ВИЧ: КАК СДЕЛАТЬ ТАК, ЧТОБЫ ЕГО НЕ БЫЛО?

ВИЧ-инфекция – это инфекционное заболевание, вызываемое вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Вирус может находиться в организме десятки и более лет, прежде чем человек почувствует какие-либо симптомы заболевания.

Человек может выглядеть и чувствовать себя абсолютно здоровым

и   передавать  вирус другим. В этом и заключается опасность ВИЧ-инфекции!

***Необходимо помнить о путях передачи:***

— через кровь;

- при незащищенном сексуальном контакте;

- от матери к ребенку;

***Соблюдать важнейшие меры профилактики ВИЧ:***

-сохранять верность партнеру и не допускать случайных половых связей;

-всегда используйте презерватив;

-не употребляйте наркотики;

- не наносите татуировки, не делайте пирсинг вне специализированных учреждений;

— пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены.

***Регулярно проходите тестирование на ВИЧ***

Тестирование можно пройти в любом учреждении здравоохранения, центрах профилактики и борьбы со СПИДом.

Важно пройти тестирование, если у вас в жизни были ситуации, когда повышен риск заражения ВИЧ, если вы планируете создать семью и иметь детей. Тестирование на ВИЧ проводится бесплатно и, при желании, анонимно. Рекомендуется регулярно проходить тестирование каждому из нас. Желательно делать это ежегодно.

Инструктор-валеолог А.В. Никитенко