

ПАМЯТКА
Профилактика ВИЧ инфекции и СПИДа

ВИЧ - инфекция! Будьте осторожны!

Ежегодно в Мурманской области регистрируется около 400 случаев ВИЧ-инфекции.

Более 70% заражаются ПОЛОВЫМ ПУТЕМ

ВИЧ -инфекция НЕ передается при:

- ✓ рукопожатии;
- ✓ кашле и чихании;
- ✓ пользовании общей посудой, столовыми приборами;
- ✓ посещении бассейна, сауны, туалета;
- ✓ совместном приеме пищи;
- ✓ укусах насекомых.

ВИЧ -инфекция передается только тремя путями:

- 1 при половых контактах без презерватива;**
- 2 через кровь -**
при совместном использовании несколькими людьми одного инструментария для употребления наркотиков, а также любого предмета, на который могла попасть кровь другого человека.
- 3 от ВИЧ- инфицированной матери к ребенку** во время беременности, родов и при грудном вскармливании.






Заражение ВИЧ - инфекцией можно избежать, ЕСЛИ:

- ✓ всегда использовать презерватив при половых контактах;
- ✓ не употреблять наркотики и другие психотропные вещества;
- ✓ пользоваться индивидуальными средствами личной гигиены (зубные щетки, бритвенные принадлежности, маникюрные инструменты).

Пройти обследование на ВИЧ - инфекцию можно в поликлинике по месту жительства **БЕСПЛАТНО АНОНИМНО**

СПИД





ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ, ЧТОБЫ ЖИТЬ И НЕ БОЯТЬСЯ:

-  ВИЧ не передается через укусы насекомых
-  ВИЧ не передается, если обнять ВИЧ-инфицированного или пожать ему руку
-  При ранней диагностике можно замедлить развитие заболеваний, вызванных ВИЧ-инфекцией
-  Подавляющее большинство ВИЧ-положительных женщин могут родить здоровых детей
-  ВИЧ не передается при совместном использовании посуды, полотенца. ВИЧ не опасен при совместном пользовании туалетом и ванной

ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ЕГО НЕ БЫЛО:

-  Избегать случайных сексуальных связей
-  Не использовать нестерильные шприцы при внутривенном введении лекарственных средств
-  Не пользоваться чужими средствами личной гигиены
-  Не делать татуировки и пирсинг в случайных салонах
-  Помните о том, что СПИД есть

ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ЖИТЬ И НЕ СОМНЕВАТЬСЯ:

-  Пройдите обследование на ВИЧ-инфекцию - это анонимно и бесплатно
-  Если вас волнует проблема ВИЧ-инфекции, позвоните на телефон («горячей линии»). Вам обязательно помогут
-  Обратитесь за помощью к психологу Центра профилактики и борьбы со СПИДом
-  Если у Вас была рискованная ситуация, пройдите обследование на ВИЧ-инфекцию в Центре профилактики и борьбы со СПИДом

Использованы материалы
официального интернет-портала
Минздрава РФ о профилактике
ВИЧ/СПИДа
www.o-spide.ru 