

기회감염 예방 - HIV와 함께 살아가기, 파트 7

기회감염 또는 **이**는 면역체계가 약한 사람에게서 더 자주 발생하는 감염입니다. HIV 감염자도 이에 속합니다.

이를 예방하는 가장 좋은 방법은 정기적으로 검진을 받고 처방받는 대로 HIV 약을 복용하는 것입니다. 담당 의사가 특정 **이**를 예방하기 위해 다른 약을 처방할 수도 있습니다.



HIV 약을 꾸준히 복용하여 체내 HIV의 양을 가능한 낮게 유지할 수 있습니다. 그러면 면역체계를 건강하게 유지하는 데 도움이 됩니다.

HIV 약 복용에 더하여, 면역체계를 건강하게 유지하여 **이**를 예방하기 위해 취할 수 있는 다른 조치들이 있습니다.

- 성매개 감염을 예방하기 위해 지속적으로 그리고 정확하게 콘돔을 사용합니다.
- 마약 주사 기구를 공유하지 않습니다. C형 간염에 감염된 혈액이 주사기 및 주사바늘에 남아있을 수 있습니다.
- 백신을 접종합니다. 담당 의사가 어떤 백신이 필요한지 알려드릴 수 있습니다.
- 어떤 세균에 노출되었는지 이해하고 이에 대한 노출을 제한합니다. 여기에는 결핵 또는 대변, 침이나 동물의 피부에서 발견되는 세균 등의 감염이 포함됩니다.



- 특정 음식을 먹지 않도록 합니다. 이는 덜 익힌 계란, 저온살균하지 않은 우유 및 치즈, 저온살균하지 않은 과일 주스 및 생 종자 새싹 등입니다.
- 호수나 강에서 처리되지 않은 물을 직접 마시지 마십시오. 외국의 수도물 역시 안전하지 않은 경우가 종종 있습니다. 생수나 정수 필터를 사용하십시오.
- **이**에 걸릴 위험이 높아지지 않도록 하기 위해 직장, 집 및 휴가 중 활동에 대해 담당 의사에게 문의하십시오.

HIV/AIDS에 대한 질문이 있으시면 꼭 답변을 듣도록 하십시오. 공중 보건국, 의료제공자 및 공공도서관에서 도움을 받을 수 있습니다.

Text is from HIV/AIDS sources from the Department of Health and Human Services and adapted by HealthReach and Healthy Roads Media. This project has been funded in whole or in part with Federal funds by the National Library of Medicine award number HHSN276201500011I awarded to the Center for Public Service Communications. Images from iStock.com.