

Начни с себя – живи и работай безопасно!



Сегодня все знают, что ВИЧ – это вирус иммунодефицита человека и что если им заразиться, со временем может развиваться СПИД – смертельно опасная стадия заболевания. Многие подумают: а при чем здесь я? А при том, что ВИЧ-инфекция – это болезнь молодых, ведь 80% всех ВИЧ-положительных – это молодые люди в возрасте от 15 до 30 лет.

В этом возрасте мы принимаем ответственные решения – выбираем профессию, спутника жизни, выстраиваем трудовую и

личную жизнь. Но эти жизненные планы могут рухнуть, если так же ответственно не относиться к своему здоровью.

Что же значит ответственно относиться к своему здоровью? Для этого совсем не обязательно изучать длинные инструкции или иметь специальное образование: просто нужно с юности вести здоровый образ жизни и заботиться о своем здоровье. Уберечься от ВИЧ-инфекции проще, чем от простуды!



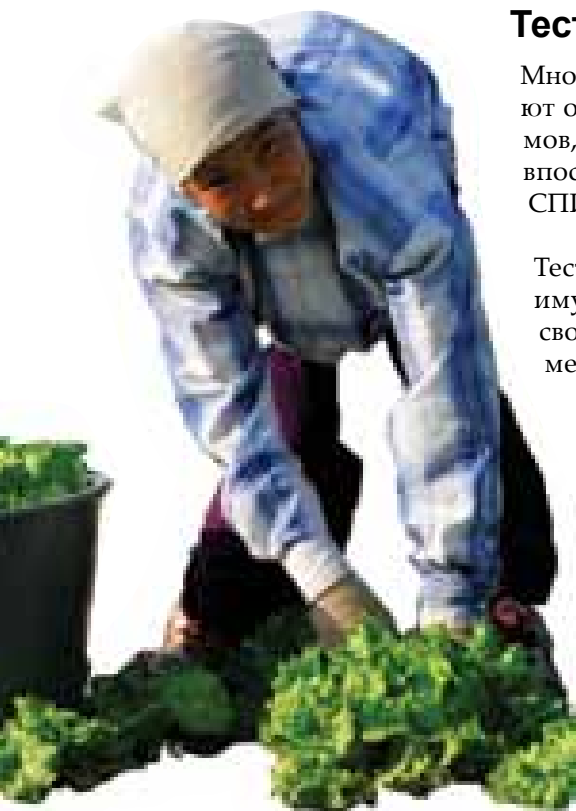
Пути заражения ВИЧ-инфекцией:

- незащищенный (без презерватива) половой акт;
- совместное использование шприцев, игл и другого инъекционного оборудования;
- передача вируса от ВИЧ-положительной матери ребенку — во время беременности, родов и при кормлении грудью, **НО:** при соответствующих мерах защиты риск инфицирования ребенка снижается практически до нуля.

При наличии инфекций, передающихся половым путем (ИППП) опасность передачи ВИЧ при сексуальных контактах увеличивается в 2–5 раз. Особенно опасно, когда ИППП сопровождаются возникновением открытых язвочек (например, герпеса).

ВИЧ НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ: при работе в одном помещении, рукопожатии, пользовании общей посудой, туалетом, полотенцем, потреблении общих продуктов питания, укусах насекомых, поцелуях и объятиях, при уходе за ВИЧ-инфицированным человеком.

ЗНАЙ: Работать рядом с ВИЧ-положительными коллегами совершенно безопасно!



Тестирование

Многие люди, живущие с ВИЧ, не знают об этом. У них нет никаких симптомов, вирус никак не проявляет себя. Но впоследствии ВИЧ может привести к СПИДу.

Тестирование дает два больших преимущества – вы сможете точно узнать свой статус и принять необходимые меры:

- если тест на ВИЧ окажется отрицательным, то вы сможете позаботиться о том, чтобы в дальнейшем защитить от инфекции себя и своих близких;
- если тест на ВИЧ окажется положительным, то вы сможете узнать, как поддержать свое здоровье и трудоспособность.

Принципы тестирования:

■ Добровольность

«Подавшие заявления о приеме на работу или уже работающие не должны в обязательном порядке подвергаться скринингу – обследованию на ВИЧ/СПИД». (Свод практических правил Международной организации труда (МОТ) по вопросу «ВИЧ/СПИД и сфера труда»)

■ Конфиденциальность

«Доступ к личной информации о состоянии работника по поводу наличия или отсутствия у него ВИЧ-инфекции должен определяться правилами конфиденциальности». (Свод практических правил Международной организации труда (МОТ) по вопросу «ВИЧ/СПИД и сфера труда»)

■ Тестирование должно сопровождаться консультациями

Консультации проводятся до и после анализа на ВИЧ. Вам подробно расскажут, в чем состоит тестирование, что означает ВИЧ-положительный или ВИЧ-отрицательный статус, а также — главное — какие службы могут оказать помощь.

Тестирование — это лишь начало пути. Оно позволит вам узнать то, что необходимо для позитивного и ответственного продолжения жизни — с ВИЧ или без ВИЧ.

Получить консультации по вопросу здорового образа жизни и профилактики ВИЧ и ИППП можно в центрах по борьбе со СПИДом. Там же можно узнать о правильном питании, отдыхе и способах предохранения от таких инфекций, как туберкулез, перед которыми ВИЧ-положительные люди более уязвимы.



ВИЧ и СПИД

ВИЧ — это вирус, подавляющий иммунную систему, а СПИД — это комплекс заболеваний, возникающих у ВИЧ-положительного человека на фоне сниженного иммунитета.

При отсутствии лечения ВИЧ может привести к СПИДу, когда у человека развиваются одно или несколько очень серьезных заболеваний.

Лечение

Для людей, живущих с ВИЧ, жизненно важно получать специальную противовирусную терапию.

Противовирусные препараты не способны полностью убить вирус, но они снижают его содержание в крови до такого уровня, что человек может продолжать жить полноценной и активной жизнью — работать по специальности, иметь семью и здоровых детей.

**Твое будущее в твоих руках.
Начни с себя – живи и работай безопасно!**

Центры профилактики и борьбы со СПИД

| | Адрес центра | Телефон / Факс |
|--|--|------------------------------|
| Республиканский центр по профилактике и борьбе со СПИД | 050008, Республика Казахстан, г. Алматы, ул. Ауэзова 84 <i>info@rc aids.kz</i> | +7 (727) 269-94-81 |
| Акмолинский ОЦ СПИД | 020000, г. Кокшетау, ул. Сатпаева, 6 <i>hiv_kokshe@kokshetau.online.kz</i> | +7 (7162) 253-312 |
| Актюбинский ОЦ СПИД | 030006, г. Актобе, ул. Джамбула, 4. <i>aktobespid@host.kz</i> | +7 (7132) 210-178 |
| Алматинский ОЦ СПИД | 050005, г. Алматы, ул. Айвазовского, 63. <i>arc@nets.kz</i> | +7 (727) 240 34 38 |
| Атырауский ОЦ СПИД | 060009, г. Атырау, ул. Владимирского, 2. <i>rc aids_atr@asdc.kz</i> | +7 (7122) 280 332 |
| Восточно-Казахстанский ОЦ СПИД | 070019, г. Усть-Каменогорск, ул. Бурова, 21/1. <i>vko aids@ukg.kz</i> | +7 (7232) 265 999 |
| Жамбылский ОЦ СПИД | 080007, г. Тараз, Микрорайон Салтанат 4, 37 здание ГТП №2. <i>aidstaraz@mail.ru</i> | +7 (7262) 275 455 |
| Западно-Казахстанский ОЦ СПИД | 090000, г. Уральск, ул. Бебеля, 42. <i>spid_url@mail.online.kz</i> | +7 (7112) 505 408, 512 693 |
| Карагандинский ОЦ СПИД | 100003, Караганда, ул. Анжерская, 37. <i>aidcenterkar@mail.ru</i> | +7 (7212) 441 580 |
| Костанайский ОЦ СПИД | г. Костанай, ул. Маяковского, 107. <i>kst_oc_aids@mail.ru</i> | +7 (7142) 26 62 77 |
| Кызылординский ОЦ СПИД | 120008, г. Кызылорда, ул. Шукурова, 7. <i>korda_aids@mail.ru</i> | +7 (7242) 239 454 |
| Мангистауский ОЦ СПИД | 130000, г. Актау, 3-й микрорайон, 170. <i>aids_aktau@nursat.kz</i> | +7 (7292) 507 362 |
| Павлодарский ОЦ СПИД | 140000, г. Павлодар, ул. Ак. Бектурова (Советов), 50 <i>pavl_aids@mail.ru</i> | +7 (7182) 329 876, 329 893 |
| Северо-Казахстанский ОЦ СПИД | 150000, г. Петропавловск, ул. Пушкина, 130. <i>petraids@mail.online.kz</i> | +7 (7152) 493 779, 494 206 |
| Южно-Казахстанский ОЦ СПИД | 160005, г. Шымкент, ул. Кремлёвская, 1. <i>aids-shm@chimkent.kz</i> | +7 (7252) 562 770, 560 760 |
| ГЦ СПИД г. Алматы | 050060, г. Алматы, ул. Басенова, корпус №2. <i>gsaids@mail.ru</i> | +7 (727) 293 3797 |
| ГЦ СПИД г. Астана | 010000, г. Астана, ул. Габдуллина, 8а, а/я 144. <i>aids@astanatelecom.kz</i> | +7 (7172) 204 916 |
| Аркалыцкий ГЦ СПИД | г. Аркалык, ул. Козыбаева, 23. <i>arkgc_spid@mail.ru</i> | +7 (71430) 733 10 |
| Балхашский ГЦ СПИД | г. Балхаш, Больничный городок. <i>balkhash_aids@mail.ru</i> | +7 (7103) 64 13 32 |
| Бурлинский ГЦ СПИД | г. Аксай, ул. Железнодорожная, 166. <i>aids_aksai@mail.ru</i> | +7 (7113) 33 44 33 |
| Жезказганский ГЦ СПИД | г. Жезказган, ул. Пирогова, 9. <i>spidjez@mail.kz</i> | +7 (7102) 722 555 |
| Семипалатинский ГЦ СПИД | г. Семей, ул. Интернациональная, 24. <i>rc_spid@rambler.ru</i> | +7 (7222) 524 737 |
| Темиртауский ГЦ СПИД | г. Темиртау, ул. Байсеитовой, 21. <i>temirtac@mail.ru</i> | +7 (7213) 98 34 98, 98 39 60 |

Буклет издан при финансовой поддержке проекта “Преодоление кризиса и обеспечение достойного и безопасного труда”, осуществляемого в рамках соглашения между Министерством иностранных дел Финляндии и МОТ.