



# HIV / AIDS

## GDJE POSTOJI RIZIK ZARAZE

## A GDJE NE POSTOJI

### INFORMACIJE ZA ŽENE

**AIDS JE OPASNA BOLEST ...** koja do danas nije izlječiva. AIDS je rasprostranjen širom svijeta i u Švicarskoj takođe predstavlja problem.

Bolest AIDS posljedica je zaraze HI-Virusom (skraćeno: **HIV**). HIV tokom niza godina slabi sposobnost tijela da se brani od bolesti, koje vremenom gubi imunitet na mnoge bolesti. Na taj način oni koji su zaraženi sa HIV vremenom postaju sve bolesniji. Takvo stanje se zove AIDS.

**ZAŠTITA:** Ova brošura objasniće vam gdje postoji rizik da se zarazite HIV-om. I na koji se način vi i vaš partner ili partnerka možete uspješno zaštititi od HIV/AIDS!

**AIDS NIJE IZLJEČIV, ...** ali postoje lijekovi, koji u značajnoj mjeri usporavaju razvoj ove bolesti. U Švicarskoj svako – bez obzira na vrstu dozvole boravka – ima pravo na djelotvorne terapije. Terapiju treba početi na vrijeme. Oni koji ne znaju da su zaraženi HIV-om, propustiće zbog toga najbolji trenutak da započnu terapiju. Stoga je važno utvrditi da li postoji zaraza HI-Virusom ili ne. Opširnija obavještenja naći ćete na posljednjoj strani ove brošure.



# RIZIK

HIV se prenosi putem polnih odnosa, pri kojima se ne koristi prezervativ. Prezervativ (ili Femidom®\*) najvažnije je sredstvo za zaštitu od HIV/AIDS, kao i od drugih bolesti, koje se prenose polnim odnosima.

## KOD ANALNIH POLNIH ODNOSA (putem debelog crijeva) bez prezervativa



### ●●● Rizik je veoma veliki

i za ženu i za muškarca, čak i bez izliva sjemene tečnosti

■ **Zaštita:** prezervativ i dovoljna količina želea za ovlaživanje

## KOD VAGINALNIH POLNIH ODNOSA (putem vaginalnog otvora) bez prezervativa



### ●●○ Rizik je veliki

i za ženu i za muškarca, čak i bez izliva sjemene tečnosti

■ **Zaštita:** prezervativ (ili Femidom®\*).

## KOD ORALNIH POLNIH ODNOSA (putem usta) bez zaštite



### ●○○ Rizik postoji

■ **Zaštita:** Spriječiti izliv sjemene tečnosti u usta!  
Ne gutati sjemenu tečnost!  
Ne zadovoljavati ženu dok ima menstruaciju.

(\*Informacije o Femidomu®, prezervativu za žene, nalaze se na posljednjoj strani ove brošure)

# UPOTREBA PREZERVATIVA

Korisno je da i vi kao žena znate kako se prezervativ pravilno upotrebljava i da imate prezervative pri ruci za slučaj da ih muškarac nema.

Upotrebljavajte samo prezervative koji imaju oznaku kvaliteta «ok» i odgovarajuću veličinu. Možete ih kupiti u svim supermarketima, drogerijama i apotekama ili putem interneta: [www.mysize.ch](http://www.mysize.ch)

1. Najprije provjerite da li je pakovanje prezervativa neoštećeno.



2. Zatim pažljivo otvorite pakovanje na mjestu koje je označeno urezom i izvadite prezervativ.

3. Ako muškarac nije obrezan, kožu na glaviću treba povući unazad.



4. Prije nego što odmotate prezervativ treba palcem i kažiprstom pridržati rezervoar i postaviti ga na glavić. Gumeni krug na prezervativu treba da je okrenut prema van.



5. Sada prezervativ odmotajte. Prezervativ treba da se lako odmotava, a ukoliko to ne ide lako znači da je prezervativ ili premalen ili prevelik ili da ste ga postavili na pogrešnu stranu (pa je gumeni krug na prezervativu okrenut prema unutra).



6. Poslije muškarčevog orgazma, prije nego što ud ponovo postane posve mlitav, prezervativ treba pridržati na kraju (ako to muškarac ne čini sam) i ud izvući zajedno sa prezervativom.

# DRUGI NAČINI PRENOŠENJA ZARAZE

## SA MAJKE KOJA JE NOSILAC HIV NA NJENO DIJETE



Tokom trudnoće, prilikom porođaja i pri dojenju, majka zaražena HIV-om može da zarazi svoje dijete.

### ●●● Rizik je veoma veliki

■ **Zaštita:** 1) liječenjem trudnice lijekovima; 2) carskim rezom; 3) odustajanjem od dojenja.

Ako ste trudni ili planirate trudnoću, obavezno otidite na savjetovanje o HIV i napravite test na HIV. Tada je moguće spriječiti da zarazite svoje dijete.

## UZIMANJE DROGA



Ako se špricevi i igle za injekcije koriste zajednički.

### ●●● Rizik je veoma veliki

■ **Zaštita:** čist pribor za davanje injekcija (špricevi, igle, filteri, vata, kašike, voda); pribor za injekcije ne smije se koristiti zajednički.

Ukoliko se ove zaštitne mjere ne primjenjuju, postoji i veliki rizik zaraze virusom hepatitisa (žutice) tipa C (HCV), koji je takođe veoma opasan.

## MEDICINSKE INTERVENCIJE / OBREZIVANJE

### ●●● Rizik je veoma veliki

Ako pribor (špricevi, noževi...), koji se koristi pri medicinskim intervencijama, obrezivanju, tetoviranju i sličnim zahvatima, nije sterilan i ako se koristi za više osoba. Prenošenje zaraze sa HIV takođe je moguće ukoliko krv i drugi materijali za transfuziju krvi nisu ispitani.

### ○○○ Bez rizika

Pri obavljanju medicinskih zahvata kod oficijelnih medicinskih stručnjaka u Švicarskoj ne dolazi do ovakvog prenošenja zaraze HIV-om.

## RIZIK NE POSTOJI



Na radnom mjestu – WC  
Kupatila



Pri kihanju i kašljanju



Pri rukovanju i milovanju  
Pri zagrljajima



Pri korištenju istog pribora za jelo  
ili iste čaše



Pri ubodima insekata  
U bazenima i saunama

Ovaj spisak pokazuje: **u svakidašnjem životu ne postoji rizik** da se zarazite HI-Virusom ili da ga vi nekome prenesete. Stoga je bezrazložno osjećati strah od ljudi koji imaju HIV/AIDS ili ih isključivati iz društvenog života ili sa posla.

### Rizik ne postoji ni u sljedećim situacijama:



Pri ljubljenju ili uzajamnom seksualnom  
zadovoljavanju rukama  
Prilikom polnih odnosa uz zaštitu  
prezervativom

# DRUGE ZARAZNE POLNE BOLESTI

**Osim HIV/AIDS, prilikom polnih odnosa moguće je prenošenje i drugih zaraznih bolesti, npr. tripera, herpesa, sifilisa, klamidije ili hepatitisa (žutice) tipa B.**

## **POTEŠKOĆE I SIMPTOMI -> OBAVEZNO LJEKARU!**

Navedene polne bolesti često izazivaju tipične zdravstvene poteškoće.

- Neuobičajen iscjedak iz vagine, često neprijatnog mirisa
- Svrbež, mjehuriće, čireve, izrasline na stidnim usnama ili u vagini, upale u predjelu polnih organa
- Bolove i osjećaj pečenja pri mokrenju
- Bolove i osjećaj pečenja prilikom polnih odnosa
- Izrazito crveno grlo ili nepce
- Krvarenja između menstruacija, neredovne menstruacije
- Neodređene bolove u trbuhu
- Poteškoće prilikom pražnjenja crijeva
- Tupi bol na kraju debelog crijeva, sekret ili tekućina iz debelog crijeva
- Izrasline ili mjehuriće na čmaru

Ukoliko imate ovakve zdravstvene poteškoće, odmah otidite ljekaru!

## **Pažnja: HIV/AIDS ne prouzrokuju ove zdravstvene probleme!**

Samo putem testa na HIV možete pouzdano utvrditi da li ste se zarazili ili ne.

## **POSLJEDICE**

Mnoge od ovih bolesti moguće je izliječiti, ako budu na vrijeme otkrivene. Ukoliko se ne pristupi njihovom liječenju, mogu imati teške posljedice (npr. rak ili neplodnost), a takođe uvećavaju i rizik zaraze za HIV/AIDS.

## **ZAŠTITA: PUTE M PREZERVATIVA**

Najbolju zaštitu od navedenih polnih bolesti pruža korištenje prezervativa prilikom vaginalnih, analnih i takođe oralnih polnih odnosa (odnosno korištenje Femidoma® pri vaginalnim polnim odnosima).

# INFORMACIJE O FEMIDOMU®

Ukoliko vašeg partnera ne možete ubijediti da prilikom polnih odnosa koristi prezervativ, onda pokušajte da vi koristite Femidom®. Za mnoge muškarce to je jednostavnije nego korištenje prezervativa.

Femidom® je prezervativ za ženu: postavlja se u vaginu prije polnog odnosa, ukoliko je potrebno i nekoliko sati ranije.

Femidom® kao i prezervativ sprječava trudnoću i štiti od HIV/AIDS i drugih bolesti, koje se prenose putem polnih odnosa.

U početku je korištenje Femidoma® za većinu žena neobično, ali se takođe većina navikne na ovu vrstu zaštite.

Femidom® i obavještenja i savjete o njemu dobićete u apotekama i drogerijama, a putem interneta možete ga naručiti po specijalnoj cijeni:

**[www.shop.aids](http://www.shop.aids)**.

# INFORMACIJE O PREZERVATIVIMA

## **ROK TRAJANJA/NAČIN ČUVANJA**

Koristite prezervative samo do isteka roka trajanja naznačenog na pakovanju. – Zaštite ih od svjetlosti i dodira sa oštrim predmetima.

## **ŽELEI ZA OVLAŽIVANJE**

Ukoliko je potrebno, upotrebite veću količinu nekog nemasnog sredstva za ovlaživanje (želea koji olakšava prodiranje). Ova sredstva možete da nabavite u drogerijama, supermarketima i apotekama. Ne smijete da koristite sredstva koja su masna, npr. vazelin, losione za tijelo, ulje za masažu ili jestivo ulje, jer će masnoća da ošteti prezervativ.

## **ŠTA TREBA UČINITI U SLUČAJU ...**

**da se prezervativ ošteti, a vaš partner je ili sigurno ili najvjerojatnije HIV-pozitivan?** Ako najkasnije idućeg dana odete u savjetovalište Aids-Hilfe ili u bolnicu, stručnjaci će vam objasniti šta je sada još moguće učiniti. Zaštita od zaraze je moguća, ali u ovakvoj situaciji ne postoji jednostavno sredstvo, koje pouzdano djeluje.

# VAŠA ODGOVORNOST!

Žene su snažne i u stanju su da preuzmu odgovornost za zaštitu od zaraze. – Muškarci nisu uvijek vjerni. Ukoliko i malo sumnjate u vjernost vašeg partnera, porazgovarajte s njim i zahtijevajte da koristi prezervative (ili vi koristite Femidom®). Uradite zajedno test na HIV.

Prilikom polnih odnosa bez zaštite prezervativa žene su izložene još većem riziku zaraze nego muškarci. Prezervativ (ili Femidom®) štiti i vas i one s kojima imate polne odnose.

## I JOŠ NEŠTO

Ako ste do sada imali polne odnose bez zaštite prezervativa, a ipak se još niste zarazili sa HIV/AIDS, onda ste naprosto imali sreću. **Prilikom svakog polnog odnosa bez prezervativa uvijek postoji veliki rizik da se zarazite HIV-om!**

**OD KORIŠTENJA PREZERVATIVA MOŽETE BEZ OPASNOSTI ODUSTATI, ISKLJUČIVO AKO ISPUNJAVATE SVA TRI SLJEDEĆA USLOVA:**

- Živite u jednoj trajnoj vezi
- Vi i vaš partner imate polne odnose isključivo jedno sa drugim
- Oboje ste uradili test na HIV, i to najbolje zajedno, i oba su testa pokazala da niste nosioci virusa HI

Da li vi ispunjavate sva tri ova uslova? Da li ste sigurni u to?

# SAVJETOVANJE I DALJE INFORMACIJE

## SAVJETOVANJE

**U svakom savjetovalištu Aids-Hilfe:** Savjete možete dobiti lično ili putem telefona. Ako želite, ne morate da navedete svoje ime.

**Kod ljekara:** Nemojte se ustručavati da ljekarima postavljate pitanja o AIDS. Ljekari su dužni da čuvaju ljekarsku tajnu.

To znači da ono što im saopštite i rezultate pregleda ni ljekari ni njihovo pomoćno osoblje ne smiju nikome da prenesu – ni vašem partneru ili partnerki, niti policiji za strance, vašem poslodavcu ili zaposlenima u centrima, zatvorima itd..

## JEZIČKI PROBLEMI

Raspitajte se na kojem je jeziku moguće savjetovanje. Ako vam je potreban prevod, moraćete se sami pobrinuti da nađete prevodioc. (Odgovarajuće prevodioce možete naći putem interneta: [www.eka-cfe.ch/d/Doku/vermittlungsstellen.pdf](http://www.eka-cfe.ch/d/Doku/vermittlungsstellen.pdf) ili preko savjetovališta Aids-Hilfe.)

## DALJE INFORMACIJE

**Brošura «Partnerstvo – Kontracepcija – Aids – Prava – Trudnoća»:** pruža opširnije informacije o spriječavanju trudnoće.

**Potrebne dodatne primjerke ove ili sličnih brošura možete dobiti kod:** Aids-Hilfe Schweiz, Postfach 1118, 8031 Zürich

**Narudžbe:** 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)

**Druge informacije:** Telefon 044 447 11 11, Fax 044 447 11 12, [aids@aids.ch](mailto:aids@aids.ch), [www.aids.ch](http://www.aids.ch)

Informacije na vašem jeziku možete dobiti u savjetovalištim Aids-Hilfe ili putem interneta: **[www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)**.

### Ovu brošuru možete dobiti na sljedećim jezicima:

albanisch, albanais, albanese, Albanian	russisch, russe, russo, Russian
amharisch, amharique, amarico, Amharic	serbisch/kroatisch/bosnisch, serbe/croate/bosniaque,
arabisch, arabe, arabo, Arabic	serbo/croato/bosniaco, Serbian/Croatian/Bosnian
deutsch, allemand, tedesco, German	somalisch, somalien, somalo, Somali
anglais, anglais, inglese, English	spanisch, espagnol, spagnolo, Spanish
français, français, francese, French	suaheli, swahili, swahili, Swahili
italienisch, italien, italiano, Italian	tamilisch, tamoul, tamil, Tamil
portugiesisch, portugais, portuguese, Portuguese	thai, thai, thai, Thai
rumänisch, roumain, rumeno, Romanian	türkisch, turc, turco, Turkish

# DA LI SAM SE ZARAZILA ILI NE?

**Samo ljudi koji znaju da su zaraženi HIV-om, neće propustiti najbolji trenutak da započnu terapiju.**

## HIV-TEST

Da li ste se zarazili HIV-om ili ne može da pokaže jedino medicinski test na HIV, jer često neposredno poslije zaraze virusom HIV nema nikakvih zdravstvenih poteškoća. Zaraza na početku ne uzrokuje vidljive zdravstvene probleme, tako da se na samom početku uopšte ne primjećuje da je neko zaražen HIV-om.

Testiranje na HIV u pravilu je efektivno tek tri mjeseca nakon posljednjeg riskantnog postupka (npr. nakon polnih odnosa bez upotrebe prezervativa), jer tek tada test pruža u svakom slučaju pouzdan rezultat. Međutim, ukoliko ste se zarazili, onda ste već tokom ova tri mjeseca vi mogli da nekome prenesete virus.

Ukoliko je rezultat testa «HIV-negativan», onda se niste zarazili virusom, a rezultat «HIV-pozitivan» znači da se jeste zarazili HIV-om.

## NIKO NEĆE DOZNATI ZA TEST!

Test možete uraditi ili u većim bolnicama ili direktno u laboratorijima, pri čemu ne morate da navedete vaše ime. Na taj način niko neće doznati ni da ste napravili test niti kakav je rezultat testa.

## SAVJETOVANJE PRIJE TESTA

Prije testa obavezno otidite na savjetovanje u Aids-Hilfe, u bolnicu, u laboratoriju ili kod vašeg ljekara. Ukoliko je potrebno možete se obratiti nekoj povjerljivoj osobi iz oblasti azila.

Da biste (bez navođenja vašeg imena) dobili adrese, obavještenja, mjesta za HIV-testove ili naručili brošure možete se obratiti na:

**044 447 11 11 ili [www.aids.ch](http://www.aids.ch)**

Ili direktno kod: