



# HIV / AIDS

## AHOL KOCKÁZATOK ÁLLNAK FENN ÉS AHOL NEM

### INFORMÁCIÓK FÉRFIGYAKNAK

**AZ AIDS EGY VESZÉLYES BETEGSÉG...** és a mai napig nem gyógyítható. Az AIDS világszerte elterjedt és még Svájcban is problémát jelent.

Az AIDS a HI-vírussal (röviden: **HIV**) történt fertőzés következménye. A HIV éveken keresztül legyengíti a szervezet azon képességét, hogy betegségekkel szemben védekezzen. Idővel a szervezet sok betegséggel szemben védtelen lesz. A HIV-vel fertőzöttek ez által betegek és egyre betegebbek lesznek. Ezt nevezzük AIDS-nek.

**VÉDEKEZÉS:** Ez a broszúra megmutatja Önnek, hol áll fenn kockázat a HIV-vel való megfertőződésre. És hogy Ön és partnerei hogyan védekezhetnek hatásosan a HIV/AIDS-szel szemben!

**AZ AIDS NEM GYÓGYÍTHATÓ...**, de vannak olyan gyógyszerek, amelyek egy HIV-fertőzés lefolyását erősen lelassítják. Svájcban minden embernek – függetlenül tartózkodási státuszától – joga van hatékony terápiákra.

Egy terápiát a kellő időben kell elkezdni. Aki a saját HIV-fertőzöttségéről nem tud, az elmulasztja a legjobb időpontot a terápia megkezdésére. Megtudni, hogy a HI-vírussal valaki fertőzött-e vagy sem, megéri. Többet is megtudhat erről a broszúra hátoldalán.



# KOCKÁZAT

A HIV olyan nemi érintkezések útján terjed, melyek során nem használnak óvszert. Az óvszer a legfontosabb védekezési eszköz a HIV/AIDS-szel és más fertőző betegségekkel szemben.

## ANÁLIS (A VÉGBÉLZEN) NEMI ÉRINTKEZÉS ÓVSZER NÉLKÜL



●●● **Nagyon nagy kockázat**

mindkét partner számára, magömlés nélkül is

■ **Védekezés:**

óvszerrel és elegendő síkosítóval



## VAGINÁLIS (A HÜVELYZEN) NEMI ÉRINTKEZÉS ÓVSZER NÉLKÜL



●●○ **Nagy kockázat**

férfi és nő számára egyaránt, magömlés nélkül is

■ **Védekezés:** óvszerrel

## ORÁLIS (SZÁJJAL) NEMI ÉRINTKEZÉS VÉDEKEZÉS NÉLKÜL



●○○ **Fennálló kockázat**

■ **Védekezés:** A nő menstruációja alatt mellőzze a nő szájjal való kielégítését. Magömlést szájba ne!

Magömlést ne nyeljen le!

# ÍGY HASZNÁLJA AZ ÓVSZERT

1. Ellenőrizze, hogy a csomagolás sértetlen-e.



2. A csomagolást a bevágásnál gondosan nyissa ki; az óvszert vegye ki.

3. Amennyiben Ön nincs körülmetélve: húzza vissza a fitymát.



4. A még felgöngyölt óvszert a nagy és mutatóujjal fogja meg az óvszer tetején és helyezze a makkra. A gumigyűrű kifelé nézzen.



5. Görgesse le. Könnyedén kell gördülnie. Máskülönben a gumi vagy túl szűk vagy túl széles, vagy az óvszert a rossz oldalán helyezte fel (ha a gumigyűrű belülré esik).



6. A csúcspont után: mielőtt a pénisz újra teljesen elernyed, az óvszert a tövénél fogja meg és a péniszt az óvszerrel együtt húzza ki.

**Egyébként:** Létezik óvszer a nők számára is (Femidom<sup>®</sup>), amelyet közösülés előtt a hüvelybe tesznek. Azonban a férfi óvszer egyszerűbben használható és olcsóbb.

# TOVÁBBI FERTŐZÉSI LEHETŐSÉGEK

## HIV-VEL FERTŐZÖTT ANYÁRÓL GYERMEKÉRE



A terhesség ideje alatt, a szülésnél és a szoptatásnál a HIV-vel fertőzött anya megfertőzheti gyermekét.

● ● ● **Nagyon nagy kockázat**

■ **Védekezés:** A leendő anya pozitív HIV-tesztje után a fertőzés megfelelő orvosi intézkedésekkel elkerülhető.

## KÁBÍTÓSZERFOGYASZTÁS



Ha kábítószer-fogyasztáskor fecskendőket és tűket közösen használnak.

● ● ● **Nagyon nagy kockázat**

■ **Védekezés:** tiszta fecskendezési eszközök (fecskendő, tű, szűrő, vatta, kanál, víz); ezeket az eszközöket ne használják közösen.

Ezen óvintézkedések nélkül járulékosan fennáll a szintén veszélyes hepatitisz C vírussal (HCV) való fertőződés nagy veszélye.

## ORVOSI BEAVATKOZÁSOK/KÖRÜLMETÉLÉSEK

● ● ● **Nagyon nagy kockázat**

Ha a készülékek (fecskendők, kések ...) orvosi kezelések, körülmételek, tetoválások, stb. alkalmával nem sterilek és több személynél alkalmazták azokat, HIV fertőzés lehetséges. HIV-et vértranszfúzióknál is át lehet vinni egyik személyről a másikra, ha a vértermékeket nem tesztelték.

○ ○ ○ **Nincs kockázat**

Svájcban az elismert egészségügyi szakemberek által végzett kezeléseknél nem fordulnak elő fertőzések.

# NINCS KOCKÁZAT



munka közben  
WC-kben, mosdókban



tüsszentéskor, köhögéskor



kézfogáskor, simogatáskor  
karbavételkor



étkezés ugyanabból a tányérból,  
italfogyasztás ugyanabból a pohárból



rovarcsípés  
uszoda, szauna

Ez a lista mutatja: **a mindennapokban nem áll fenn a veszélye** a HI-vírus átadásának vagy az azzal való megfertőződésnek. Ezért nincs alapja a HIV/AIDS-szel fertőzött emberektől való félelemnek, a társadalmi életből vagy a munkából való kizárásuknak.

**Nincs kockázat a következő szituációkban sem:**



Csókolózás vagy kölcsönös szexuális  
kielégítés kézzel  
Nemi érintkezés védekezéssel  
(óvszerrel)

# MEGFERTŐZŐDTEM VAGY NEM?

**Csak aki a HIV fertőzöttségéről tud, az nem mulasztja el a legjobb időpontot a terápia megkezdésére.**

## HIV-TESTZ

Azt, hogy Ön HIV-vel fertőzött-e vagy sem, csak egy orvosi HIV-teszt tudja kimutatni. Mert gyakran nem lépnek fel egészségügyi problémák egy HIV fertőzés kezdetén. A megfertőződés nem jelentkezik egyértelmű panaszokkal; eleinte a HIV fertőzés senkin sem látszik.

A tesztnek rendszerint csak három hónappal a kockázatos viselkedés (pl. nemi érintkezés óvszer nélkül) után van értelme; csak akkor van a tesztnek minden esetben biztos eredménye. Abban az esetben, ha Ön megfertőződött, a vírust már az első három hónapban is továbbadhatja.

Ha a teszt eredménye «HIV-negatív», akkor Ön még nem fertőződött meg eddig a vírussal; a «HIV-pozítív» azt jelenti, hogy Önnek HIV fertőzése van.

## SENKI NEM TUDJA MEG

Nagy kórházakban és közvetlenül a laboratóriumokban úgy vehet részt szűrésen, hogy a nevét nem kell megadnia. Így senki sem tudja meg, hogy Ön tesztet csináltatott és annak milyen eredménye lett.

## TANÁCSADÁS A TESZT ELŐTT

Szűrés előtt feltétlenül kérjen tanácsot: egy AIDS-segélyszervezetnél, kórházban, laboratóriumban vagy az orvosánál. Vagy vegye fel a kapcsolatot adott esetben a menekültügy egy bizalmi személyével.

(Névtelen) felvilágosítás címekről, információs anyagról, szűrőállomásokról, stb. és megrendelések: **044 447 11 11 / [www.aids.ch](http://www.aids.ch)**

Vagy közvetlenül:

# MÁS NEMI ÚTON TERJEDŐ BETEGSÉGEK

**Nemi érintkezések alkalmával a HIV/AIDS-en kívül további betegségek terjedhetnek: pl. tripper, herpesz, szifilisz, chlamydia vagy hepatitisz B.**

## **ELŐJELEK ÉS PANASZOK → ORVOS!**

Ezek a betegségek gyakran tipikus panaszokat okoznak:

- Különböző mennyiségű és színű folyás a húgycsőből
- Égető érzés vizeléskor, viszketés a húgycső területén
- Fájdalom és duzzadás a herék területén
- Fekélyek, hólyagocskák, burjánzások, pirosodás és viszketés a hímvesszőn vagy heréken
- Diffúz altesti fájdalmak
- Székelési panaszok
- Tompa fájdalom a végbélben, folyás a végbélből
- Burjánzások, hólyagocskák a végbélnyílásnál

Ilyen panaszokkal rögtön menjen orvoshoz!

## **Vigyázat: a HIV/AIDS nem vezet ezekhez a panaszokhoz!**

Csak egy HIV-teszt ad bizonyosságot arról, hogy egy fertőzés jelen van-e vagy nincs.

## **KÖVETKEZMÉNYEK**

Ha időben felismerik, ezeknek a betegségeknek a nagy része gyógyítható. Ha nem kezelik ezeket, súlyos következményeik lehetnek (pl. rák, terméketlenség), és erősen megnövelik a HIV/AIDS-szel való fertőzés kockázatát.

## **VÉDEKEZÉS: ÓVSZERREL**

A legjobb védeettséget ezekkel a betegségekkel szemben az óvszer nyújtja vaginális, anális és orális aktus estén is.

A prostituáltakkal való kapcsolatoknál különösen fontos, hogy orális aktusnál is mindig óvszert használjanak.

# INFORMÁCIÓ ÓVSZEREKRŐL ÉS SÍKOSÍTÓKRÓL

## VÉDELEM

Az óvszer véd a HIV/AIDS-től és más nemi úton terjedő betegségektől. A terhesség ellen való védekezéshez is lehet használni.

## JÓ ÓVSZEREK / HELYES MÉRET

Csak az «ok» minőségi pecséttel ellátott óvszereket használjon. Kapható minden szupermarketben, drogériákban és gyógyszertárakban.



Különböző méretű és kivitelű óvszerek vannak. Keressen egy olyan terméket, amely Önnek megfelelő. Túl szűk óvszerek előbb széthasadnak vagy elszakadnak, a túl nagyok lecsúsznak. Megfelelő méretű óvszert például az interneten a [www.mysize.ch](http://www.mysize.ch) alatt talál.

## LEJÁRAT / TÁROLÁS

Csak a csomagoláson feltüntetett lejárati időn belül használja fel az óvszert. – Fénytől és hegyes tárgyaktól védje.

## SÍKOSÍTÓSZER

Ha szükséges, használjon bőséggel zsírintes síkosító szert (vizes alapú zselét, amely a behatolást megkönnyíti). Kapható szupermarketekben, drogériákban és gyógyszertárakban. Ne használjon soha vazelint, testápolót, masszázsvagy étkezési olajat.

Soha ne húzzon két óvszert egymásra!

## MI A TEENDŐ, HA...

**egy óvszer elszakad vagy széthasad és partnere biztosan vagy nagy valószínűséggel HIV-pozitív?** Ha Ön legkésőbb a következő napon felkeres egy AIDS-segélyszolgálatot vagy egy kórház tanácsadását, a szakemberek el tudják Önnek magyarázni, hogy mit lehet most még tenni. Önnek reális esélye van, de egy egyszerű és biztosan hatásos eszköz ebben az esetben nincs.



# AZ ÖN FELELŐSSÉGE!

Az óvszer nemi érintkezésnél elengedhetetlen. Az óvszer védi Önt és azokat az embereket is, akikkel nemi érintkezést folytat. Kérjük, vegye észre felelősségét – legyen Önnél mindig óvszer és használja azt nemi érintkezésnél!

Aki nem használ óvszert és beletörődik abba, hogy így partnerét HIV-vel megfertőzi, azt büntetőjogi következmények fenyegetik – adott esetben akár több év börtön!

## EGYÉBKÉNT

Ha Ön eddig óvszer nélkül folytatott nemi érintkezést és ennek ellenére még nem fertőződött meg HIV/AIDS-szel, akkor Önnek egyszerűen szerencséje volt. **Nagy HIV-kockázat áll fenn továbbra is minden egyes óvszer nélküli nemi érintkezésnél!**

## CSAK A KÖVETKEZŐ HÁROM FELTÉTEL MELLETT MONDHA T LE VESZÉLY NÉLKÜL AZ ÓVSZERRŐL:

- Ön állandó kapcsolatban él.
- Ön és partnere csak és kizárólag egymással folytatnak nemi érintkezést.
- Önök mindketten – a legjobb, ha együtt – HIV-tesztet csináltak, amely mindkettőjüknél kimutatta, hogy Önök a HI-vírust nem hordozzák.

Igaz ez az Ön esetében? Biztos Ön ebben?

# TOVÁBBI INFORMÁCIÓ ÉS TANÁCSADÁS

## TANÁCSADÁS

**Minden AIDS-Segélynél:** személyesen vagy telefonon. Kívánságára tanácsot kap anélkül, hogy nevét meg kellene adnia.

**Orvosnál:** Ne tétovázzon kérdéseket feltenni a HIV/AIDS-szel kapcsolatban. Az orvosok titoktartási kötelezettség alá tartoznak. Amit Ön mond, és amit a vizsgálatok kimutatnak, azt az orvosok és segítők nem adhatják tovább senkinek – sem az Ön partnerének, sem a külföldieket ellenőrző rendőrhatalóságnak, sem munkaadónak vagy otthonok, börtönök dolgozóinak, stb.

## NYELVI PROBLÉMÁK

Derítse ki, hogy milyen nyelveken kínálnak tanácsadást. Adott esetben Önnek kellene valakit keresni, aki az Ön számára fordít. (Alkalmas fordítók iránt via [www.eka-cfe.ch/d/Doku/vermittlungsstellen.pdf](http://www.eka-cfe.ch/d/Doku/vermittlungsstellen.pdf) vagy az AIDS-Segélynél érdeklődhet.)

## TOVÁBBI INFORMÁCIÓ

**Ennek és más brosúráknak további példányai:**

Aids-Hilfe Schweiz, Postfach 1118, 8031 Zürich

**Rendelések:** telefon 044 447 11 13, fax 044 447 11 14, [shop@aids.ch](mailto:shop@aids.ch), [www.shop.aids.ch](http://www.shop.aids.ch)

**Egyéb tájékoztatás:** telefon 044 447 11 11, fax 044 447 11 12, [aids@aids.ch](mailto:aids@aids.ch), [www.aids.ch](http://www.aids.ch)

Kérdezze az AIDS-segélyszervezeteket anyanyelvén lévő információkról, vagy keressen anyagot a **[www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)** weboldalon.

**Ez a brosúra a következő nyelveken kapható:**

Albanisch, albanais, albanese, Albanian	Rumänisch, roumain, rumeno, Romanian
Amharisch, amharique, amarico, Amharic	Russisch, russe, russo, Russian
Arabisch, arabe, arabo, Arabic	Serbisch/Kroatisch/Bosnisch, serbe/ croate/ bosniaque, serbo/ croato/ bosniaco, Serbian/Croatian/Bosnian
Deutsch, allemand, tedesco, German	Somalisch, somalien, somalo, Somali
Englisch, anglais, inglese, English	Spanisch, espagnol, spagnolo, Spanish
Farsi, farsi, farsi, Farsi	Suaheli, swahili, swahili, Swahili
Französisch, français, francese, French	Tamilisch, tamoul, tamil, Tamil
Italienisch, italien, italiano, Italian	Thai, thai, thai, Thai
Kikongo, kikongo, kikongo, Kikongo	Tigrinya, tigrinya, tigrina, Tigrinya
Kurdisch (Kurmanci), kurde (kurmanci), curdo (kurmanci), Kurdish (Kurmanci)	Türkisch, turc, turco, Turkish
Lingala, lingala, lingala, Lingala	Ungarisch, hongrois, ungherese, Hungarian
Portugiesisch, portugais, portuguese, Portuguese	