



САНИТАРНО-
ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКАЯ
СЛУЖБА ГОМЕЛЬСКОЙ
ОБЛАСТИ
ГОМЕЛЬОБЛСАНЭПИД.БЕЛ



246050, Республика Беларусь, г.Гомель, ул.Моисеенко, 49

Тел. 8 0232 50-74-65 (приемная)

Тел./факс 8 0232 50-74-66

РЕЖИМ РАБОТЫ:
ПОНЕДЕЛЬНИК - ПЯТНИЦА
08:00 - 17:00

 Официальный сайт: [Гомельоблсанэпид.бел](http://gomeloblsanepid.bel)

 E-mail: clerk@gmlocge.by

 https://t.me/gomeloblsanepid_bel

 <https://instagram.com/oblcge.gomel>



Получить консультацию по вопросам профилактики
ВИЧ-инфекции можно по телефону
8 0232 50 74 12

Единый белорусский веб-портал по ВИЧ/СПИДу

Авторы: Я.А. Черненко, врач-гигиенист
А.Н. Пигулевская, инструктор-валеолог

Ответственный за выпуск: С.А. Белый, главный врач



Министерство здравоохранения
Республики Беларусь
Государственное учреждение
"Гомельский областной центр гигиены,
эпидемиологии и общественного здоровья"



5 шагов, чтобы остановить ВИЧ



*Живи безопасно!
Защити себя сам!*

г. Гомель 2023 г.

ВИЧ/СПИД - ЧТО ЭТО?

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) - это инфекция, поражающая иммунную систему организма. Самой поздней стадией ВИЧ-инфекции является синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД).

ВИЧ поражает белые клетки крови, что приводит к ослаблению иммунной системы. Это повышает вероятность развития инфекционных, в т.ч. туберкулеза, и некоторых видов онкологических заболеваний.

5 ШАГОВ

которые помогут защитить себя:

1.УЗНАЙ

как передается ВИЧ!

2.ВЫБЕРИ

безопасное поведение!

3.СЛЕДУЙ

выбранной позиции!

4.ГОВОРИ

со своим партнёром!

5.ПРАКТИКУЙ

безопасное сексуальное поведение!

5

ПРАКТИКУЙ

безопасное сексуальное поведение!



✓ Преобразуй сексуальные контакты в сексуальные отношения. Помни, что залог сексуального здоровья и долголетия - секс с одним партнером, который здоров и верен тебе.



✓ Правила безопасного секса просты и доступны. Главное в них то, что ты чувствуешь себя свободным от страха перед возможностью заражения ВИЧ.

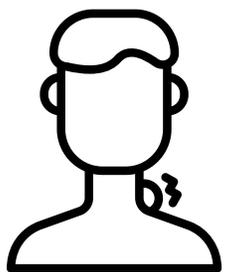
ВИЧ не передается через дружбу



4

ГОВОРИ

со своим партнёром!

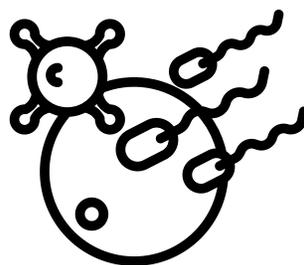


- ✓ Разговор о ВИЧ позволит тебе и твоему партнеру поделиться друг с другом важной информацией. В первую очередь, задай вопросы самому себе. Что ты сам знаешь о ВИЧ, и как ты относишься к проблеме ВИЧ-инфекции?
- ✓ Выбери удобное время и место. Подумай, о чем ты будешь говорить.
- ✓ Поделитесь известной тебе информацией о ВИЧ. Убедись, что ты и твой партнер знаете, как ВИЧ передается. Поддержите друг друга в решении выбрать безопасное поведение.

1

УЗНАЙ

как передается ВИЧ!



- ✓ Через кровь: общие шприцы при употреблении наркотиков, нанесение татуировок зараженным инструментом, использование чужих бритвенных принадлежностей.
- ✓ При сексуальном контакте без презерватива (через сперму, выделения из влагалища). Прерванный половой акт не является защитой от заражения ВИЧ-инфекцией.
- ✓ От матери к ребенку во время беременности, при родах и кормлении грудным молоком. При регулярном приеме антиретровирусной терапии риск передачи ВИЧ снижается до 2 %

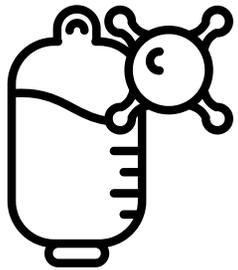
ВИЧ-положительная женщина может родить здорового ребенка



2

ВЫБЕРИ

безопасное поведение!



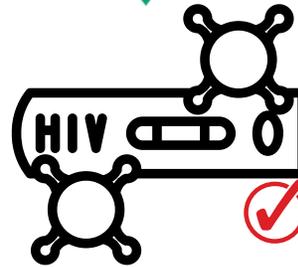
- ✓ Выбери, как ты будешь защищаться от ВИЧ-инфекции Ты выбираешь:
 - быть верным одному сексуальному партнеру, который, в свою очередь, должен быть верным тебе;
 - всегда использовать презерватив при сексуальном контакте. Это знак ответственного отношения к себе и своему партнеру;
 - никогда не употреблять наркотики!
- ✓ Пройди тест на ВИЧ до сексуального контакта. Попроси своего партнера сделать то же самое.

Пожать руку ВИЧ-инфицированному не страшно – страшно быть безразличным

3

СЛЕДУЙ

выбранной позиции!



- ✓ Когда ты будешь знать, что безопасно, а что нет, - придет время выбирать.
- ✓ Многие люди не защищают себя, т.к. считают, что ВИЧ их не коснется. Но эта инфекция распространяется среди всего населения независимо от групп.
- ✓ Займись собой. Ты заслуживаешь того, чтобы быть здоровым. Прими решение, как ты будешь защищаться от ВИЧ.
- ✓ Поделись с близкими и обсуди ВИЧ-инфекцию с друзьями.
- ✓ Будь последователен. Чтобы защитить себя от ВИЧ-инфекции, ты должен вести себя безопасно в любой ситуации.