

ПАМЯТКА ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

«ОСТОРОЖНО, ВИЧ-ИНФЕКЦИЯ!»

ВИЧ-ИНФЕКЦИЯ -

это заболевание, вызванное вирусом иммунодефицита человека, характеризующееся специфическим поражением иммунной системы, приводящим к ее медленному и неуклонному разрушению до формирования синдрома приобретенного иммунодефицита (СПИДа).

Правила безопасного поведения в отношении ВИЧ-инфекции:

- Я ежедневно занимаюсь физкультурой или спортом и соблюдаю режим дня.
- Я умею справляться со стрессами.
- Я не курю и не употребляю алкоголь.
- Я стремлюсь к тому, чтобы моё питание было сбалансированным.
- Я всегда соблюдаю правила личной гигиены.
- Я знаю, как заражаются ВИЧ, и как я могу защитить себя.
- Я никогда не употребляю наркотики.
- Я не пользуюсь не стерильными инструментами для прокалывания ушей, тату, пирсинга, бритья.
- Я откажусь от медицинских услуг, если не уверен(а), что инструменты стерильные.
- Для маникюра или бритья использую только мои личные инструменты.
- Я исключая случайные половые контакты при половых контактах я использую презерватив.
- У меня будет/есть постоянный половой партнёр.
- Если у меня был/будет риск заражения ВИЧ, я сдаю кровь на анализ.

БУДЬ В КУРСЕ

О ВИЧ-ИНФЕКЦИИ

НЕТ РИСКА

РУКОПОЖАТИЕ, ОБЪЯТИЯ, ПРИКОСНОВЕНИЯ, ПОЦЕЛУИ



ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОБЩЕЙ ПОСУДЫ



ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОБЩИХ ПОЛОТЕНЦА, МЫЛА, ОДЕЖДЫ



УКУСЫ НАСЕКОМЫХ



ВЫСОКИЙ РИСК



ПРИ НЕЗАЩИЩЕННЫХ СЕКСУАЛЬНЫХ КОНТАКТАХ



ТАТУАЖ, ПИРСИНГ, МАНИКЮР НЕСТЕРИЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ



УПОТРЕБЛЕНИЕ ИНЪЕКЦИОННЫХ НАРКОТИКОВ



ОТ МАТЕРИ К РЕБЕНКУ, ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ, РОДОВ ИЛИ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ



Единый Общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей: 8-800-2000-122

ПРОФИЛАКТИКА ВИЧ-инфекции

ЕДИНСТВЕННЫЙ СПОСОБ НЕ ЗАБОЛЕТЬ ВИЧ – инфекцией – ЭТО ПРЕДОХРАНИТЬ СЕБЯ ОТ ВОЗМОЖНОСТИ ЗАРАЖЕНИЯ

Профилактика ВИЧ-инфекции

- Обследование каждого пациента на ВИЧ-инфекцию
- Вакцинация
- Использование индивидуальных средств защиты
- Своевременное лечение при подозрении на заражение
- Собственный выбор

