

Как не заразиться ВИЧ и ГЕПАТИТОМ С

- **Всегда используй новый одноразовый шприц**

Шприцы можно бесплатно и анонимно получить в программах обмена игл и шприцев. Адрес ближайшего пункта смотри на сайте www.pmplus.by или спроси по телефонам: +375 (17) 286 16 53, +375 (25) 691 47 08.

Шприцы также можно и нужно покупать в аптеках. Шприцы стоят недорого, в дежурных аптеках их можно приобрести круглосуточно.

- **Если нет нового шприца, использую только свой шприц.**

Нужно хранить свой шприц при себе (например, клади в карман).

- **Если ты используешь общий шприц,**

то снизить риск заражения ВИЧ и гепатитом С **можно однократно промыть шприц хлоркой**, а затем двукратно чистой водой.



Дезинфекция хлоркой состоит из следующих шагов:

- 1) приготовить раствор хлорки;
- 2) 2 раза втянуть хлорку в шприц, сразу вытолкнуть обратно;
- 3) 2 раза промыть шприц чистой водой, чтобы удалить следы хлорки.

Для приготовления раствора хлорки можно использовать таблетки, например «Хлормикс» (производство Ирландия/Швеция/Дания), которые можно получить бесплатно на пунктах снижения вреда. Половину таблетки нужно **растворить в половине стакана воды. Такой раствор может храниться 5 суток.**

Береги себя, приходи на пункты снижения вреда.



Памятка предназначена для потребителей инъекционных наркотиков, которые находятся в продолжающемся употреблении, и направлена на снижение вреда от инъекционного наркопотребления.