

HIV 검사를 받으십시오.

위험성이 있는 행동을 줄이고 자기 자신과 다른 사람들을 보호하기 위해 콘돐을 사용하십시오.

귀하의 상태는 어떻습니까?



**안전하게
처신하십시오**



**치료를
받으십시오**



**검사를
받으십시오**

- 100,000명 이상의 뉴욕인들이 HIV에 감염되어 있습니다.
- 4명 가운데 1명이 자기가 감염되었다는 사실을 모르고 있습니다.
- 아직까지는 백신도 없고
- 완치도 불가능합니다.
새로 개발된 약물과 조기 치료 덕분에 HIV 감염자들이 계속 직업을 유지하고 가족을 부양하면서 예전보다 더 오래, 더 잘 살고 있습니다.



귀하의 HIV 상태를 아십시오 - 검사를 받으십시오

왕성한 성행위를 한 적이 있거나, 또는 주사를 통해 한번이라도 마약을 투여한 적이 있었다면, HIV 검사를 받으셔야 합니다.

- 1시간 이내에 결과가 나오는 속성 검사를 받으실 수 있습니다.
- 감염이 되었다면, 의학치료를 받아서 더 오래 더 잘 살 수 있으며, 다른 사람들이 감염되는 것을 방지할 수도 있습니다.
- 임신 중이거나 임신계획이 있다면, 귀하의 HIV 상태가 어떤지 앞으로써 아기의 생명을 구할 수 있습니다.



자기자신 및 다른 사람들을 구하십시오

성관계를 갖지 않고 마약주사를 맞지 않는 것이 HIV에 감염되지 않을 수 있는 유일한 방법입니다.

- 지속적인 성관계를 하고 계시다면, 감염되지 않았다는 것을 확실하게 아는 상대와 서로 상호간에 일부일처의 관계에서 성관계를 갖는 것이 HIV 감염 및 전파 위험을 줄일 수 있는 유일한 방법입니다. 만약 이런 일부일처 관계를 벗어나서 성관계를 가지신다면, HIV
- 감염 및 전파를 줄이기 위해 다음의 조치들을 취하십시오:
- 질, 항문 또는 오럴 섹스를 할 때마다 항상 라텍스 콘돔을 사용하십시오.

- 성관계 대상의 수를 제한하십시오. 상대의 수가 많을 수록 더 큰 위험에 노출됩니다. 모르는 사람과의 섹스도 위험을 증가시킵니다.

- 성관계시, 알코올 및 기타 약물사용을 피하십시오. 약물에 취한 상태에서는 콘돔을 사용해야 한다는 사실을 기억하기가 훨씬 더 어렵습니다.

- 마약투여시, 절대로 바늘을 다른 사람들과 함께 사용하지 마십시오. 매번 소독이 된 새 바늘 및 "기구" 들을 사용하십시오. 자세한 정보 및 도움이 필요하시면, 311로 전화해 주십시오.



B.Y.O.C. (Bring Your Own Condom: 자기가 쓸 콘돔을 가지고 다니십시오)

라텍스 콘돔을 사용해서 HIV 및 다른 성병(STD)들에 걸리는 것을 방지할 수 있습니다.

- 라텍스 콘돔을 사용하십시오.
- 양가죽과 같은 “천연” 재질의 콘돔은 임신을 방지할 뿐이며, HIV 및 기타 성병(STD)으로 부터 귀하를 보호해 주지는 않습니다.
- 라텍스 알레르기가 있다면, 폴리우레탄 또는 기타 합성재질의 콘돔을 사용하십시오.
- 질에 넣는 여성용 콘돔도 폴리우레탄 재질로써, HIV 감염을 막아 줍니다.



HIV 보유자라면, 다음 사항들을 아는 것이 중요합니다

HIV에 감염된 경우, 그 사실을 알고 있다면 자기 건강을 더 잘 보살필 수 있습니다:

- HIV 치료약을 복용하면 더 오래, 더 잘 살 수 있습니다.
- 건강하게 지내기를 원하신다면 이 밖에도 다음과 같은 것들을 하실 수 있습니다:
 - 감기 및 폐렴 예방주사를 맞으십시오.
 - 담배를 끊으십시오. 도움이 필요하다면, 311로 전화해서 금연 라인 (Smokers' Quitline)을 부탁하십시오.
 - 알코올 및 약물문제 관해 도움을 받으십시오. 담당의사에게 문의 하거나 아시안 라이프넷 (한국어: 1-877-990-8585) 영어문의1-800-LifeNet (1-800-543-3638)로 전화 하십시오. 또는 311로 전화해서 아시안 라이프넷을 찾으십시오.

물어보고, 알리십시오! 만약 HIV에 감염되었다면:

- 성행위 상대 모두에게 알려서, 그 사람들도 검사 및 상담을 받도록 하십시오. 성행위 상대자들에게 통보하는데 있어서 도움이 필요하다면 담당의사에게 물어보거나, 311로 전화해서 CNAP을 찾으십시오 (**상세정보** 참고).
- 성관계를 가지고자 하는 사람 모두에게 섹스를 하기 이전에 (상대가 물어보지 않더라도!) 귀하가 HIV-양성임을 밝히십시오.

- 라텍스 콘돔없이 절대로 섹스를 하지 마십시오. HIV 치료제를 사용하고 있고 바이러스가 감지되지 않는다 하더라도 여전히 HIV를 옮길 수 있습니다. 콘돔을 사용함으로써:
- 귀하가 약물치료에 더 독하고 내구성이 강한 다른 성병 (STD) 및 기타 HIV 변종에 걸리는 것을 막아 줍니다.
- 섹스 상대를 감염시키는 것을 막아 줍니다.
- 주사바늘 또는 “기구” 들을 절대로 다른 사람과 함께 사용하지 마십시오.

어떤 행위들은 다른 행위들 보다 더 위험합니다

여태까지 알려진 가장 신빙성있는 증거에 따르면:

- 주사바늘을 다른 사람들과 같이 사용함으로써 HIV를 옮길 가능성이 아주 큽니다.
- 항문성교에서 삽입을 받아 들이는 경우가 위험성이 가장 큰 성행위입니다 질 삽입을 받아 들이는 사람의 5배, 오럴 섹스 삽입을 받아 들이는 사람의 10배입니다.
- 항문 또는 질 삽입을 하는 경우는 오럴 섹스 삽입의 경우 보다 그 위험성이 10배로 큽니다.
- 오럴 섹스도 양쪽 행위자 모두에게 위험부담이 있기는 하지만, 다른 삽입 행위들보다는 덜 위험합니다.
- 콘돔을 사용함으로써 항문, 질, 그리고 오럴 섹스 시, 양쪽 행위자 모두에게 HIV가 전염되는 것을 크게 줄일 수 있습니다.

일상 활동을 통해서 HIV에 감염되지는 않습니다

- HIV는 약물투여나 성행위를 통해서 전염되거나, 또는 임신이나 모유수유시 어머니로부터 아기에게 전해집니다.
- 헌혈, 악수, 식사 시 같은 그릇 사용, 공중화장실 휴지 사용, 운동하기, 키스와 같은 활동들을 통해서 HIV에 감염될 수 없습니다.

검사를 받을 수 있는 장소

- 담당의사 또는 의료단체를 통해서 HIV 검사를 받으실 수 있습니다.
- 여러 지역사회 단체들이 HIV 검사를 해 드립니다.
- 5개 보로 모두 공공 보건소에서 무료 검사를 제공합니다. (상세정보 참고).
- 18세 미만의 경우, 상담, 검사 또는 치료를 위해 부모의 동의가 필요하지 않습니다.

귀하의 HIV 상태를 아십시오

치료를 받으십시오



안전하게
처신하십시오



검사를 받으십시오

뉴욕시 보건 및 정신 위생국
New York City Department of Health and Mental Hygiene
 125 Worth Street, Room 1047, CN 33
 New York, N.Y. 10013

Michael R. Bloomberg, 시장
 Thomas R. Frieden, M.D., M.P.H., 국장

통신국 **Bureau of Communications**
 Sandra Mullin, 부국장
 Cortnie Lowe, M.F.A., 편집국장
 Drew Blakeman, 수석 집필인
 Kenneth Lo
 Sara Schanzer
 Keiko Sakagami, Ed.D., C.H.E.S.

협력부서:
 질병 관리과 Division of Disease Control
 HIV/AIDS 예방 및 관리국 Bureau of HIV/AIDS Prevention and Control

귀하의 상태는 어떻습니까?		
-	+	?
안전하게 자신해십시오	자료를 받으십시오	검사를 받으십시오

HIV 검사를 받으십시오.

311 번으로 문의하십시오
 긴급사항이 아닌, 뉴욕시 내에서 서비스가 필요한 경우
 170개 언어로 전화통역 서비스 제공

상세 정보

- 무료, 비밀 또는 익명 상담 및 검사를 어디에서 받을 수 있는가에 대한 정보를 비롯하여 HIV 및 기타 성병 (STD)에 관한 상세한 정보를 원하시면, 311로 전화를 하시거나 웹사이트 nyc.gov/health/std를 방문해 주십시오.
- 파트너에게 사실을 통보하는데 도움이 필요한 경우: 311로 전화해서 CNAP(Contact Notification Assistance Program)를 찾으십시오.
- 질병예방 및 방지 센터(Centers for Disease Control and Prevention): www.cdc.gov/hiv
- 위험감소연합 (Harm Reduction Coalition): www.harmreduction.org

311
 번으로
 전화하십시오

모든 호의 건강회보를 보실 수 있습니다

nyc.gov/health에서 모든 호의 건강회보를 보실 수 있습니다.

무료 이메일 구독은 nyc.gov/health/e-mail에서 하실 수 있습니다.

우편으로 받아 보기를 원하는 경우에는 이름과 주소를 healthcml@health.nyc.gov로 보내 주십시오.