

**ОСТАНОВИМ
СПИД ВМЕСТЕ!**

**Начни с себя –
живи безопасно!
Никто не позаботится о
тебе лучше, чем ты сам!**

Наш адрес:

**628484, Ханты-Мансийский
автономный округ – Югра
(Тюменская область),
г. Когалым,
ул. Мира, д. 26**

Адрес веб-сайта учреждения:

www.kson86.ru

Электронный адрес:

[mail@ kson86.ru](mailto:mail@kson86.ru)

**Официальный сайт
Депсоцразвития Югры**

<http://www.depsr.admhmao.ru/>

Телефон

8(34667) 2-56-36



**Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского
автономного округа – Югры
«КОГАЛЫМСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»**

**ОТДЕЛЕНИЕ СРОЧНОГО
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ**

ЗНАТЬ, ЧТОБЫ ЖИТЬ!



г. Когалым

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 СПИДа.

В России более 800 тысяч человек живут с ВИЧ, более 200 тысяч больных умерли.

Нижеописанные **5 шагов помогут тебе защитить себя:**

- Узнай, как передается ВИЧ!
- Выбери безопасное поведение и следуй выбранной позиции!
- Пройди тестирование на ВИЧ.
- Поговори об этом со своим партнером!
- Береги себя и соблюдай правила безопасного сексуального поведения.

1. Узнай, как передается ВИЧ!

✓ Через кровь: чаще всего при употреблении наркотиков, но может передаваться так же при использовании нестерильного медицинского инструментария, переливания компонентов крови, нанесения татуировок зараженным инструментом, использовании чужих бритвенных и маникюрных принадлежностей.

✓ При незащищенном половом контакте

(без презерватива). Даже один единственный контакт может привести к заражению.

✓ От матери к ребенку во время беременности, при родах и кормлении грудным молоком.

Других способов передачи ВИЧ не существует
Знай: ВИЧ не передается бытовым 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, более 800 тысяч ВИЧ инфицированных, живущих в России, до заражения думали также.

✓ Займись собой, ты заслуживаешь того, чтобы быть здоровым. Прими решение, как ты будешь защищаться от ВИЧ.

✓ Будь последователен. Чтобы остановить ВИЧ инфекцию, ты должен вести себя безопасно в любой ситуации. Пообещай это себе, даже если все вокруг рискуют заразиться.

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.

Пройди тест на ВИЧ до сексуального контакта. Попроси своего партнера 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.

4. ПОГОВОРИ со своим партнером!

✓ Разговор о ВИЧ позволит тебе и твоему партнеру поделиться друг с другом важной информацией. В первую очередь задай вопрос самому себе. Что ты сам знаешь о ВИЧ и как ты относишься к проблеме ВИЧ-инфекции?

✓ Выбери удобное место и время. Подумай, о чем ты будешь говорить. Убедись, что ты и твой партнер знаете, как передается ВИЧ. Поддержите друг друга в решении выбрать безопасное поведение.

✓ Будь откровенен. Если у тебя ВИЧ или ты подозреваешь 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://o-spид.ru/> узнай о ВИЧ-инфекции.

5. БЕРЕГИ СЕБЯ – соблюдай правила безопасного сексуального поведения!

✓ Дорожи отношениями с близким человеком.

✓ Проявляй заботу о своем здоровье и о здоровье своих близких.