**Газета «Человек и Закон» №22 от 11.09.2020г**

**Дұрыс жол таңдау**

Өмір ешқашан бірқалыпта тұрмайды.Әрбір адамның өмірінде сан түрлі жағдайлар, қиындықтар ,уақытша қызығушылық әсерлер, алдау, арбаулар,біреулердің ықпалымен теріс жолға түсіп кету сияқты жағдайлар сіздің денсаулығыңызға, психологияңызға үлкен салмағын салатыны белгілі. Бірақта осындай жағдайларға ұшырамас үшін дұрыс жол таңдап, күнделікті жағдайда қарапайым ғана ережелерді ұстанатын болсаңыз жоғарыда айтылған барлық проблемалардан қашық боласыз.Бұл-өзіңізді тежей білу,яғни салқын қанды ұстамды болу,имани тілде айтқанда нәпсіңе ие болу. Жыныстық қатынасты ерте бастамай,бастаған күннің өзінде қауіпсіздендіру жолын білу,яғни әрқашан мүшеқап қолданып, осылайша өзіңізді жыныстық жолмен таралатын жұқпалардан ,әсіресе АИТВ дан сақтандыра аласыз.

Өкінішке орай бүгінгі күні кейбіреулер үшін интимдік қатынас өзінің мәнін жоғалтып,физикалық тұрғыдан уақытша нәпсіні рахаттандыру немесе демалыс кезінде көңіл көтеру, әз біреулер үшін ақша табудың көзі ретінде айналысатын болды.Ал салдары жыныстық жолмен таралатын түрлі жұқпалы ауруларға, белсіздікке, бедеулікке апаратынына әркім мән бере бермейді.Сондықтан да елімізде үйленген жұптардың әрбір онбесінші жұбы бүгінгі күні бала сүю бақытынан айрылған.

Қаламызда жыныстық жолмен таралатын жұқпаларды есептемегенде, АИТВ жұқпасын жыныстық жолмен жұқтырушы адамдардың саны соңғы жылдары өсіп келе жатыр. Жыл басынан,ағымдағы жылдың қазіргі кезеңімен өткен жылғы кезеңмен салыстырмалы түрде алсақ: Нұр-Сұлтан қаласы бойынша АИТВ-мен жұқпаланғандар саны 23 жағдайға артық тіркеліп отыр,15-49 жас аралығындағы жұқпаланғандар саны- 91%-ды (2019ж.-78%), жыныстық жолмен жұқпаланғандар- 71%-ды (2019жылы-86%) құрайды. Өткен жылмен салыстырғанда есірткі қолданушылар арасында да таралу көрсеткіші биылғы жылы 24% -ға (8 % -2019ж.) ,яғни 3есе көбейіп отыр.Гомосексуалды таралу көрсеткіші де сол деңгейде қалып отыр 13,5% (14%-2019ж.).

 АИТВ-адамның иммун тапшылығының вирусы,организмнің имммундық жүйесін зақымдайды, яғни барлық ауруларға қарсы төтеп беретін қорғаныш жүйесінің әлсіреуі немесе жойылуы .ЖИТС-АИТВ жұқпасының соңғы сатысы.

АИТВ-вирусы жұқпаланғандардың негізінде қанында, жыныс сұйықтықтарында болады.Олар жұқпаны жұқтырғаннан кейін де ұзақ уақыт бойы білмей,өздерін жақсы сезінуі мүмкін және жұқпаны басқа адамдарға жұқтыру көзі болып табылады.Кез келген сексуалды қатынас кезінде серіктестер арасында әр адамның микрофлорасын құратын микроорганизмдердің алмасуы жүретіндіктен, жыныстық жолмен таралатын түрлі ауруларды жұқтыру қаупі жоғары.Ал есірткі тұтынушылар арасында АИТВ жұқтыру қаупі бірнеше есеге артық. Бір өкініштісі АИТВ –жұқпасын сыртқы келбетіне қарап анықтау мүмкін емес.

Әркімнің АИТВ –дәрежесін білу дұрыс қадам боп саналады.

Бүгінгі күні АИТВ індетіне қарсы вакцина немесе екпе түрі әлі табылған жоқ.Бірақ күнделкті өмірде сақтану жолы өте оңай:

-егер серіктесіңіздің АИТВ немесе басқа да жұқпаларға күманыңыз болса міндетті түрде мұшеқап қолданыңыз;

-инъекциялық есірткі қолданудан мүлде бас тартыңыз;

Егер адам АИТВ індетін жұқтырғаны белгілі болса,дер кезінде ем қабылдауға кірісу керек. Қазақстанда тексерілу,ем қабылдау тегін.

Бүгінгі күні АИТВ індеті созылмалы ауру, емнің тиімділігі арқасында АИТВ инфекциясының асқынуы және қосарланған аурулардың алдын алуға болады.

Адамның асыл қазынасы- денсаулығы болғандықтан, әр адамға дұрыс жол таңдау абзал!

Біздің мекен-жайымыз: Нұр-Сұлтан қаласы , І.Есенберлин көшесі 5/1

Достық кабинет ,сенім телефоны: 38-04-64 .

Нұр-Сұлтан қаласының «ЖИТС-тың

алдын алу және оған қарсы күрес орталығы»

МКҚК –ның маманы Ж.Смағұлова