**Газета МЕдицина для Вас № 10 от 20.12.2023г**

**О ВИЧ знает каждый**

           ВИЧ-инфекция это хроническое заболевание, которое в большинстве случаев медленно, прогрессирует. На последней стадии ВИЧ- инфекция переходит в СПИД и без медицинской помощи и лечения может привести к летальному исходу. Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) — это вирус, подавляющий иммунную систему, синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) - это комплекс заболеваний, возникающих у ВИЧ-положительного человека на фоне сниженного иммунитета, который не способен защитить организм от заболеваний. ВИЧ-инфекция распространяется среди всего населения, преимущественно половым путем, инфицироваться вирусом может каждый, кто практикует не защищенные половые контакты. Важно знать как ВИЧ передается.

Вирус предается парентеральным путем (через кровь) через:

- использованные шприцы;

- использованные иглы для нанесения татуировок; общих инструментов для бритья. В ситуации «мать и  ребенок» такая передача называется перинатальной или вертикальной, т.е беременной женщины к ребенку. Но если ВИЧ-положительная женщина получает антиретровирусную терапию во время беременности и родов, шансы родить здорового ребенка увеличиваются до 98%.

ВИЧ - это не чума, им невозможно инфицироваться от укуса комара или от прикосновения, к сожалению, многие до сих пор так и думают. Чтобы не боятся ВИЧ, достаточно знать не только как ВИЧ передается, но и как ВИЧ не передается:

- через слезы, слюну или пот, концентрация вируса в этих жидкостях очень низкая.

-  через рукопожатия и объятия.

-  через полотенца, одежду и постельное белье, так как он быстро погибает во внешней среде;

- ВИЧ не приспособлен к выживаемости в окружающей среде, следовательно, передача ВИЧ при бытовых контактах невозможна;

- при поцелуе, так как концентрации вируса в слюне недостаточно для инфицирования. За всю изучения ВИЧ/СПИДа не было зафиксировано ни одного случая заражения этим способом.

Защитить себя легко!

- Не употребляй наркотики;

- Воздерживайся от раннего начала половой жизни;

- Воздерживайся от сексуальных контактов без презерватива;

- Будь верен половому партнеру;

- Татуировки и пирсинг делай только в специализированном салоне;

- Соблюдай правила личной гигиены (используй только свои бритвенные станки, зубные щетки, маникюрные принадлежности).

ВИЧ- инфицированный человек по внешним признакам не отличается от здорового человека. Узнать есть ВИЧ или нет, можно только сдав тест на ВИЧ. При тестировании необходимо помнить о периоде «окна», когда в течение первых 3-х недель после возможного инфицирования наличие в крови антител к ВИЧ не определяется. Для получения достоверного результата обследование лучше пройти через 3-4 недели после возможного инфицирования. Перед тем, как сдать анализ, Вы можете пройти дотестовое консультирование, где врач поясняет, что такое ВИЧ:

- чем он отличается от СПИДа;

- каковы пути передачи ВИЧ;

- как и для чего проводится анализ;

- что будет означать результат.

После получения результата анализа на ВИЧ, проводится послетестовое консультирование, где объясняют:

- что означает результат анализа, к чему он обязывает;

- что делать дальше, как снизить риск инфицирования.

Новость о приобретенном вирусе нередко воспринимается людьми по разному. Непринятие своего диагноза становится проблемой, ведь отрицая свою болезнь, человек не избавляется от нее. Стадия отрицания у ВИЧ-положительных людей может длиться очень долго. Это объясняется отношением общества к проблеме ВИЧ-инфекции. Многие ошибочно считают ВИЧ приговором! Сегодня существуют препараты, которые препятствуют размножению вируса, его концентрация в крови становится низкой, и иммунная система получает возможность восстановиться, что переводит это заболевание в разряд хронических. Это позволяет человеку долгие годы вести привычный образ жизни. Главное как можно раньше выяснить свой ВИЧ-статус и своевременно начать лечение. Тест на ВИЧ - это единственный достоверный способ узнать, есть ли вирус в крови или нет!

Кому рекомендуют сдать тест на ВИЧ:

- Если хотя бы раз вступал в контакт без презерватива при неизвестном ВИЧ-статусе или употреблял наркотики;

— Парам, которые решили отказаться от использования презерватива;

— При планировании беременности обоим будущим родителям, т. к. ранее выявление ВИЧ позволяет предпринять меры для защиты будущего ребенка от инфицирования.

Пока ты не знаешь своего ВИЧ статуса, ты рискуешь инфицировать своего партнера. Пройди тестирование на ВИЧ!

Наш адрес: город Астана «Центр по профилактике ВИЧ-инфекции», ул.Есенберлина,5/1.

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

**врач эпидемиолог, Бексултанова Данагуль Тайгошкаровна**