

Что нужно знать каждому!

Как можно заразиться:

Половым путем

- ✓ при случайных сексуальных связях
- ✓ при частой смене половых партнеров
- ✓ при половом контакте без использования презерватива

Через кровь

- ✓ при внутривенном употреблении наркотиков (через зараженные иглы, шприцы и другое оборудование, материалы)
- ✓ при татуировке, пирсинге, маникюре, педикюре и других процедурах (через нестерильные иглы, инструменты)
- ✓ при случайных травмах от уколов иглой использованных шприцов

Вертикальный путь

- ✓ от зараженной матери к ребенку во время беременности, родов и кормления грудью

ВИЧ не передается:

- ✓ при рукопожатии, объятиях
- ✓ при кашле и чихании
- ✓ при плавании в бассейне и природных водоемах
- ✓ при использовании общей посуды, столовых приборов, постельного белья
- ✓ при пользовании общим туалетом и ванной комнатой
- ✓ через укусы насекомых

Что нужно делать, чтобы не заразиться:

- ✓ придерживаться ответственного, безопасного сексуального поведения
- ✓ соблюдать взаимную верность партнеров
- ✓ отказаться от употребления наркотиков
- ✓ пользоваться индивидуальными средствами защиты - презервативами
- ✓ использовать стерильные инструменты для косметических процедур (пирсинг, татуаж, маникюр, педикюр, прокалывание ушей)
- ✓ пользоваться индивидуальными предметами личной гигиены

Что нужно сделать, чтобы жить и не сомневаться:

Пройти бесплатное обследование на ВИЧ в поликлинике или центре СПИД



САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТҒЫН ҰСТАН!



Қазақстан Республикасы денсаулық сақтау министрлігі
Салаутты өмір салтын қалыптастыру проблемаларының ұлттық орталығы
Республикалық ЖИТС алдын алу және оған қарсы күрес орталығы

**ЖИТС таңдамайды.
БІЗ таңдаймыз!**



Өзіңіздің және
туыстарыңыздың
денсаулығына
жауапкершілікпен
қараңыз

Тегін тарағылады

<https://vk.com/ncpnid>
<https://www.facebook.com/NCPHLD/>
https://www.instagram.com/be_healthy_kz/
<https://www.youtube.com/channel/UCoIfZq4faCEu4OvUBIFZVg>

WWW.HLS.KZ

Әр адам нені білуі қажет!

Жұғу жолдары:

Жыныстық жолмен

- ✓ кездейсоқ жыныстық қатынас кезінде
- ✓ жыныстық серіктесті жиі ауыстырған кезде
- ✓ мүшеқапсыз жыныстық қатынасқа түскен кезде

Қан арқылы

- ✓ есірткі қантамыр арқылы пайдаланғанда (залалды ине, шприц және басқа құрал-саймандар, материалдар)
- ✓ татуировка, пирсинг, маникюр, педикюр жасату мен басқа шаралар кезінде (залалсыздандырылмаған ине, құралдар арқылы)
- ✓ кездейсоқ жарақат алғанда қолданылған шприц инесінен дәрі егу кезінде

Тікелей

- ✓ ауру анадан жүктілік кезінде, босанғанда және емізгенде жұғады

АИТВ жұқпайды, егер:

- ✓ қол алысып, құшақтасса
- ✓ жөтелсе немесе түшкірсе
- ✓ бассейнде және табиғи суда шомылса
- ✓ ортақ ыдысты, асхана, төсек-орын жабдықтарын қолданса
- ✓ ортақ әжетхананы және жуынатын бөлмені қолданса
- ✓ шыбын-шіркей шақса

Жұқтырып алмау үшін не істеу қажет:

- ✓ жауапты, қауіпсіз жыныстық мінез-құлықты ұстану
- ✓ жыныстық серіктеспен өзара адалдықты сақтау
- ✓ есірткіні тұтынудан бас тарту
- ✓ жеке қорғану құралын – мүшеқапты пайдалану
- ✓ косметикалық шаралары (пирсинг, татуаж, маникюр, педикюр, құлақ тесу) үшін залалсыздандырылған құралды қолдану
- ✓ жеке тазалық құралдарын қолдану

Күдіксіз өмір сүру үшін не істеу керек:

Емханадан немесе ЖИТС орталығынан тегін тексеруден өту



СКАЖИ: “ДА – ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ!”



Министерство здравоохранения Республики Казахстан
Национальный центр проблем формирования здорового образа жизни
Республиканский центр по профилактике и борьбе со СПИД

СПИД не выбирает. Выбираем МЫ!



Ответственно
относитесь к своему
здоровью и здоровью
близких

Распространяется бесплатно



<https://vk.com/nchld>
<https://www.facebook.com/NCPHLD/>
https://www.instagram.com/be_healthy_kz/
<https://www.youtube.com/channel/UCoIfZq4p4faCEu4OvUBIFZVg>

WWW.HLS.KZ