

Как избежать заражения ВИЧ – инфекцией и СПИДом:

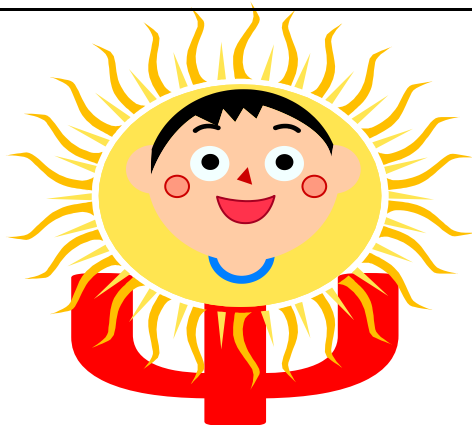
1. Ответственно относиться к своей жизни и здоровью. Это понятие включает в себя не только здоровый образ жизни и правильное питание, но и регулярные обследования, наблюдение у лечащего врача, внимание к своему состоянию и самочувствию.

2. Ответственно относиться к своей сексуальной жизни. Важно помнить, что возможность заражения СПИДом ни для кого полностью не исключена, ведь даже одного полового контакта с заражённым партнёром иногда бывает достаточно для передачи вируса. Уменьшить вероятность заражения можно:

- уменьшив число сексуальных партнёров;
- интересуясь прошлыми половыми контактами своих партнёров и их отношением к наркотикам;
- используя презервативы.

3. Регулярно проходить профилактические обследования. Сдавать анализ крови на ВИЧ рекомендуется раз в год.

4. Помнить о путях передачи ВИЧ-инфекции и максимально избегать данных ситуаций.



**Знать, чтобы
жить.
Профилактика
ВИЧ—инфекции.**



ВИЧ—инфекция—это заболевание, вызываемое вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).

При попадании в организм человека **ВИЧ** встраивается в клетки иммунной системы, заставляя эти клетки вырабатывать новые копии вируса, при этом клетки иммунной системы разрушаются.

Это происходит медленно, но в итоге приводит к иммунодефициту—состоянию организма, когда иммунная система не может эффективно бороться со многими заболеваниями.

ВИЧ содержится во всех жидких средах организма, но наибольшая концентрация, при которой возможно заражение других лиц, находится в крови, влагалищном секрете, семенной жидкости, грудном молоке.

СПИД—это синдром приобретённого иммунодефицита.

СПИД—последняя стадия развития **ВИЧ**—инфекции, состояние, при котором организм не может успешно бороться с различными инфекциями.

ВИЧ—инфекция не выбирает ни пол, ни социальное положение, ни возраст. В последние годы увеличилось количество случаев заражения **ВИЧ**—инфекцией лиц в возрасте старше 30 лет. Основной причиной заражения в данном случае является безответственное сексуальное поведение.

ВИЧ не передаётся:

- при рукопожатии и объятиях;
- через пот и слезы;
- при кашле и чихании;
- при использовании общей посуды или постельного белья;
- при использовании общих ванн и унитаза;
- при совместных занятиях спортом;
- в общественном транспорте;
- через животных или при укусах насекомых;
- при поцелуе / через слюну.

Пути передачи ВИЧ – инфекции:

- А. через кровь:
 - совместное или повторное использование шприцев, игл и другого инъекционного оборудования;
 - нестерильного инструментария для татуировок и пирсинга;
 - чужих бритвенных принадлежностей с остатками крови;
- Б. через незащищенный половой контакт;
- В. от матери к ребенку:
 - передача вируса от ВИЧ - положительной матери ребенку во время беременности, родов и при кормлении грудью.

