



HIV / AIDS KU KA RREZIK DHE KU JO

INFORMATA PËR MESHKUJ

AIDS ËSHTË NJË SËMUNDJE E RREZIKSHME... dhe deri më sot e pashërueshme. AIDS është e përhapur në tërë botën, e edhe në Zvicër paraqet një problem. – AIDS është pasojë e një infektimi me virusin HI (shkurt: **HIV**). HIV e dobëson aftësinë e trupit për shumë vite me radhë, kështu që ai bëhet i paqëndrueshëm ndaj sëmundjeve. Dikur trupi bëhet krejt i pambrojtur kundruall shumë sëmundjeve. Të infektuarit me HIV sëmuren gjithnjë e më shumë. Dhe kjo quhet AIDS.

MBROJTJA: Ky doracak Ju tregon se cilat janë rreziqet që mund të qojnë deri te infektimi me HIV, si dhe ju udhëzon Juve dhe partneren apo partnerin Tuaj se si mund të mbroheni në mënyrë të efektshme kundër HIV/AIDS!

AIDS ËSHTË I PASHËRUESHËM,... por ka barëra (ilaçe), të cilat mund ta ngadalësojnë shumë zhvillimin e një infektimi me HIV. Të gjithë njerëzit në Zvicër – pa marrë parasysh statusin e tyre të qëndrimit – kanë të drejtën e marrjes së një terapie të efektshme. Terapia duhet të fillojë me kohë dhe pa vonesë. Çdonjëri që nuk di asgjë për infektimin me HIV, e humb momentin më të volitshëm për fillimin e terapisë. Prandaj, për secilin është shumë me rëndësi të mësojë nëse është i/e infektuar me HIV apo jo.



RREZIQUET

HIV bartet gjatë kontakteve seksuale kur nuk përdoret prezervativi. Prezervativi është mjeti më i rëndësishëm për mbrojtje nga HIV/AIDS dhe sëmundjet e tjera ngjitëse.

KONTAKTET SEKSUALE ME BYTHË (marrëdhënie anale) pa prezervativ



●●● Rreziku shumë i madh

për të dy partnerët, edhe pa derdhje të farës
– spermës

■ **Mbrojtja bëhet:** me prezervativ dhe me mjete
lyerëse për rrëshqitje



KONTAKTET SEKSUALE ME VAGINË (marrëdhënie vaginale) pa prezervativ



●●○ Rreziku i madh

për mashkullin dhe femrën, edhe pa derdhje të
spermës

■ **Mbrojtja bëhet:** me prezervativ

KONTAKTET SEKSUALE ME GOJË (marrëdhëniet orale) pa mbrojtje



●○○ Rreziku ekziston

■ **Mbrojtja:** Nuk duhet bërë marrëdhënie orale me
një grua gjatë periodës së menstruacioneve.
Kurrësi të mos bëhet derdhja e spermës në gojë!
Kurrësi nuk duhet gëlltitur spermën!

KËSHTU PËRDORNI PREZERVATIVIN

1. Verifikoni nëse paketimi është i padëmtuar.



2. Paketimi duhet hapur me kujdes në vendin e paraparë për hapje me një prerje të vogël. Nxirrni prezervativin nga paketimi.

3. Nëse nuk jeni bërë synet, e tërhiqni lafshën.



4. Prezervativin e mbështjellur e kapni me gishtin e madh dhe me atë tregues dhe e vendosni në kokën e penisit. Unaza e gomës mbetet jashtë.



5. Unaza e gomës shtjellohet deri sa të arrijë në rrënjë të penisit. Këtë duhet bërë me kujdes. Përndryshe është ose tepër e gjerë ose ngushtë, ose Ju e keni vendosur prezervativin gabimisht (duke lënë unazën e gomës nga ana e brendshme).



6. Pas derdhjes: para se të lëshohet dhe zbutet penisi, mbani prezervativin me dorë dhe nxirrreni penisin së bashku me prezervativin nga vagina.

Përndryshe: Ekziston edhe një prezervativ për femra (Femidom®), i cili futet në vaginë para marrëdhënieve seksuale. Por prezervativi për meshkuj përdoret më lehtë dhe kushton shumë më pak.

RRUGËT TJERA TË BARTJES

NGA NËNA QË KA VIRUSIN HIV TEK FËMIJA



Gjatë shtatzënisë, me rastin e lindjes dhe gjatë dhënies së gjirit është e mundur që nëna të infektojë fëmijën me HIV.

● ● ● **Rreziku është shumë i madh**

■ **Mbrojtja:** pas një testimi të nënës që është HIV-pozitiv, është e mundur që përmes masave të ndërmarra mjekësore të pengohet bartja e virusit.

PËRDORIMI I DROGËS



Nëse shiringa dhe gjilpëra përdoren bashkërisht nga shumë persona gjatë marrjes së drogës.

● ● ● **Rreziku është shumë i madh**

■ **Mbrojtja:** mjetet për injektim të jenë të pastra (shiringa, gjilpëra, filtri, fasha, luga, uji); mjetet për injektim nuk duhet përdorur bashkërisht.

Pa këto masa mbrojtëse ekziston mundësia e infektimit shtesë edhe me një sëmundje tjetër shumë të rrezikshme – kallja e mëlçisë (virusi i hepatitit C – HCV).

INTERVENIMET MJEKËSORE / SYNETIMET

● ● ● **Rreziku është shumë i madh**

Nëse mjetet për trajtim mjekësor (shiringa, brisku...) që përdoren gjatë prerjeve, synetimet edhe të femrave (prerja e organeve gjenitale) tatuazhit etj, nuk janë të sterilizuara dhe përdoren nga shumë persona, bartja e HIV është e mundur. HIV mund të bartet edhe gjatë transfuzionit të gjakut, nëse gjaku i dhuruar nuk testohet.

○ ○ ○ **Mos rrezikoni**

Në Zvicër, bartjet e tilla gjatë trajtimit mjekësor nuk ndodhin kur këto kryhen nga personat e kualifikuar mjekësor.

NUK KA RREZIK



Në punë – në tualete (WC)
Në vendet për pastrim



Me rastin e teshtitjeve, kollitjes përballë
tjetrit



Gjatë përshëndetjes me dhënie të dorës
Gjatë përkëdheljeve
Marrjes ngrykë, përqaqimit



Nëse hahet nga e njëjta enë
Pirja nga e njëjta gotë



Nga pickimet e insekteve
Në pishinë, saunë

Kjo listë dëshmon se: **Në jetën e përditshme nuk ka rrezik që,** virusi HI të bartet apo rrezik të infektimit me të. Prandaj nuk ka asnjë arsye që t'i frikësoheni kontakteve me njerëzit që kanë virusin HI apo që ata të përjashtohen nga jeta shoqërore dhe nga puna.

Edhe në situatat e mëposhtme nuk ekziston kurrfarë rreziku:



Gjatë puthjeve apo edhe kënaqjes
seksuale me duar
Marrëdhënieve seksuale me mbrojtës
(me prezervativ)

JAM I INFEKTUAR UNË APO JO ?

Vetëm ai që e di se është infektuar me HIV, nuk e humb rastin më të mirë për fillimin e terapisë së domosdoshme.

HIV-TESTI

Nëse jeni infektuar me HIV apo jo, këtë mund ta vërtetoni vetëm përmes testit mjekësor për HIV. Shpesh ngjan që në fillim të një infektimi me HIV të mos paraqiten kurrfarë problemesh shëndetësore. Bartja ose infektimi nuk shprehet domosdo me shenja dhe probleme të qarta. Në fillim HIV nuk vërehet tek askush. – Testimi bëhet dhe ka kuptim zakonisht tre muaj pas veprimit të rrezikshëm (p. sh. pas një marrëdhënie seksuale pa prezervativ); vetëm atëherë testimi mund të japë rezultate të sigurta. Por nëse jeni infektuar, është e mundur që Ju ta përcillni virusin tek persona të tjerë edhe brenda këtyre tre muajve.

PËR KËTË NUK INFORMOHET ASKUSH

Ju mund ta bëni testimin drejtpërsëdrejti në spitalet e mëdha apo edhe në laboratorë, pa qenë të detyruar të identifikoheni (të jepni emrin Tuaj). Në këtë mënyrë askush nuk mund të mësojë se Ju keni bërë një testim të tillë dhe çfarë është rezultati i këtij testimi.

KËSHILLIMI PARA TESTIMIT

Para se të bëni një testim të tillë kërkoni gjithsesi të këshilloheni njëherë: këtë mund ta bëni tek «Aids-Hilfe» (AIDS-Ndihma), në spital, në laborator apo dhe tek mjeku i Juaj. Përndryshe mund të kontaktoni edhe ndonjë person të besueshëm në institucionet e azilit (strehimit) ku Ju jeni i vendosur.

Për informata anonime në lidhje me adresat, materialin informativ, vendet për testim etj., si dhe për porositje të materialeve, lajmërohuni në: **044 447 11 11 / www.aids.ch**.

Ose drejtpërdrejt në:

SËMUNDJET E TJERA SEKSUALE NGJITËSE

Me rastin e marrëdhënieve seksuale përveç HIV/Aids mund të barten (ngjiten) edhe sëmundje të tjera: p.sh. gonorea (triperi), herpesi, sifilizi, klamidia dhe hepatiti B (verdhëza).

SHENJAT DHE ANKESAT - → MJEKU!

Këto sëmundje përcillen shpesh me shenja të ndryshme dhe ankesa.

- Rrjedhja nga kanali i urinës me masë dhe ngjyrë të ndryshme
- Djegie me rastin e urinimit (shurrës), kromë në kanalet e urinimit
- Dhembje dhe ënjtje (fryrje) të boleve (herdheve, koqeve)
- Ulcera (i thati), puçrrat, ënjtje dhe deformime, skuqjet dhe kroma e penisit apo edhe e boleve
- Dhembjet e pashpjegueshme (difuze) në baqth (pjesa e poshtme e barkut)
- Pengesat gjatë jashtëqitjes
- Dhembje e topitur apo edhe rrjedhje nga zorra (kanali) e jashtëqitjes
- Ënjtje e deformime, puçrra në bythë (prapanicë)

Në rast të paraqitjes së shenjave dhe ankesave të tilla kërkoni menjëherë ndihmën e mjekut!

Kujdes: HIV/AIDS nuk paraqitet me shenja dhe ankesa të tilla!

Vetëm testi për HIV dëshmon me siguri të plotë nëse jeni infektuar apo jo.

PASOJAT

Nëse identifikohen me kohë, shumica e këtyre sëmundjeve mund të shërohen. Nëse nuk kërkohet ndihma mjekësore, këto sëmundje mund të kenë pasoja të rënda (p.sh. kanceri, shterpëria), dhe kështu rritet edhe rreziku për infektim me HIV/AIDS.

MBROJTJA: ME PREZERVATIV

Mbrojtjen më të mirë dhe më efikase nga këto sëmundje gjatë marrëdhënieve vaginale, anale dhe orale e ofron prezervativi. Edhe gjatë marrëdhënieve orale prezervativi duhet përdorur gjithmonë, dhe sidomos në rast të kontakteve me prostitutat është jashtëzakonisht i rëndësishëm.

INFORMATA NË LIDHJE ME PREZERVATIVIN

MBROJTJA

Prezervativët mbrojnë nga HIV/AIDS dhe sëmundjet tjera ngjitëse seksuale. Po ashtu këta mund të përdoren edhe për mbrojtje nga shtatzënia e padëshirueshme.

PREZERVATIVËT E MIRË / MADHËSIA E PËRSHTATSHME

Përdorni vetëm prezervativët me shenjë «ok».
Këta mund t'i gjeni në supermarkete, në parfumeri dhe në barnatore.



Prezervativët kanë madhësi dhe forma të ndryshme. Kërkojeni produktin që juve ju përshtatet më së miri. Prezervativët e vegjël dhe të ngushtë pëlqasin, kurse prezervativët e mëdhenj dhe të gjerë rrëshqasin. Prezervativë me madhësi të dëshirueshme mund të gjeni për shembull në Internet, në: www.mysize.ch.

DALJA NGA PËRDORIMI/RUAJTJA

Përdorni prezervativët vetëm deri në datën e skadimit të shënuar në paketim. – Prezervativët duhet të mbrohen nga drita dhe gjësendet e mprehta dhe me maje.

MJETET LYERËSE

Nëse kjo është e nevojshme përdorni pa ngurrim mjete lyerëse pa yndyrë (xhelë lagështie, që e lehtëson hyrjen e penisit). Këtë mund ta gjeni në supermarkete, parfumeri dhe në barnatore. Kurrë mos përdorni vazelinë, losione për lyerjen e trupit, për masazhe apo ndonjë vaj ushqimor.

Kurrë mos i vëni dy prezervativë njërin mbi tjetrin!

ÇKA TË BËHET, NËSE...

nëse prezervativi pëlqet dhe partneri apo partnerja e Juaj është sigurisht HIV-pozitiv? Nëse më së voni ditën e nesërme kërkonin një ndihmë dhe këshillim pranë ndonjë «Aids-Hilfe» apo edhe në spital, personat kompetentë do t'ju udhëzojnë dhe sqarojnë çfarë duhet bërë në raste të tilla. Në këtë mënyrë ju fitoni një shans real, por një siguri të plotë në situata të këtilla thjesht thënë, nuk ka.

PËRGJEGJËSIA JU AJ!

Përdorimi i prezervativit gjatë marrëdhënieve seksuale është i domosdoshëm. Prezervativi ju mbron Ju vetë por edhe njerëzit e tjerë me të cilët keni marrëdhënie seksuale. Prandaj, Ju lutemi bëhuni të përgjegjshëm – mbani prezervativë përherë me vete dhe përdorni ata gjatë marrëdhënieve seksuale!

Çdokush që nuk përdorë prezervativë duke i ditur pasojat e mospërdorimit, dhe me vetëdije e infektton partneren e vet me HIV, si pasojë duhet të llogaritet me ndjekje penale – eventualisht edhe dënim me burg në kohëzgjatje prej disa vitesh!

EDHE DIÇKA

Nëse keni pasur marrëdhënie seksuale pa prezervativ deri më tash dhe nuk jeni infektuar me HIV/AIDS, thjeshtë Ju keni pasur fat. **Një rrezik i madh për infektim me HIV ekziston edhe mëtej gjatë çdo marrëdhënieje seksuale pa prezervativ!**

VETËM NË KËTO TRI RASTE MUND TË HEQNI DORË NGA PREZERVATIVI PA PASUR NDONJË RREZIK:

- Nëse jetoni në një lidhje të qëndrueshme
- Nëse Ju dhe partnerja gjegjësisht partneri Juaj keni marrëdhënie seksuale vetëm me njëri-tjetrin
- Nëse ju të dy – së bashku – keni bërë ose bëni një testim HIV, i cili dëshmon se asnjëri nga ju nuk jeni të infektuar me virusin HI

A është kjo e vërtetë në rastin Tuaj? Jeni i sigurt?

MË SHUMË INFORMATA DHE KËSHILLIME

KËSHILLIMI

Pranë çdo AIDS-Ndihma: personalisht apo përmes telefonit. Varësisht nga dëshira Juaj, Ju mund të këshilloheni pa qenë të detyruar të identifikoheni.

Te çdo mjek apo mjeke: mos ngurroni të pyetni dhe të informoheni në lidhje me HIV/AIDS. Mjekët ligjërisht i nënshtrohen heshtjes së obliguar.

Atë që Ju u tregoni atyre dhe për rezultatet e kontrollit mjekësor, mjekët dhe personeli mjekësor ndihmës nuk guxojnë ta përcjellin më tutje – madje as partneres apo partnerit Tuaj, as policisë për të huajt, as punëdhënësit apo edhe punëtorëve në strehimoret e azilit, të burgjeve etj.

PROBLEMET GJUHËSORE

Sqaroni me kohë se në cilën gjuhë ofrohen këshillimet. Varësisht nga kushtet, është e mundur që Ju vetë të gjeni një përkthyes për vete të cilit Ju i besoni. (Një përkthyes/e mund ta gjeni edhe tek www.inter-pret.ch ose të pyetni pranë AIDS-Ndihma.)

MË SHUMË INFORMATA

Kopje tjera të këtij apo daracakëve tjerë:

Aids-Hilfe Schweiz, Telefon 044 447 11 13, Fax 044 447 11 14, shop@aids.ch, www.shop.aids.ch

Për informata të tjera drejtoheni në: Telefon 044 447 11 11, Fax 044 447 11 12, aids@aids.ch, www.aids.ch

Pyetni tek AIDS-Ndihmat (Aids-Hilfen) për informata në gjuhën Tuaj, ose kërkoni materiale të tilla në **www.migesplus.ch**.

Këtë doracak e gjeni në këto gjuhë:

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,
Deutsch, allemand, tedesco, German	serbo/croato/bosniaco, Serbian/Croatian/Bosnian
Englisch, anglais, inglese, English	Somalisch, somalien, somalo, Somali
Farsi, farsi, farsi, Farsi	Spanisch, espagnol, spagnolo, Spanish
Französisch, français, francese, French	Suaheli, swahili, swahili, Swahili
Italienisch, italien, italiano, Italian	Tamilisch, tamoul, tamil, Tamil
Kikongo, kikongo, kikongo, Kikongo	Thai, thai, thai, Thai
Kurdisch, kurde, curdo, Kurdish (Kurmanci)	Tigrinya, tigrinya, tigrina, Tigrinya
Lingala, lingala, lingala, Lingala	Türkisch, ture, turco, Turkish
Portugiesisch, portugais, portuguese, Portuguese	Ungarisch, hongrois, ungherese, Hungarian