

Rumänisch

Sida și HIV

Cunoștințe actuale, Protecție și Terapie



Ghid | se poate obține în 10 limbi



EDITORIAL

Sida și HIV – Cunoștințe actuale, Protecție și Terapie

Editor:

Ethno-Medizinisches Zentrum e. V. (EMZ) (= Centrul Etno-Medical)
Königstraße 6, 30175 Hannover | Germania
info@ethnomed.com | www.mimi-bestellportal.de sau www.ethnomed.com

Design: eindruck.net & Centrul Etno-Medical e. V.

Traducere: Serviciul de traduceri al Centrului Etno-Medical e. V.

Imagine titlu: Credite imagini © AndreyPopov/Dreamstime.com, pagina 6 © stokkete/fotolia.com, pagina 9 © angellodeco/fotolia.com, pagina 12 © 9dreamstudio/Dreamstime.com, pagina 17 © ag visuell/fotolia.com, pagina 20 © Dolgachov/Dreamstime.com, pagina 24 © digitalskillet1/fotolia.com, pagina 26 © Rostislav Sedlacek/fotolia.com

Editarea și asigurarea calității tehnice: Matthias Wentzlaff-Eggebert, Matthias Wienold, Ramazan Salman, Ahmet Kimil, David Brinkmann, Michael Kopel.

Status: Martie 2018 (Prima Ediție)

Acest ghid se poate găsi în următoarele limbi:

Arabă, bulgară, germană, engleză, farsi, franceză, kurdă, română, rusă, turcă

PDF-ul se poate descărca: www.ethnomed.com | www.mimi-bestellportal.de

Exemplarele printate se pot comanda:

On-line: www.mimi-bestellportal.de

E-Mail: bestellportal@ethnomed.com | info@ethnomed.com

În scris: Ethno-Medizinisches Zentrum e. V., Königstraße 6, 30175 Hannover

Acest ghid a fost realizat pe baza ghidului AIDS & Mobility Europe (2011) (SIDA și mobilitatea europeană). Prezentul ghid este prevăzut pentru un public larg. Pentru a asigura corectitudinea toate drepturile sunt rezervate. Utilizarea acestuia într-un alt context decât cel prevăzut de lege, necesită acordul scris al editorului.



Mulțumim firmei MSD SHARP & DOHME GMBH pentru ajutorul acordat la realizarea acestei broșuri.



Dragi cititori/cititoare,

De-a lungul multor ani de lucru cu migranții, am aflat că informațiile din limba maternă ajută să trăim mai sănătos și să ne facă viața mai sigură. De aceea am dezvoltat acest ghid „SIDA și HIV – Cunoștințe actuale, Protecție și Terapie” în mai multe limbi.

Potrivit UNAIDS, Programul Comun al Națiunilor Unite privind HIV/SIDA, aproximativ 36,7 milioane de persoane din întreaga lume s-au îmbolnăvit de HIV în 2016. În fiecare an, aproximativ un milion de oameni din întreaga lume mor ca rezultat al imunodeficienței dobândite.

Prin urmare, este important să ne informăm despre HIV, SIDA, hepatită, tuberculoză (TBC), infecții cu transmitere sexuală sau contracepție și sarcină. Trebuie să știm cu toții cum ne putem apăra pe noi înșine și comunitățile noastre, și ce opțiuni de consiliere și tratament sunt disponibile.

Acest ghid a fost elaborat împreună cu migranți pentru migranți și are scopul de a vă oferi o explicație succintă și cuprinzătoare a celor mai importante medii HIV/SIDA și de a vă îmbunătăți cunoștințele despre sănătate.

În crearea ghidului „SIDA și HIV”, am reușit să avem rezultate extraordinare bazându-ne pe colaborarea în proiectul AIDS and Mobility Europe (SIDA și mobilitatea europeană) (2009 – 2013). Colaborarea cu partenerii de la AIDS and Mobility Europe (SIDA și mobilitatea europeană) cât și sprijinul acestora este de neuitat.

Mulțumim Organizației Internaționale pentru Migrație (OIM), Grupului european de tratament împotriva SIDA (GETS), SIDA-Fondet Copenhaga, Societății de Sănătate Yeniden (Istanbul), Institutului Național Italian NIHMP (Roma), AIDS-i Tugikeskus (Tallinn) Proiectul NAZ (Londra) și Fundația Internațională TAMPEP.



Ramazan Salman

Director General
Centrul Etno-Medical e. V.



Cuprins

1	Introducere	5
2	Drepturile dumneavoastră	6
3	Corpul uman	7
4	SIDA și HIV	8
5	Safer Sex	11
6	Safer Use	14
7	Hepatită virală	16
8	Tuberculoză (TBC)	18
9	Boli infecțioase cu transmitere sexuală (ITS).....	19
10	Protecție și sarcină.....	23
11	Aveți grijă de dumneavoastră	24
12	Informații suplimentare.....	25

Prevenția HIV este importantă pentru fiecare. Și dacă nu aveți de gând să aveți contacte sexuale sau să luați droguri: „Cunoașterea înseamnă Putere”, iar informațiile dobândite pot fi date într-o bună zi altcuiva. Acest ghid conține informații despre HIV/SIDA, măsurile de prevenție legate de acestea și teste în ceea ce privește tratamentul, îngrijirea și suportul. În plus conține informații despre hepatita virală, tuberculoză (TBC) și boli venerice transmisibile prin contactul sexual (ITS).

Toate aceste boli se pot transmite prin infecție. O infecție înseamnă că un microorganism, de obicei un virus sau o bacterie pătrunde în organism și determină modificări care îmbolnăvesc persoana.

Diferite organisme infectate se abat asupra unor părți anume ale organismului și anume asupra unui organ de ex. în cazul hepatitei – ficatul sau asupra unui sistem ca de ex. sistemul imunitar al organismului în cazul HIV.

HIV, hepatita și alte boli venerice se răspândesc de la organism la organism. Câteva modele de comportament ca de ex sexualitatea și uzul drogurilor înlesnesc infiltrarea virușilor și bacteriilor în organismul uman.

AȘA VA PROTEJAȚI SĂNĂTATEA:

- În caz că aveți contacte sexuale practicați, sexualitatea sigură Safer Sex
- În cazul consumului de stupefiante, practicați Safer Use
- Vaccinați-vă contra hepatitei A și B

Lăsați-vă consultați sau testați, dacă credeți că v-ați expus unui risc de contaminare.

Pentru mai multe informații și asistență, vă rugăm să contactați organizațiile enumerate pe spatele ghidului.

Dreptul la sănătate este un drept fundamental al omului la care oricine are dreptul, indiferent de statul de apartenență sau naționalitatea lor. Rezultând din experiența de migrație sau din lipsa accesului la informații, la măsurile de prevenție sau îngrijire, unii oameni au anumite nevoi specifice de sănătate.

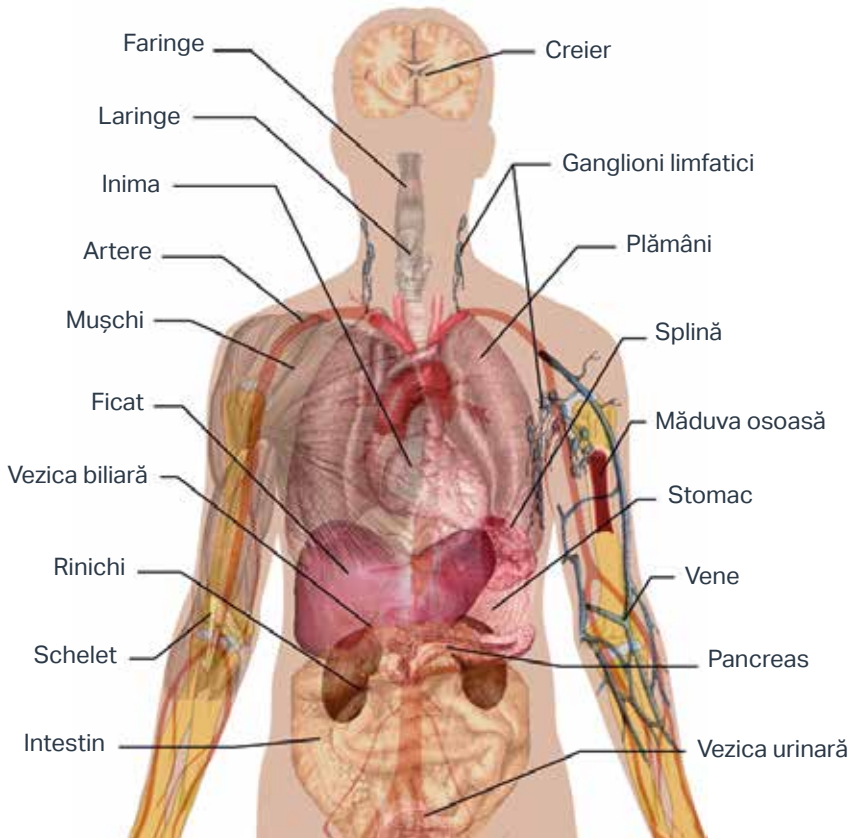
Directivile și deciziile la nivelul Uniunii Europene trebuie să asigure posibilitatea accesării în egală măsură la îngrijirea medicală a persoanelor cu experiență de migrație și membrilor grupului populației mobile sau a unor minorități. Și dacă aceștia locuiesc fără o permisiune legală în țara respectivă, au dreptul la sănătate și dreptul de a accesa îngrijirea medicală.

Pentru a afla mai mult despre accesarea serviciilor medicale la domiciliu adresați-vă unei consultanțe pentru emigranți. Organizațiile enumerate în spatele acestui ghid oferă, de asemenea, informații utile.



Bolile infecțioase discutate în acest ghid afectează anumite părți ale corpului uman. Imaginea arată unde se află câteva din cele mai importante părți și organe.

ANATOMIA UMANĂ



- HIV (engleză: Human Immunodeficiency Virus, germană Humanes Immundefizienz-Virus, virusul uman imuno-deficitar) este virusul (engleză: Acquired Immune Deficiency Syndrome; germană: „erworbenes Abwehrschwäche-Syndrom”, sindromul imunodeficienței umane dobândite) care – fără tratament – declanșează SIDA.
- În primă fază după infecția cu virusul HIV nu se pot constata neapărat simptome. O persoană poate fi multi ani contaminată cu HIV și să nu aibă nici un simptom dar totuși este contagioasă, deci poate transmite virusul altor persoane.
- Terapiile actuale ale infecțiilor HIV au mare succes. Cu ajutorul acestora, o persoană poate să-și păstreze sănătatea în cel mai bun caz o viață întreagă. O terapie de succes previne de asemenea transmiterea infecției.
- Dacă nu este tratat, virusul atacă sistemul imunitar, slăbind sever apărarea și recuperarea organismului de o varietate de infecții și alte boli.
- SIDA poate fi evitată numai prin tratament. Fără terapie, infecția cu HIV duce la slăbirea sistemului imunitar, astfel încât organismul devine susceptibil la multe boli grave și infecții, ceea ce poate fi letală.
- Momentan, încă nu există un vaccin protector contra HIV.

HIV ȘI SECREȚIILE

Virusul apare în toate fluidele organismului unei persoane infectate, dar în mod concentrat, pentru a fi contagios, acesta apare în: sânge, spermă, fluid vaginal și laptele de mamă.

Pentru a declanșa o infecție în organismul uman trebuie să se infiltreze o cantitate suficientă de virusi: prin fluxul sanguin sau prin intermediul mucoaselor (părțile subțiri și sensibile de piele din gură, vagin, anus, prepuț și trecerea uretrei spre penis).

HIV ESTE TRANSMISIBIL:

- prin contact sexual vaginal sau anal fără prezervativ
- folosirea în comun, cu persoane infectate, de ace și seringi și alte ustensile nesterilizate pentru consumul de droguri injectabile
- prin echipament nesterilizat în cazul tatuajelor sau piercing-ului
- prin sex oral, dacă lichidul seminal sau menstrual intră în gură, iar mucoasa orală este lezată.
- Prin transmisia de la mamă la făt în timpul sarcinii, în cadrul nașterii și sau la alăptarea lui. Prin tratament medical această infecție poate fi evitată.
- Prin folosirea unor produse de sânge necontrolate sau componente de sânge pentru transfuzii în cadrul transplantului de organe.

Dacă credeți că v-ați infectat cu HIV, ar trebui să faceți un test HIV.



CUM NU SE POATE TRANSMITE HIV:

Dacă cunoașteți pe cineva care este purtător de HIV nu este periculos:

- Să folosiți în comun aceleași pahare, farfuri, același pat sau toaletă.
- Contactul cu transpirație și lacrimi.
- Atingerea mâinii pentru un salut.
- Atingerea sau sărutul.
- Sex fără penetrare (fără introducerea penisului)
- Contact sexual protejat cu prezervative, oral, vaginal sau anal cu gel lubrifiant.

Dacă credeți că v-ați infectat cu HIV, ar trebui să faceți un test HIV.

TESTUL HIV

- Cu un test de sânge (Test pentru anticorpi) se poate constata dacă cineva este infectat cu HIV (HIV pozitiv). Unele locuri oferă, de asemenea, „teste rapide” (folosind sânge sau saliva) pentru care un rezultat „nereactiv” sau „reactiv” poate fi citit imediat.

Un rezultat „reactiv” necesită un test de confirmare pentru a diagnostica fără echivoc infecția cu HIV. La un rezultat „non-reactiv” nu este necesar un test de confirmare, nu a fost găsită infecție cu HIV.

- Cu toate acestea, în funcție de metoda de testare, testul poate raporta numai statutul HIV pentru o perioadă de câteva săptămâni.
- Protejați-vă pe dumneavoastră și pe alții în continuare în timp ce așteptați rezultatul testului. Un test nu vă protejează de transmisie.

UN REZULTAT NEGATIV AL TESTULUI DE ANTICORPI ÎMPOTRIVA HIV ÎNSEAMNĂ:

- Că nu s-au constatat anticorpi HIV în sânge și persoana nu este infectată cu HIV.

UN REZULTAT POZITIV AL TESTULUI DE ANTICORPI ÎMPOTRIVA HIV ÎNSEAMNĂ:

- Că s-au găsit anticorpi HIV în cadrul testului. Înseamnă că a avut loc o infecție iar testul HIV va ieși întotdeauna pozitiv la această persoană.

Simptome

Unii afectați relatează despre simptome asemănătoare cu gripa imediat după infecție. Aceasta se numește seroconversie. După acestea poate dura ani până apar primele simptome de îmbolnăvire. O persoană pozitivă HIV poate infecta alte persoane în tot acest interval. Fiecare persoană reacționează altfel față de infecția HIV dar pot apărea următoarele simptome: infecții repetate cu herpes și candidoze genitale, oboseală exagerată, transpirație nocturnă, febră, pierderea din greutate, diaree repetată, pete roșii, purpurii și maro pe piele sau în gură. Asemenea simptome pot apărea și la alte maladii, numai un test poate exclude infecția cu HIV.

Tratament

Medicamentele antiretrovirale sunt foarte eficiente pentru a îmbunătăți starea de sănătate a oamenilor cu HIV și pot crește rata de supraviețuire la cea medie. Majoritatea persoanelor cu HIV care au acces la tratament nu se îmbolnăvesc niciodată de SIDA. Pe moment nu există un tratament care să distrugă în totalitate HIV din organism, dar prin luarea medicamentelor antiretrovirale puteți rămâne sănătoși și preveniți apariția SIDA. Aceste medicamente împiedică înmulțirea virusului ceea ce ar duce la afecțiuni mai grave. Astăzi s-a dovedit că tratamentul precoce reduce riscul bolilor secundare. Pacienții împreună cu medicul lor decid când să înceapă tratamentul.

PROFILAXIE POST EXPUNERE (PPE)

Profilaxia post expunere este un tratament de urgență care poate ajuta să împiedice infecția cu HIV după posibilele contaminări cu virusul de ex. prin practici sexuale neprotectate, ruperea neașteptată a unui prezervativ sau folosirea comună a seringii. Tratamentul constă în luarea unor medicamente antivirale timp de o lună, care trebuie să înceapă într-un interval de cel mult 72 de ore după contaminarea cu virusul. Cele mai bune rezultate sunt așteptate să înceapă în 24 de ore, mai bine încă în intervalul de două ore.

Deși medicamentele utilizate nu sunt aprobate în mod specific în acest scop și efectul se bazează pe experimentare, PPE este totuși recomandat și prescris în anumite cazuri.

Înainte de începerea tratamentului, medicul vă va chestiona privitor la situația de risc în care vă aflați. Deoarece tratamentul poate avea efecte secundare, tratamentul se va prescrie numai dacă există un risc ridicat de infecție. Modul în care puteți obține un tratament PPE diferă de la localitate la localitate. Pentru informații aferente luați legătura cu consultanța HIV/SIDA sau organizațiile de sănătate din apropierea dumneavoastră.

Medicii trebuie să păstreze confidențialitatea atât în Germania, cât și în multe state ale Uniunii Europene. Acesta este un drept al pacientului. Deci, puteți vorbi deschis despre contactele sexuale sau problemele de dependență.

Safer Sex cuprinde activități sexuale prin care transmiterea bolilor poate fi împiedicată prin faptul că nu are loc un schimb de fluide și secreții ale corpului sau se folosesc metode de baraj precum prezervative. Practicarea Safer Sex este o decizie importantă pentru toți. Dacă doriți un copil este cel mai bine să vă testați amândoi de boli venerice, inclusiv HIV, înainte de a renunța la prezervative.

Câteodată, proaspăt îndrăgostit sau sub influența alcoolului sau drogurilor, poate fi mai greu să rămâi la propriile reguli despre sex mai sigur (Safer Sex). Prin urmare, mai întâi gândiți-vă de două ori despre modul cel mai bun de a vă proteja pe dvs. și pe partenerii dvs.

PREZERVATIVE

Prezervativele pentru bărbați și femei protejează contra bolilor transmisibile prin sex inclusiv HIV. Cel mai comun prezervativ este un recipient foarte subțire din Latex (sau Poliuretan) care se aplică peste penis și care împiedică răspândirea spermei în vagin, uter și în canalul anal. Sperma este oprită de prezervativ. La femei poate fi împiedicată fecundația ovulului și sarcina. Prezervativul special introdus în vagin sau anus poate fi util pentru persoanele care doresc să controleze mai bine sexul sigur și în situațiile în care prezervativul nu poate fi utilizat pe penis. Prezervativele pentru penis există în multe variante, grosimi, mărimi, forme, gusturi și culori pentru a fi potrivite pentru orice situație și orice penis. Criteriile cele mai importante pentru un prezervativ este sigiliul de calitate (de ex. „CE”) și data de expirare.

Dependent de țară și localitate, prezervativele se pot cumpăra în magazine, supermarket-uri sau în farmacii precum și în automate sau prin internet. Oficialitățile pentru tineret, organizațiile sociale și de sănătate împart și distribuie prezervativele gratis.

Folosite adecvat, prezervativele vă pot oferi dumneavoastră și partenerilor sexuali o protecție dovedit eficace contra HIV și altor boli transmisibile sexual.

- Utilizați întotdeauna un prezervativ pentru a practica sexul vaginal și anal.
- Utilizați pentru practicarea sexului anal lubrifiant pe bază de apă, pentru a-l face mai plăcut, a ridica sensibilitatea și a diminua pericolul de rupere a prezervativului. Nu folosiți niciodată în nici un caz două prezervative unul peste altul. Prin fricțiune acestea se pot rupe mai ușor.
- Există și lubrifianți care conțin spermicide care previn riscul unei sarcini. Cercetătorii au demonstrat că utilizarea lubrifianților care conțin nonoxinol crește riscul unei infecții cu HIV. Din această cauză nu folosiți produsele care conțin nonoxinol.



Dacă un prezervativ se rupe, nu este etanș sau alunecă în timpul sexului și, în opinia dumneavoastră, prezintă riscul infectării cu HIV, solicitați asistență medicală pentru eventuala PPE (vezi secțiunea PPE, pagina 10).

În caz că vă faceți griji privitor la o sarcină puteți să luați contraceptive de urgență (în comparație capitolul 10).

RECOMANDĂRI PENTRU PREZERVATIVE

- Cumpărați prezervative cu sigiliul de calitate CE.
- Numai prezervativele din latex sau poliuretan sunt adecvate pentru practica-rea Safer Sex.
- Asigurați-vă că ambalajul este intact.
- Asigurați-vă că termenul de expirare nu a fost depășit. În caz că prezervativul este mai vechi, acesta se poate rupe mai ușor. De aceea, nu trebuie să utilizați prezervativ după data de expirare.
- Păstrați și depozitați prezervativele într-un loc unde nu sunt supuse temperaturilor înalte.
- Utilizați de fiecare dată un prezervativ nou.
- Deschideți ambalajul cu grijă. Fiți atenți în cazul unghiilor rupte și ascuțite.
- Folosiți totodată lubrifianti pe bază de apă.

UTILIZAREA CORECTĂ A PREZERVATIVELOR

- Penisul trebuie să fie ferm în erecție înainte să fie prevăzut cu prezervativul.
- Aplicați prezervativul înainte de introducerea penisului în vagin!
- Luați rezervorul (moțul) prezervativului între degetul cel mare și arătător și asigurați-vă că nu mai este aer în interior.
- Puneți prezervativul pe penis și rulați-l în timp ce îl țineți în continuare de vârf.
- Asigurați-vă că ați derulat prezervativul până la rădăcina penisului.
- Verificați dacă prezervativul se află în continuare acolo unde trebuie.
- Extrageți penisul înainte să se inmoaie.
- Țineți prezervativul la baza în timp ce retrageți penisul pentru a împiedica să rămână în vagin sau anus.
- După ce ați extras penisul, prezervativul poate fi scos cu grijă și aruncați-l la coșul de gunoi (nu aruncați prezervativul în toaletă deoarece poate să înfunde țevile sau scurgerea).

Cel mai sigur lucru nu este să folosiți droguri. În plus, deținerea de droguri ilegale (inclusiv canabis, heroină, cocaină, amfetamine) este interzisă și poate duce la urmărirea penală de către poliție și procurori. Aceasta, la rândul său, are consecințe asupra legislației privind imigrația (a se vedea caseta de informații). Dar, dacă mai utilizați medicamente sau dacă există dependență de droguri, există modalități de a reduce riscurile.

Dacă dumneavoastră sau oamenii apropiați dumneavoastră sunteți consumatori de droguri, este important să fiți informați despre utilizarea sigură (Safer Use). Nu vrem să animăm folosirea drogurilor, ci să ajutăm la prevenirea sănătății și daunelor sociale!

Aproape toate țările Uniunii Europene oferă sprijin oamenilor care consumă droguri, fără a condamna comportamentul lor și fără să le ceară să se abțină. Dependența nu este o abatere morală, ci o boală.

Consumatorii de droguri sunt căutați pe stradă și li se împart ace curate, seringi și alte ustensile. Acestora li se acordă și ajutor în căutarea unei cazări și consultație medicală, în plus sunt sprijiniți în decizia de a începe un tratament. În unele țări există și spații în care se pot consuma droguri, în care injectarea drogurilor se poate efectua cu un risc minim. Scopul principal al acestor facilități este de a diminua pagubele și problemele de sănătate care rezultă din consumul de droguri.

Dacă consumați droguri, luați în considerare găsirea și contactarea acelor facilități din zona dvs. pentru informații și asistență.

Consumul de droguri ascunde riscuri diferite, dependent de

- Tipul de drog,
- Tipul ingestiei de droguri,
- Împrejurimile în care se consumă drogurile.

Ingestia de droguri poate să vă modifice capacitatea de a lua decizii inclusiv decizia de a practica Safer Sex. Unele droguri precum amfetaminele pot mări dorința sexuală. Pe de altă parte pot influența erectia, ceea ce îngreunează utilizarea prezervativului.

În această broșură se tematizează în primul rând modalitatea de diminuare a riscurilor care rezultă din diferitele tipuri de consum de droguri.

Injectarea drogurilor este cea mai riscantă metodă de consum.

- Folosiți numai ace și seringi sterile și propriile dvs. ustensile curate (tampoane cu alcool, linguri, apă, garou, tuburi, pipe, etc.).
- Nu folosiți niciodată tacâmuri și alte ustensile în comun cu alții.

ÎMPIEDICAREA UNEI SUPRADOZĂRI

- Este important să știți exact ce drog ați luat.
- Nu luați niciodată droguri când sunteți singur sau în locuri unde nu vă poate găsi nimeni.

SEMNELE UNEI SUPRADOZĂRI

- învinețirea buzelor și a unghiilor
- reducere bruscă a cunoștinței
- persoana respiră foarte încet sau deloc.

CE ESTE DE FĂCUT ÎN CAZUL UNEI SUPRADOZE (DE OPIOIDE)?

În majoritatea cazurilor primul ajutor nu este suficient. Este vital să sunați imediat la numărul de urgență 112. Echipa de urgență poate neutraliza supradoza de obicei cu un antidot.

Persoana este conștientă:

- Vorbiți cu persoana.
- Țineți persoana trează.

Persoana nu este conștientă dar mai respiră: Încercați să treziți persoana:

- Ioviți ușor obrazul;
- apăsați pe mușchiul clavicular;
- apăsați cu unghia degetului mare pe o unghie a persoanei;
- turnați apă rece pe fața persoanei în cauză.

Persoana este inconștientă și nu respire:

- sunați la urgență.
- rămâneți lângă persoana inconștientă.
- acordați primul ajutor, dacă aveți cunoștințe.

Fiecare poate învăța cum se poate acorda primul ajutor în cazul unei persoane inconștiente. Cursurile de prim ajutor, de exemplu, oferă câteva organizații de caritate precum „Deutsches Rotes Kreuz” sau „Johanniter-Unfall-Hilfe”.

DREPTUL PRIVIND DROGURILE

Consumatorii de droguri ilegale pot intra în conflict cu legea. Pentru persoanele care nu sunt cetățeni germani, o condamnare pentru încălcarea BtMG (Legea privind narcoticile) poate, de asemenea, să ducă la expulzare. Potrivit legii narcoticelor, un străin poate fi expulzat dacă „folosește heroină, cocaină sau un narcotic periculos similar și nu este dispus să urmeze tratamentul necesar pentru reabilitarea sa”.

7 Hepatita virală

Hepatita este o boala inflamatorie a ficatului. Viruși diferiți denumiți A, B, C, D și E pot cauza hepatita. Este important să cunoașteți formele frecvente ale hepatitei C, B și A pentru că sunt importante pentru protejarea sănătății dumneavoastră. În funcție de tipul de hepatită îmbolnăvirea poate fi „acută” sau „cronică”. O îmbolnăvire acută înseamnă că va puteți însănătoși repede și anume în timp de câteva săptămâni sau luni. O îmbolnăvire cronică poate dura mult timp, posibil și o viață întreagă. Simptomele pot persista sau se pot retrage, unele fiind foarte grave sau/și letale.

HEPATITA C

Transmisia

Virusul hepatitei C este cu mult mai contagios decât HIV și se transmite prin contacte sanguine, special prin folosirea comună a ustensilelor în timpul folosirii drogurilor. Cele mai invizibile urme de sânge sunt suficiente pentru a provoca o infecție.

O transmitere poate fi înlesnită prin tatuare neprofesională sau piercing (în caz că instrumentele nu sunt sterile) prin transfuzii de sânge necontrolate și în perioada sarcinii și a nașterii, de la mamă la făt.

O transmitere prin contact sexual se produce rar, dar este posibilă în anumite practice sexuale. Bărbații care fac sex cu bărbații sunt afectați mai des.

Nu există un vaccin împotriva hepatitei C.

Prevenția

- Nu utilizați niciodată în comun ustensilele de injectare, sau alte ustensile.
- Dacă doriți să vă faceți un tatuaj sau un piercing asigurați-vă că instrumentele sunt de unică folosință sau că au fost sterilizate profesional.

Fiecare persoană care și-a injectat vreodată droguri, și-a făcut un tatuaj sau a primit o transfuzie de sânge înainte când sângele conservat nu era controlat (mai ales înainte de anii 1990), ar trebui să se testeze de hepatită.

HEPATITA B

Transmisia

Hepatita B este mai contagioasă decât HIV și se transmite prin contactul cu fluide fiziologice (de ex. sânge, spermă, secreție vaginală și salivă). În țările occidentale industrializate, multe infecții noi apar prin contacte sexuale. Consumatorii de medicamente intravenoase sunt deosebit de vulnerabili dacă împart seringile și canulele cu alții, sau dacă personalul medical este rănit cu ace sau în timpul intervenției chirurgicale.



Prevenția

Vaccinați-vă contra hepatitei B. Nu împărțiți ustensilele de injectare cu alții. Practicați Safer Sex: folosiți prezervative pentru practicarea actului sexual anal și vaginal. Dacă doriți să vă tatuati sau să vă faceți un piercing, asigurați-vă că instrumentele sunt de unică folosință sau că au fost sterilizate corect.

HEPATITA A

Transmisia

Virusul hepatitei A poate fi transmis prin apă și alimente murdare sau prin contactul cu fecale în lipsa igienei sau prin sex. Hepatita A se înregistrează des în țările calde din Africa, Asia, America Latină în Orientul Apropiat și în sud-estul Europei.

Prevenția

O igienă corporală serioasă, spălarea pe mâini regulată și igiena în contact cu alimentele diminuează riscul de infecție. Evitați contactul cu fecale și folosiți prezervative pentru practicarea sexului anal. Un vaccin protejează împotriva infecțiilor. Este recomandată înainte de a călători în țări cu incidență frecventă a hepatitei A și altele, recomandat pentru bărbați homosexuali.

Tuberculoza (TBC) este contagioasă și se transmite prin aer. În majoritatea cazurilor, victimele sunt adulții tineri în anii cei mai activi. Boala corelează cu sărăcia, deoarece cele mai multe îmbolnăviri se înregistrează în țările cu venit scăzut. TBC este una din cele mai dese cauze de deces la oamenii infectați cu HIV. În unele țări cu o pondere mare de infecții HIV, 80 % din persoanele pozitive TBC au fost testate pozitiv și de HIV.

Cauza

O bacterie numită *Mycobacterium tuberculosis* declanșează TBC-ul. Poate afecta orice parte a corpului, dar de obicei afectează plămâni.

Se face o distincție între infecția tuberculoasă latentă (ITBL) și tuberculoză. La tuberculoză, sistemul imunitar nu este capabil să lupte împotriva bolii. Persoanele cu tuberculoză pulmonară contagioasă pot transmite prin contact direct bacteria altor persoane. Dacă cineva a fost infectat și nu este bolnav, atunci poate fi vorba de infecție tuberculoasă latentă. Persoanele cu TB latentă nu sunt bolnavi, nu au simptome și nu pot transmite boala. Persoanele cu tuberculoză latentă și cele care sunt de asemenea infectate și cu HIV au un risc crescut de a dezvolta tuberculoză. Pentru a preveni acest lucru, se recomandă o terapie în special pentru pacienții cu infecție tuberculoasă latentă.

Simptome

Felul simptomelor depinde de locul din organism unde s-au cuibărit bacteriile. TBC se dezvoltă des în plămâni și cauzează dureri de piept și o tuse grea care durează mai mult decât două săptămâni la care se produce

expectorație sangvinolentă. Alte simptome ar putea fi astenie fizică, pierdere din greutate, lipsa poftei de mâncare, frisoane, febra și transpirație nocturnă. Infecția altor organe decât plămânul poate cauza un spectru larg de simptome.

Diagnostic și tratament

Antibioticele se folosesc pentru a distruge bacteria. Deoarece bacteriile au devenit rezistente contra unor antibiotice, tratamentul activ al tuberculozei poate deveni uneori dificil și poate dura de la 6 la 24 luni.

Prevenția

Pentru a împiedica răspândirea TBC este important să se identifice contactele pe care le-au avut oamenii cu tuberculoză și să fie tratați toți iar copiii să fie vaccinați. Nu există un vaccin fiabil pentru adulți. Dacă credeți că ați avut un contact cu TBC, testați-vă la medic sau la un serviciu public de sănătate.

Infecțiile transmisibile sexual (engleză: sexually transmitted infections, STI) se pot transmite prin contacte sexuale. Acestea pot cauza inflamații, probleme dermatologice și boli grave.

Infecțiile transmisibile sexual pot mări transmisibilitatea HIV deoarece acestea deteriorează pielea și mucoasele precum și numărul celulelor sistemului imunitar predispuse unei infecții cu HIV și la persoanele HIV- pozitive măresc incarcatura virusologica.

De cele mai multe ori acestea nu cauzează simptome evidente. Dar dacă nu sunt tratate, infecțiile transmisibile sexual pot determina probleme de lungă durată precum infertilitatea. Multe pot fi tratate ușor cu antibiotice.

Safer Sex (utilizarea prezervativelor) vă pot proteja împotriva majorității infecțiilor transmisibile sexual, dar nu contra tuturor:

Dacă sunteți activ sexual testați-vă regulamente la medicul dumneavoastră sau la o clinică publică (unde puteți rămâne anonim).

CLAMIDIA

Infecția cu clamidia este infecția cea mai răspândită prin transmisie sexuală și periclitează mai ales persoane tinere. Cu toate că adesea nu are simptome, poate duce la infertilitate.

Cauza

Chlamydia trachomatis (Bacterii)

Siptome

Mulți oameni nu au nici un fel de simptome. La organele sexuale feminine apar:

- Secreții vaginale mai mari sau neobișnuite
- Dureri la urinare
- Sângerări neobișnuite după sex
- Dureri în timpul actului sexual
- Dureri abdominale joase

La organele sexuale masculine apar:

- Dureri la urinat

Diagnostic și tratament

O infecție cu clamidia se poate diagnostica cu o probă de urină sau cultură din secreție și se tratează simplu cu antibiotice. Durata tratamentului trebuie respectată foarte exact.

GONOREEA (BLENORAGIA)

Și gonoreea este una din cele mai dese infecții transmisibile sexual. Dacă nu este tratată poate duce la infertilitate.

Cauza

Niesseria gonorrhoeae
(Bacterii, numite și Gonococcus)

Simptome

La organele genitale masculine apare adesea o descărcare uretrală și durere sau arsură la urinare. La organele sexuale feminine adesea nu există, dar uneori unul sau mai multe dintre următoarele simptome:

- Secreție vaginală galbenă sau verzuie
- Dureri la urinat
- Dureri pelviene

Diagnostic și tratament

Gonoreea se poate constata ușor printr-o analiza de urină sau cultură din secreție și se poate trata și vindeca simplu cu antibiotice.

HERPES GENITAL

Herpesul genital este o infecție răspândită general și nu poate fi vindecată. Este asemănătoare cu herpesul de la gură.

Cauza

Herpes simplex (HSV-1 sau HSV-2, un Virus)

Simptome

- Bășici mici și dureroase lângă sau în vagin, penis, anus sau în gură
- Usturime la urinat
- Ganglioni limfatici umflați, uneori dureroși și cu mâncărime

Simptomele dispar în timp de două, trei săptămâni, dar pot reveni mai târziu.



Diagnostic și tratament

O infecție cu herpes se poate diagnostica ușor în special dacă pruritul este vizibil cu recoltarea secreției în cadrul unui consult medical. Momentan nu există un remediu de vindecarea herpesului, dar există un tratament care înlătură simptomele unei erupții.

SIFILIS

Sifilisul era o boală răspândită general ca infecție transmisibilă sexual înaintea inventării antibioticelor, care o pot vindeca. În ultimul timp această infecție apare în număr ridicat la bărbații care au sex cu bărbați. Netratată, infecția poate avea urmări grave și în unele cazuri duce la deces. Sifilisul poate fi transmis în sarcină de la mamă la făt, ceea ce duce la pierderea sarcinii și la malformații ale fătului.

Cauza

Treponema pallidum (Bacterii)

Simptome

Primul stadiu (de la doua la 12 săptămâni de la infecție):

- Un sau mai multe ulcere tari și dureroase cu diametrul de circa un centimetru lângă penis, vagin, gură sau anus. Câteodată acestea sunt greu de depistat deoarece acestea se formează în interiorul vaginului sau anusului.
- Ganglioni limfatici umflați la gât și în regiunea inghinală

Al doilea stadiu (după a 12-a săptămână după infecție):

- Erupție cutanată în special pe palme și pe tălpi
- Simptome asemănătoare cu gripa, dureri de cap, de gât, oboseală, febră
- Căderea părului, locuri fără păr pe cap

Aceste simptome pot apărea și dispărea de-a lungul anilor.

Al treilea stadiu (câțiva ani după infecție):

- Inima și vasele sanguine, precum și măduva spinării, creierul, pot fi afectate, ceea ce poate duce la complicații majore care pot duce la deces.

Netratată boala evoluează în 30% din cazuri până la acest stadiu.

Diagnostic și tratament

O infecție cu sifilis poate fi diagnosticată printr-un test al sângelui în cadrul unui consult medical. Poate dura până la trei luni până ce boala poate fi dovedită prin test. Pentru rezultatul testului sunt necesare o săptămână. Sifilisul poate fi tratat bine cu antibiotice care se vor administra în formă de injecție. Cu toate acestea, este necesară urmărirea medicală regulată pentru a se asigura că infecția a fost complet vindecată. Completați întotdeauna tratamentul și mergeți la ultima monitorizare.

NEGI GENITALI

Cauza

Virusul Papiloma Uman (HPV)

Simptome

Simptomele apar în timp de câteva săptămâni sau până la opt luni după infecție

- Negii pe lângă sau în vagin, penis și anus. Aceștia nu cauzează dureri dar pot să producă mâncărime. Negii în vagin, la uter sau în canalul anal sunt asimptomatici. Negii vaginali pot apărea la femei și bărbați și pe față, în gură sau în gât.
- Unele familii de viruși papiloma uman pot fi puși în legătură cu dezvoltarea de cancer uterin și anal.

Diagnostic și tratament

Negii genitali vizibil pot fi diagnosticați ușor în cadrul unei consultații medicale sau prin testul Papanicolau. Medicul vă poate trata prin aplicarea unei soluții care determină micșorarea și dispariția lor. El îi poate îngheța, cauteriza sau extrage. Este important să vă tratați din timp, deoarece negii se pot înmulți. Cu cât mai mult așteptați, cu atât mai mulți negi se pot forma și cu atât mai mult timp durează tratarea lor. Negii pot apărea repetat și este bine să controlați regulat dacă au revenit.

Prevenție

Informați-vă despre vaccinarea împotriva virusilor papiloma umani. Vaccinul diminuează riscul îmbolnăvirii de cancer care poate fi generat de negi. Țările au diferite programe de vaccin contra HPV. Prezervativele pot diminua riscul unei infecții în timpul actului sexual.

TRICHOMONIAZA

Cauza

Trichomonas (Paraziți)

Simptome

- Un vagin iritat și cu mâncărime cu o secreție abundentă spumantă de culoarea galben-verzui cu un miros neobișnuit.
- Rareori o inflamație a prepuțului și scurgeri ale penisului.
- Pot apărea dureri în timpul urinării.
- Câteodată nu apar nici un fel de simptome.

Diagnostic și tratament

O infecție cu trichomas vaginalis poate fi diagnosticată prin cultură în cadrul unei consultații și poate fi vindecată ușor printr-o doză de antibiotic. Important este să respectați recomandările medicului. În ziua tratamentului nu este permis consumul de alcool.

Dacă nu ați folosit contraceptive și prezervative și doriți să împiedicați o sarcină atunci trebuie să acționați repede. Până la 72 de ore după actul sexual puteți să beneficiați de contraceptive de urgență care diminuează riscul de a rămâne însărcinată. Contraceptivele de urgență pot fi obținute la consultațiile pentru familie sau la serviciul de sănătate publică.

SARCINI NEDORITE

Dacă menstruația nu este punctuală faceți un test. Un asemenea test poate fi cumpărat în farmacie sau la un medic sau consultanța pentru familie. Dacă nu doriți să rămâneți gravidă este important să aflați cât se poate de repede dacă sunteți sau nu însărcinată. În majoritatea țărilor se poate face un avort, dar de obicei numai maximal până la a 12-a săptămână a sarcinii.

Dacă sunteți însărcinată și v-ați decis să faceți avort, consultați un centru de consiliere pentru planificarea familiei pentru drepturile și responsabilitățile dumneavoastră.

SARCINI DORITE

Protejați-vă dumneavoastră și pe copilul dumneavoastră. Dacă sunteți însărcinată și doriți să păstrați copilul, consultați medicul sau un centru de consiliere cu privire la drepturile pe care le puteți avea în ceea ce privește îngrijirea sănătății în timpul sarcinii și nașterii și, de asemenea, ce drepturi are copilul dumneavoastră atunci când este născut.

DUMNEAVOASTRĂ DECIDEȚI!

Este important să alegeți o metodă fiabilă de contracepție dacă doriți să evitați să rămâneți gravidă sau dacă vă doriți un copil mai târziu. Utilizați neapărat un prezervativ pentru a vă proteja contra HIV și bolilor venerice.

Discutați despre metodele de contracepție cu medicul dumneavoastră sau cu consultantul de la centrele pentru planificarea familiei.

UTILIZAȚI MEREU UN PREZERVATIV

Utilizarea prezervativelor și a lubrifianților pe bază de apă vă poate proteja contra infecției cu HIV, hepatita B și C și altor infecții transmissibile pe cale sexuală și au efect contraceptiv.

FOLOSIȚI MEREU UN AC ȘI O SERINGĂ STERILIZATĂ

Dacă folosiți de fiecare dată un ac și o seringă sterilizată și nu utilizați împreună cu alte persoane aceleași ustensile vă apărați activ contra HIV și hepatita B și C.

AVEȚI GRIJĂ DE CORPUL DUMNEAVOATRĂ

Testați-vă de HIV, hepatita B și C. Vacinați-vă contra hepatitei B.

- Consultați-vă regulat privitor la infecții transmissibile pe cale sexuală și în caz că nu prezentați simptome.
- Urmați întocmai tratamentul medical prescris.
- Cereți profilaxa post expunere, dacă ați avut un contact sexual neprotejat, dacă ați utilizat un ac și o seringă în comun sau dacă s-a rupt prezervativul.

Sperăm că lectura acestui ghid vă este de folos. Informațiile despre Safer Sex și Safer Use vă poate salva viața. Deoarece cunoașteți informațiile, sunteți în stare să vă protejați pe sine și comunitatea de care aparțineți în plus puteți informa și alte persoane.



Internetul oferă informații despre subiecte diferite, printre altele și despre HIV și SIDA, hepatita, boli venerice, tuberculoza (TBC), Safer Use, Safer Sex și sexualitate. Pe această cale puteți acumula o mulțime de informații utile.

Totuși toate informațiile acumulate de pe internet din broșuri sau din cărți nu pot înlocui o consultanță medicală. Numai un specialist în medicină vă poate consulta după ce acesta v-a examinat și a făcut cunoștință personal cu dumneavoastră.

Nu este simplu să apreciați informațiile din punctul de vedere al calității și preciziei. Unele nu porvin din surse științifice și pot fi false sau eronate.

Următoarele sfaturi se bazează pe așa numitul HON cod, o directivă a "Health On the Net Foundation" (= Fundația Sănătate pe Internet) privitor la criteriile etice și calitative a informațiilor despre sănătate și medicină în internet.

- Site-urile care sunt publicate de către serviciile de sănătate publică sau de către instituțiile sprijinite public (spitale de stat, universități, organizații non-guvernamentale) conțin de obicei informații practice și de încredere.
- Urmăriți site-urile care reprezintă și întâmpină cel mai degrabă interesele și cerințele dumneavoastră. Gândiți-vă în ce măsură ar putea fi influențate părerile furnizorilor de informații de interese comerciale, ideologice, politice, religioase sau culturale și ce impact au acestea asupra informațiilor publicate.
- Rugați serviciul de sănătate publică sau organizația locală care lucrează în cadrul informațiilor HIV/SIDA să vă dea o listă de site-uri relevante și de încredere.
- În caz că aveți dubii vizitați mai multe site-uri pentru a vă face o impresie echilibrată și pentru a verifica informațiile.
- Verificați sursa din care provin informațiile despre sănătate. Cine le-a editat? Persoana respectivă are o specializare pentru a-l justifica drept furnizor de informații? În caz că persoana nu este specializată, indică din ce surse are aceste informații?
- Acordați atenție surselor site-urilor web.
- Fiți atenți la declarațiile de confidențialitate a site-urilor din care reiese în ce scop se înregistrează datele dumneavoastră personale.
- Multe site-uri de încredere sunt certificate de către organizația „Health ON the Net Foundation (=fundația sănătății pe net). Certificatul înseamnă că acest site poate să trateze deschis și cu autorizare drepturile de autor, confidențialitatea și finanțarea și că are informații de ultimă oră, clară în legătură cu publicitatea care este delimitată strict de conținutul editorial al site-ului. Apăsați pe simbolul de certificare pentru a verifica dacă acesta mai este valabil.



- Puteți verifica și primi o confirmare privitoare la statutul de certificare a unui site web prin utilizarea listei de funcții „HON-code” pe care o puteți downloada la adresa următoare: <http://www.hon.ch/HONcode/Plugin/Plugins.html>
- În caz că aveți încă dubii luați legătura cu o persoană specializată în medicină.

SIDA și HIV

Cunoștințe actuale, Protecție și Terapie



Mai multe informații pentru Germania și Austria

**Bundeszentrale
für gesundheitliche Aufklärung
(Centrul Federal pentru Educația
Sănătății)**

Maarweg 149-161 · 50825 Köln
www.bzga.de/infomaterialien/
hiv-sti-praevention/

**Deutsche AIDS-Hilfe e.V.
(Ajutorul German pentru SIDA)**

Wilhelmstraße 138 · 10963 Berlin
www.aidshilfe.de

Aids Hilfe Wien (Ajutorul pentru SIDA Viena)

Mariahilfer Gürtel 4 · 1060 Wien
www.aids.at

Transmis prin: