**УЗНАЙТЕ СВОЙ СТАТУС.**

В сегодняшнее время нет людей, которые хотя бы раз в жизни не слышали о ВИЧ или о синдроме приобретенного иммунодефицита (СПИД) и о последствиях этой инфекции.

И многие все равно не уделяют должного внимания своему здоровью, не знают о способах передачи ВИЧ-инфекции, осложнениях, к которым может привести заболевание, не проверяют свой ВИЧ-статус. В обществе до сих пор бытует мнение, что ВИЧ-инфекцией могут заболеть только те, кто упот­ребляет наркотики или вступает в гомосексуальные связи. На самом деле сегодня все чаще ВИЧ-инфицированными являются благополучные люди, живущие в официальном браке или состоя­щие в длительных отношениях с одним постоянным партнером.

Эпидемиологическая ситуация по ВИЧ-инфекции в Мангистауской области не улучшается, за 3 месяца 2025 года выявлено 19 новых случаев ВИЧ-инфицированных, когда сравнительно 2024г за 3 месяца выявлено-16 случаев. и не всегда они принадлежат к группам риска.

Из выявленных 19 случаев 3 случая являются иностранными гражданами, 16 случая гражданами РК. Если делить по место жительству : по г.Актау -12случая, по г.Жанаозен-2случая и по Мунайлинскому району выявлено-2 случая. В ходе эпидемиологических опросов выявлены следующие пути передачи :-13случая гетеросексуальные половые контакты, 2 случая гомосексуальных контакта и 1 случай при употреблении инъекционных наркотиков. По социальному статусу: 5 безработные и 11 работающие.

Да, ВИЧ-инфекция вышла за пределы уязвимых групп населения и активно распространяется в общей популяции. Причем заболеваемость ВИЧ смещается в старшие возрастные группы – 40 и более лет, стремительно увеличивается число инфицированных половым путем, особенно при гомосексуальных контактах.

Поэтому сегодня назрела необходимость знать свой ВИЧ-статус. Обследоваться на ВИЧ крайне важно каждому, кто начинает вести половую жизнь. Но лучше всего выяснить ВИЧ-статус парт­нера еще до вступления с ним в интимные отношения.

Если на протяжении долгого времени половой партнер постоян­ный, это еще не означает, что необходимости в периодическом обследовании на ВИЧ нет, ведь и вы и ваш постоянный парт­нер можете случайно заразиться не только во время незащищенного секса, но и при проведении различных манипуляций нестерильным инструментом (например, когда делают татуировки, пирсинг, прокалывают уши).

ВИЧ – это хроническое заболевание, для которого особенно важна ранняя диагностика: вовремя начатая терапия специальными препаратами увеличивает шансы на долгую и благополучную жизнь. Сдав тест на ВИЧ, вы узнаете свой ВИЧ-статус.

ВИЧ-статус – это реакция на диагностические тесты к вирусу иммунодефицита человека.

Прохождение такого тестирования необходимо для того, чтобы быть уверенным на 100%, что все в порядке. Ведь ВИЧ долгие годы может никак себя не проявлять, постепенно разрушая иммунитет (защитную систему организма от инфекций). Поэтому даже при отличном самочувствии и прекрасном внешнем виде уверенность даст только тест, который раз в году сделать совсем несложно.

Необходимо это еще и для того, чтобы сохранить свое здоровье на долгие годы. Тот, кто знает о своем заболевании, должен регулярно наблюдаться у врача, получать антиретровирусную терапию, подавляющую активность вируса, чтобы исключить появление болезней и осложнений, которые часто развиваются на фоне ВИЧ-инфекции.

А кроме того, это важно знать ради здоровья своего партнера. ВИЧ не означает, что человек больше не будет жить нормальной жизнью. Принимая лекарства, можно добиться неопределяемой вирусной нагрузки в организме – и в этом случае инфекция не передастся партнеру.

И, наконец, знание о ВИЧ-статусе позволяет сохранить здоровье своих будущих детей. Прием АРВ-препаратов во время беременности и отказ от грудного вскармливания почти на 100% предупреждают передачу вируса от матери ребенку. Именно поэтому женщины должны два раза во время беременности сдать тест на ВИЧ. Мы бы еще рекомендовали сдавать тест и их партнерам, чтобы полностью исключить риск заражения.

Зная свой ВИЧ-статус, вы можете положить конец своим страхам и неопределенности. Если в вашей жизни были ситуации, связанные с риском передачи ВИЧ, сдав тест, вы узнаете, попал вирус в ваш организм или нет.

Узнать свой ВИЧ-статус достаточно просто. Самый надежный способ – сдать анализ крови на ВИЧ в медицинском учреждении по месту жительства или в Центре по профилактике ВИЧ-инфекции.

Тестирование на ВИЧ – конфиденциальное и бесплатное. Его рекомендовано сдавать каждый год, а в случае опасных ситуаций – через три месяца после рискованного контакта.

Несколько слов о полученных результатах. «Отрицательный» означает, что ВИЧ не обнаружен. Но даже его необходимо обсудить с врачом, так как он не всегда означает, что обследованный человек не инфицирован ВИЧ. Следует помнить о существовании периода «окна», который может длиться от трех до шести месяцев, в связи с чем необходимо повторное обследование в зависимости от возможных факторов риска. Сроки повторного обследования определяются врачом индивидуально для каждого пациента. Если результат показал, что у вас нет ВИЧ, но при этом вы знаете, что ваше поведение связано с риском заражения, вы сможете изменить его и избежать инфицирования в будущем.

«Сомнительный» – причиной такого результата теста может быть наличие острых или хронических состояний (аутоиммунные заболевания, беременность, туберкулез, ревматизм, алкоголизм и другие причины). Или же этот результат свидетельствует о начальной стадии инфицирования. Требуется повторное обследование через две недели.

Ну и «положительный». Он означает, что вирус находится в крови и человек инфицирован.

Если результат показал, что у вас ВИЧ, самое главное – не паниковать. Миллионы людей в мире живут с вирусом иммунодефицита полноценной жизнью: они продолжают учиться, работать, общаться с друзьями, заводят семьи и рожают здоровых детей. Жизнь, безусловно, изменится, но, если следовать определенным правилам, она будет долгой и насыщенной.

Вам необходимо сразу же обратиться за медицинской помощью, чтобы предотвратить возникновение заболеваний, угрожающих жизни. Чем раньше проведено обследование и начато лечение, тем больше у вас шансов сохранить здоровье.

**ӨЗ МӘРТЕБЕҢІЗДІ БІЛІҢІЗ.**

Если вы собираетесь стать матерью, вы сможете значительно снизить (до 2% и менее) риск передачи вируса ребенку при свое­временном обращении к врачам за помощью и регулярном приеме специальных лекарственных препаратов, которые назначат в центре ВИЧ-инфекции.

Современное лечение ВИЧ-инфекции в нашей стране предоставляется бесплатно и гарантировано государством.

Қазіргі уақытта АИТВ инфекциясы немесе жүре пайда болған иммун тапшылығы синдромы (ЖИТС) туралы өмірінде бір рет болса да естімеген адам жоқ.

Ал көбісі әлі де болса өз денсаулығына тиісті көңіл бөлмей, АИТВ-ның жұғу әдістерін, аурудың қандай асқынуларға әкелетінін білмейді, АИТВ жағдайын тексермейді. Қоғамда әлі күнге дейін АИТВ-ны есірткіні пайдаланатын немесе гомосексуалдық қарым-қатынаста болғандар ғана жұқтырады деген пікір кең тараған. Шындығында, бүгінгі күні АИТВ-инфекциясын жұқтырған адамдар ресми некеде немесе бір тұрақты серіктеспен ұзақ мерзімді қарым-қатынаста өмір сүретін адамдар арасында кездесіп жатады. Маңғыстау облысында АИТВ-инфекциясының эпидемиологиялық жағдайы жақсармай отыр, 2025 жылдың 3 айында АИТВ-инфекциясының 19 жаңа жағдайы анықталса, 2024 жылмен салыстырғанда 3 айда 16 жағдай анықталды, және олар әрқашан тәуекел топтарына жатпайды. Анықталған 19 жағдайдың 3-і шетел азаматтары, 16-сы Қазақстан Республикасының азаматтары. Тұрғылықты жері бойынша бөлетін болсақ: Ақтау қаласында – 12 жағдай, Жаңаөзен қаласында – 2 жағдай және Мұнайлы ауданында – 2 жағдай анықталды.

Эпидемиологиялық зерттеулер жүргізгенде келесі жұғу жолдары анықталды: 13 гетеросексуалды жыныстық қатынас, 2 гомосексуал және 1 инъекциялық есірткі қолдану. Әлеуметтік жағдайы бойынша: 5 жұмыссыз және 11 жұмыспен қамтылған адамдар арасында анықталып отыр.

Иә, АИТВ-инфекциясы халықтың осал топтарынан шығып, жалпы халық арасында белсенді түрде таралуда. Сонымен қатар, АИТВ-инфекциясы егде жастағы топтарға - 40 және одан жоғары жастағы топтарға ауысуда, жыныстық жолмен жұқтырғандар саны, әсіресе гомосексуалдық байланыстар арқылы тез өсуде.

Сондықтан бүгінгі күні сіздің АИТВ-статусыңызды білудің өзекті қажеттілігі туындап отыр. Жыныстық қатынасты бастаған кез келген адам үшін АИТВ-ға тестілеу өте маңызды. Бірақ онымен интимдік қарым-қатынасқа түспес бұрын, серіктесіңіздің АИТВ мәртебесін анықтаған дұрыс.

Егер сіздің жыныстық серіктесіңіз ұзақ уақыт бойы тұрақты болса, бұл АИТВ-ға мерзімді тестілеудің қажеті жоқ дегенді білдірмейді, өйткені сіз және сіздің тұрақты серіктесіңіз тек қорғалмаған жыныстық қатынас кезінде ғана емес, сонымен қатар стерильді емес құралдармен әртүрлі манипуляциялар кезінде (мысалы, татуировкалар, пирсингтер немесе құлақтарды тесу кезінде) кездейсоқ жұқтыруы мүмкін.

АИТВ – созылмалы ауру, оны ерте диагностикалау ерекше маңызды: арнайы препараттармен терапияны уақтылы бастау ұзақ және гүлденген өмір сүру мүмкіндігін арттырады. АИТВ-ға тест тапсыру арқылы сіз өзіңіздің АИТВ статусыңызды біле аласыз.

АИТВ статусы адамның иммун тапшылығы вирусының диагностикалық сынақтарына жауап болып табылады.

Мұндай тестілеуден өтудің барлығы дұрыс екеніне 100% сенімді болу үшін қажет. Өйткені АИТВ ұзақ жылдар бойы иммунитетті (ағзаның қорғаныш жүйесін инфекциялардан) біртіндеп бұзып, өзін көрсетпеуі мүмкін. Сондықтан өзін жақсы сезінсе де, сыртқы келбеті тамаша болса да, сенімділік тек қана тест береді, оны жылына бір рет жасау мүлдем қиын емес.

Бұл өз денсаулығымызды ұзақ жылдар бойы сақтау үшін де қажет. Өзінің ауруы туралы білетін адам АИТВ инфекциясы аясында жиі дамитын аурулар мен асқынулардың пайда болуын болдырмау үшін үнемі дәрігерде бақылауға, вирустың белсенділігін басатын антиретровирустық терапия алуға тиіс.

Сонымен қатар, оны серіктестің денсаулығы үшін білу маңызды. АИТВ адам енді қалыпты өмір сүрмейді дегенді білдірмейді. Дәрі-дәрмектерді қабылдай отырып, организмдегі белгісіз вирустық жүктемеге қол жеткізуге болады - бұл жағдайда инфекция серіктеске таралмайды.

Және де АИТВ мәртебесі туралы білу болашақ балаларының денсаулығын сақтауға мүмкіндік береді. Жүктілік кезінде АРВ-препараттарын қабылдау және емшек сүтімен тамақтанудан бас тарту анадан балаға вирустың берілуін 100% -ға дейін ескертеді. Сондықтан әйелдер жүктілік кезінде АИТВ-ға екі рет тест тапсыруы тиіс. Біз тағы да олардың серіктестеріне жұқтыру қаупін толығымен жою үшін тест тапсыруды ұсынар едік.

Өзіңіздің АИТВ-мәртебеңізді біліп, қорқыныштарыңыз бен белгісіздіктеріңізді жоя аласыз. Егер сіздің өміріңізде АИТВ жұқтыру қаупімен байланысты жағдайлар болса, тест тапсырып, сіз вирустың ағзаңызға кіргенін немесе кірмегенін білесіз.

Өзіңіздің АИТВ-мәртебеңізді білу оңай. Ең сенімді тәсіл - тұрғылықты жері бойынша медициналық мекемеде немесе АИТВ-инфекциясының алдын алу орталығында АИТВ-ға қан талдауын тапсыру.

АҚТҚ-ға тестілеу - құпия және тегін. Оны жыл сайын, ал қауіпті жағдайларда қауіпті байланыстан кейін үш айдан соң тапсыру ұсынылады.

Алынған нәтижелер туралы бірнеше сөз. «Теріс» -АИТВ табылмағанын білдіреді. Бірақ оны дәрігермен талқылау қажет, себебі ол тексерілген адамның АИТВ жұқтырмағанын әрдайым білдірмейді. Үш айдан алты айға дейін созылуы мүмкін «терезе» кезеңінің бар екенін есте сақтау керек, осыған байланысты ықтимал тәуекел факторларына байланысты қайта тексеру қажет. Қайта тексеру мерзімін дәрігер әрбір пациент үшін жеке айқындайды. Егер нәтиже АИТВ-ның жоқтығын көрсетсе, бірақ сіздің мінез-құлқыңыз жұқтыру қаупімен байланысты екенін білсеңіз, оны өзгертіп, болашақта жұқтырмаңыз.

«Күмәнді» - мұндай тест нәтижесінің себебі жіті немесе созылмалы жағдайлардың (аутоиммунды аурулар, жүктілік, туберкулез, ревматизм, маскүнемдік және басқа да себептер) болуы мүмкін. Немесе бұл нәтиже жұқтырудың бастапқы сатысын көрсетеді. Екі аптадан кейін қайта тексеру талап етіледі. Және «оң». Ол вирустың қанда екенін және адамның жұқтырғанын білдіреді.

Егер нәтиже АИТВ бар екенін көрсетсе, ең бастысы - үрейленбеңіз. Әлемдегі миллиондаған адамдар иммун тапшылығы вирусымен толыққанды өмір сүруде: олар оқуды, жұмыс істеуді, достарымен қарым-қатынас жасауды, отбасы құрып, дені сау бала тууды жалғастырады. Өмір сөзсіз өзгереді, бірақ белгілі бір ережелерді ұстансақ, ол ұзақ әрі мазмұнды болады.

Өмірге қауіп төндіретін аурулардың пайда болуына жол бермеу үшін дереу медициналық көмекке жүгіну қажет. Тексеріс қаншалықты ерте жүргізіліп, емдеу басталған сайын, сіздің денсаулығыңызды сақтап қалу мүмкіндігіңіз соғұрлым көп болады.

Егер сіз ана болғыңыз келсе, АИТВ инфекциясы орталығында тағайындалатын арнайы дәрілік препараттарды үнемі қабылдау және дәрігерлерге ¬ уақытша жүгіну кезінде баланың вирус жұқтыру қаупін едәуір төмендете аласыз (2% -ға дейін).

Елімізде АИТВ-инфекциясын қазіргі заманғы емдеу тегін және мемлекет кепілдік берген.

Эпидемиолог дәрігер УргенчбаеваТ.Б.