**1 декабрь – СПИДка каршы көрәш көне**

СПИДтан саклану чаралары

Беркайчан да наркотиклар кулланма! («Бер генә мәртәбә татып кара инде» дигәнгә «Юк!» дип җавап бирергә кирәк.)

Тән, кан белән бәйле процедуралар һәрвакытта да лицензияле медицина оешмаларында гына башкарылырга тиеш.

Пирсинг, татуировкалар ясатканда да ВИЧ иярү куркынычы зур!

Кайбер очракларда ВИЧның кеше организмына үтеп керүен, үрчи башлавын туктатып калырга да мөмкин. Әйтик, сабый урамда комлыкта уйный, ди. Ә комга кемдер яңа гына кулланылган шприц ташлап калдырган. Бала әнә шул шприцны кулына алып, кадала. Бу очракта сабый организмына начар вируслар эләкмәсен өчен нинди чаралар күрергә?

Ярадан 2-3 тамчы кан чыгарырга кирәк.

Кулны агымсуда кер сабыны белән кат-кат юарга.

Яра урынын 70 процентлы спирт белән яндырып алырга һәм 15 минуттан соң әлеге процедураны кабатларга.

Аннан соң ярага йод сылап, лейкопластырь белән ябыштырып куярга.

Кичекмәстән, 72 сәгать эчендә СПИД үзәгенә барып, табибка күренергә, ул биргән киңәшләр буенча АРВТ препаратларын эчә башларга кирәк.

Вирус кеше организмының иммун күзәнәгенә 72 сәгать эчендә барып ирешә, дип санала. Бу вакыт узгач, кеше ВИЧ-инфекцияне инде йоктырган була.

СПИД турында балаларга кайчан сөйләргә?

2-13 яшьлек үсмерләргә наркотикларның начар тәэсире, җенси юл белән күчә торган инфекцияләр, шулар нәтиҗәсендә киләчәктә барлыкка килә торган авырулар турында да сөйләп була.Табиблар югары сыйныф укучыларына, студентларга ВИЧ һәм СПИДка каршы профилактик дәресләр үткәрә, дөрес яшәү рәвеше алып бару турында буклет-китапчыклар тарата. Бала 18 яше тулганда очраклы җенси мөнәсәбәтләрнең нинди аяныч нәтиҗәләргә китерергә мөмкинлеге турында инде барысын да белергә тиеш.