З нагоды

НЕВЫЛЕЧНЫ І НЕБЯСПЕЧНЫ

Што варта ведаць пра ВІЧ?

Роўна 30 гадоў таму Сусветнай арганізацыяй аховы здароўя 1 снежня быў вызначаны як дзень барацьбы са СНІДам. Вірус, які ўпершыню выявілі ў 1983 годзе, а паводле даследаванняў замарожаных біяматэрыялаў, ён існаваў ужо ў 1959-м, дагэтуль, на жаль, канчаткова не пераможаны. Праўда, ВІЧ-інфекцыя сёння перастала быць смяротным дыягназам, больш за тое, пры правільным прыёме прэпаратаў яна не ўплывае на працягласць жыцця. Як Беларусь і суседнія краіны апынуліся ў ліку лідараў Еўропы па тэмпах распаўсюджвання гэтага захворвання і чаму яно датычыцца кожнага, расказаў каардынатар праграм па інфекцыйных хваробах краінавага офіса Сусветнай арганізацыі аховы здароўя ў Беларусі Вячаслаў ГРАНЬКОЎ.

— Вячаслаў Іванавіч, якая сітуацыя з ВІЧ-інфекцыяй у свеце і ў нашай краіне?

— Дзякуючы цэламу шэрагу мер, у першую чаргу таму, што з'явілася вельмі высокаактыўная і эфектыўная антырэтравірусная тэрапія, у свеце колькасць новых выпадкаў пачала зніжацца. У параўнанні з 2000 годам яна скарацілася на 36 %. Пры гэтым Еўрапейскі рэгіён, які ўключае 53 краіны (туды ўваходзяць і былыя рэспублікі Савецкага Саюза), — адзіны ў свеце, дзе колькасць новых выпадкаў расце. Прычым менавіта за кошт краін Усходняй Еўропы і Цэнтральнай Азіі — былога СССР. У Беларусі з 2000 года гэты паказчык вырас у пяць разоў. У нашым рэгіёне вельмі неспрыяльная сітуацыя.

— Колькіх новых выпадкаў выяўляецца ў нас за год?

— Летась у Беларусі дыягназ упершыню пастаўлены 2 468 пацыентам. Для параўнання скажу, што ў 2007 годзе іх было 990 — у 2,5 раза меней. Калі пытаеш у людзей, якія не звязаны з тэматыкай ВІЧ, дзе, на іх думку, лепшая сітуацыя — у Заходняй Еўропе ці ў нашых краінах, ва ўсіх чамусьці ўпэўненасць, што ў нас лепш. Пры гэтым ва Усходняй Еўропе ў восем разоў захваральнасць вышэйшая, чым у Заходняй, і ў 16 разоў у параўнанні з Цэнтральнай Еўропай. І на жаль, у рэгіёне пакуль не ўдалося стабілізаваць сітуацыю.

Яшчэ адна праблема — у нас па-ранейшаму існуе розніца паміж колькасцю людзей, якія жывуць з ВІЧ, і колькасцю тых, хто ведае пра свой дыягназ. Ацэначная лічба тых, хто жыве з ВІЧ у Беларусі — каля 26 тысяч. Рэальна ж выяўлена згаданае захворванне ў 21 тысячы. Гэта значыць, каля пяці тысяч чалавек проста не ведаюць пра хваробу. Працягваюць жыць і падвяргаць рызыцы і сябе, і сваіх партнёраў.

— З хваробай можна жыць і не ведаць пра яе?

— Гэта не вокамгненнае захворванне. Вірус трапляе ў арганізм чалавека і можа ўвогуле не выклікаць ніякіх праяў. Часам з'яўляюцца падобныя на прастудныя сімптомы, якія праходзяць. І на працягу некалькіх гадоў чалавек можа не ведаць, што ў яго ВІЧ-інфекцыя. Ніякіх спецыфічных праяў няма, і адзіны спосаб выявіць свой станоўчы статус — тэст. Пры гэтым калі хворы не атрымлівае лячэння, тэрмінальная стадыя — СНІД — наступае ў сярэднім праз дзесяць гадоў. Таму важная ранняя дыягностыка. Паводле ацэнак, у нашым рэгіёне палова дыягназаў па ВІЧ-інфекцыі ставіцца позна, калі імунітэт сур'ёзна аслаблены вірусам. А чым пазней пачата лячэнне, тым горшы прагноз. Дарэчы, найбольш позна дыягназ ставіцца ў гетэрасексуальных мужчын — іх 62 %. Гэта тлумачыцца стэрэатыпам, які ў нас існуе: быццам бы ВІЧ — гэта праблема гомасексуальных мужчын, наркаманаў, жанчын, якія аказваюць секс-паслугі. На самай справе гэты датычыцца любога, ніхто з нас не застрахаваны. Згодна з нацыянальнай статыстыкай, у абсалютнай большасці выпадкаў ВІЧ перадаецца менавіта праз гетэрасексуальныя кантакты. А самае ранняе выяўленне якраз у мужчын, якія маюць секс з мужчынамі: яны інфармаваныя і часцей правяраюцца. Чым старэйшы ўзрост, тым пазней выяўленне — людзі больш сталыя лічаць, што гэта праблема моладзі.

— На самай справе ў якой узроставай групе найбольш распаўсюджана ВІЧ-інфекцыя?

— Найбольшая колькасць новых выпадкаў ва ўзроставай групе ад 30 да 40 гадоў — каля 40 %.

— Вакцыны ад ВІЧ дагэтуль не знойдзена. А што змянілася ў лячэнні гэтай інфекцыі?

— Мы пакуль не вынайшлі лекаў, якія б поўнасцю пазбавілі ад гэтай хваробы, але я думаю, мы да гэтага прыйдзем. Важна, што яна перастала быць фатальным захворваннем, як гэта было ў канцы 80-х — пачатку 90-х. Сёння гэта кантралюемае хранічнае захворванне. Калі не было лячэння, чалавек мог пражыць у сярэднім дзесяці гадоў да развіцця тэрмінальнай стадыі. Цяпер пры рэгулярным прыёме прэпаратаў чалавек з ВІЧ-інфекцыяй мае такую ж працягласць жыцця, як і без яе. Сённяшняя тэрапія дазваляе знізіць узровень віруса ў крыві да невызначальнага ўзроўню. І хворы цалкам аднаўляе свой імунітэт, ён мае магчымасць ствараць сям'ю, выхоўваць дзяцей і не можа перадаваць ВІЧ сексуальным шляхам. У тых краінах, дзе дасягнулі высокага ахопу антырэтравірусной тэрапіяй, рэзка знізілася колькасць новых выпадкаў. Бо калі чалавек на лячэнні, ён не заразны. Таму каб спыніць распаўсюджанне ВІЧ-інфекцыі, нам трэба пратэсціраваць як мага больш людзей і пачаць лячэнне ўсіх хворых. Дарэчы, калі жанчына з ВІЧ-інфекцыяй падчас цяжарнасці прымае антырэтравірусныя прэпараты, то дзіця нараджаецца здаровае. У 2016 годзе Сусветная арганізацыя аховы здароўя ўручыла Беларусі сертыфікат аб элімінацыі перадачы ВІЧ дзіцяці ад маці. Ёсць адзінкавыя выпадкі штогод, калі ў жанчын з ВІЧ нараджаюцца інфіцыраваныя дзеткі, але яны звязаны з тым, што жанчыны не прымалі прэпараты падчас цяжарнасці.

— Як у нас ажыццяўляецца лячэнне?

— З 2018 года Беларусь далучылася да рэкамендацыі Сусветнай арганізацыі аховы здароўя «лячэнне ўсіх». Любому чалавеку, у якога дыягнаставана ВІЧ-інфекцыя, адразу паказана лячэнне. Раней яно пачыналася, калі паказчык колькасці CD-4 лейкацытаў у крыві падаў да пэўнага ўзроўню. Амаль цалкам, за выключэннем адзінкавых прэпаратаў, лекі закупаюцца за дзяржаўныя сродкі. Цяпер лячэнне атрымлівае крыху больш за 70 % хворых. І вядзецца работа, каб знайсці тых, у каго ВІЧ-інфекцыю дыягнаставалі раней, але лячэнне не было паказана, і прапанаваць ім тэрапію.

— Як даведацца пра свой ВІЧ-статус?

— Толькі праз тэсціраванне — здаць аналіз крыві на ВІЧ. Такая магчымасць існуе ва ўсіх медыцынскіх установах. Ёсць сэрвісныя недзяржаўныя арганізацыі для ключавых груп, напрыклад, для людзей, якія ўжываюць ін'екцыйныя наркотыкі. Мы, дарэчы, сталі адной з першых краін, якая выканала рэкамендацыю Сусветнай арганізацыі аховы здароўя па саматэсціраванні. Экспрэс-тэсты прадаюцца ў нашых аптэках, яны вызначаюць наяўнасць віруса па сліне. Праверыцца можна дома, і калі вынік станоўчы, ісці па пацвяржэнне ў медыцынскую ўстанову. Зменены і алгарытм дыягностыкі: існуюць экспрэс-тэсты — гэта першае тэсціраванне па крыві, а вынік становіцца вядомы праз некалькі хвілін. Калі ён станоўчы, то тут жа здаецца кроў на пацвярджальны тэст.

Калі жанчына з ВІЧ-інфекцыяй падчас цяжарнасці прымае антырэтравірусныя прэпараты, то дзіця нараджаецца здаровае.

Вялікая праблема ключавых груп — крыміналізацыя наркаспажывання. З 2014 года медыцынскія работнікі павінны паведамляць у органы ўнутраных спраў аб усіх выпадках пастаноўкі на ўлік па наркаспажыванні. Зразумела, што наркаспажывец ніколі не пойдзе ў медыцынскую ўстанову, калі ведае, што пра яго заявяць органам унутраных спраў. Так яны фактычна пазбаўлены доступу да сэрвісаў дыягностыкі, прафілактыкі, лячэння, у тым ліку і звароту па медыцынскую дапамогу. Яшчэ адна праблема ключавых груп — дыскрымінацыя і стыгма. З-за гэтага яны пазбягаюць кантактаў, не звяртаюцца па дапамогу. Стыгма, або негатыўнае стаўленне, на жаль, ёсць і з боку медыцынскіх работнікаў.

— Ці паміраюць у нас ад СНІДу?

— Людзі не павінны паміраць ад ВІЧ-інфекцыі. Але ёсць і тыя, хто не ведае пра сваё захворванне і трапляе ў поле зроку медыкаў на канчатковых стадыях, калі з-за зніжэння імунітэту на фоне ВІЧ-інфекцыі развіваюцца інфекцыі ці анкалагічныя захворванні. Найбольш частая прычына смерці людзей з ВІЧ — туберкулёз. У стадыі СНІД летась у Беларусі памерла 275 чалавек. Але мы спадзяёмся, што калі-небудзь будзе распрацавана вакцына, якая дазволіць назаўсёды перамагчы гэту інфекцыю, і праекты па яе распрацоўцы актыўна рэалізуюцца.

Алена КРАВЕЦ.

Без бар'ераў

«ЯСНАЯ МОВА» ДЛЯ САМАСТОЙНАГА ЖЫЦЦЯ

Яна будзе карысная не толькі людзям з разумовымі абмежаваннямі

У кожнага з нас ёсць праблемы, але калі чалавек мае інваліднасць, іх колькасць і вастрыня істотна павялічваюцца. І аднаму справіцца з імі часта не пад сілу. Задача дзяржавы і ўсяго грамадства — прыйсці на дапамогу, каб зрабіць жыццё чалавека з інваліднасцю больш камфортным і якасным. Апошнім часам мы шмат гаворым пра складанасці, з якімі сутыкаюцца інваліды-калясачнікі, невідушчыя людзі і людзі з праблемамі са слыхам. Але ёсць яшчэ адна катэгорыя, пра якую рэдка хто ўспамінае, але якая, мабыць, найбольш неабароненая, — людзі з разумовымі абмежаваннямі.

Як і любы іншы чалавек, яны маюць права на атрыманне зразумелай інфармацыі. Але як данесці яе да тых, хто не ўмее чытаць і пісаць, а некаторыя — і размаўляць? Гэта праблема.

Большая частка інфармацыі — як у друкаваным, так і ў электронным выглядзе — з'яўляецца незразумелай для людзей, у якіх ёсць цяжкасці з чытаннем і пісьмом, або яны разумеюць напісанае з цяжкасцю. Такім чынам, звароты ў розныя інстанцыі становяцца для іх непасільнай справай, а заяўкі на сацыяльную дапамогу нават не падаюцца.

Два гады таму Беларусь ратыфікавала Канвенцыю ААН аб правах інвалідаў, адзін з раздзелаў якой прысвечаны неабходнасці ўкаранення «яснай мовы» як даступнага сродку камунікацыі для людзей з разумовымі абмежаваннямі.

Гэта новы кірунак для нашай краіны, над якім працуе грамадскае аб'яднанне «Беларуская асацыяцыя дапамогі дзецям-інвалідам і маладым інвалідам» (БелАДДІіМІ).

— Праект «Доступ да інфармацыі для людзей з інваліднасцю, або Ясная мова» накіраваны на стварэнне безбар'ернага камунікацыйнага асяроддзя для людзей з разумовымі абмежаваннямі, — расказала на пленарным пасяджэнні «Грамадства роўных магчымасцяў», якое прайшло ў рамках форуму «Універсальнае асяроддзе — 2018», **старшыня БелАДДІіМІ Алена ЦІТОВА**. — Мы ўжо распрацавалі метадычныя рэкамендацыі, якія перададзім у Міністэрства працы і сацыяльнай абароны. Пра што гэта? Вось глядзіце: для таго каб чалавек з разумовымі абмежаваннямі змог даведацца аб нашым сённяшнім мерапрыемстве і трапіць на яго, патрэбна даступная для яго інфармацыя. Гэта таксама з'яўляецца своеасаблівым безбар'ерным асяроддзем...

У «яснай мове» скарочаны слоўнік, спрошчана структура выказванняў, а тэкст пішацца і размяшчаецца па пэўных правілах. На ёй нельга напісаць, напрыклад, «аўтатранспартны сродак для перавозкі пасажыраў», замест гэтага — «аўтобус». Прапанову «Гэты закон распаўсюджваецца на ўсіх людзей» перапішуць на «Гэты закон для ўсіх людзей». Таксама ў ёй выкарыстоўваюцца карцінкі, якія называюцца піктаграмамі.

За мяжой «ясную мову» ўкараняюць у дакументацыю, ствараюць на ёй версіі сайтаў дзяржаўных органаў і адаптуюць тэксты СМІ. Гэта дазваляе працаўладкоўваць людзей з разумовымі абмежаваннямі, быць ім уключанымі ў грамадскае жыццё.

— «Ясная мова» спатрэбіцца і для людзей сталага ўзросту, якія пачынаюць адчуваць складанасці з засваеннем інфармацыі. Яна важная і для замежнікаў, якія дзякуючы гэтаму змогуць зразумець, напрыклад, меню ў кавярні, якое на «яснай мове» выглядае вельмі проста — малюнкі і цана. Гэта датычыцца і інфармацыі ў аэрапортах, на вакзалах, у крамах, — кажа Алена Цітова. — Так што, калі мы пададзім інфармацыю даступна для людзей з інтэлектуальнымі парушэннямі, гэтым скарыстаецца дадаткова яшчэ вялікая колькасць іншых жыхароў і прыезджых.

Кажучы пра тое, як змянілася за апошнія гады сітуацыя для людзей з разумовымі абмежаваннямі, Алена Цітова адзначыла:

— Дваццаць пяць гадоў таму для нашых дзяцей, дзяцей з цяжкімі парушэннямі не было нічога, акрамя інтэрната. Нам, бацькам, прапаноўвалі адмовіцца ад іх, раілі жыць сваім жыццём. Многія з нас не зрабілі гэтага. Сёння я перастала баяцца таго, што мой сын не зможа даць зразумець, што яму дрэнна. Гэтага ўжо не адбудзецца. Таму што ёсць тэрытарыяльны цэнтр сацыяльнага абслугоўвання насельніцтва, дзе ўсе ведаюць майго сына, ёсць суседзі, з якімі ён мае стасункі... Дзякуючы такім цэнтрам мой сын, і не толькі ён, але і яшчэ больш за пяць тысяч чалавек з такімі ж праблемамі навучыліся таму, як можна давесці да іншых інфармацыю пра свае патрэбы. І гэта з'яўляецца першым крокам да рэалізацыі 19 артыкула Канвенцыі аб правах інвалідаў, крокам да самастойнасці нашых дзяцей у гэтым жыцці.

Святлана БУСЬКО.

СУСТРЭЧА БАЯВЫХ СЯБРОЎ

29 лістапада ў Мінску прайшоў штогадовы турнір па боўлінгу сярод інвалідаў вайны ў Афганістане.

— Гэтую акцыю, прымеркаваную да Міжнароднага дня інвалідаў, наша арганізацыя праводзіць ужо на працягу 18 гадоў, — расказаў **член Прэзідыума грамадскага аб'яднання «Беларускі саюз ветэранаў вайны ў Афганістане» Сяргей КРАСОЎСКІ.** — Боўлінг — адзін з нямногіх відаў спорту, у якім могуць удзельнічаць і людзі з абмежаванымі магчымасцямі руху. А гэты турнір, апроч усяго іншага, — яшчэ і магчымасць сустрэцца і пагутарыць старым баявым сябрам.