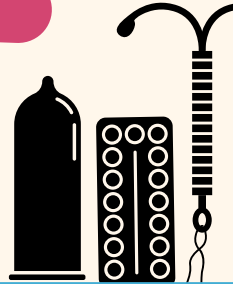




صحت مند رہیں:
اس موسم گرما
میں محفوظ جنسی
تعلق قائم کریں



اس موسم گرما میں اپنی اور اپنے پارٹنرز کی حفاظت کے لیے احتیاطی تدابیر اختیار کریں:

- حمل سے بچنے کے لیے کنڈومز یا مانع حمل کے دیگر طریقے استعمال کریں۔
- STIs کی منتقلی کو روکنے کے لیے کنڈومز استعمال کریں اور باقاعدگی سے اپنا ٹیسٹ کروائیں۔
- HIV سے بچنے کے لیے PrEP (زد میں آنے سے پہلے کی پروفیلیکسس) لیں۔
- جنسی عمل کے بعد 72 گھنٹوں کے اندر HIV سے بچنے کے لیے ہنگامی PEP (زد میں آنے کے بعد کی پروفیلیکسس) لیں۔
- آتشک، کلیمانڈیا، اور سوزاک سے بچنے میں مدد کے لیے جنسی عمل کے بعد doxy PEP (ڈوکسی سائکلائن زد میں آنے کے بعد کی پروفیلیکسس) لیں۔

جنسی صحت کی خدمات اور زیادہ محفوظ جنسی عمل کی مصنوعات تلاش کرنے کے لیے، nyc.gov/healthmap ملاحظہ کریں یا 311 پر کال کریں۔ ہنگامی PEP شروع کرنے کے لیے، کم قیمت یا مفت اختیارات کی خاطر 844-373-7692 پر کال کریں، یا کسی فوری نگہداشت کے مرکز یا ہنگامی کمرے میں جائیں۔

خدمات امیگریشن کی حیثیت یا ادائیگی کرنے کی استطاعت سے قطع نظر دستیاب ہیں۔

مزید معلومات کے لیے، nyc.gov/sexualhealth ملاحظہ کریں۔

نیویارک شہر میں محفوظ اور صحت مند رہنے کے بارے میں مزید معلومات کے لیے، nyc.gov/healthysummer ملاحظہ کریں یا کیو آر کوڈ اسکین کریں۔

