**СПИД не выбирает. Выбираем МЫ!**

**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

Врач Серкебаева К.С.