

# Мы защитили себя. А ты?

Ты наверняка слышал про СПИД...

Только не думай, что тебя это не касается

Уже сейчас в нашей стране более 300 000 человек инфицированы ВИЧ, и число их постоянно растет. 80% людей, живущих с ВИЧ/СПИД, моложе 30 лет.

При самом «мягком» сценарии развития эпидемии в течение ближайших 10 лет ВИЧ могут заразиться 3-5 миллионов россиян.

## Что такое ВИЧ?

Это Вирус Иммунодефицита Человека. Если организм здорового человека благодаря иммунитету сопротивляется многим болезням и легко справляется с ними, то у человека, зараженного ВИЧ, иммунитет резко снижается и на этом фоне организму трудно справиться даже с самой обычной болезнью.

## Что такое СПИД?

Это Синдром Приобретенного ИммуноДефицита – состояние, развивающееся на поздних стадиях ВИЧ-инфекции, когда любая инфекция может представлять смертельную опасность.

## ВИЧ передается:

- при половых контактах с зараженным партнером без использования презерватива;
- при использовании общих с зараженным человеком шприца, иглы или раствора для инъекций;
- при переливании зараженной крови;
- во время беременности и родов, если не принимать противовирусную терапию (АРТ) – ребенок может заразиться от ВИЧ-инфицированной матери.

**Почему?** Потому что кровь, лимфа, сперма, вагинальные секреты – это биологические жидкости, которые содержат ВИЧ в достаточном для заражения количестве.

**Помни:** Под воздействием алкоголя или наркотиков человек теряет контроль над собой и над ситуацией, а значит риск заражения резко возрастает.

**Симптомы ВИЧ-инфицирования** мало чем отличаются от симптомов обычной простуды. Через несколько недель после заражения у человека повышается температура,

## ВИЧ не передается:

- при прикосновении и рукопожатии;
- при поцелуе;
- при массаже;
- при питье из одного стакана
- при пользовании общей одеждой или постельным бельем;
- при пользовании общим туалетом.

**Почему?** Потому что слезы, слюна, пот, моча, рвотные массы - это биологические жидкости, которые сдержат ВИЧ в недостаточном для заражения количестве.

Это значит, что если среди твоих близких и друзей оказался ВИЧ-инфицированный – не отворачивайся от него. Будь с ним деликатен, но не стесняйся говорить о его проблеме. Ему очень нужна твоя поддержка!

**Выучи наизусть: ВИЧ – это проблема, которая не должна разобщать людей**

## Ты поступаешь правильно, если:

- ответственно подходишь к принятию решения о начале своей сексуальной жизни;
- верен своему партнеру;
- при сексуальном контакте пользуешься презервативом, а если тебе предлагают незащищенный секс - не теряешь голову и выбираешь здоровье;
- не употребляешь наркотики;
- в случае необходимости пользуешься только одноразовыми шприцами и иглами, а также стерильным раствором для инъекций;
- требуешь использования стерильных инструментов при обслуживании в поликлинике или салоне красоты.

**Выучи наизусть: Никогда и ни при каких обстоятельствах не забывай о том, что единственный рискованный случай может оказаться роковым!**

## Что делать, если у тебя есть основание для тревоги?

- Если ты занимался сексом без презерватива?
- Если воспользовался не стерильным шприцем?
- Если просто испытываешь беспокойство?

### 1 шаг

**Обратись за консультацией к своему лечащему врачу в поликлинике или к специалисту СПИД-центра, который:**

- даст исчерпывающие ответы на все твои вопросы по проблеме ВИЧ/СПИДа;
- оценит твой личный риск заражения и необходимость тестирования;
- поможет тебе выбрать правильную модель поведения, чтобы избежать ВИЧ-инфицирования;
- окажет тебе моральную поддержку.

**Помни: Только врач, психолог или специалист консультационного центра может компетентно обсудить с тобой эти вопросы.**

### 2 шаг

**Пройди тестирование.**

Врач, к которому ты обратился за помощью, в случае необходимости назначит тебе анализ крови на антитела к ВИЧ. Ты вправе сдать этот анализ анонимно (ст. 8 Федерального закона от 30 марта 1995 г. №38-ФЗ).

### 3 шаг

**Поговори со своими друзьями о том, что ты узнал из этой брошюры.**

Ты осознаешь, как много в твоей жизни зависит от тебя самого?

Тогда ты не только имеешь право говорить об опасности, которая грозит человечеству, - ты должен сделать все, чтобы эта опасность обошла твой дом.

**Защищая себя, мы защищаем тех кого любим!**



## Будь грузом, расскажи об этом грузу!