HIV 검사결과가 양성으로 나온 경우

HIV 양성이라는 것을 안다는 것은 견디기 어려운 일입니다. 만감이 교차하겠지만, 모르고 있는 것 보다는 아는 것이 더 낫다는 것을 기억하십시오.

필요한 치료를 받는다면 더 오래 건강하게 사실 수 있습니다.

도움을 받을 수 있습니다
HIV 환자를 다루는 훌륭한 의사들이 많이 있습니다. 좋은 의학치료를 받으면 AIDS로 발전하지 않거나 다른 HIV관련 질병없이 건강하게 지내실 수 있습니다.

임신 중이라면 특히 더 HIV 전문의를 만나는 것이 중요합니다. 약을 사용해서 귀하의 상태를 돕고 아기가 HIV에 감염될 가능성을 훨씬 낮출 수 있습니다.

자기자신을 보살피십시오

- 좋은 의학치료를 받으십시오.
- 우울증이나 알코올 및 기타 약물 사용과 관련해서 도움을 받을 수 있습니다.

- 성행위를 할 때마다 매번 남성용 라텍스 콘돔 (또는 여성용 콘돔)을 사용하십시오.
- 믿을 수 있는 가족이나 친구에게 말하십시오. –이들로 부터의 지원이 귀하에게 도움이 될 것입니다.

파트너에게 알리십시오

혼자서 마음고생 하실 필요가 없습니다!

- 원하신다면, 귀하와 성행위를 했거나 바늘을 나누어 쓴 사람들 모두에게 HIV에 노출되었을 수 있다는 것을 말해 주십시오.
- 만약 원하신다면, 뉴욕시 보건 및 정신위생국에서 귀하의 파트너에게 그 사실을 전해 드릴 수도 있습니다. 귀하의 이름이나 신원이 밝혀질 만한 사항을 전혀 언급하지 않고 말씀을 해 드릴 수 있습니다.

섹스는 어떻게 합니까?

섹스 중 귀하의 혈액, 정액 또는 질액을 통해서 다른 사람들이 HIV에 감염될 수 있습니다. 섹스를 함으로써 귀하도 기타 성병 (STD) 및 HIV 변종에 노출될 수 있습니다.

섹스를 하기로 결심한 경우:

- 질, 항문 또는 오럴 섹스를 할 때 마다 항상 남성용 라텍스 콘돔 또는 여성용 콘돔을 사용하십시오.
  라텍스 알레르기가 있는 경우에는 폴리우레탄이나 기타 합성재질의 콘돔(여성용 포함)을 사용하십시오.
- 양가죽과 같은 "천연" 재질의 콘돔은 **절대 사용하지 마십시오**. 천연재질의 콘돔은 임신을 방지할 뿐이며, HIV 및
- 기타 성병 (STD)을 막지는 못합니다.
- 성행위 상대의 수를 제한하십시오. 섹스를 할 때 술이나 약물을 복용하지 마십시오.
- 검사를 받고 성병 (STD) 치료를 받으십시오.

자기자신 및 다른 사람들을 보호하십시오

HIV를 퍼트리는 것을 완전히 피하는 유일한 방법은 섹스를 하지 않고 주사바늘 및 耐瘦머들을 다른 사람과 함께 사용하지 않는 것입니다.

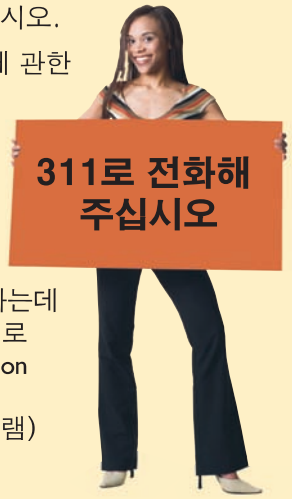
이 밖에도 다음과 같이 조심해야 할 사항들이 있으니 명심하십시오:

- 칫솔이나 면도날을 다른 사람들과 함께 사용하지 마십시오.
- 비타민 투여 또는 피어싱이나 문신에 사용하는 바늘을 다른 사람들과 함께 사용하지 마십시오.
- 모유를 통해 HIV에 감염될 수 있다는 것은 사실입니다. 의사와 먼저 상의를 한 후 모유수유를 하십시오.

HIV는 가벼운 접촉 또는 침, 오줌, 땀에 의해 감염되지 않습니다.

다음과 같은 도움 및 정보가 필요하시면 311로 전화해 주십시오:

- 무료, 비밀 (또는 익명) 상담 및 HIV 검사.
- 무료 또는 저가의 건강보험 혹은 의학치료가 필요한. 경우 311로 전화해서 AIDS-핫라인을 찾아 주십시오.
- 우울증, 음주, 약물복용에 관한 문제는 아시안 라이프넷 (한국어: 1-877-990-8585) 영어문의 1-800-LifeNet (1-800-543-3638)로 전화 하십시요.
- 파트너에게 사실을 통보하는데 어려움이 있으시다면 311로 전화해서Contact Notification Assistance Program (CNAP, 상대방 통보 지원 프로그램)을 찾아 주십시오.



NYC Health
nyc.gov/health
뉴욕시 보건 및 정신 위생국
THE NEW YORK CITY DEPARTMENT of HEALTH and MENTAL HYGIENE
Michael R. Bloomberg, 시장
Thomas R. Frieden, M.D., M.P.H. 국장

TAKE CARE NEW YORK 건강한 뉴욕인
귀하의 HIV 상태를 아십시오: 건강한 뉴욕으로 가는 중요한 첫걸음입니다.