

**ВИЧ-инфекция** – это заболевание, вызванное вирусом иммунодефицита человека. Оно разрушает иммунную систему, которая является защитой организма от болезней.

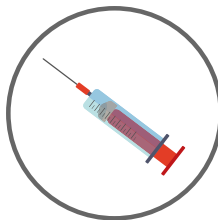
ВИЧ-инфекция – это серьезное заболевание, которое без постоянного приема лекарств может привести к смерти. Без лечения через несколько лет ВИЧ-инфекция разовьется в СПИД – синдром приобретенного иммунодефицита человека, когда организм не может справиться с болезнями, которые здоровый человек легко переносит.



У человека в миграции меняется образ жизни, в связи с чем увеличивается риск заразиться ВИЧ-инфекцией, поэтому важно заботиться о своем здоровье.

## КАК МОЖЕТ ПЕРЕДАВАТЬСЯ ВИЧ?

- При половом контакте без презерватива (не имеет значения пол, национальность, семейное состояние партнера)



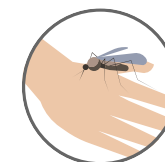
- При попадании крови человека с ВИЧ в организм другого человека, например, при инъекциях (уколах) нестерильными инструментами, или при употреблении наркотиков

- От женщины, у которой есть ВИЧ-инфекция, ее ребенку, во время беременности, родов или грудном вскармливании.



## ВЫ НЕ СМОЖЕТЕ ЗАРАЗИТЬСЯ ВИЧ-ИНФЕКЦИЕЙ:

- При рукопожатии, объятиях и поцелуях
- При кашле и чихании
- При совместном пользовании посудой, столовыми приборами, полотенцами и постельным бельем
- При посещении туалета, душа, ванны
- При совместных занятиях спортом
- При укусах насекомых и животных.



## КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ВИЧ?

- При половых контактах всегда использовать презервативы – с любым партнером
- Делать инъекции только в медицинских учреждениях, использовать стерильные инструменты
- Избегать контакта с чужой кровью
- Не пользоваться чужими бритвами, зубными щетками и другими средствами гигиены, и не давать свои.



Для того, чтобы иметь право законно жить в России, каждый иностранец должен сдать медицинские анализы, в том числе анализ на ВИЧ-инфекцию. Если у человека найдут ВИЧ-инфекцию, он не сможет легально остаться в России.

Необходимо регулярно (хотя бы раз в год) сдавать тест на ВИЧ-инфекцию, чтобы в случае необходимости сразу начать лечение и сохранить здоровье. Если человек с ВИЧ принимает лекарства, он сохраняет свое здоровье и трудоспособность и не может передать инфекцию другому человеку.



Региональная  
экспертная группа  
по здоровью мигрантов



**Сдать анализы можно анонимно, не называя своего имени.**

**Узнайте, как это сделать, по телефону:**

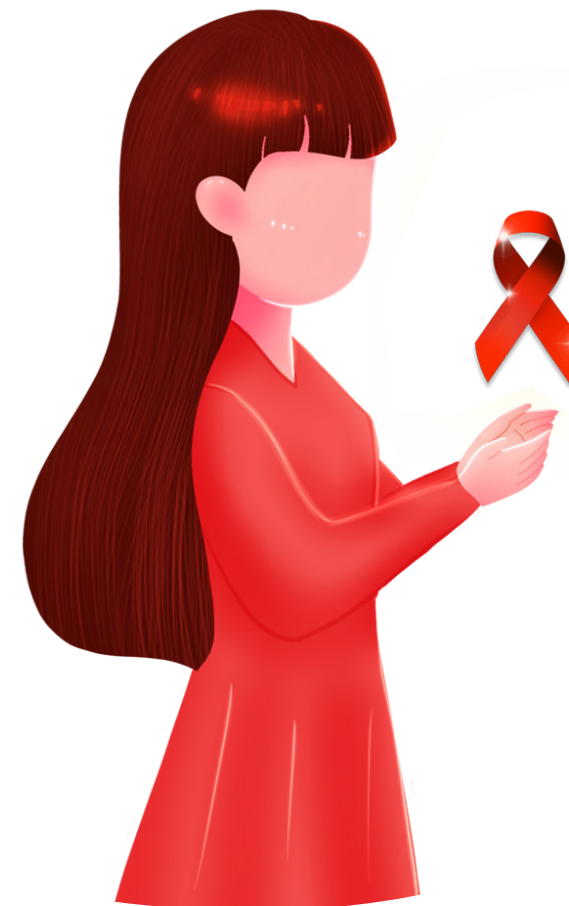
**+7 967 079-71-45**

**+7 915 452-83-92**

**+7 910 000-55-18**

**«Шаг к здоровью»**

Здесь вам ответят на вопросы про ВИЧ-инфекцию, дадут совет, как защитить себя, и проведут тестирование:



**КАК  
ЗАЩИТИТЬ  
СЕБЯ ОТ ВИЧ?**