



Exemplarz bezpłatny

Przepis na życie...

Jedynym sposobem na przedłużenie życia jest nieskracanie go sobie samemu. HIV nie wybiera – Ty możesz. Nigdy nie masz pewności, czy Twój nowy partner nie miał wcześniej kontaktów seksualnych i nie jest zakażony.

Można zakażać się HIV przez:

- stosunek hetero- lub homoseksualny z osobą zakażoną,
- wniknięcie zakażonej krwi do organizmu podczas wstrzykiwania zakażonego narkotyku lub używania zakażonej igły i strzykawki,
- używanie niesterylnych narzędzi medycznych,
- używanie niesterylnych narzędzi kosmetycznych, np: do tatuażu lub przekutwania różnych części ciała,
- transfuzję zakażonej krwi i produktów krwiopochodnych,
- zakażona matka może zakażać dziecko podczas ciąży, porodu oraz w trakcie karmienia dziecka własnym mlekiem.

Nie można zakażać się HIV:

- w zwykłych codziennych kontaktach z osobą żyjącą z HIV podczas wspólnej nauki, pracy, wspólnego mieszkania oraz osobistych i przyjacielskich kontaktów,
- korzystając wspólnie z naczyń, sztućców i urządzeń sanitarnych,
- przez kontakt ze śliną, potem i łzami, przez ukąszenie komara lub innych owadów.



Całodobowy ogólnopolski
telefon zaufania AIDS: **022 692 82 26**
www.aids.gov.pl



Sprawdź, jakie jest Twoje ryzyko zakażenia HIV. Zadanie to ułatwi Ci udzielenie odpowiedzi na poniższe pytania. Wybierz odpowiedź „tak” lub „nie”.

- | | tak | nie |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1. Czy miałeś przypadkowy kontakt seksualny? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Czy często zmieniasz partnerów seksualnych? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Czy lubisz zawierać znajomości „kończące się łóżkiem”? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Czy bierzesz narkotyki drogą dożylną? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Czy nadużycie alkoholu lub branie narkotyków było powodem utraty kontroli nad Twoim zachowaniem? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Jeżeli chociaż raz odpowiedziałeś „tak”, Twoje zachowanie jest ryzykowne i może prowadzić do zakażenia HIV.

Jak używać prezerwatywy

- Kupuj prezerwatywy z aktualną datą ważności.
- Prezerwatywy przechowuj z dala od źródeł ciepła i światła słonecznego.
- W razie uszkodzenia oryginalnego opakowania wyrzuć prezerwatywę.
- Ostrożnie rozerwij opakowanie prezerwatywy.
- Z członka w stanie wzwodu zsuń napletek.
- Czubek prezerwatywy ostrożnie ściśnij palcami tak, aby usunąć powietrze.
- Rozwiń prezerwatywę na członku aż do jego nasady.
- Po wytrysku wycofaj członek, przytrzymując brzeg prezerwatywy.
- Zsuń prezerwatywę, zawiąż, zawiń w papier i wyrzuć do kosza.
- Umyj dokładnie narządy płciowe.
- **Pamiętaj!** Każdą prezerwatywę można użyć tylko raz!

Prezerwatywa: EN ISO 4074:2002

LUST Wet, z lateksu kauczuku naturalnego, nawilżana, ze zbiorniczkiem, o szerokości 52 mm

Akcje wspiera: Unimil SA, 32-410 Dobczyce, ul. Towarowa 8

unimil®
www.unimil.com.pl



CE
0032