

Памятка «Как защитить себя!!!»

Зная основные пути передачи ВИЧ-инфекции, человек должен:

- **соблюдать правила личной гигиены:** использовать индивидуальную зубную щетку, бритву, маникюрные принадлежности и т.п;
- **не пробовать и не прикасаться** к наркотическим веществам: даже однократное введение наркотика может привести к заражению вирусом иммунодефицита человека;
- при прокалывании ушей **пользоваться исключительно стерильными инструментами;**
- **избегать вступления в ранние половые отношения,** так как это может привести к заражению ВИЧ.

