

■ Здравоохранение

# Свести риски к минимуму

ВИЧ-инфекция – хроническое инфекционное заболевание, характеризующееся поражением иммунной системы, приводящее к ее медленному разрушению, формированию синдрома приобретенного иммунодефицита (СПИД).

Жанна Айтмаганбеткызы, заведующая организационно-методическим отделом Центра по профилактике ВИЧ-инфекции

Вылечить ВИЧ нельзя, но благодаря современным антиретровирусным препаратам можно остановить процесс его развития. Источником ВИЧ-инфекции являются инфицированные вирусом люди на любой стадии заболевания, в том числе в инкубационном периоде. В организм человека вирус может попасть как естественным (при незащищенных половых контактах, от матери – ребенку во время беременности, в родах и при грудном вскармливании), так и искусственным путем (при немедикайных вмешательствах с повреждением кожи и слизистых, при инъекционном введении наркотиков, нанесении татуировок, а также при проведении различных косметических и медицинских процедур с нарушением требований обработки инструментария).

Основные меры профилактики заражения ВИЧ – это отказ от употребления инъекционных наркотиков, от использования услуг коммерческих секс-работников, воздержание от случайных половых связей, использование механических мер контрацепции (презервативов). Кроме того, все инвазивные манипуляции (прокалывание ушей, нанесение татуировок, пирсинг

и другое) необходимо проводить только в специализированных учреждениях.

ВИЧ-инфекция относится к группе «медленных» вирусных инфекций с многолетним малосимптомным течением. Она не имеет специфических симптомов, определить ее наличие по внешним признакам невозможно. Единственный достоверный способ узнать, есть ли вирус в организме, – это сдать тест на ВИЧ.

В Астане в результате проводимых противоэпидемических мероприятий заболеваемость ВИЧ находится в концентрированной стадии, значительно улучшился показатель охвата людей, живущих с ВИЧ, антиретровирусной терапией – с 48 до 82%. Ежегодно растут объемы тестирования на ВИЧ, охватывая 25–30% населения. Для обеспечения доступности тестирования начато его внедрение в неправительственных организациях.

История распространения ВИЧ во всем мире наполнена тяжелыми переживаниями и потерями. Но благодаря современным достижениям науки и медицины сегодня у нас есть возможность сохранить жизни десятков тысяч людей.



фото из архива «КП»

В настоящее время благодаря антиретровирусному лечению и регулярному медицинскому наблюдению ВИЧ-инфекция может и не переходить в стадию СПИД. На основе клинических случаев из практического опыта мы уверенно можем говорить о высокой эффективности антиретровирусной терапии (АРТ) для снижения риска заражения ВИЧ-инфекцией и рождения здоровых детей.

Эти достижения полностью опровергают представления о заболевании, сохранившиеся в сознании людей. Поскольку если по результатам терапии пациент имеет стабильно неопределяемую вирусную нагрузку, то риск передачи вируса сводится к минимуму. Поэтому качество

проводимого АРТ имеет первостепенное эпидемиологическое значение в вопросах распространенности ВИЧ среди населения. Другими словами, чем больше и раньше людей начать получать лечение, тем меньше будет новых случаев инфицирования.

Между тем инфицированный человек при хорошей приверженности лечению может всю жизнь находиться на начальной стадии ВИЧ-инфекции и прекрасно себя чувствовать. Но надо отметить, что в процессе лечения важно участие самого пациента, соблюдение условий и режима приема таблеток.

Главным условием сохранения качества и увеличения продолжительности жизни с ВИЧ является своевременное тестирова-

ние. Знание о своем ВИЧ-статусе сегодня наравне с лечением имеет первостепенное значение по противодействию эпидемии ВИЧ-инфекции. По расширению тестирования нашей страной внедряются рекомендованные ВОЗ стандарты и технологии, в пилотном режиме введено тестирование ключевых групп на базе НПО.

Еще раз хотим подчеркнуть, что сегодня ВИЧ – это не приговор. Современные технологии лечения позволяют людям с ВИЧ, выявленным на ранних стадиях, увеличить продолжительность и улучшить качество жизни: продолжать учиться, работать, быть успешными в своем деле, стать родителями и родить здоровых детей.

Для противодействия эпидемии в городе активно действуют профилактические программы, направленные на ключевые группы населения. В деле профилактики ВИЧ-инфекции особая роль отводится информированию.

Нами используются все доступные методы информирования, а также внедряются новые, отвечающие требованиям времени и современным технологиям. Так, помимо проводимых семинаров, акций, лекций, информирование осуществляется и через социальные сети. Размещены аудио- и видеоролики в общественных местах (крупные развлекательные центры, торговые дома, рынки, медицинские организации), на республиканских телеканалах и радио. Размещены 58 билбордов (на государственном и русском языках) на магистральных улицах и остановках городского общественного транспорта Астаны.

Можно сказать, что сейчас для населения достаточно информации о данной болезни. Для этого городской Центр по профилактике ВИЧ проводит комплексную информационно-образовательную работу в различных ведомствах, высших, средних учебных заведениях, среди представителей бизнес-структур, военнослужащих, сотрудников ДП в различных форматах.

Вместе с тем среди ключевых групп населения реализуется профилактическая программа «Снижение вреда» через аутич-работников, что означает раздачу бесплатных шприцев, презервативов, информационно-образовательных материалов. Они охватываются обучающими программами, экспресс-тестированием на ВИЧ.

■ Наше здоровье

## ВИЧ – не приговор

Проблема ВИЧ-инфекции изучена достаточно хорошо, чтобы точно знать, в какой ситуации риск инфицирования реален, а в какой – маловероятен.

Келбет Арыстанбекова, помощник врача-эпидемиолога

Пути передачи ВИЧ уже ни у кого не вызывают сомнений. ВИЧ может передаваться только тремя путями: через кровь (при инъекциях общим инструментарием или каких-либо иных контактах «кровь в кровь»), половым путем либо вертикально от матери к ребенку. Других путей передачи не существует!

Вирус иммунодефицита человека сравнительно малоопасен. В отличие от большинства инфекционных заболеваний ВИЧ-инфекцию довольно просто предотвратить. Простые меры защиты – использование сте-

рильного одноразового медицинского инструментария, презерватива при всех видах половых контактов, отказ от наркотиков – в сотни и тысячи раз снижают риск заражения! Нужно лишь стараться избегать прямого контакта «кровь в кровь» и предотвращать другие ситуации, которые сопровождаются повышенным риском инфицирования.

Означает ли диагноз «ВИЧ-инфекция» то, что в вашей жизни должно что-то измениться? Да, потому что при ВИЧ-инфекции важно чувствовать себя хозяином положения. Зна-

ние – сила, поэтому постарайтесь побольше узнать о развитии ВИЧ-инфекции, о значении различных анализов, о способах поддержать свое здоровье, о новых лекарствах и методах лечения. Так вы сможете контролировать заболевание и не допустить осложнений.

Да, потому что заботиться о своем физическом и душевном здоровье нужно уже сейчас. Постарайтесь отказаться от курения и употребления спиртного. Организуйте полноценное питание, богатое калориями, белками и витаминами. Избегайте стрессов, не отказывайте себе в полноценном сне, отдыхе, прогулках на свежем воздухе, развлечениях и общении.

Да, потому что в ваших силах не допустить, чтобы ваш половой партнер инфицировался ВИЧ. Если постоянно принимать и контролировать свою терапию, можно избежать

передачи ВИЧ другому человеку. Ведь в результате антиретровирусной терапии при достигнутой неопределяемой вирусной нагрузке риск передачи вируса половому партнеру сводится к нулю.

А вот нет, потому что почти во всех случаях вы сможете продолжать работать по специальности. Вы не обязаны оповещать работодателя и сослуживцев о наличии у вас ВИЧ-инфекции. Потому что ваши родные, друзья, соседи – те люди, с которыми вы не имеете половых контактов и не пользуетесь общим шприцем, не могут заразиться от вас, и нет необходимости сообщать им о вашем диагнозе.

Вы можете готовить пищу, пользоваться общей посудой, не боясь заразить домашних. Само собой разумеется, что вы, независимо от ВИЧ-инфекции, никому не позволите пользоваться вашей бритвой или зубной щеткой. И, наконец, нет, потому что ВИЧ-инфекция – не повод отказаться от своих планов и интересов, от учебы, работы и увлечений, от любви и семьи.

Специалисты предупреждают: любой незащищенный половой контакт с партнером, ВИЧ-статус которого наверняка не известен, должен явиться поводом для обследования на ВИЧ. Это можно сделать бесплатно и конфиденциально во всех лечебных учреждениях Астаны, а также в центре профилактики ВИЧ.

К сожалению, реальность такова, что полагаться на слово даже самого верного, любимого человека в отношении половых инфекций крайне небезопасно. Убедиться в отсутствии вируса вы можете, только лишь сдав анализы на ВИЧ. Тестирование является единственным методом диагностики ВИЧ-инфекции.

Прием анализов в нашем центре – ГККП «Центр по профилактике ВИЧ-инфекции» акимата г. Астаны – осуществляется ежедневно, кроме субботы и воскресенья, с 9.00 до 16.00 часов. Наши телефоны в Астане: 38-04-64, 38-07-02.

■ Ситуация

## Учитель крайний?

В Семее дисциплинарные взыскания за сбор денег с учеников получили классный руководитель и заместитель директора по воспитательной работе.

Флора Левина

Все началось с поста на странице одного из городских пабликов с сообщением из родительского чата о сборе денег на ремонт класса. Речь шла о сумме в 400 тенге с каждого ученика. Эти деньги, по словам автора, уйдут на побелку и покраску кабинета, краску же выделит школа. Комментарий сразу разделился на два лагеря, но большинство не одобрило позиции автора.

«Зачем такое публиковать, тем более с данными преподавателя! Не устраивает, решайте вопрос в школьном чате! Сейчас 400 тенге стоит хлеб «Бородинский». Написано же все доступным языком: краску школа выделила, не хотите деньги сдавать, так идите белите и красьте сами», – писали одни.

«Какая коррупция? Вот из-за таких, как вы учителя даже цветы и открытки отказываются принимать. Лучше поднимайте вопрос о допобучении, питании, о проезде школьников за счет наших налогов», – добавляли другие.

В городском отделе образования пояснили, что ремонт школы и кабинетов проводится за счет бюджетных средств. На днях издан приказ «О запрете незаконного сбора денежных средств» в общеобразовательных учреждениях и организациях образования, детских дошкольных учреждениях всех форм собственности.

Причем в отделе отмечают: помогать школе не возбраняется, но все средства необходимо перечислять на счет попечительского совета. В данном случае о ремонте в кабинете договаривались родители, просто не нашли общего языка между собой.

Как бы там ни было, но классный руководитель и заместитель директора по воспитательной работе получили дисциплинарные взыскания.

Вспомнила свои школьные годы: в начальных классах наши родители дружно собирались в выходные и занимались побелкой и покраской. В старших мы уже сами приводили в порядок кабинет. Было не зазорно взять домой цветов и ухаживать за ним все лето. Стирали и гладили шторы.

Мы понимали, что делаем это для себя. Дежурили в классах, осознавая ответственность за порядок. Да, может, и наступили другие времена, но почему-то считается чем-то постыдным вытереть пыль, выйти на субботник и подмести территорию. На фоне громких лозунгов о любви к стране, природе, чистоте, большинство предпочитает заплатить другому, чем самому взять в руки веник.



фото из архива «КП»

### Реклама

Утерян диплом кандидата технических наук, выданный на имя **Альжана Бауржана Алпысовича**, регистрационный номер: КН 010329, Государственное учреждение образования «Университет гражданской защиты Министерства по чрезвычайным ситуациям Республики Беларусь».

Утерян диплом доктора философии PhD, выданный на имя **Alzhanov Baugzhan**, номер КН 010329 (РН 000901) от 09.02.2022 года, Государственное учреждение образования «Университет гражданской защиты Министерства по чрезвычайным ситуациям Республики Беларусь».

Товарищество с ограниченной ответственностью «Vista Trans LLC» уведомляет о принятом единственным участником решении об уменьшении уставного капитала. Требования кредиторов принимаются в течение 2 мес. со дня опубликования настоящего объявления по адресу: почтовый индекс 050012, Республика Казахстан, город Алматы, улица Амангельды, 64-а, телефон +7 (727) 355-68-68.

Открылось дело о наследстве после смерти гр. **Амирғалина Мағжана Маратовича**, 01.01.1971 года рождения, умершего 20 апреля 2023 года. Наследники, а также лиц, имеющих какие-либо сведения о наследниках, прошу обратиться по указанному адресу или телефону: город Астана, пр. Тауелсіздік, дом 32, контактный телефон 8 701-514-48-87.

**ТОО «Фирма Кеден-Сервис»**, БИН 010840000664, извещает об утере кассового аппарата Миника 1102Ф, 2002 г. в., зав. № 1335485, без функции передачи данных.

После смерти **Маканова Кенжебулата Абитаевича**, 16 декабря 1937 года рождения, умершего 10 декабря 2022 года, открылось наследство. Наследники и всем заинтересованным лицам обращаться к нотариусу Тайбуриновой Д. Д. по адресу: г. Астана, район «Есиль», ул. Д. Кунаева, дом 29, офис 5.

Открылось наследственное дело после смерти **Шамарданова Абата Ислямовича**, умершего 24.09.2022 года. Наследникам обращаться к нотариусу г. Астана Токтаровой Т. С. по адресу: г. Астана, ул. Е. Серкебаева, дом 13, офис 214, тел. 8-707-615-94-85.