**پیشگیری:**

ایدز یک بیماری رفتاری است آن چه، ما را در معرض خطر قرار می دهد رفتار پر خطر ماست، نه زندگی در کنار افراد مبتلا

**مطمئن ترین راه پیشگیری از ابتلا به ایدز**  داشتن رفتار سالم، پرهیز از روابط جنسی خارج از چارچوب خانواده و پرهیز از اعتیاد است .

راه های پیشگیری از انتقال بیماری:
پیشگیری از انتقال بیماری از طریق ابزار مشترک: پرهیز از مصرف مواد مخدر و یا محرک پرهیز از استفاده مشترک از وسایل تیز و برنده نظیر وسایل تزریق، سوزن خالکوبی و تیغ اصلاح اجرای برنامه درمان نگهدارنده متادون
پیشگیری از انتقال جنسی بیماری:خویشتن داری در زمان تجرد ،وفاداری به همسر و ارتباط جنسی در چارچوب روابط صحیح خانوادگی ،استفاده از کاندوم در ارتباط جنسی با شریک جنسی مبتلا و یا مشکوک به ابتلا ، پرهيز از مصرف مواد مخدر یا  محرک

پیشگیری از انتقال اچ آی وی از مادر به فرزند:
تحت نظر بودن مادر مبتلا توسط پزشک ،مصرف داروهای ضد ویروس در مادر مبتلا طی بارداری و زایمان ،انتخاب زایمان بصورت  سزارین بجای زایمان طبیعی ،مصرف داروهای ضد ویروس برای نوزاد متولد شده از مادر مبتلا،خودداری مادران مبتلا از شیردهی به نوزاد و تجویز شیر خشک

***HIV از این راه ها منتقل نمی شود :***

 راههایی که باعث انتقال بیماری نمی شود ،نیش حشرات ،خوردن و آشامیدن و استفاده از ظروف مشترک ،از راه تنفس ، عطسه و سرفه،تماسهای معمولی دست دادن و روبوسی کردن ،استخر و حمام ،استفاده از وسائل عمومی مانند تلفن واشک و بزاق
لذا فرد مبتلا بدون آنکه خطری برای سایرین ایجاد کند می تواند یک زندگی اجتماعی عادی داشته باشد و هیچگونه نیازی به جداسازی و قرنطینه وی وجود ندارد.

نکته :افراد مبتلا به اچ آی وی می توانند در کنار اعضاء خانواده خود به زندگی عادی ادامه دهند ارائه آموزشهای جزئی به وی و اعضاء خانواده کافی است. جدا سازی و قرنطینه افراد مبتلا کمکی به امر پیشگیری از انتشار بیماری نخواهد نمود و به هیچ وجه توصیه نمی شود.