



# Сендвич

Издаётся информационным центром «ИНФОКОНТАКТ»  
Одесского областного благотворительного фонда  
«ЗА БУДУЩЕЕ БЕЗ СПИДА»  
т. 732-62-35, e-mail: aidsvv@ms.odessa.ua.

## Информационный листок для молодёжи по профилактике ВИЧ/СПИДа

№6

### Я достаю из широких штанин...

Широкому выбору цветов, форм и запахов современных латексных кондомов может позавидовать любой набор косметики. При наличии хотя бы небольшой фантазии ваш секс станет только разнообразнее. Подумай: вместе его одеваешь, смазываете...

Презерватив препятствует проникновению в организм сексуальных секретов партнеров (спермы, вагинальных выделений), в которых могут содержаться различные вирусы.

Если ты пользуешься презервативами, это вовсе не свидетельствует о недоверии к партнеру, это означает только, что ты заботишься о здоровье партнера и о своем здоровье. Нужно только правильно ими пользоваться. Есть десять золотых правил по применению «изделия №2».

1. Будь осторожен, чтобы не повредить изделие, когда открываешь упаковку, особенно если у тебя длинные ногти и кольца на руках.

2. Не стоит за 2 часа до применения презерватива открывать его, и тем более надавливать. Для этого люди придумали воздушные шарики.

3. Надевай презерватив только при полной эрекции.

4. Сожми верхушку презерватива (спермоприемник) большим и указательным пальцами, чтобы в ней не было воздуха, и осторожно раскатай.

5. Надевать презерватив следует на всю длину пениса.

6. Никогда не пользуйся такими масляными смазками, как вазелин или детский крем – они портят презерватив, и в результате он может порваться.

7. После эякуляции осторожно снимите презерватив, придерживая его за кольцо.

8. Презервативы предназначены только для одноразового использования, поэтому не вздумай попользоваться им еще раз.

9. После применения презерватив следует завязать и выбросить в урну.

10. Никогда не одевай два презерватива сразу – это неудобно, да и порваться они могут быстрее.



-Ни в коем случае не покупай презервативы с рук или в киосках. Их качество под большим вопросом, поскольку в таких условиях трудно уберечь изделие от влаги и мороза.

-Нужно обязательно проверить срок годности.

-Делая выбор, не стоит забывать о странах, производящих наиболее качественные презервативы. На сегодня самыми крутыми производителями считаются Голландия, Англия и Россия.

-Необходимо поинтересоваться, соответствует ли выбранный вами презерватив международным стандартам. Пять лет тому назад по этому поводу был грандиозный скандал, который спровоцировали японцы. Они вывели на мировой рынок свои презервативы, которые соответствовали среднестатистическому размеру азиатского полового органа, а на европейский налезали лишь наполовину...

### Презерватив-невидимка

Как уже было не раз, мышцы вновь помогли изобрести что-то новенькое. На сей раз это – презерватив, принципиально отличающийся от всех существующих. Он представляет собой гель для вагинального применения, не имеет цвета, запаха и вкуса. Более того, он практически никак не дает о себе знать, поскольку невидим и его не ощущает ни мужчина, ни женщина. Зато он прекрасно предохраняет от беременности и является преградой для различных болезней, передающихся половым путем. Даже для СПИДа!

Принцип действия нового защитного средства достаточно прост. Гель вводится внутрь, где образует слой, закрывающий слизистые оболочки.

Канадские ученые, создавшие невидимый презерватив, считают, что это – революционное открытие в области контрацепции. Первый этап – опыты на мышах – уже пройден.

### Чем болевают любители пирсинга?

Медики весьма встревожены распространившейся модой на пирсинг. Есть сведения, что даже сравнительно безобидные проколки в носу или на брови могут вызвать хронические воспалительные заболевания сердечной мышцы. Особенно опасны украшения, проникающие в полость рта, – на губах и щеках. Во рту постоянно нахо-

дятся миллионы бактерий, и даже при самом тщательном соблюдении правил гигиены инфекция из проколотовой области все равно может распространиться по организму.

К наиболее типичным неприятным последствиям проколов на щеках и губах относятся отеки, увеличивающееся слюноотделение, сильная предрасположенность к кариесу и повышенная чувствительность к металлу. Последнее может создать серьезные проблемы, если человек соберется ставить коронки из металла или металлокерамики. Выяснилось также, что в области проколки десны начинают отходить от зубов, обнажая их корни. Это не просто серьезный косметический дефект, но и прямая дорога к пародонтозу и выпадению зубов.

### Кольцо на пальце – не к добру

Девушки мечтают поскорее надеть на палец обручальное кольцо, дамы – кольцо с бриллиантом. Но исследования, проведенные современными учеными, показали, что тесные кольца очень опасны для здоровья. Кольцо на безымянном пальце может спровоцировать мастопатию, заболевания половых органов и эндокринных желез; на среднем пальце – атеросклероз, гипертонию; на указательном – остеохондроз и радикулит; на мизинце – патологию двенадцатиперстной кишки. Если вы не можете выйти на люди без этих украшений, то снимайте их хотя бы на ночь, советуют доктора.

### Татуировки пожирают мужские бицепсы

Мужчинам, которые ценят свою крепко сбитую натренированную фигуру, не следует увлекаться татуировкой. Недавно из-

раильские медики обнаружили, что модные чернильные рисунки на коже могут сжирать мышечную массу. У некоторых пациентов на месте татуировок совершенно пропали мускулы, и на округлых прежде бицепсах появились заметные вмятины. Чем обширнее площадь рисунка, тем больше вмятина. Объяснить причины исчезновения мышц врачи пока не могут. Предположительно, так случилось потому, что либо неумелый художник повредил ткани иглой, либо в чернилах содержится ядовитый пигмент. Врачи склоняются ко второй версии. К сожалению, вернуть плечам прежние внушительные формы невозможно. Во всяком случае, даже после того, как татуировку аккуратно вывели, мышцы снова не narosли.

### Есть и худеть одновременно небезопасно

Пользуясь всякими сжигателями жира, вы неизбежно поглощаете пиколинат хрома. «Journal of the American Medical Association» сообщает, что это вещество обладает канцерогенным действием. Исследователи доказали, что пиколинат хрома стимулирует расщепление ДНК в клетках. Когда это происходит в сперматозоидах или яйцеклетках человеческого организма, они злокачественно перерождаются либо гибнут. Вывод: не стоит пытаться компенсировать прожорливость рекламируемыми препаратами.



Все-таки лучше остановиться на рациональном питании – проверенном веками средстве для похудения.

По материалам журнала «С», №3, 2001

\*\*\*

Британские ученые изобрели унитаз, способный делать моментальный анализ мочи на определение беременности. Кроме того, он снабжен специальными приборами, с помощью которых можно выявить и прочие неприятности, включая диабет. Быстренько проверив мочу и кал на содержание в них непотребств, унитаз может сразу отправить сообщение лечащему врачу по Интернету.



«Здоровье и питание», №10, 2001

Подборка материала: Пахомова Юлия

Информационный Центр «ИНФОКОНТАКТ» Одесского областного благотворительного фонда «За будущее без СПИДа».

Украина, 65031, Одесса, ул. Химическая, 5. Тел. 38-048-7326235. E-mail: aidsvv@ms.odessa.ua

Информация по вопросам диагностики, лечения и профилактики ВИЧ/СПИДа предоставляется в неограниченном количестве на дискеты формата 3,5" или размножается на бумаге заказчика (не более 20 листов формата А-4 на один заказ в месяц). Принимаются заказы на поиск информации по Российско-Украинской Сети инфообмена.

Информационный листок «СендВИЧ». Свидетельство серии ОД, регистрационный № 633 от 27 июня 2000 г.

Издаётся при информационной поддержке: «СПИДинфосвязь» (Москва), «Гуманитарная Инициатива» (Киев), «Алая Лента» (Харьков), «Аванте» (Львов).

Распространяется БЕСПЛАТНО волонтерами Фонда.

Тираж 1000 экз.

Редактор: Пахомов В.А.

Эл. верстка: Слепнев А.В.

Издаётся при поддержке организации «Врачи без границ» (Голландия)

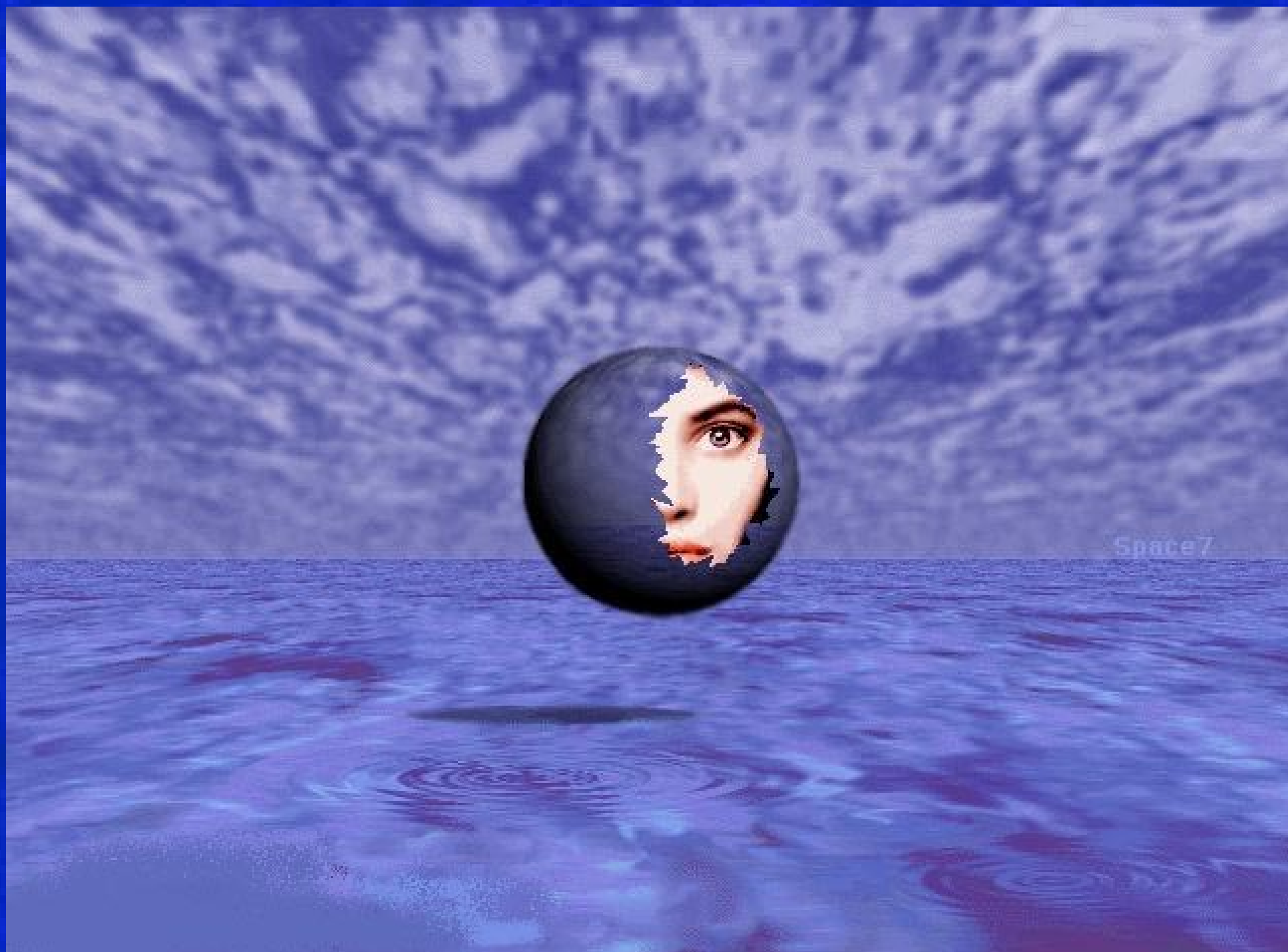




**1 декабря**  
Всемирный день борьбы со  
**СПИДом**



# Меня это волнует... А тебя?



Тебе нравилось мечтать?

Теперь у тебя только одна мечта - принять. В памяти - только последняя ломка, телефонный номер барыги и твоя доза. Доза, которая нужна, чтобы ходить. Доза, чтобы говорить. Доза, чтобы думать. Доза, чтобы умереть... А где же доза для кайфа? Она бывает только один раз в жизни. В первый раз. Да, для свободного человека выбор есть всегда. Но ты уже не свободен. Серый и хлюпкий, ты сидишь в луже. Она называется - зависимость от наркотика. Она будет долго мучить тебя, пока не отправит туда, где его нет, где нет вообще ничего.

Внутривенный способ - самый опасный. Инъекции разрушают вены и артерии. Все это может привести к ампутации пальцев и даже конечностей. Внутривенное введение наркотиков ведет к заражению ВИЧ, гепатитами В и С, к заражению крови. Самое важное - не употреблять никаких наркотиков. Отказ от наркотиков - это отказ от опасностей, связанных с ними. СПИД - смертельное

заболевание, которое начинается с проникновения в организм ВИЧ (Вируса Иммунодефицита Человека).

К сожалению, даже после 17 лет существования этого заболевания, от него не найдено лекарства. Но можно предотвратить заражение, а для этого нужно знать, как передается ВИЧ и как можно себя защитить.

Существуют только три пути заражения ВИЧ (СПИДом):

- через кровь - при использовании одного и того же шприца для введения наркотиков, при переливании крови и пересадке органов от зараженного,
- при незащищенном сексуальном контакте без презерватива,
- от матери к ребенку - во время беременности и родов или при кормлении через грудное молоко.

Каждый год в Одесской области выявляется 2000 ВИЧ-инфицированных. С начала эпидемии от СПИДа умерло 585 одесситов...