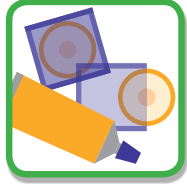
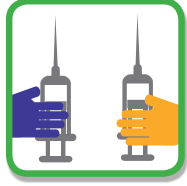


إن فيروس نقص المناعة البشرية يمكن الوقاية منه عن طريق:



استخدام الواقي (الذكري أو الأنثوي) في العلاقات الجنسية التي يرافقها إيلاج وتجنب قذف السائل المنوي في الفم إذا كان مارس الجنس عن طريق الفم. في حال الإيلاج بالشرج ينصح باستخدام مزلاقات دهنية مصنوعة أساساً من الماء بالإضافة إلى الواقي الذكري (لا تستخدم مطلقاً مزلاقات دهنية تعتمد على زيت أو كريمات).



عدم تقاسم المحاقن والإبر وغيرها من الأدوات لتحضير مخدرات عن طريق الحقن أو تعاطي مخدرات عن طريق الشم واستخدام أدوات لثقب الجلد ذات الاستعمال لمرة واحدة أو معقمة (أقراط، ثقب بيرسينغ، مواد وشم...). تجنب الاستخدام المشترك لشفرات الحلاقة وفرش الأسنان.



اليوم، وبفضل العلاج المضاد للفيروسات الرجعية، ستتمكن الأم المصابة بفيروس نقص المناعة البشرية وتم معالجتها بشكل صحيح من الحمل والوضع بدون مشاكل وسيتمكن طفلها من أن يولد سليماً من فيروس نقص المناعة البشرية. وإذا كنت مصابة بفيروس نقص المناعة البشرية فإن الرضاعة الطبيعية لا ينصح بها لتغذية الطفل.

عندما يكون الشخص المصاب بفيروس نقص المناعة البشرية في طور العلاج وحمله الفيروسي لا يمكن كشفه، فإن هذا يحد بشكل كبير من خطر انتقال الفيروس إلى أشخاص آخرين.

ما هي الوقاية بعد التعرض للمرض؟

هو تدبير استثنائي من الوقاية، يتمثل بتناول دواء مضاد للفيروسات الرجعية لمدة 82 يوماً بعد تعرض محتمل لفيروس نقص المناعة البشرية للحد من خطر العدوى. ويجب عليك الذهاب إلى قسم الطوارئ ويفضل في غضون الساعات الستة الأولى من التعرض للمرض وكحد أقصى بعد 27 ساعة وسوف يقوم الطاقم الطبي بتقييم حالتك الخاصة.

إذا كان لديك أي استفسار يمكنك الاتصال:



Coordinadora Estatal de VIH y sida

C/ Juan Montalvo, nº 6.
28040 Madrid
Telf./Fax: 915 223 807

Correo electrónico:
cesida@cesida.org
infosida@cesida.org

Páginas web:
www.cesida.org
www.infosida.es

Espacio reservado para los datos de la entidad:

Subvencionado por

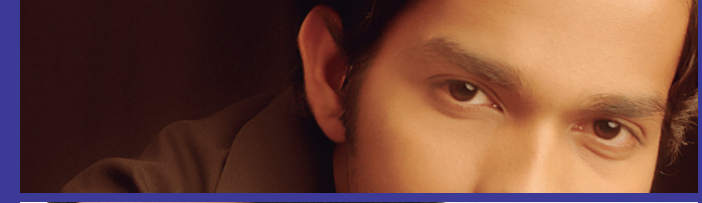


Diseño: perfritsche.com

Fotos: Ariel da Silva Parreira, Barun Patro, José Rivera, Oliver Delgado, Vikash Sharma, Geloo, David Dallaqua



هل لديك سؤال حول... فيروس نقص المناعة البشرية والإيدز؟



ما هو فيروس نقص المناعة البشرية والإيدز؟



إن فيروس نقص المناعة البشرية هو من الفيروسات التي تقوم عندما تدخل في جسمنا بتدمير مناعتنا، ما يجعل من السهولة الإصابة بأمراض أخرى. ويعد الإيدز حالة متقدمة من الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية والذي يحدث بعد سنوات من الإصابة عندما لا يتم تناول علاج أو عند فشل هذا العلاج.

كيف يمكن انتقال فيروس نقص المناعة البشرية؟

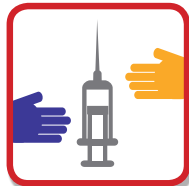


عند ممارسة الجنس سواء كان بإيلاج في الشرج أو المهبل بدون استخدام واقي ذكري.



أما في الجنس عن طريق الفم فإن تجنب تلقي السائل المنوي في الفم يقلل من خطر انتقال فيروس نقص المناعة البشرية.

إن وجود أمراض أخرى منقولة جنسياً (DTS) يزيد من خطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية.



عن طريق تبادل المحاقن والإبر وغيرها من مواد الحقن أو أي شيء له علاقة بهذا الأمر أو على اتصال بالدم الملوث.



من الأم إلى طفلها أثناء الحمل أو الولادة أو الرضاعة الطبيعية.

إن فيروس نقص المناعة البشرية لا ينتقل عن طريق:



التقبيل أو المداعبة أو المصافحة أو اللمس أو القيام باستمناة شريكك.



الدموع أو العرق أو اللعب أو السعال أو العطاس.



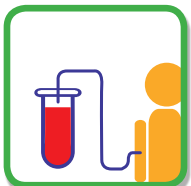
التعايش أو العمل مع أشخاص مصابين بهذا الفيروس.



تقاسم حاجيات الاستعمال العام، والملابس أو الطعام، وحمامات الدوش، والمغاسل أو المراحيض، والمسباح، والمرافق الرياضية أو مرافق الترفيه، ومكان العمل، ودور الإقامة، والمدارس، ومنتجات المياه المعدنية، والمنتجات والأماكن العامة.



عضات أو لسعات حيوانات أو بعوض أو حشرات أخرى.



تبرع أو تلقي دم، في البلدان التي تكون فيها المراقبة مناسبة.

كيف يمكنني معرفة ما إذا كنت مصاباً بفيروس نقص المناعة البشرية؟

إن الطريقة الوحيدة لمعرفة ذلك هو إجراء اختبار فيروس نقص المناعة البشرية، وهو تحليل خاص (لا يتم اكتشافه في تحليل روتيني). منذ أن يدخل فيروس نقص المناعة البشرية باتصال معنا إلى أن تظهر الأجسام المضادة التي يتم اكتشافها في الاختبار قد تستغرق فترة تصل إلى 3 أشهر. ومن المهم جداً أن نعرف متى كان لدينا آخر ممارسة محفوفة بالخطر لمعرفة ما إذا كانت النتيجة موثوقة أو ينبغي تكرار الاختبار.

هناك اختبارات سريعة للكشف عن فيروس نقص المناعة البشرية، ويمكن الحصول على نتيجتها في أقل من 04 دقيقة. يجب أن يكون اختبار فيروس نقص المناعة البشرية دائماً طوعياً وسرياً ويمكن إجراؤه مجاناً في المراكز الصحية من القطاع العمومي وفي المنظمات غير الحكومية.

كذلك يمكن إجراؤه في مختبرات التحاليل السريرية الخاصة وفي بعض الصيدليات.

في بعض مراكز الأمراض المنقولة جنسياً والمنظمات غير الحكومية والصيدليات لن يطلبوا منك البطاقة الصحية.

متى ينصح بإجراء اختبار فيروس نقص المناعة البشرية؟

- إذا لم تكن قد أجريت مطلقاً هذا الاختبار سابقاً ومارست الجنس بدون واقي ذكري فمن المستحسن أن تقوم بإجراء الاختبار.
- إذا كنت تعتقدين بأنك حامل أو تخططين للحمل.
- إذا كنت مصاباً بأحد الأمراض المنقولة جنسياً أو مرض السل أو التهاب الكبد الفيروسي.
- إذا كان لديك شريك ثابت وترغب في التوقف عن استخدام الواقي الذكري مع شريكك.
- إذا كنت قد تقاسمت مواداً لتحقق نفسك بالمخدرات (محاقن، إبر، ملاعق، مرشحات...) أو قد استخدمت مواداً غير معقمة للثقوب في الجلد أو الأغشية المخاطية (أقراط، ثقوب بيرسينغ، وشوم...).

إذا كانت لديك ممارسة محفوفة بالمخاطر، فلا تنتظر، واذهب إلى المركز الصحي الخاص بك أو أي مركز آخر حيث يمكنهم إجراء الاختبار لك. وهناك سوف يقومون بتقييم حالتك وتبيان الاختبار لك وفي حالة حصول نتيجة إيجابية فسوف يقومون بتقديم المشورة لك بشأن كيفية المباشرة لتلقي الرعاية الطبية.

إن معرفة ما إذا كنت مصاباً بفيروس نقص المناعة البشرية سوف يتيح لك الاستفادة بأقرب وقت ممكن من متابعة طبية والوصول إلى علاج فعال للحيلولة دون حدوث مضاعفات في صحتك وتحسين نوعية حياتك. بالإضافة إلى ذلك سوف تتمكن من حماية نفسك من الإصابة مرة أخرى والحيلولة دون انتقال الفيروس إلى أشخاص آخرين.