



# الايڊز أين يكمن الخطر

و أين لا يكمن

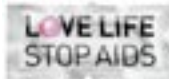
معلومات للذكور

**ان الايڊز هو مرض خطير ...** و ليس له علاج حتى يومنا هذا . الايڊز منتشر في جميع أنحاء العالم ويشكل مشكلة في سويسرا أيضاً .

الايڊز هو نتيجة الاصابة بعدوى فيروس . ان هذا المرض يُضعف ومع مرور السنين قدرة الجسم ضد مقاومة الامراض . وفي وقت ما يصبح الجسم بلا مناعة ضد كثير من الامراض . وهكذا تصبح هذه العدوى ومن خلال المرض والمرضى ، ما نطلق عليه اسم الايڊز .

**الوقاية :** هذا الكراس يريكم ، أين يكمن خطر الاصابة . وكيف تستطيع حماية نفسك بفعالية ، أنت وشريكك أو شريكك

**الايڊز لا علاج له ، ...** لكن توجد أدوية قادرة وبقوة على تأخير عدوى الايڊز . في سويسرا توجد حقوق لكل الناس بالعلاج ، بغض النظر عن وضع إقامتهم القانونية . المعالجة يجب ان تبدأ في الوقت المناسب . والانسان الذي لا يعرف بأنه مصاب بعدوى الايڊز ، يكون قد فوّت الوقت المناسب لبدء العلاج . من المفيد قطعاً معرفة ما إذا كان المرء مصاباً بالعدوى أم لا . للمزيد ، راجعوا الصفحة الخلفية .



# المخاطرة

تنتقل هذه العدوى عن طريق الاتصالات الجنسية والتي تتم بدون استعمال الواقي . الواقي هو أهم وسيلة وقاية من الايدز ومن الامراض المعدية الاخرى .

ممارسة الجنس من الدبر ( فتحة الشرج ) بدون واقي

● ● ● المخاطرة كبيرة جداً  
للطرفين أيضاً ، حتى بدون تدفق المنى  
■ الحماية عبر : الواقي ومواد كافية ملطفة للاحتكاك



ممارسة الجنس من الفرج ( من خلال المهبل ) بدون الواقي

○ ● ● المخاطرة كبيرة  
للرجل والمرأة ، حتى بدون تدفق المنى  
■ الحماية عبر : الواقي



ممارسة الجنس عن طريق الفم ، أيضاً بدون وقاية

○ ○ ● المخاطرة قائمة  
■ الحماية عبر : عدم امتناع المرأة أثناء دورتها الشهرية.  
عدم قذف المنى في الفم !  
عدم ابتلاع المنى !



# هكذا تستعمل الواقي

1. تأكد من ان التحزيم «التغليف» بحالة صالحة للاستعمال .

2. نزع التغليف من الجانب أو فتحه من الجانب ؛ ومن ثم أخذ الواقي .



3. في حالة إذا ما كنت غير مختون « مطهر » : اسحب الغزلة (جلدة الذكرة) إلى الخلف .

4. مسك كامل غلاف الواقي بالإبهام والسبابة وبإحكام ومن ثم تثبيتته على رأس القضيب .  
شكل المطاط يكون بارزاً للخارج .



5. عملية نشر أو بسط الواقي يجب ان تكون بيسر وسهولة .  
وإلا فإن الواقي هو ضيق كثيراً أو واسعاً أكثر من اللزوم .  
أو انك وضعته بالشكل الخاطئ ( شكل المطاط بارز باتجاه الداخلة ) .



6. بعد ذروته الجنسية، وقبل أن ينام عضوه بشكل كامل ، يتم مسك الواقي من الخلف ( إذا لم يقم الرجل بفعل هذا ) ومن سحب أو خلع الواقي وذلك بالتدرج حسب امتداده على العضو .



بالمناسبة : يوجد واقي للمرأة أيضاً (Femidom®) والذي يوضع في المهبل أثناء ممارسة الجنس . لكن الواقي الذكري هو أكثر سهولة في استعماله ، وهو رخيص أيضاً .

# طرق أخرى للعدوى

من أم مصابة بالعدوى لولدها



- أثناء فترة الحمل ، الولادة ، والإرضاع يمكن ان تصيب الام طفلها بالعدوى.
- ● ● المخاطرة كبيرة جدا
  - الوقاية : بعد أي نتيجة ايجابية للإختبار ، يجب ان تخضع الام المصابة لإجراءات طبية مناسبة .

## استهلاك المخدرات



- عندما تستعمل الابز والحقن في مجال استهلاك المخدرات بشكل جماعي.
- ● ● المخاطرة كبيرة جدا
  - الوقاية : أدوات نظيفة ( ابرة ، حقنة ، مصفاة ، قطعة قماش ، ملعقة ، ماء ) يحظر استعمال الادوات بشكل جماعي . بدون اجراءات الوقاية هذه ، يبقى خطر الاصابة بالعدوى مضاعفا . مضافا اليها خطر الاصابة بفيروس التهاب الكبد .

## العمليات أو الطقوس الطبية

● ● ● المخاطرة كبيرة جداً

- عند استعمال الادوات ( الحقن . السكاكين ) عند المعالجة الطبية في / التطهير / و/ الوشم / و الغير معقمة و المستعملة من قِبل عدة أشخاص ، عندها يصبح امكان العدوى ممكنا . انتقال عدوى الايدز ممكن أيضاً عبر نقل الدم ، لا سيما إذا كان الدم غير مختبراً .

○ ○ ○ لا مخاطرة

في سويسرا لا تحصل عمليات نقل الدم هذه إلا عبر أخصائيين .

# لا مخاطرة

مجال العمل ، المرافق العامة أو المراحيض ، أماكن  
الغسيل



العطس ، السعال  
العناق



المصافحة بالأيادي ، الحك



الأكل من نفس الطبق أو الصحن، الشرب من ذات  
الكأس



لسع الحشرات  
حمامات السباحة ، ساونا أو حمامات البخار



هذه اللائحة تريننا انه في الحياة اليومية العادية لا خطر من نقل هذه العدوى أو الإصابة بها . لهذا السبب لا يوجد أي داع للقلق أو الخوف من الاشخاص المصابين بهذا المرض سواء في الحياة الاجتماعية أو في مجال العمل .

لا مخاطرة كبيرة أيضاً في الحالات التالية :

القبلات أو الملاطفة الجنسية عبر الأيدي  
ممارسة الجنس المؤمنة ( باستخدام الواقي )



# هل أُصبتُ بالعدوى أم لا ؟

من يعلم بإصابته بالعدوى ، لا يعني انه أضع الوقت المثالي للعلاج .

## اختبار الايدز

السؤال عما إذا كنت مصاباً بهذه العدوى أم لا ، يؤكد فقط اختبار طبي للايدز . غالباً لا تظهر الإصابة بهذه العدوى في البداية أي مشاكل صحية . ان نقل هذه العدوى لا تظهر أي منغصات صحية . كذلك لا يلحظ أحد في البداية عدوى الايدز . ان الاختبار وحسب القواعد المتبعة في الثلاثة الأشهر الأولى بعد آخر سلوك تشوبه المخاطرة ( ممارسة الجنس بدون وقي ) هو قرار عقلائي و موضوعي . بعدها يؤكد الاختبار النتيجة وبشكل حتمي مهما كانت تلك النتيجة . وفي حال ما إذا كنت قد أصبت بالعدوى ، فإنك قادر وفي هذه الثلاثة أشهر على نقل هذه العدوى إلى أشخاص آخرين .

إذا ما أسفر الاختبار عن أي نتيجة سلبية ، فهذا يعني انك وحتى الان لا تحمل فيروس الايدز . أما إذا كانت نتيجة الاختبار ايجابية ، فهذا يعني انك تحمل عدوى هذا الفيروس .

## لا أحد يعرف عن نتيجة ذلك الاختبار

في المشافي الكبيرة أو في المختبرات مباشرة ، تستطيع ان تجري الاختبار بدون ان تكون مضطراً لإعطاء اسمك . وبهذا لن يعلم أي شخص بأنك أجريت اختبار ، كذلك لن يعلم أحد عن نتيجة ذلك الاختبار .

## استشارة قبل الاختبار

الاستشارة قبل الاختبار أمر لا بد منه ، سواء في مراكز (مساعدة مرضى الايدز) ، في المستشفيات ، في المخابر ، أو من خلال طبيبك . أو قم بإجراء اتصال مع أحد الأشخاص الذين تتق بهم في مجال اللجوء .

للمزيد من المعلومات ... و العناوين ... مراكز الاختبار ... الخ . وللطلبات :

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

أو مباشرة عبر :

# أمراض جنسية أخرى معدية

عن طريق الاتصال الجنسي يمكن انتقال أمراض أخرى غير الايدز : على سبيل المثال ، السيلان - القوباء « مرض جلدي » - الزهري - التهاب الكبد .

## إشارات وآلام - ← الطيب !

هذه الامراض تسبب متاعب معينة

- ← إفرازات في مجرى البول بكميات مختلفة وبألوان مختلفة
- ← حرقة في المثانة ، حكة في مجال التحليل
- ← آلام و تورمات في الخصية
- ← قرحة ، نطفة ، نامية ، احمرار و حكة في القضيب أو في الخصية
- ← آلام منتشرة في البطن
- ← آلام عند التبرز
- ← آلام خفيفة في نهاية الامعاء ، افرازات في نهاية الامعاء
- ← النامية، طفح في منطقة الشرج

راجع الطيب على الفور في حالة إحساسك بهذه الآلام .

انتبه : الايدز لا يؤدي إلى هذه المتاعب أو الآلام !  
وحده اختبار الايدز يؤكد إذا ما كان هناك إصابة ام لا .

## الآتي

ان المعرفة بالمرض في الوقت المناسب ، بإمكانه المساعدة في علاج الكثير من هذه الأمراض . وعدم معالجتها قد يؤدي إلى حالات صعبة ( على سبيل المثال ، السرطان .  
العقم ) كما انه قد يؤدي إلى ارتفاع نسبة الخطر بالإصابة بفيروس الايدز .

## الحماية عبر : الواقي

أفضل طريقة للحماية أو الوقاية من هذه الامراض هي استعمال الواقي سواء عبر ممارسة الجنس . (Femidom® عن طريق المهبل . أو من الدبر . وكذلك أيضا عن طريق الفم) . يجب استعمال الواقي دائما عند الاتصال الجنسي عبر الفم . وخصوصا عند الممارسة مع العاهرات .

# معلومات حول أدوات الوقاية والمواد المسهلة للاحتكاك

## الوقاية :

يُمكن أدوات الوقاية ( الواقي ) الحماية والوقاية من الايدز ومن الامراض الجنسية المعدية الاخرى. كما ان بإمكان هذه الادوات منع الحمل .

## أدوات الوقاية الجيدة / والاحجام والقياسات المناسبة

استخدم أدوات الوقاية فقط مع وجود ضمانة قوية «ok» .  
بإمكانك الحصول على هذه الادوات في المتاجر العامة ، محلات العقاقير الطبية، الصيدليات .



أدوات الوقاية موجودة بأحجام وقياسات مختلفة .  
ابحث عن واقي يناسبك . أدوات الوقاية الضيقة جداً غالباً ما تتمزق أو تتقطع . أدوات الوقاية الكبيرة جداً غالباً ما تنزلق أو تفلت من مكانها . بإمكانكم ان تجدوا أدوات الوقاية وبالأحجام المناسبة في الانترنت تحت عنوان : [www.mysize.ch](http://www.mysize.ch)

## الصلاحية / التخزين

استعمل الواقي فقط حسب تاريخ الصلاحية والذي هو مكتوب على مادة التغليف .  
حماية الواقي من الضوء والادوات الحادة .

## المواد المساعدة للاحتكاك أو الاتصال الجنسي

في حالة استخدامك مواد مساعدة للاتصال الجنسي (مثل جل رطب والذي يسهل عملية الأختراق) والموجود في المتاجر العامة ، محلات العقاقير الطبية ، الصيدليات ، لا تستعمل إطلاقاً المرهم و لازيت الاكل أو الخاص بتقنيات التدليك .

لا تضع واقيين فوق بعضهما البعض !

مالذي يجب فعله ، عندما ...

يتقطع أو يتمزق الواقي في ذات الوقت الذي تكون فيه شريكك أو شريكك مصاباً وعلى أكثر احتمال بفيروس الايدز ؟

إذا ما ذهبت في اليوم التالي إلى أحد مراكز المساعدة ضد الايدز أو أحد المستشفيات طالبا نصيحة ، في هذه الحالة يمكن للأخصائيين ان يشرحوا لك ، ماالذي يمكن فعله الآن . لديك فرصة حقيقية ، لكن لا توجد طريقة فعالة ومجدية وأمنة في هكذا مواقف .



# مسؤوليتك !

استخدام الواقي في الاتصال الجنسي ضروري . الواقي يحميك شخصياً ، لكنه يحمي الأشخاص الذين اتصلت معهم جنسياً . كن مدركاً للمسؤولية التي تقع على عاتقك . واحمل معك الواقي دائماً واستعمله أثناء ممارسة الجنس !

الذي لا يستعمل الواقي وبالتالي يخاطر ويصيب شريكته بفيروس الايدز ، فإنه يضع نفسه تحت طائلة العقوبة وذلك بقضائه لسنوات طويلة في السجن .

## بالمناسبة

إذا كنت حتى الآن قد مارست الجنس بدون استخدام الواقي ومع ذلك لم تصاب بمرض الايدز ، فإن هذا لا يعني انك كنت محظوظة . ان خطر الإصابة بالايديز قائم مع كل ممارسة جنس بدون واقي !

يمكنك الاستغناء عن الواقي في هذه الحالات الثلاث فقط :

- ← إذا كنت تعيش علاقة مستقرة
- ← أنت و شريكك أو شريكك لديكما اتصال جنسي سوية دون أن يشاركما أحد هذه الحياة الجنسية
- ← كلاكما قد أجريا اختبار الايدز ، وتأكد خلوكما من هذا الفيروس

هل يطابق هذا وضعك ؟ هل أنت متأكد ؟

# المزيد من المعلومات أو الاستشارة

## الاستشارة

عند أي مركز مساعدة مرضى الايدز :

شخصياً أو عبر التلفون . حسب رغبتك ستتلقى الاستشارة دون أي حاجة لذكر اسمك .  
عند الطيبة أو الطبيب :

لا تتردد في طرح أي استئلة على مراكز مساعدة مرضى الايدز . الاطباء يخضعون لقانون حماية أسرار المرضى .

ان أي شيء تقوله و أي شيء تسفر عنه الفحوصات ، لا يجوز ولا يحق لأطباءك أو الاشخاص المساعدين لك بالبوح به لطرف آخر . ليس حتى شريكك أو شريكتك ، أو شرطة الأجانب ، ولا رب العمل أو زملاء العمل في المحيط العام ، السجن ... الخ .

## مشاكل اللغة

استوضح عن اللغات المتوفرة في مراكز الاستشارة . وفق الظروف المتاحة يجب عليك بنفسك ايجاد شخص أو جهة لحل مسألة الترجمة .

المترجمون المناسبون : [www.inter-pret.ch](http://www.inter-pret.ch) أو اسأل أحد مراكز مساعدة مرضى الايدز .

## مزيد من المعلومات

نماذج اخرى أو كراسات اخرى :

مركز مساعدة مرضى الايدز ،

Aids-Hilfe Schweiz. Postfach 1118, 8031 Zürich

للطلب : الهاتف 044 447 11 13 ، الفاكس 044 447 11 14

[shop@aids.ch](mailto:shop@aids.ch) ، [www.shop.aids.ch](http://www.shop.aids.ch)

للمزيد من المعلومات : الهاتف 044 447 11 11 ، الفاكس 044 447 11 12

[aids@aids.ch](mailto:aids@aids.ch) ، [www.aids.ch](http://www.aids.ch)

اسأل مراكز مساعدة مرضى الايدز حول المعلومات المتوفرة بلغتك الام . أو استعلم

تحت عنوان : [www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)

هذا الكراس متوفر في اللغات التالية:

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, turc, turco, Turkish
Portugiesisch, portugais, portoghese, Portuguese	Ungarisch, hongrois, ungherese, Hungarian