

# 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](http://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.

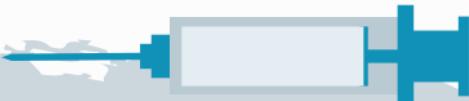
Шприцы стоят недорого, в дежурных аптеках их можно приобрести круглосуточно.

- **Если нет нового шприца,  
исользую 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 промыв 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.