**Газета Медицина для Вас № 68 от 15.05.19г**

**АИТВ жұқтырмау үшін не білу қажет?**

АИТВ — адам иммунтапшылық вирусының қысқартылған атауы. Бұл вирус созылмалы аурудың қоздырғышы. АИТВ жұқтырып, ем алмаған жағдайда, ауру біртіндеп күшейіп, соңғы сатысы – жұқтырылған иммунтапшылық синдром- қысқаша ЖИТС-ке (СПИД) әкеліп соғады.

АИТВ-жұқпасы тек 3 жолмен ғана беріледі:

 1) Жыныстық-қатынас:

- АИТВ-ны жұқтырған адамммен гомо- және гетеросексуальды қатынаста болса;

2) Парентеральды:

- инъекциялық нашақор тұтынушылар арасында ортақ шприц қолданса;

-АИТВ-жұқтырған донордан қан құйылса, не органдарды трансплантациялауда (донорствоның қауіпсіздігіне шаралар қолдануына байланысты, бұл жол кездеспейді);

- медициналық практикада және косметологияда стерилизациядан өтпеген медициналық құралдар пайдаланса;

3) АИТВ-жұқтырған анадан балаға:

- Жүктілік кезінде, босанғанда, емізгенде;

АИТВ- жұқпасы әлеуметтік статусқа, жасқа, сексуалдық бағытқа, жынысқа, тұрмыс жағдайына қарамай әркімге жұғуы мүмкін.

Бірақ келесі тұлғалардың жұқтыру қауіпі жоғары:

* Еркектермен жыныс қатынаста болатын еркектер;
* Инъекциялық наркотик тұтынушылар;
* Секс қызмет көрсететіндер және олардың клиенттері;
* Кездейсоқ жыныс-қатынасқа түсетіндер;
* Гемодиализ, қан құюды, органдарды ауыстырып қондыруды қажет ететін пациенттер;
* АИТВ-жұқтырған әйелдердің балалары;
* Жиі косметологиялық қызмет алатын тұлғалар.

Егер қанда, спермада, вагиналдық бездердің сұйығында, омырау сүтінде жеткілікті концентрацияда болса АИТВ-жұқпасы басқа адамға жұғуы мүмкін. Адам ағзасындағы сілекей, тер, көз жасы сияқты биологиялық сұйықтарында вирус аз мөлшерде болғандықтан, қауіпсіз.

Сондықтан, АИТВ-жұқпасының глобальды эпидемиясы шағында АИТВ туралы біліміңізді жетілдіріп, оның алдын алу шараларын орындап ғана өзіңізді бұл жұқпадан қорғай аласыз.

***АИТВ-ны жұқтырмау үшін не қажет:***

 -Ең басты, кездейсоқ жыныс-қатынастан аулақ болу! Болған жағдайда презерватив қолдану!

 -Наркотиктен бас тарту! Наркотиктің әсерімен тұтынушылар арасында, адам өзін-өзі бақыламай, ортақ шприц қолданады, ал топта АИТВ-жұқтырғандар болуы мүмкін.

 -АИТВ-жұқтырған жүкті әйел босануға дайындалған кезеңінде, балаға жұқтырмау үшін дәрігердің берген ұсыныстарын орындау, баланы емізбеу. Жүктілік кезінде антиреровирустық препараттар уақытында қабылданса, АИТВ-ның анадан балаға жұғу қауіпін 2% дейін төмендейді. Статистика бойынша, антиретровирустық препараттар қабылданбаса, босанғанда - 50%, омырау сүтін емізгенде-20% балаға жұғады.

 - Қан құю, органдарды трансплантациялау алдында донордың АИТВ-ға және басқа да гемоконтактты жұқпаларға тексерілгеніне көз жеткізу;

 - Медициналық және косметологиялық қызмет алғанда дезинфекция-стерилизациялық ережелерінің сақталуын талап ету;

АИТВ-жұқтырғаннан кейін ұзақ уақыт ешқандай белгілері болмайды. Бұл – «серонегативты терезе» деп аталады, яғни ағзада вирус бар, бірақ қанда АИТВ-ға антиденелер табылмайды. Бұл кезең 2 аптадан 3 айға дейін созылуы мүмкін. «Серонегативті кезеңде» тесттың қорытындысы жақсы нәтиже көрсетеді де, адам АИТВ-жұқтырғанын білмей, жоғарыда аталған жолдармен басқаларға жұқтыруы қауіпті. Мысалы: презерватив қолданбаған кездейсоқ жыныс қатынаста және т.б.

Ағзаға көп мөлшерде вирус түскен жағдайда бастапқы клиникалық реакция болуы мүмкін. Жұқтырғаннан соң 3 аптаға дейін дене қызуы көтеріліп, бездер үлкейіп, нәжіс бұзылуы мүмкін. Бірақ бұл өзгерістер өз бетімен өтіп кетеді. Сол кезден бастап вирус иммундық жүйеге еніп, СД4 клеткаларын зақымдап, ұзақ уақыт белгі бермейді. «АИТВ жұқпасы» диагнозы тек ғана зертханалық тексеріс негізінде АИТВ-ға антиденелер анықталғанда ғана қойылады. Егер Сізде АИТВ-жұқтырғанға күдік болса, сол уақыттан санап, 3 айдан кейін тексерілу керек.

АИТВ-жұқпасының зертханалық диагностикасы өте маңызды болып саналады.

Денсаулықты ойлап, алдын-алудың ең басты шараның бірі - АИТВ-ға тексерілу. Презерватив қолданбаған кездейсоқ жыныс-қатынастардан кейін, инъекциялық наркотиктер тұтынушылар, секс қызмет көрсететіндерге АИТВ-ға тексерілуді ұмытпау керек.

АИТВ-ға тексерілу тегін және өз еркімен, анализды мемлекеттік емханаларда, жеке меншік медициналық ұйымдарда, және ЖИТС-ке қарсы күрес орталығында тапсыруға болады.

***АИТВ-мен қанша өмір сүруге болады?***

 АИТВ жұқтырса да, ол адамның өмірі «шектеулі» деп санауға болмайды. АИТВ-жұқпасы – маңызды, өмірге қауіпті созылмалы ауру болса да, АИТВ-жұқпасынан уақытында емделсе, антиреровирусты терапияны үнемі қабылдаса өмірдің сапасы мен ұзақтығы дені сау адамнан айырмашылығы жоқ, ұзақ өмір сүруге болады. Егер адам АИТВ-статусын біліп ЖИТС-ке қарсы күрес орталығына тіркеуге алынса, дәрігердің ұсыныстарын орындау маңызды.

Салауатты өмір салтын сақтау, спортпен айналысу, зиянды әдеттерден бас тарту, кездейсоқ және қорғалмаған жыныс-қатынастан аулақ болу- Сіздің денсаулығыңыздың кепілі. Өмірінің құндылы да мәнді болуы адамның тек өзіне ғана байланысты.

**Нұр-Сұлтан қаласы әкімдігінің**

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

**Эпидемиология қадағалау бөлімінің**

**эпидемиолог-дәрігері З.Рахимбаева**