

4 правила ВЗРОСЛОЙ ЖИЗНИ

Правило 1: Умей сказать «Нет»

Секс – это не только удовольствие, но еще и ответственность. Половым путём передаются более 50 болезней: многие из них опасны, а ВИЧ без лечения и вовсе смертелен на стадии СПИДа. Стереотипы о том, что девушка должна быть покорной, а парень должен иметь обширный сексуальный опыт, ведут к тому, что сексуальные контакты растут в количестве. А чем больше половых контактов и партнеров, тем выше риск заражения. Но в моде сейчас осмысленные, искренние и бережные отношения с одним постоянным партнером, а не мимолетные удовольствия и походы налево и направо. Поэтому для начала нужно четко разобраться в своих ценностях, мечтах и границах и научиться говорить «нет»!

Правило 2: Пользуйся презервативами

Не бойся, что партнер спросит тебя: «Ты что, мне не доверяешь?» Запомни: «доверие» и «без презерватива» – это понятия с противоположным смыслом! Когда отношения доверительные, когда в них есть внимание и забота друг о друге, оба партнера будут, наоборот, настаивать на использовании презервативов. И глупо думать, что за «один раз» ничего не случится.

Правило 3: Избегай психоактивных веществ

Половой способ передачи ВИЧ – самый распространенный, но не единственный. Еще выше риск при введении наркотиков общим шприцем. Когда частицы крови человека с ВИЧ попадают в чужую вену, вероятность заражения составляет 95%. То есть достаточно «только попробовать». Кроме того, психостимуляторы усиливают сексуальное влечение, поэтому компании, где принимают запрещенные вещества, – прямой путь к потере контроля над собой, случайному незащищенному сексу и, как следствие, к ВИЧ.

Правило 4: Чек-ап – норма жизни

Пусть тебе кажется, что ты вполне благоразумен и никаких рискованных поступков не совершал – если у тебя есть сексуальная жизнь, проходить тестирование на ВИЧ хотя бы раз в год считается хорошим тоном. Но если ты чувствуешь необходимость провериться из-за какого-то конкретного происшествия, имей в виду: анализ не обнаружит ВИЧ сразу после того, как он попал в организм. Судить о том, произошло ли заражение, можно будет только через 3 месяца, а в некоторых случаях и позже. И твоя задача – быть в этот период настороже, ведь незнание своего ВИЧ-статуса совершенно точно не освобождает тебя от ответственности.

