражения ВИЧ в 2-3 раза, в связи с чем, своевременное лечение таких болезней также является профилактикой ВИЧ.

 Подростки и молодежь чаще подвергаются риску, на эту возрастную группу приходится более 30% всех случаев. Многие из них рано начинают половую жизнь, кроме того подростки и молодежь стремятся попробовать алкоголь, наркотики, что также увеличивает риск инфицирования.

 Пока не нашли лекарственных средств и не открыли вакцину, которые бы приостановили распространение инфекции. Поэтому о своем здоровье и своих близких мы должны позаботиться сами. И в большей мере к ВИЧ относится такая старая истина - "болезнь легче предупредить, чем лечить". Если у Вас возникли какие-либо вопросы, Вы можете получить подробную информацию в Центре по профилактике и борьбе со СПИД г. Нур-Султан по адресу: ул. И. Есенберлина 5/1, телефон доверия: 38-04-64, 38-07-02.

 Сайт: www.astana-aids.kz, а также мы в социальных сетях Instagram: @aidsastana, Facebook: Центр по профилактике и борьбе со СПИД г. Нур-Султан; VK: Центр по профилактике и борьбе со СПИД г. Нур-Султан.

**Помощник эпидемиолога Центра СПИД С.Мауленбергенова**