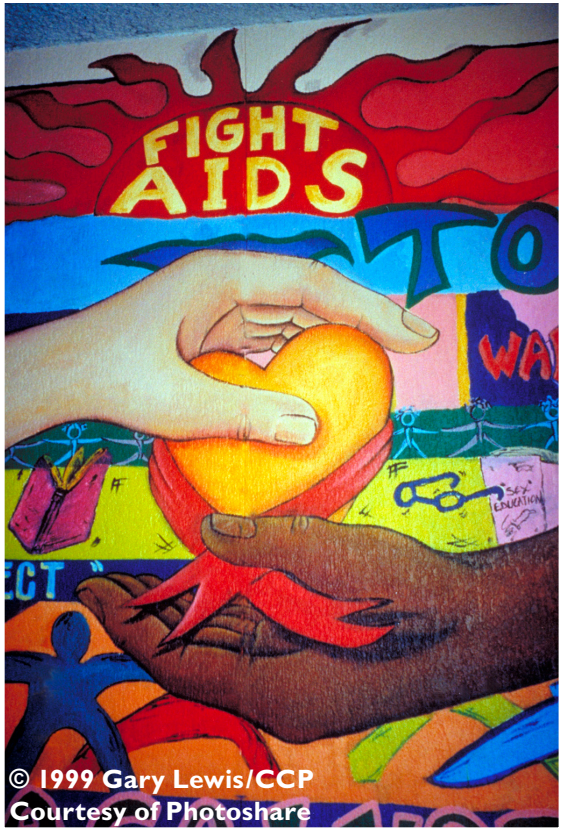
HEALTHY LIVING



© 1999 Gary Lewis/CCP
Courtesy of Photoshare

أتش أي في
الإيدز

U.S. COMMITTEE FOR REFUGEES AND IMMIGRANTS
USCRI

www.refugees.org

Protecting Refugees, Serving Immigrants,
Upholding Freedom since 1911

انتقال عدوى "اتش أي في" والإيدز، ولمنع التعرض لفيروس "اتش أي في" يجب استعمال الواقي المطاطي (سواء للذكر أو الأنثى).

كيفية الاحتراس عند استعمال الإبر؟

الاحتراس في استعمال الإبر يمنع التعرض المباشر لدم الآخرين. استخدم ابر نظيفة لم يتم استعمالها من قبل عند حقن الأدوية والمخدرات أو عند ثقب الجسم أو وشمه. عند حقن المخدرات أو الأدوية يجب استعمال ابره نظيفة لم يتم استعمالها من قبل وفي كل الأحوال لا يجب مشاركة الآخرين عند استعمال الإبر. تقدم بعض حكومات المدن برنامج لاستبدال الإبر يمكن بموجبه استبدال الإبر المستعملة بأخرى جديدة وغير مستعملة بدون مقابل.

امتنع عن إصابة الأشخاص الآخرين بالعدوى:

اكتشاف المرض مبكرا واخذ العلاج اللازم يتيح لحاملي فيروس "اتش أي في" التمتع بحياة صحية أطول وإذا كنت حاملا للفيروس يمكنك عدم نقل العدوى للآخرين بعمل الآتي:

- لا ترضع الأطفال إذا كنت مصاباً.
- الحصول على الرعاية الصحية المناسبة في فترة الحمل.
- مصارحة شريكك في المعاشرة الجنسية بأنك حامل لفيروس "اتش أي في" قبل ممارسة الجنس.
- الاحتراس في المعاشرة الجنسية واستعمال الوقاية اللازمة (استعمال الواقي المطاطي عند الممارسة الجنسية والعوازل المطاطية الخاصة بوقاية الفم).
- لا تستعمل الإبر أو الحقن المستعملة من قبل الآخرين.

CONTACT INFORMATION:
riht@uscridc.org
U.S. Committee for Refugees and Immigrants
1717 Massachusetts Ave., NW
Suite 200
Washington, DC 20036
Phone: 202 • 347 • 3507
Fax: 202 • 347 • 7177
www.refugees.org

الطريقة الصحيحة لاستعمال العازل المطاطي للذكر:

- افتح عبوة العازل المطاطي بأصابعك.
- اضغط على راس العازل المطاطي لتفرغ أي هواء محبوس بداخله.
- ابدأ بتلبيس العازل المطاطي على العضو المنتصب، وإذا لم تتمكن من تلبيس العازل المطاطي حتى مؤخرة الذكر تخلص منه واستعمل عازلا آخر.
- بعد ممارسة الجنس والقذف قم مباشرة بمسك مؤخرة العازل المستعمل وأخرج منه قضيبك.
- تخلص من العازل المطاطي المستعمل واغسل القضيب جيدا.
- لا تعيد استعمال العازل المطاطي .
- التدريب على استعمال العازل المطاطي قبل أن يحين وقت الاحتياج إليه.

• • •

للحصول على معلومات أكثر عن فحص فيروس نقص المناعة البشري "اتش أي في" بالقرب من مكان سكنك اتصل بالرقم المجاني
1-800-342-2437

أو ادخل لأي موقع من المواقع الآتية على شبكة الانترنت:

www.cdc.gov

www.hivpositive.com

www.thebody.com

هذا الكتيب وضع بتمويل من مكتب إعادة توطين اللاجئين بوزارة الصحة والخدمات الإنسانية الأمريكية.

الحقائق الأساسية عن مرض فيروس المناعة البشري (أتش أي في) ومرض نقص المناعة (الإيدز)

فيروس نقص المناعة البشري (أتش أي في) هو الفيروس المسبب لمرض نقص المناعة المكتسب (الايدز) فيروس "اتش أي في" يسبب فقدان الجسم لمناعته الطبيعية ضد الأمراض حتى البسيط منها مثل نزلات البرد. يصف الطبيب المريض الذي يضعف جسمه لدرجة لا يستطيع معها مقاومة بعض الأمراض انه "مريض بالإيدز".

ينتقل فيروس "اتش أي في" عن طريق الدم، الحيوانات المنوية، لبن الثدي والافرازات المهبلية لحاملي الفيروس. هذا الفيروس ينتقل من شخص لآخر عن طريق الاتصال الجنسي، استعمال ابر الحقن مع الآخرين، وخز الجسم (ويشمل ذلك عمل فتحات في الأذن)، الوشم، ولادة الطفل والرضاعة من الثدي.

يتم اختبار الدم المعد للنقل للمرضى في الولايات المتحدة الأمريكية ولذا لا توجد أي مخاطر في عملية التبرع بالدم أو نقله للمريض في المراكز المعدة لذلك ولا يمكن الإصابة بفيروس "اتش أي في" عند التبرع بالدم في الولايات المتحدة الأمريكية.

تنصح السلطات في الولايات المتحدة الأمريكية كل شخص من عمر 13 سنة إلى 64 أن يقوم بعمل فحص "اتش أي في" عند إجرائه لفحوصه الطبية العادية. وتنصح السلطات على وجه الخصوص السيدات الحوامل بعمل فحص "اتش أي في" لمنع انتقال الفيروس للاجنة . تقل فرص انتقال العدوى من ألام للجنين خلال عملية الوضع بعمل الفحوصات الخاصة قبل الولادة وبالعلاج المناسب لفيروس "اتش أي في".

إجراء فحص "اتش أي في":

لا يمكن الجزم بان الشخص حامل لفيروس "اتش أي في" بدون عمل الفحص الخاص بذلك. في بعض الأحيان يكون الشكل الظاهري للإنسان صحيح ومعافى ولا يعتريه ضعف أو تظهر عليه بثور أو جروح ومع ذلك يكون الإنسان حاملا لفيروس "اتش أي في" ويمكن أن ينقل العدوى للآخرين. الطريقة الوحيدة للجزم بأن الشخص حامل لفيروس "اتش أي في" أم لا هي إجراء الفحص الخاص بالتعرف على هذا الفيروس.

فحص فيروس "اتش أي في" سهل وبسيط وتقدم معظم المدن فحوصات مجانية أو برسوم رمزية بسيطة لفحص فيروس "اتش أي في" ويجري الفحص بأخذ عينة من الفم بالمسح عليه بقطعة قطن أو بوخز اصبع اليد. يمكن الحصول على نتيجة الفحص في خلال عشرين دقيقة فقط. وفي معظم الأحوال تتبع مراكز الفحص طريقتين للحفاظ على سرية نتيجة الاختبار أو عدم الإشارة إلى مصدره.

سرية الفحص: في هذا النوع يتم تسجيل اسم الشخص الذي أجرى له الفحص وتقدم الأسماء للمسئولين العاملين في مجال الصحة العامة (مثل الأقسام الصحية بالولايات).

الفحص بدون الإشارة إلى المصدر: وهذا النوع لا يتطلب الإشارة إلى اسم الشخص الذي خضع للفحص وبدلا من ذلك يتم استعمال رمز للإشارة لذلك الشخص وهذا يعني أن الشخص الذي تم إجراء الفحص له هو الوحيد الذي يمكنه إخطار من يرغب بنتيجة الفحص الذي أجري له.

ولا يمكن الإصابة بعدوى فيروس "اتش أي في" في الحالات التالية:

- الاختلاط العام
- المصافحة باليد
- الحضن والتقبيل
- الكحة والعطس
- التبرع بالدم
- السباحة في أحواض السباحة العامة
- الجلوس على مقاعد الحمامات
- المشاركة في مفارش السرير
- مشاركة الآخرين في استعمال الشوك والملاعق، العصي المستعملة في الأكل، السكاكين، الصحون، صحون الشوربة أو الأكواب، لسعات البعوض أو الحشرات الأخرى.

كيف يمكنك حماية نفسك؟

لا توجد خطورة الإصابة بفيروس "اتش أي في"

- الامتناع عن ممارسة الجنس(لا تمارس الجنس مع شخص آخر)

أنت وشريكك قمتما بعمل فحص "اتش ايه في" خلال الستة اشهر الماضية:

- إذا كانت نتيجة الفحص عدم إصابتكم بفيروس "اتش أي في".
- تمارسان الجنس مع بعضكما البعض فقط.
- لا تستعمل حقن استعملها آخرين، لا تقم بعمل وشم أو وخز أو ثقب الجسم بالابر.

توجد بعض الخطورة في الاصابة بفيروس "اتش أي في"

- احترس في الممارسة الجنسية
- احترس في استعمال الحقن

ما هو المقصود بالوقاية الجنسية ؟

الوقاية الجنسية تعني عدم الاتصال المباشر بالمني والافرازات المهبلية والدم بالاستعمال السليم للعازل المطاطي (للذكر والأنثى) والاستعمال الصحيح لواقي الفم.

وقبل ممارسة الجنس يجب عليك:

- أن تتحدث مع شريكك عن انجع سبل الوقاية الجنسية.
- التدريب على استعمال العوازل المطاطية (للذكر والأنثى) حتى تتعلم استعمالها بطريقة صحيحة قبل الشروع في الممارسة الجنسية.
- لا تمارس الجنس بعد تعاطيك الخمر أو المخدرات.
- استعمل المسهلات الجنسية التي تكون قاعدتها مائية ولا تستعمل المسهلات التي تكون قاعدتها بترولية مثل الفازلين.

هل يمكن لموانع الحمل أن تمنع العدوى من فيروس "اتش أي في"؟

موانع الحمل بأنواعها المختلفة مثل الحبوب، الحقن، حلقات منع الحمل، لصق منع الحمل واسفنجات منع الحمل لا تمنع