



# О ВИЧ / СПИДЕ ГДЕ СУЩЕСТВУЕТ РИСК ЗАРАЖЕНИЯ

## ГДЕ НЕТ РИСКА

### ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ЖЕНЩИН

**СПИД – ОПАСНАЯ БОЛЕЗНЬ...** и по сей день остаётся неизлечимой. СПИД распространён по всему миру и в Швейцарии он тоже составляет проблему. СПИД является последствием ВИЧ-инфекции, или вируса иммунодефицита человека (сокращённо из английского: **HIV**). ВИЧ на протяжении нескольких лет ослабляет защитную способность организма противостоять болезням. В определённый момент организм становится по отношению ко многим болезням беззащитным, из-за чего ВИЧ-инфицированный заболевает всё в большей степени. Эта стадия и называется СПИД.

**ПРЕДОХРАНЕНИЕ ОТ ЗАРАЖЕНИЯ:** Настоящая брошюра имеет своей целью показать вам, при каких ситуациях существует риск заражения ВИЧ / СПИДом, а также как вам и вашему партнёру или партнёрше можно эффективно обезопасить себя от ВИЧ / СПИДа!

**СПИД НЕИЗЛЕЧИМ, ...** но есть медикаменты, сильно замедляющие течение ВИЧ-инфекции. В Швейцарии каждый, независимо от статуса пребывания, имеет право на эффективное лечение.



# РИСК ЗАРАЖЕНИЯ

ВИЧ передаётся половым путём, если при половых контактах не используется презерватив. Презерватив (или Femidom®\*) является самым первым защитным средством от ВИЧ/СПИДа, а также других заразных болезней.

## АНАЛЬНОЕ СНОШЕНИЕ (через задний проход), без презерватива



### ●●● Риск очень высокий

для женщины и мужчины, даже без семяизвержения

■ **Способы предохранения:** презерватив и смазывающее средство в достаточном количестве

## ВАГИНАЛЬНОЕ СНОШЕНИЕ (через влагалище), без презерватива



### ●●○ Риск высокий

для женщины и мужчины, даже без семяизвержения

■ **Способ предохранения:** презерватив (или Femidom®\*)

## ОРАЛЬНОЕ СНОШЕНИЕ (через полость рта), без средств защиты



### ●○○ Риск существует

■ **Способы предохранения:** Не допускать семяизвержения в полости рта!

Не глотать изверженное семя!

Исключить половые сношения с женщиной во время менструации.

(\* Информацию о Femidom®, презервативе для женщин, смотрите на обратной стороне брошюры)

# КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ПРЕЗЕРВАТИВОМ

Для женщины также полезно знать, как правильно применять презерватив. В том числе если вы сами носите с собой презервативы на случай, когда у мужчины их нет. Использовать презервативы следует исключительно с клеймом контроля качества «ок», и, конечно, подходящего размера.

1. Проверьте, не повреждена ли упаковка.



2. Осторожно откройте упаковку в месте насечки для надрыва и выньте презерватив.

3. Если мужчина не обрезан, нужно сперва оттянуть его крайнюю плоть.



4. Большим и указательным пальцами крепко возьмите презерватив, пока он в свёрнутом виде, за резервуар и посадите на головку члена. Резиновое кольцо презерватива должно смотреть наружу.



5. Презерватив должен легко развёртываться. Иначе он либо слишком узок, либо слишком широк, либо же вы надели его с изнаночной стороны (т.е. резиновым кольцом вовнутрь).



6. По достижении партнёром наивысшей точки полового акта: Прежде чем член вновь станет совсем мягким, следует крепко взять презерватив сзади (если мужчина не сделает этого сам) и вынуть член вместе с презервативом.

# ДРУГИЕ ПУТИ ПЕРЕДАЧИ ВИРУСА

## ОТ ВИЧ-ИНФИЦИРОВАННОЙ МАТЕРИ РЕБЁНКУ



При беременности, родах и в период кормления грудью ВИЧ-инфицированная мать может заразить ребёнка.

● ● ● **Риск очень высокий**

■ **Способы предотвращения заражения:**

- 1) медикаментозное лечение будущей матери;
- 2) отказ от кормления грудью.

Если вы беременны или хотите стать, обязательно проконсультируйтесь в отношении ВИЧ и пройдите тест на ВИЧ. Тогда возможно предотвратить заражение вашего ребёнка.

## УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ



Если вашими шприцами и иглами для приёма наркотиков пользуется кто-либо другой.

● ● ● **Риск очень высокий**

■ **Способ предохранения от заражения:**

чистый набор принадлежностей (шприц, игла, фильтр, вата, ложка, вода); нельзя пользоваться общими принадлежностями, а только строго своим личным набором и не разрешать другим лицам пользоваться им.

Без соблюдения таких мер предохранения одновременно повышается риск заражения опасным вирусом гепатита С (ВГС), иначе полатыни: Hepatitis-C-Virus (HCV).

## МЕДИКО-ОПЕРАТИВНЫЕ ВМЕШАТЕЛЬСТВА

○ ○ ○ **Риска нет**

В Швейцарии случаи передачи инфекции в медицинских условиях лечения признанными медиками-специалистами не отмечаются.

# РИСКА НЕТ



На работе / в туалетах  
умывальных комнатах



При чихании, кашле в чью-либо  
сторону



При рукопожатии, глажении  
При объятиях



При приеме пищи из общей посуды  
При питье из общих стаканов



При укусах насекомого  
В бассейнах, саунах

Данный список свидетельствует о том, что **в быту не существует опасности передачи ВИЧ и заражения им.** Поэтому нет причины для страха перед людьми, инфицированными ВИЧ/СПИДом, как, следовательно, и нет причины для их изоляции от общественной жизни или работы.

**Нет риска также в следующих ситуациях:**



При поцелуях и взаимном половом  
удовлетворении руками  
При половом сношении с  
предохранением (с презервативом)

# Я ЗАРАЗИЛАСЬ ИЛИ НЕТ ?

**Лишь тот, кто знает о своей заражённости ВИЧ, не упускает благоприятный момент для начала лечения.**

## ТЕСТ НА ВИЧ

Являетесь вы ВИЧ-инфицированным или нет, может показать только медицинский тест на ВИЧ.

Проведение теста, как правило, имеет смысл только через три месяца после последнего случая рискованного поведения, например, после полового сношения без презерватива; только тогда тест выдаст в любом случае надёжный результат. Если вы заразились, то передавать вирус вы способны уже в первые три месяца.

## АНОНИМНОСТЬ ТЕСТА

В крупных больницах или в самих лабораториях тест можно пройти без указания своей фамилии. Таким образом благодаря анонимности обеспечивается секретность такого теста и его результатов.

## КОНСУЛЬТАЦИЯ ПЕРЕД ПРОХОЖДЕНИЕМ ТЕСТА

Обязательно проконсультируйтесь перед самим тестом: в службе СПИД-помощь (по-немецки: Aids-Hilfe), либо в больнице, лаборатории, либо же у врача. Можно обратиться также к доверенному лицу из сферы предоставления убежища беженцам.

Справки (в анонимном порядке) об адресах, информационном материале, медпунктах сдачи теста и т.д. и заказы: по тел. **044 447 11 11** или **www.aids.ch**

Либо напрямую в:

# ЗАБОЛЕВАНИЯ, ПЕРЕДАЮЩИЕСЯ ПОЛОВЫМ ПУТЁМ

При половых контактах передаваться могут кроме ВИЧ/СПИДа такие болезни, как, например: гонорея (триппер), герпес, сифилис, хламидии или гепатит В.

## СИМПТОМЫ И ЖАЛОБЫ - → К ВРАЧУ!

- Необычные, нередко с неприятным запахом, выделения из влагалища
- Зуд, пузырьки, язвы, разрастания ткани на половых губах или во влагалище; воспаления в области половых органов
- Боли и жжение при мочеиспускании
- Боли или жжение при половом сношении
- Сильное покраснение нёба или глотки
- Межменструальные кровотечения; нерегулярные менструации
- Диффузные (рассеянные) боли в нижней части живота
- Разрастания ткани, пузырьки в заднем проходе

С такими симптомами следует незамедлительно идти к врачу!

**Внимание: Эти осложнения сами по себе ещё не являются подтверждением заражённости ВИЧ/СПИДом!**

Лишь тест на ВИЧ даёт определённость картины, имеет место заражение вирусом или нет.

## ПОСЛЕДСТВИЯ

Если распознавание этих болезней происходит своевременно, многие из них поддаются успешному лечению. Без лечения они могут возыметь тяжёлые последствия (например: рак, бесплодие).

## СПОСОБ ПРЕДОХРАНЕНИЯ: ПРЕЗЕРВАТИВ

Наиболее эффективный способ предотвращения этих заболеваний – использование презерватива при вагинальном, анальном и оральном сношениях или Femidom® при вагинальном сношении.

# ИНФОРМАЦИЯ О FEMIDOM®

Если вы не можете убедить своего партнёра использовать презерватив, попробуйте в таком случае Femidom®. Многие мужчины испытывают меньшую неприязнь к нему, чем к презервативу. – Femidom® – это презерватив для женщин, который помещается во влагалище перед половым сношением, а при необходимости и за несколько часов до того. Подобно презервативу он служит для предохранения от беременности и предотвращения заражения ВИЧ/СПИДом и другими заболеваниями, передающимися половым путём.

На первых порах большинству пользовательниц он кажется, скорее, чем-то инородным. Однако со временем к этому виду предохранения привыкают. – Приобрести Femidom®, а также получить информацию и консультацию о нём можно в аптеках и магазинах парфюмерно-галантерейных и аптекарских товаров (Drogerie). В Интернете [www.shop.aids.ch](http://www.shop.aids.ch) вы сможете заказать его по спеццене.

## СМАЗКА

По потребности можно прибегнуть к нежирным смазывающим средствам, которые наносятся в достаточном количестве (к примеру, увлажняющий гель, облегчающий входение). Купить их можно в аптеках и магазинах парфюмерно-галантерейных и аптекарских товаров (Drogerie). Никогда не применяйте вазелин, лосьон для тела, массажные или пищевые масла.

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ...

**презерватив рвётся или лопается и ваш партнёр, несомненно или по всей вероятности, инфицирован ВИЧ?** Если вы не позднее, чем на следующий день обратитесь за консультацией в одну из служб СПИД-помощи или в больницу, специалисты вам разъяснят, что можно ещё сделать на данный момент. У вас будет один реальный шанс, но простого и однозначно действенного средства в подобной ситуации нет.

# ВАША ОТВЕТСТВЕННОСТЬ!

Женщины сильны духом и умеют брать на себя ответственность. – Мужчины же не всегда бывают верны. Если вы хоть на самую малость сомневаетесь в верности своего партнёра, ищите с ним разговора и настаивайте на презервативах (или Femidom®). Пройдите вместе тест на ВИЧ.

Для женщин риск заражения при сношении без предохранения значительно выше, чем для мужчин. Презерватив (или Femidom®) предохраняет от инфекции вас самих и тех, с кем у вас могут быть половые контакты.

## ВПРОЧЕМ

Если вы имели половые сношения до сих пор без презерватива и всё-таки ещё не заразились ВИЧ/СПИДом, то вам просто повезло. **Высокая степень риска заражения будет и впредь присутствовать при каждом половом сношении без презерватива!**

**ТОЛЬКО СОБЛЮДАЯ ВСЕ ТРИ СЛЕДУЮЩИХ УСЛОВИЯ, ВЫ МОЖЕТЕ БЕЗ ОПАСЕНИЯ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ПРЕЗЕРВАТИВА:**

- Вы состоите в интимных отношениях с одним постоянным партнёром
- Вы и ваш партнёр имеете половые сношения исключительно друг с другом
- Вы оба, а лучше всего одновременно, прошли тест на ВИЧ, результаты которого в обоих случаях показали, что никто из вас не инфицирован ВИЧ

**Действительно ли это так в вашей ситуации? Вы уверены?**

# ПОЛНАЯ ИНФОРМАЦИЯ И КОНСУЛЬТАЦИИ

## КОНСУЛЬТАЦИИ

**В любой службе СПИД-помощь:** явившись лично или позвонив по телефону. По желанию получение консультации в анонимном порядке.

**У врача:** Не откладывайте посещение врача с целью выяснения вопросов касательно ВИЧ/СПИДа. Врачи обязаны сохранять профессиональную врачебную тайну.

## ЯЗЫКОВЫЕ ПРОБЛЕМЫ

Выясните, на каких языках предлагаются консультации. Может быть, вам придётся самим побеспокоиться о лице, способном сделать для вас перевод. (Список переводчиков смотрите на сайте [www.inter-pret.ch](http://www.inter-pret.ch) или запросите в СПИД-помощи.)

## ПОЛНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

### Заказ данной или других брошюр:

СПИД-помощь Швейцарии / Aids-Hilfe Schweiz,  
Postfach 1118, 8031 Zürich

**Заказы принимаются:** по тел. 044 447 11 13,  
факс 044 447 11 14, [shop@aids.ch](mailto:shop@aids.ch), [www.shop.aids.ch](http://www.shop.aids.ch)

**Справки:** по тел. 044 447 11 11, факс 044 447 11 12,  
[aids@aids.ch](mailto:aids@aids.ch), [www.aids.ch](http://www.aids.ch)

Запрашивайте в службах СПИД-помощи информацию на вашем языке либо ищите материал на сайте  
**[www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)**.

### Настоящая брошюра издана на следующих языках:

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, kurde, curdo, Kurdish (Kurmanci)	Türkisch, turc, turco, Turkish
Lingala, lingala, lingala, Lingala	Ungarisch, hongrois, ungherese, Hungarian
Portugiesisch, portugais, portoghese, Portuguese	