

주사용 약물의 HIV 위험성 낮추기 - 약물 남용, 파트 4



주사용 마약을 사용하고 있는 경우, HIV에 감염될 위험을 낮추기 위해 할 수 있는 몇 가지 조치들이 있습니다.

주사할 때마다 멸균된 새 주사바늘과 마약 준비 기구 또는 "마약 주사 기구 세트(works)"를 사용하십시오. 새 주사바늘과 마약 주사 기구 세트는 바늘 교환 프로그램(needle exchange program)에서 얻을 수 있습니다. 일부 약국에서 처방전 없이 주사바늘을 구매할 수도 있습니다. 멸균 주사바늘을 찾을 수 없다면 담당 의료제공자와 상담하십시오.

새 주사바늘을 정말로 찾을 수 없다면, 사용한 주사바늘을 표백제로 깨끗하게 닦습니다. 이러한 조치로 HIV 감염 가능성을 낮출 수 있으나, 여전히 위험은 남아 있습니다. 마약을 준비할 때는 5분간 끓인 물과 같이 멸균된 물을 사용하십시오. 또는 깨끗한 수돗물과 같이 믿을 수 있는 출처로부터의 깨끗한 물을 사용하십시오.

주사 전에는 새 알코올 솜으로 피부를 닦으십시오.

주사바늘이나 "마약 주사 기구 세트"를 절대 같이 쓰지 마십시오! 귀하의 손이나 주사바늘 또는 주사도구에 다른 사람의 피가 묻지 않도록 주의하십시오.



한 번 사용한 후에는 주사바늘과 주사기를 버리십시오. 일반 쓰레기통에 버리는 것은 안전하지 않습니다. 사용한 주사바늘과 주사기를 다 쓴 우유병에 모아두었다가 밀봉한 후 버릴 수 있습니다. 다른 사람이 위험해지지 않도록 용기를 버리는 정확한 방법에 대해 현지 보건국에 문의하십시오.

HIV 검사는 적어도 1년에 한 번 받으십시오.

HIV 예방을 위해 매일 복용하는 약, 즉 노출 전 예방요법 또는 PrEP에 대해 의료제공자에게 문의하십시오.

마약에 취해있을 때는 성관계를 하지 마십시오. 성관계를 하는 경우는 항상 정확한 방법으로 콘돔을 사용하십시오.



HIV 감염 위험을 낮추는 가장 좋은 방법은 마약 사용을 중단하는 것입니다. 물질남용 치료에 대해 의료제공자와 상담을 하십시오. 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.