

ВИЧ/СПИД – ЧТО ЭТО?

ВИЧ-инфекция – это неизлечимое инфекционное заболевание, вызываемое вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).

СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита) – последняя стадия ВИЧ-инфекции, которая развивается в среднем через 10–12 лет после заражения и сопровождается разрушением иммунной системы.

Если инфицированный ВИЧ не прошел тестирование на ВИЧ, то он не начинает своевременно получать антиретровирусную терапию и неизбежно погибает от СПИД.

Население России составляет более 140 миллионов человек. Из них с ВИЧ живут более 900 тысяч человек, более 240 тысяч больных умерли.



- ### 3. ПРОЙДИ ТЕСТИРОВАНИЕ НА ВИЧ!
- Узнать, есть ли у человека ВИЧ, можно только одним способом – пройти тестирование на ВИЧ. Определить по внешнему виду, инфицирован человек или нет, невозможно.
 - Поскольку тест на ВИЧ до сексуального контакта Partners всегда партнерша сделать то же самое.

Тестирование на ВИЧ можно пройти совершенно бесплатно и по желанию анонимно. Сдать кровь на ВИЧ можно в поликлинике по месту жительства. Центрах по профилактике и борьбе со СПИД или других медицинских учреждениях.

Эти 5 шагов помогут тебе защитить себя:

1. **УЗНАЙ**, как передается ВИЧ!
2. **ВЫБЕРИ** безопасное поведение и **СЛЕДУЙ** выбранной позиции!
3. **ПРОЙДИ** тестирование на ВИЧ!
4. **ПОГОВОРИ** со своим партнером!
5. **БЕРЕГИ СЕБЯ** соблюдай правила безопасного сексуального поведения!



4. ПОГОВОРИ со своим партнером!

- Разговор о ВИЧ позволит тебе и твоему партнеру поддержать друг с другом важную информацию. В первую очередь, задать вопросы самому себе. Что ты сам знаешь о ВИЧ и как ты относишься к проблеме ВИЧ-инфекции?
- Выбери удобное время и место. Подумай, о чем ты будешь говорить.
- Поделись информацией о ВИЧ. Убедись, что ты и твой партнер знаете как ВИЧ передается. Поддержите друг друга в решении выбрать безопасное поведение.
- Будь открытым. Если у тебя ВИЧ или ты подозревала/ешь его наличие, скажи об этом партнеру до сексуального контакта.
- Спроси своего партнера, прошел ли он тест на ВИЧ. Вы можете принять решение пройти его вместе.
- Зайди на сайт: <http://to-avoid.ru> и узнай о ВИЧ-инфекции.

1. УЗНАЙ как передается ВИЧ!

- Через кровь, чаще всего при употреблении наркотиков, но может передаваться также при использовании нестерильного медицинского инструмента. Например, при переливании компонентов крови, нанесении татуировок, заживлении инструментов, использовании чужих бритьевых и маникюрных принадлежностей.
- При сексе без презерватива. Даже один - единственный контакт может привести к заражению.
- От матери к ребенку: во время беременности, при родах и кормлении грудным молоком.

ДРУГИХ ПУТЕЙ ПЕРЕДАЧИ ВИЧ НЕ СУЩЕСТВУЕТ

ЗНАЙ: ВИЧ НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ
ВЫТОВЫМ ПУТЕМ!

2. ВЫБЕРИ безопасное поведение и СЛЕДУЙ выбранной позиции!

- Когда ты будешь знать, что безопасно, а что нет, - придет время выбирать.
- Многие люди не защищают себя, потому что считают, что ВИЧ их не коснется или его не существует.
- Поверь, более 900 тысяч ВИЧ-положительных россиян до заражения думали также.
- Займись собой. Ты заслуживаешь того, чтобы быть здоровым. Прини решение, как ты будешь защищаться от ВИЧ.
- Поговори с близкими и родственниками. Обсуди ВИЧ-инфекцию с друзьями, которыми ты доверяешь.
- Будь последователен. Чтобы остановить ВИЧ-инфекцию, ты должен вести себя безопасно в любой ситуации. Прощай это себе. Даже если все вокруг рикочут заражаться.

ОСТАНОВИМ СПИД ВМЕСТЕ!

- ### 5. БЕРЕГИ СЕБЯ - соблюдай правила безопасного сексуального поведения!
- Дорожи отношениями с близким человеком.
 - Забывай о своем здоровье и здоровье своих близких.

НАЧНИ С СЕБЯ – ЖИВИ БЕЗОПАСНО!

ЗДОРОВЬЕ КАЖДОГО В СОВЕСТВЕННЫХ РУКАХ!

НИКОГДА НЕ ПОЗАБЫВАЙТЕ О ТЕМЕ ЛУЧШЕ, ЧЕМ ТЫ БЫ!

Всероссийская акция
«СТОП ВИЧ/СПИД»
#СТОПВИЧСПИД
WWW.STOPVICHSPID.RF



СЛЕДУЙ выбранной позиции

- Ты выбираешь следующее:
- Будь верным одному сексуальному партнеру, который, в свою очередь должен быть верным тебе.
 - Всегда использовать презерватив при сексуальном контакте, если точно не знаешь ВИЧ-статус партнера. Это не символ «тепловосприимчивости», а знак ответственного отношения к себе.
 - Никогда не употреблять наркотики!



**5 ШАГОВ,
ЧТОБЫ ОСТАНОВИТЬ
ВИЧ**

ПАМЯТКА ДЛЯ МОЛОДЕЖИ