

## Что надо знать о ВИЧ СПИД?

ВИЧ – это вирус, вызывающий СПИД. ВИЧ поражает защитную систему организма, вследствие чего она уже не может бороться с определенными инфекциями.

Большинство людей – носителей ВИЧ – выглядят здоровыми и чувствуют себя хорошо в течение длительного времени. Не подозревая, что инфицированы, они могут передавать вирус другим людям через сперму, кровь и вагинальные выделения.

СПИД излечить пока еще нельзя. Это заболевание унесло сотни тысяч жизней. Ты сможешь обезопасить себя, если будешь избегать «рискованного поведения».

ВИЧ-инфекция не передается при поцелуях, сексе без проникновения, при использовании одной посуды, при чихании, через стульчик туалета, через укусы насекомых или в бассейне.

Если ты: занимаешься сексом без презерватива;

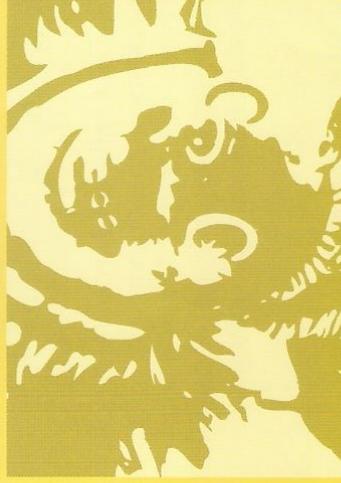
употребляешь внутривенно наркотики;

то рискуешь заразиться ВИЧ!



## Что надо знать о пирсинге?

При любых манипуляциях, связанных с прокалыванием кожи (нанесение татуировок, иглоукалывание, прокалывание ушей или других частей тела, а также при удалении волос методом электроэпиляции могут передаваться как ВИЧ, так и другие инфекции. Доверять можно только тем врачам, которые используют для этих целей одноразовые инструменты. Советуем тебе предвзято убедиться в этом.



Если ты желаешь обследоваться на ВИЧ, узнать больше информации об инфекции, обращайся в Центр по профилактике и борьбе со СПИДом и инфекционными заболеваниями в Ростовской области по адресу:

ул. Станиславского, 91

с 9.00 до 17.00

тел.: (863) 263-31-95

кроме субботы и воскресенья

## Ты знаком с презервативом?

Презерватив – тонкая прочная оболочка из латекса, которая надевается на половой член в состоянии эрекции и предохраняет от беременности и заболеваний, передаваемых половым путем (сифилис, гонорея, трихомониаз, хламидиоз, герпес половых органов, кандиоз) и СПИДа.

Купить качественный презерватив не сложно. Необходимо, чтобы на упаковке была надпись «Рекомендовано ВОЗ», кроме того, штрих код страны изготовителя и номер партии.

Покупая презерватив, проверь целостность упаковки.

Обращай внимание на дату изготовления. По мере старения, даже идеально упакованный презерватив теряет свою прочность.

Нельзя мыть презерватив и использовать его повторно.

Нельзя смазывать презерватив кремами на масляной основе (детским кремом, вазелином, животными и растительными маслами).

## Чтобы уберечься от неприятностей, необходимо помнить:

Занимайтесь сексом, только если Вы этого хотите. Никто не может отобрать у Вас право сказать НЕТ.

Если Вы согласны заняться сексом, лучше всего не рисковать и сделать его безопасным.

Чтобы не заразиться заболеваниями, передающимися половым путем, в том числе и СПИДом, при каждом половом контакте нужно пользоваться презервативом.

Научиться пользоваться презервативом очень просто, со временем это будет получаться идеально, но все-таки лучше потренироваться перед тем, как начать применять его.

Алкоголь (не говоря уже о наркотиках) может привести к потере самоконтроля.

Часто бывают ситуации, когда человек хочет отказаться от какого-либо предложения (наркотики, алкоголь, секс), но не знает как. Мы рекомендуем Вам

## 5 правил достойного отказа

1. Свое «НЕТ» говори очень твердо – именно «НЕТ», а не двусмысленное «ПОСМОТРИМ», «МОЖЕТ БЫТЬ», «Я НЕ МОГУ»... спокойно глядя в глаза.
2. Соглашайся с аргументами угрожавших людей, но все равно говори «НЕТ», также твердо и непоколебимо.
3. Если тебя не оставили в покое, переходи в наступление: «Что Вы меня давите? У меня своя голова на плечах». Не нервничай. Идеальный выбор – юмор.
4. Поставь точку: «Я больше не хочу говорить на эту тему». Твердо и спокойно.
5. Пойди на компромисс: предложи другой способ провести время.

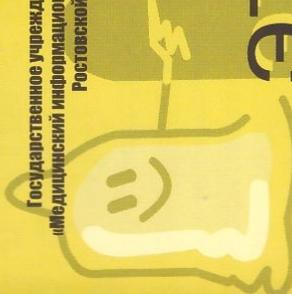
Опечатано ООО «Алтей».  
344037, г. Ростов-на-Дону, 24 линия, 20.  
Тираж 1287 экз. Заказ № 309.



Министерство здравоохранения  
Администрации Ростовской области

Государственное учреждение здравоохранения  
«Медицинский информационно-аналитический центр»  
Ростовской области

# Об ЭТОМ следует ЗНАТЬ!



2010