

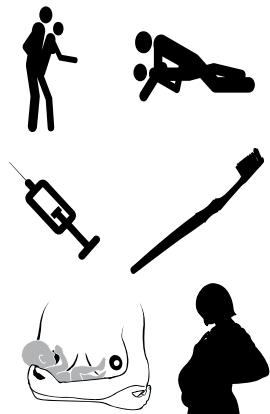
В этом информационном листе вы сможете найти основную информацию о том, как передается ВИЧ, как предотвратить заражение и как сократить риск передачи вируса во время сексуальных отношений, в независимости от того, живете ли вы с вирусом или нет.

Как передается ВИЧ?

Половым путем: вагинальное проникновение, анальный и оральный секс без защиты.

Через кровь: пользоваться использованными шприцами, личные материалы режущего свойства, которые содержат кровь; использовать нестерилизованные приборы для татуировок и пирсинга.

От матери к ребенку: во время беременности, родов или кормления.



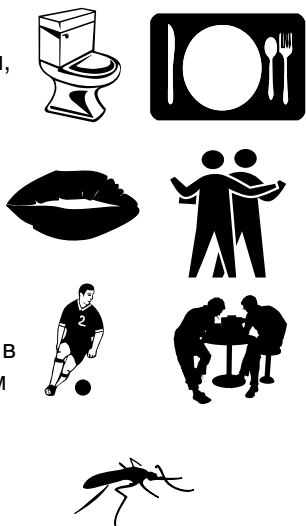
Как НЕ передается ВИЧ?

НЕ передается ВИЧ, если вы спите в одной и той же кровати, едите вместе и используете один и тот же туалет с ВИЧ-инфицированными.

НЕ передается ВИЧ при пожатии руки или поцелуе зараженного человека.

НЕ передается ВИЧ на работе, в школе или при занятии спортом с зараженными лицами.

НЕ передается ВИЧ при укусах комаров.



Какие жидкости демонстрируют больший потенциал для заражения ВИЧ?

- Кровь (в том числе кровь во время месячных)
- семенная жидкость
- вагинальные жидкости
- материнское молоко

Какие жидкости НЕ могут передать ВИЧ?

- Слюна, моча, пот и слезы не представляют угрозы для заражения ВИЧ.
- Жидкость, выделяющаяся до эякуляции, может содержать вирус, но не в достаточном количестве для передачи вируса.

Как происходит заражение ВИЧ?

Передача ВИЧ половым путем происходит, когда есть достаточный уровень вируса в крови, семени и вагинальных жидкостях. При этом вирус может войти в кровяные потоки человека, обычно через слизистые оболочки или маленькие ранки во влагалище, анусе, прямой кишке, рте или на коже.

ВИЧ не может передаваться через кожу. Без сомнения, из за своего маленького размера, некоторые части тела покрыты слизистыми оболочками (как, например, анус, прямая кишка, влагалище, пенис, рот и глаза), через которые вирус может проникнуть в кровяные потоки и поразить их.

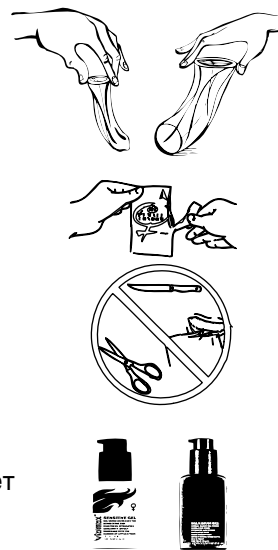
Как только ВИЧ выставить на воздух и воду, он не выживет на поверхности организма. Поэтому, вирус НЕ может передаваться через туалет, ни через совместное использование ложек и вилок, стаканов, полотенец и простыней, которые до этого использовались ВИЧ-инфицированными.

Как предотвратить заражение?

Использовать женский и мужской презерватив

При правильном использовании и если они не рвутся, женские и мужские презервативы - это проверенные способы предотвращения заражения ВИЧ и большинства инфекций, передающихся половым путем.

Использование лубрикантов на водной основе уменьшает риск разрыва презервативов и облегчает вхождение, что делает для многих людей секс более комфортным и приятным.



Риск заражения

Некоторые практики имеют больший риск заражения, такие как, например, секс без презерватива или пользование теми же шприцами по сравнению с практиками, такими как секс с презервативом и использование одноразовых шприцов. Лучший способ понять риск заражения - это знать следующую формулу (она помогает проиллюстрировать три условия, которые способствуют возможному заражению ВИЧ).

Жидкости тела с высоким уровнем ВИЧ

- Кровь (включая кровь во время менструации)
- Семенная жидкость
- Вагинальные выделения жидкость
- Материнское молоко



Практика /Ситуация

- Анальное или вагинальное проникновение без защиты
- Совместное использование шприцов
- Беременность
- Роды
- Кормление



Прямой доступ проникновения вируса в кровяные потоки

- Слизистая оболочка влагалища
- Слизистая оболочка ануса
- Слизистая оболочка уретры (в пенисе)
- Порезы и открытые раны
- Другие слизистые оболочки тела
- Ранки, вызванные заболеваниями, передающимися половым путем
- Ранки, вызванные инъекциями шприцами



Риск передачи ВИЧ

Три необходимые условия, которые увеличивают риск передачи ВИЧ следующие:

- Телесные жидкости с высоким количеством ВИЧ.
- Действие или ситуация, при которых жидкость, которая содержит вирус, входит в контакт с телом другого человека.
- Прямой доступ проникновения телесных жидкостей в тело другого человека.

Какие сексуальные практики способствуют заражению ВИЧ?

Высокий риск

- Анальное сексуальное проникновение без презерватива
- Влагалищное сексуальное проникновение без презерватива
- Влагалищное или анальное сексуальное проникновение необычным способом
- Влагалищное или анальное сексуальное проникновение с неправильным использованием презерватива
- Совместное использование сексуальных игрушек без презерватива для каждого нового использования без соответствующей чистки для каждого нового использования

Низкий риск

- Оральный секс без презерватива, практикуемый мужчине, без или с эякуляцией. Риск передачи увеличивается, если есть ранки на слизистых человека, который совершает оральный секс
- Оральный секс без презерватива, осуществляемый женщине
- Орально-анальный секс без защиты

Какая вероятность передачи ВИЧ?

Трудно подсчитать точный риск передачи ВИЧ для каждого человека в каждой данной ситуации. Детальная формула передачи, приведенная раньше, может быть хорошим способом, чтобы узнать личный риск инфекции. Также важно знать, что некоторые другие факторы могут увеличить риск инфекции ВИЧ:

- Тиметь инфекции, передающиеся половым путем (включая те, которые протекают без симптомов), увеличивает риск передачи или заражения ВИЧ в сексуальных отношениях.
- Люди с недавней инфекцией ВИЧ имеют более высокий уровень вируса в крови и, поэтому, есть более высокая возможность заражения ВИЧ во время острой фазы инфекции (если не принимать необходимые меры предосторожности).

- Люди, которые поддерживают сексуальные отношения без защиты с более чем одним партнером в короткий срок, имеют большую вероятность передать или получить ВИЧ.
- Биологически женщины, которые поддерживают сексуальные отношения, более незащищены перед ВИЧ, чем сексуально активные мужчины.

Уменьшить риск передачи ВИЧ

Хотя использовать презерватив - это самый надежный способ для предотвращения передачи ВИЧ, это не всегда реалистичный или желаемый способ для некоторых людей. Даже в этих случаях существует вероятность уменьшения риска передачи и повторной инфекции ВИЧ. Уменьшить риск - это хорошая альтернатива пренебрежению средствами предохранения для людей, которые не используют презервативы или не всегда используют.

В ситуациях, когда нет презерватива, предпочтительно:

- Использовать другие сексуальные практики, которые не включают проникновение, такие как, взаимную мастурбацию.
- Практиковать оральный секс вместо анального или вагинального взаимного проникновения.
- Использовать лубрикант во время проникновения.
- Практиковать активное проникновение вместо рецептивного.
- Практиковать секс без эякуляции, а не с эякуляцией.
- Уменьшить количество эякуляции во время проникновения.
- Уменьшить количество практик секса без защиты с одним и тем же партнером.
- Уменьшить количество половых партнеров, с которыми вы занимаетесь сексом без защиты.

Дополнительная информация:

Если вам нужна дополнительная информация о предотвращении ВИЧ и других инфекций, передающихся половым путем, вы можете позвонить по следующим бесплатным телефонам:

- Испанский Красный Крест: 900 111 000
- 900 Роза (900 Rosa): 900 601 601

Источники: gTt / Aids Vancouver / Canadian AIDS Society.