



ЗНАТЬ, ЧТОБЫ ЖИТЬ!




Что такое ВИЧ и СПИД?


ВИЧ – вирус иммунодефицита человека. **СПИД** – синдром приобретенного иммунодефицита человека. ВИЧ разрушает иммунную систему и приводит к заболеванию СПИД.


ВИЧ передается через:


- кровь;
- сперму;
- вагинальные выделения (жидкость в женских половых органах);
- грудное молоко.


Как можно заразиться?

 при незащищенном сексуальном контакте (презерватив существенно снижает риск заражения);


 при использовании нестерильного инъекционного оборудования (шприцы, иглы, оборудования для нанесения татуировок, пирсинга...);


 при использовании чужих бритвенных приборов;


 при несоблюдении медицинских норм во время переливания крови (такие случаи происходят редко);


 грудному ребенку от ВИЧ-положительной мамы.


ВИЧ НЕ передается:


 через слюну, слезы, пот;

 при кашле, чихании, разговоре;

 при поцелуях, объятиях, рукопожатиях;

 через укусы животных или насекомых;


 при пользовании общей посудой, полотенцами;

 при посещении туалета, бани, бассейна.

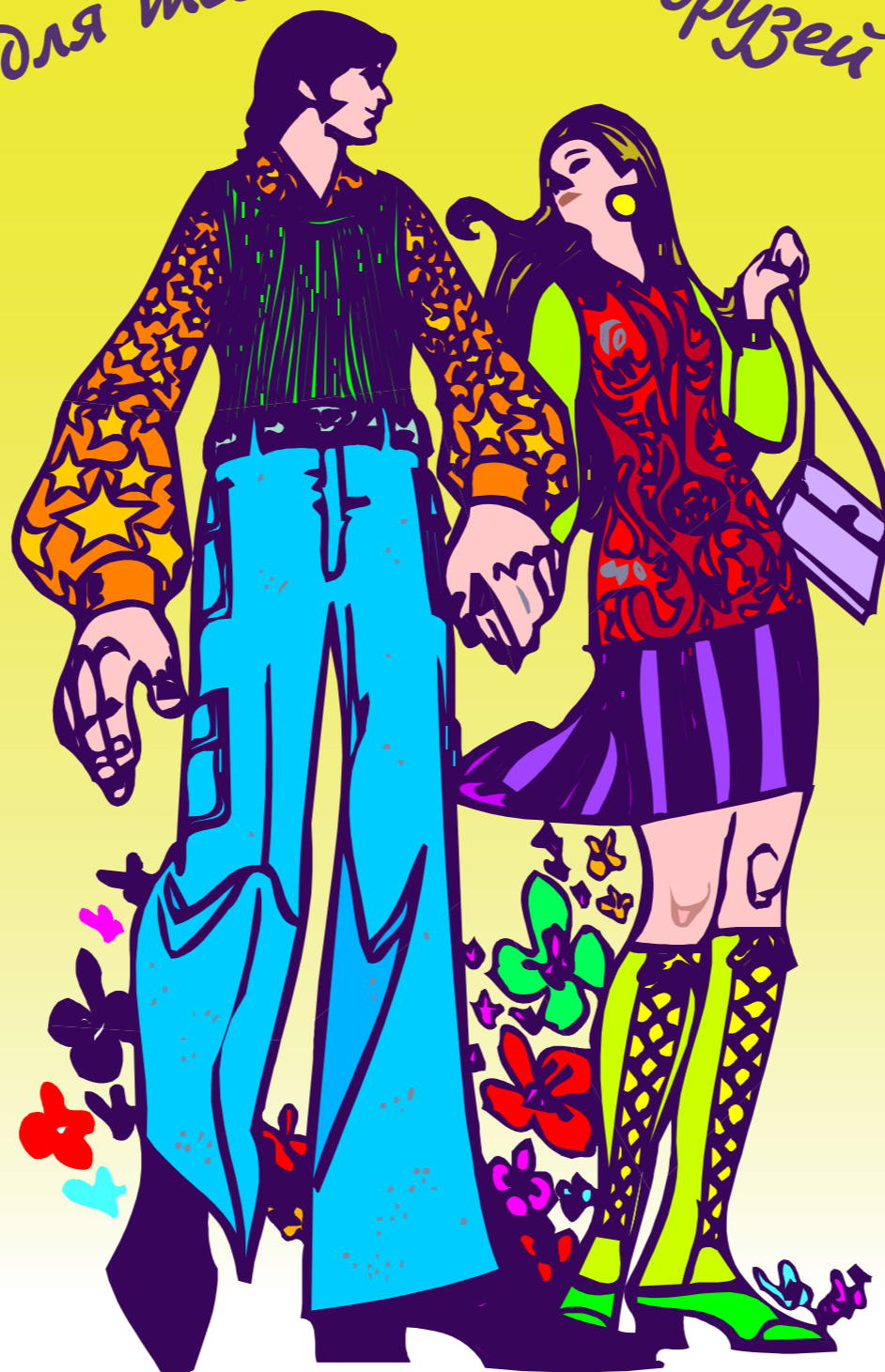
Как избежать заражения?

- избегать половых контактов до брака и соблюдать верность партнеру в браке;
- использовать презерватив при всех сексуальных контактах с людьми, чей ВИЧ-статус тебе неизвестен;
- использовать стерильные инъекционные, медицинские и маникюрные инструменты;
- пользоваться личными средствами гигиены.

Что такое «период окна»?


 Анализ на ВИЧ может не выявить вирус до 6 месяцев со дня заражения («период окна»), поэтому стоит сделать повторный тест 3-6 месяцев спустя. Однако в это время человек может передавать вирус другим.


Информация о ВИЧ/СПИДе для тебя и твоих друзей





www.acetrussia.ru


Как построить безопасные взаимоотношения?

 Пусть дружба будет основой ваших взаимоотношений, а не секс. Не нужно доказывать свою любовь интимной близостью.

 Развивайте близость другого рода. Узнайте человека в эмоциональной, интеллектуальной и социальной сферах.

 Определи для себя границы и не выходи за них. Умей сказать «нет» тому, кто хочет тебя принудить к близости или к наркотикам.


 Во время вечеринок и свиданий не употребляй наркотиков и спиртного. Они подавляют волю и показывают самые опасные вещи в безопасном свете.


 Знай о последствиях половых отношений: ВИЧ, беременность, венерические болезни, эмоциональное опустошение и т.д.


Как можно обнаружить ВИЧ?

 Единственный способ узнать, заражен ли человек, – сдать анализ крови на ВИЧ. ВИЧ может жить в организме 7-15 лет, прежде чем появятся какие-либо проблемы со здоровьем. В это время люди, живущие с ВИЧ, чувствуют себя хорошо и могут не подозревать о своем заражении.


Советы тем, чей друг имеет ВИЧ-положительный статус:

 Раскрытие тебе другом своего ВИЧ-статуса говорит о доверии, и проявлением этого доверия будет сохранение тайны статуса.

 Общайся на равных, без смущения и страха, но не становись навязчивым.


 Помоги понять окружающим, что учеба и общение с человеком, чей ВИЧ статус положителен, безопасны.

Интернет-страничка:

 Интернет-страничка, где можно найти разнообразную информацию о ВИЧ/СПИДе:

● WWW.ACETRUSIA.RU

Где можно сдать анализ?

 СПИД-центр:

Проведение лекций по профилактике СПИДа:



Плакат разработан:



АНПО «АСЕТ», работающей в области профилактики ВИЧ/СПИДа.