



HIV / AIDS

AHOL KOCKÁZATOK ÁLLNAK FENN

ÉS AHOL NEM

INFORMÁCIÓK NŐKNEK

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 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 (vagy a Femidom®*) a legfontosabb védekező szer a HIV/AIDS-szel és más fertőző betegségekkel szemben.

ANÁLIS (A VÉGBÉLLEN) NEMI ÉRINTKEZÉS ÓVSZER NÉLKÜL



●●● Nagyon nagy kockázat

nő és férfi számára egyaránt, magömlés nélkül is

■ **Védekezés:** óvszerrel és elegendő síkosítóval

VAGINÁLIS (A HÜVELYBEN) NEMI ÉRINTKEZÉS ÓVSZER NÉLKÜL



●●○ Nagy kockázat

nő és férfi számára egyaránt, magömlés nélkül is

■ **Védekezés:** óvszerrel (vagy Femidom®*-mal)

ORÁLIS (SZÁJJAL) NEMI ÉRINTKEZÉS VÉDEKEZÉS NÉLKÜL



●○○ Fennálló kockázat

■ **Védekezés:** Magömlést szájba ne!

Magömlést ne nyeljen le!

A nő menstruációja alatt mellőzze a nő szájjal való kielégítését.

* Infók a Femidom® -ről, a női óvszerről: lásd a brosúra hátoldalán

ÍGY HASZNÁLJÁK AZ ÓVSZERT

Az segít, ha Ön is, mint nő tudja, hogyan használják az óvszert helyesen. És ha Önnél is van óvszer arra az esetre, ha a férfinél nincsen.

Csak az «ok» minőségi pecséttel ellátott óvszert használjon, és azt a megfelelő méretben. Kapható minden szupermarketben, drogériákban és gyógyszertárakban vagy a www.mysize.ch weboldalon.

1. Ellenőrizze, hogy a csomagolás sértetlen-e.



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

3. Amennyiben a férfi 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 belülre esik).



6. A férfi csúcspontja után: mielőtt a pénisz újra teljesen elernyed, az óvszert a tövénél fogja meg (ha a férfi maga ezt nem teszi meg) és a péniszt az óvszerrel együtt húzza ki.

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:** 1) A leendő anya gyógyszeres terápiája; 2) Császármetszés; 3) Szoptatásról való lemondás
Ha Ön terhes vagy az szeretne lenni, akkor feltétlenül kérjen tanácsot a HIV-vel kapcsolatban és csináljon egy HIV-tesztet. Akkor meg lehet akadályozni, hogy Ön a gyermekét megfertőzze.

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, körülmétélések, 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 kezelésknél nem fordulnak elő fertőzések.

NINCS KOCKÁZAT



munka közben
WC-kben, mosdókban



tüsszentéskor, köhögéskor



kézfogáskor, simogatáskor
karbavételkor



étkezés ugyanabból a tányérből,
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**

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:

- Szokatlan, gyakran rossz szagú hüvelyfolyás
- Viszketés, hólyagocskák, fekélyek, burjánzások a szeméremajkán vagy a hüvelyben; gyulladások a nemi szervekben
- Fájdalom és égető érzés vizeléskor
- Fájdalom vagy égető érzés nemi érintkezéskor
- Vértörös szájpaplás vagy torok
- Köztes vérzések; rendszertelen menstruáció
- 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 védeltséget ezekkel a betegségekkel szemben az óvszer nyújtja vaginális, anális és orális aktus esetén is (ill. a Femidom[®] vaginális érintkezésnél).

INFORMÁCIÓ A FEMIDOM® -HOZ

Ha Ön partnerét nem tudja rávenni, hogy óvszert használjon, akkor próbálja ki a Femidom® -ot. Sok férfinak kevesebb gondja van ezzel, mint az óvszerrel.

A Femidom® egy óvszer nők számára, amelyet a közösülés előtt – szükség esetén akár órákkal előbb – a hüvelybe helyeznek fel. Mint a gumióvszer, ez is véd a terhességtől, a HIV/AIDS-től és más nemi úton terjedő betegségektől.

Eleinte a Femidom® a legtöbb használóra inkább idegenül hat. De a legtöbben hozzászoknak ehhez a védekezési módhoz.

Femidom® -ot, valamint ehhez kapcsolódó információt és tanácsadást gyógyszertárakban és drogériákban kaphat.

A www.shop.aids.ch weboldalon kedvező áron megrendelheti.

INFORMÁCIÓ ÓVSZEREKRŐL ÉS SÍKOSÍTÓKRŐL

LEJÁRAT/TÁROLÁS

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

SÍKOSÍTÓSZER

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

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!

A nők erősek és tudnak felelősséget vállalni. – A férfiak nem mindig hűek. Ha Ön egy kicsit is kételkedik partnere hűségében, keresse vele a párbeszédet és ragaszkodjon az óvszerhez (vagy a Femidom[®]-hoz). Csináljanak együtt egy HIV-tesztet.

Nők számára a védekezés nélküli aktusnál a fertőződési kockázat még nagyobb, mint férfiak számára. Az óvszer (vagy a Femidom[®]) védi Önt és azokat az embereket, akikkel Ön nemi érintkezést folytat.

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 egy állandó kapcsolatban él.
- Ön és partnere csak és kizárólag egymással folytatnak nemi érintkezést.
- Önök mindketten – a legjobb, ha együtt – egy 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.

Egy orvosnál: Ne tétovázzon kérdéseket feltenni a HIV/AIDS-szel kapcsolatban. Az orvosok a 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 külföldiek ellenőrző rendőrségének, 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.

(Alkalmos fordítók iránt via www.eka-cfe.ch/d/Doku/vermittlungstellen.pdf vagy az AIDS-Segélynél érdeklődhet.)

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ

Ennek és más brosrúáknak a további példányai: Aids-Hilfe Schweiz, Postfach 1118, 8031 Zürich

Rendelések: telefon 044 447 11 13, fax 044 447 11 14, shop@aids.ch, www.shop.aids.ch

Egyéb tájékoztatás: telefon 044 447 11 11, fax 044 447 11 12, aids@aids.ch, www.aids.ch

Kérdezze az AIDS-segélyszervezeteket anyanyelvén lévő információkról, vagy keressen anyagot a **www.migesplus.ch** weboldalon.

Buku oyo ekomami mpe na minoko oyo:

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	