Безопасный секс для лиц, не принимающих препараты для лечения ВИЧ или препараты ПрЭП

Препараты для лечения ВИЧ и препараты предэкспозиционной профилактики (ПрЭП) безопасны в использовании и эффективно предотвращают передачу ВИЧ. Но если вы не готовы ежедневно принимать лекарства для лечения или профилактики ВИЧ, вы можете практиковать безопасный секс и оставаться здоровым с помощью следующих способов.

Используйте для секса рот, руки или игрушки.

- Оральный секс, мастурбация, поцелуи и стимуляция ануса или гениталий пальцами или игрушками для секса может доставить сексуальное удовольствие без риска передать ВИЧ.

Как можно чаще используйте презервативы.

- При правильном использовании презервативы помогают предотвратить ВИЧ и другие инфекции, передающиеся половым путем, а также нежелательную беременность. Для снижения вероятности разрыва презерватива добавляйте лубрикант на силиконовой или водной основе.
- Во время вызванной COVID-19 чрезвычайной ситуации в области здравоохранения вы можете получить **бесплатную** продукцию для безопасного секса, заказав ее в интернете через программу «Door 2 Door» (От двери до двери). Также вы можете найти расположенный рядом с вами пункт выдачи бесплатной продукции для безопасного секса, воспользовавшись картой NYC Health Map («Здоровый Нью-Йорк») или позвонив по номеру **311.**

В экстренных случаях используйте препараты постэкспозиционной профилактики (ПЭП).

- Если вы ВИЧ-отрицательны и полагаете, что могли оказаться в контакте с ВИЧ, сразу же примите препарат экстренной ПЭП.
- Вы можете начать принимать препарат ПЭП, не посещая отделение неотложной медицинской помощи или клинику. Позвоните на горячую линию ПЭП по Нью-Йорку (номер **844-373-7692** работает круглосуточно и без выходных).

Регулярно проходите обследование на инфекции, передающиеся половым путем (включая ВИЧ).

- Инфекции, передавающиеся половым путем (ИППП), не всегда сопровождаются симптомами, особенно в области ануса и гортани. Заражение ИППП облегчает заражение и передачу ВИЧ.
- Проходя обследование каждые три–шесть месяцев и при необходимости немедленное лечение, вы сохраните здоровье и поможете предотвратить передачу ВИЧ или других ИППП своим партнерам.

- Если у вас нет поставщика медицинских услуг, вы можете позвонить на горячую линию Клиник сексуального здоровья г. Нью-Йорка по номеру **347-396-7959** или посетить одну из этих клиник. С расписанием работы клиник можно ознакомиться на сайте Sexual Health Clinic (Клиник сексуального здоровья).

Рекомендации Департамента здравоохранения г. Нью-Йорка могут изменяться по мере развития ситуации. 6.23.20