**Газета Человек и Закон № 21 от 21.06.18г**

**Правила безопасности по ВИЧ- инфекции**

Вот и наступило долгожданное лето! Так хочется длинными теплыми вечерами гулять, встречаться с друзьями, пробовать что- то новое, влюбляться и веселиться! Порой, в разгаре чувств даже забываешь о правилах безопасности, которым учат в школах и университетах, и это может привести к разным последствиям.

Итак, в этой статье я хочу напомнить о правилах, которые молодым людям стоит соблюдать для того, чтобы сохранить здоровье, не допустить ВИЧ- инфекцию и провести отличное лето.

По данным, которые были собраны в Центре СПИД, примерно 75% человек инфицировались ВИЧ половым путем. Часто люди, вступая в половые отношения с незнакомыми или малознакомыми людьми, надеются, что его «пронесет» и ничего не случится. Это позиция не верна, так как ВИЧ- инфекцией можно заразиться даже после одного полового контакта. Здесь есть важные правила безопасности: используй презерватив, не вступай в связь с незнакомыми людьми, подумай о том, чтобы начать позже половую жизнь.

Также необходимо помнить о наркотиках, которые распространяют с целью заманить в сети как можно больше молодежи. Наркотики – это большой риск, который ведет к зависимости и к заражению ВИЧ- инфекцией. К сожалению, молодые люди считают, что один раз не повлечет за собой последствий, но статистика доказывает обратное. Почти все, кто попробовал наркотик, возвращаются к нему снова. Так стоит ли начинать? Вот правила, которым нужно следовать: отказывайся от наркотиков, если предлагают и не води дружбу с компаниями, где модно принимать наркотики.

Летом часто хочется перемен: нанести модную татуировку на теле, на лице или сделать пирсинг. На хорошие, а соответственно дорогие салоны у молодых людей денег зачастую не бывает, а украсить себя хочется. Ребята ищут места подешевле или вообще делают это вместе с друзьями в домашних условиях. И в этом заключается риск - совершение таких процедур нестерильными инструментами, не соблюдение санитарных норм может привести к заражению ВИЧ- инфекцией и другими заболеваниями, такими как гепатиты. Поэтому подумай, возможно стоит подождать с татуировкой или пирсингом до более взрослого возраста или накопить на хороший салон, где соблюдаются все нормы.

Соблюдая безопасность ты сам управляешь своей жизнью, не позволяй вредным привычкам и минутным слабостям управлять тобой!

**ГККП «Центра по профилактике и борьбе со СПИД» акимата г.Астаны**

**Нурмагамбетова А.Т.-педогог**