

ВИЧ: КАК СДЕЛАТЬ ТАК, ЧТОБЫ ЕГО НЕ БЫЛО



ПОМНИТЕ О ПУТЯХ ПЕРЕДАЧИ:

 ЧЕРЕЗ КРОВЬ

 ОТ МАТЕРИ РЕБЕНКУ

 ПРИ НЕЗАЩИЩЕННОМ СЕКСУАЛЬНОМ КОНТАКТЕ

СОБЛЮДАЙТЕ ВАЖНЕЙШИЕ МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ ВИЧ:

- сохраняйте верность партнеру и не допускайте случайных половых связей
- всегда используйте презерватив
- откажитесь от употребления наркотиков
- не наносите татуировок, не делайте пирсинга вне специализированных учреждений
- пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены

РЕГУЛЯРНО ПРОХОДИТЕ ТЕСТИРОВАНИЕ НА ВИЧ

Где? В любом учреждении здравоохранения по месту жительства, в кабинетах психосоциального консультирования и Центрах профилактики и борьбы со СПИДом.

Когда? Важно пройти тестирование, если:

- у вас в жизни были ситуации, когда повышен риск заражения ВИЧ;
- вы планируете иметь детей или уже беременны.

Важно! Эксперты рекомендуют регулярно проходить тестирование каждому из нас. Желательно делать это ежегодно.

Как? Тестирование на ВИЧ производится бесплатно и при желании анонимно.

ВИЧ: ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ПРОДОЛЖАТЬ ЖИТЬ

ОБЯЗАТЕЛЬНО ОБРАТИТЕСЬ В ЦЕНТР СПИДА

- Центры профилактики и борьбы со СПИДом есть в каждом регионе российской федерации.
- Медицинская помощь, включая получение антиретровирусных препаратов, предоставляется **БЕСПЛАТНО**.

НА ЗАМЕТКУ

Для постановки на диспансерный учет и получения медицинской помощи понадобятся паспорт, полис ОМС и СНИЛС.

СОБЛЮДАЙТЕ ПРИВЕРЖЕННОСТЬ ЛЕЧЕНИЮ:

- принимайте антиретровирусную терапию (АРВТ) строго по предписанной врачом схеме
- регулярно сдавайте анализы для контроля за эффективностью терапии

ПОМНИТЕ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ:

- откажитесь от вредных привычек: курения, злоупотребления алкоголем
- соблюдайте правила личной гигиены
- питайтесь полноценно, не злоупотребляйте диетами, ослабляющими организм

ЗНАЙТЕ, С ВИЧ МОЖНО ИМЕТЬ ЗДОРОВЫХ ДЕТЕЙ

- Применение высокоэффективной антиретровирусной профилактики позволяет снизить вероятность передачи ВИЧ от матери ребенку до 1–2%.
- Терапия назначается самой женщине – в периоды беременности и родов, новорожденному – в течение первых 4 недель жизни.
- Для минимизации риска заражения ВИЧ новорожденного ребенка переводят на искусственное вскармливание сразу после рождения.

