



• При планировании беременности обоим будущим родителям, т.к. раннее выявление ВИЧ позволяет предпринять меры для защиты будущего ребёнка от заражения.

• Если ты хотя бы раз вступал в половой контакт без презерватива или употреблял наркотики.

• Парам, которые решили отказаться от использования презерватива.

Около 50% ВИЧ-инфицированных заразились при употреблении наркотиков, столько же – при незащищённом сексуальном контакте.

Более 300 случаев заражения ежедневно.

Вирус передаётся от одного человека к другому.

Определить наличие ВИЧ-инфекции по внешним признакам невозможно.

### Кому рекомендуют сдать тест на ВИЧ?

- ✓ В этом буклете содержится вся важная информация о ВИЧ-инфекции, которую нужно знать, чтобы избежать заражения и сохранить здоровье.
- ✓ **Не думай, что заразиться может кто угодно, только не ты.**
- ✓ Заразишься ты ВИЧ или нет, зависит не от того, какой ты: весёлый, умный, влюблённый, – а от того, что ты делаешь, как ведёшь себя в различных ситуациях.

### Тестирование на ВИЧ бесплатное.

Пройти обследование, получить консультации специалистов можно по адресу:  
г. Кемерово, пр. Ленина 121 «Б»,  
ГБУЗ КО Областной Центр-СПИД

Телефон регистратуры :  
8 (3842) 78-09-66

Телефон доверия по вопросам ВИЧ / СПИД:  
8 (3842) 78-03-30

сайт: [kemspid.ru](http://kemspid.ru)

**Действуй безопасно!  
Защити себя и своих близких!**



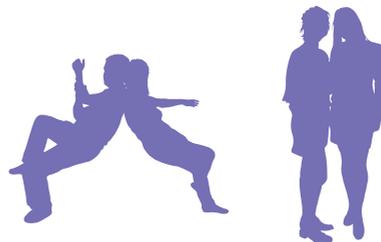
**Я знаю основную информацию о ВИЧ для того, чтобы защитить себя и своих близких от ВИЧ-инфекции!**



# ВИЧ-инфекция – хроническое инфекционное заболевание, вызываемое вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ)

## В каких ситуациях может произойти заражение ВИЧ:

- **употребление наркотиков**,
- **незащищённый** (без использования презерватива) **половой контакт** (раннее начало половой жизни, случайные половые контакты, алкоголь и любые виды наркотиков, наличие инфекций, передаваемых половым путём – **увеличивают риск инфицирования!**),
- **использование нестерильных инструментов** для пирсинга, тату, маникюра,
- **использование чужих** бритвенных станков и зубных щёток,
- **от ВИЧ-инфицированной мамы ребёнку:** во время беременности, родов, кормления грудным молоком.



**Любой человек может заразиться ВИЧ, если будет практиковать рискованное поведение.**

## Защитить себя легко!

- не употребляй наркотики,
- воздерживайся от раннего начала половой жизни,
- воздерживайся от сексуальных контактов без презерватива,
- будь верен половому партнёру,
- тату и пирсинг делай только в специализированном салоне,
- соблюдай правила личной гигиены (используй только свои бритвенные станки, зубные щётки, маникюрные принадлежности),
- при нарушении целостности кожных покровов (ранки, ссадины и т.д.) после обработки дезинфицирующим средством, закрывай место повреждения лейкопластырем или повязкой.



## ВИЧ не передаётся:

- при дружбе, общении,
- при рукопожатии,
- при кашле, чихании,
- при использовании одного учебника, тетради, компьютера, телефона,
- через еду, посуду,
- через укусы кровососущих насекомых, животных,
- через поцелуи и прикосновения,
- в местах общего пользования.

Вирус иммунодефицита человека живёт только в клетках организма человека и быстро погибает во внешней среде.



Узнать есть у человека ВИЧ или нет, можно только сдав тест на ВИЧ.

При тестировании необходимо помнить о периоде «немого окна», когда в течение первых 3 месяцев после возможного инфицирования наличие в крови антител к ВИЧ не определяется.