

## 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



Литературная обработка

СКАЖИ: "ДА – ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ!"



Министерство здравоохранения Республики Казахстан  
Национальный центр по проблеме 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

www.mhs.gov.kz  
www.nca.kz  
www.spid.kz