



ВИЧ: Профилактика, о которой важно знать каждому

ВИЧ сегодня — это не приговор, но его можно и нужно предотвратить.

Информированность — ваша лучшая защита.

ВИЧ и СПИД — в чем разница?

- **ВИЧ** — вирус, который поражает иммунную систему.
- **СПИД** — тяжелое состояние, которое развивается на поздней стадии ВИЧ-инфекции при отсутствии лечения.

Современная терапия позволяет жить с ВИЧ, не допуская СПИДа.

Знать свой статус — это нормально!

Анализ на ВИЧ — это простая процедура, проявление заботы о себе и своих близких.

Сдать тест можно **БЕСПЛАТНО и АНОНИМНО** в поликлинике по месту жительства или в Республиканском центре гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья.



Как передается ВИЧ?

Запомните 3 пути:

- Половой путь:** Незащищенный вагинальный, анальный или оральный секс.
- Через кровь:** Повторное использование шприцев, нестерильные инструменты для тату, маникюра, чужие бритвенные принадлежности.
- От матери к ребенку:** Во время беременности, родов и кормления грудью (риск значительно снижается на фоне терапии).



Как НЕ передается ВИЧ?

Не бойтесь общения с людьми с ВИЧ-положительным статусом.

- Через воздух (кашель, чихание).
- Через рукопожатия и объятия.

- Через общую посуду или еду.
- В бассейне, спортзале, транспорте.
- Через укусы комаров или других насекомых.

Современная профилактика — Ваша уверенность!

1. Презерватив — надежный барьер от ВИЧ и других ИППП.



2. Доконтактная профилактика (ДКП/ПрЭП)

Прием препаратов ВИЧ-отрицательным человеком для предотвращения заражения.



Спросите о ней у врача!

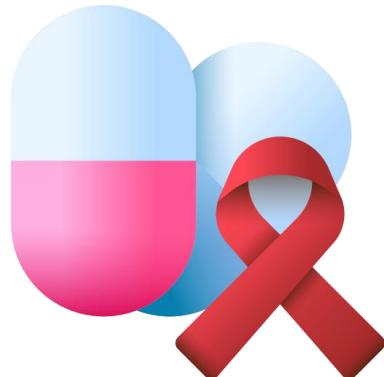
3. Постконтактная профилактика (ПКП/ПЭП)

Если был риск заражения (порвался презерватив, контакт с кровью и т.д.), необходимо в течение первых 72 часов обратиться к врачу в поликлинику или приемный покой больницы для назначения экстренного курса терапии.

Н=Н — Прорыв в борьбе с ВИЧ!

Неопределяемый = Непередаваемый
Это научный факт.

Если человек с ВИЧ получает терапию и его вирусная нагрузка **неопределяема**, он **НЕ МОЖЕТ** передать вирус половым путем.



Это главный инструмент для остановки эпидемии!

Мифы и правда о ВИЧ

МИФ: "ВИЧ — это болезнь маргиналов".

ПРАВДА: ВИЧ не смотрит на возраст, пол, социальный статус. Риск есть при рискованном поведении.

МИФ: "Можно определить по внешнему виду".

ПРАВДА: Долгие годы человек может отлично выглядеть и не подозревать о вирусе.

Куда обратиться в Беларусь?

- Ваш терапевт или врач-инфекционист в поликлинике по месту жительства.
- Республиканский центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья. **Отдел профилактики ВИЧ/СПИД** - г. Минск, ул. К. Цеткин, 4 (3-й этаж)

- **Горячая линия** для молодежи по проблеме ВИЧ/СПИД – (8 017) 200 28 83



В отделе профилактики ВИЧ/СПИД работает процедурный кабинет, где граждане могут пройти тестирование на ВИЧ-инфекцию, сифилис, гепатит В и С. Тестирование на ВИЧ по желанию можно пройти **анонимно**.

- Телефон процедурного (анонимного) кабинета - (8 017) 321 22 68.

• Полезные ресурсы:

- **pmplus.by** Белорусское общественное объединение «Позитивное движение»
- **aids.by** (Информационный портал)

5 простых правил защиты

1. Используйте презервативы.
2. Не употребляйте инъекционные наркотики.
3. Пользуйтесь только своими/стерильными предметами личной гигиены (бритвы, щипцы).
4. Регулярно тестируйтесь на ВИЧ, особенно при смене партнера.
5. Будьте терпимы. Стигма мешает профилактике.



Ваше здоровье в ваших руках!

**Врач-инфекционист Метнер Марк
Викторович**