infovihtal #97

الوقاية الجنسية المدمجة ل VIH

هناك أشياء كثيرة يمكنك القيام بها لحماية نفسك أو لحماية الآخرين من VIH. إدماج عدة استراتيجيات وقائية ستسمح لك بتكيف الوقاية حسب إحتياجاتك الخاصة

الوقاية الجنسية المدمجة

الأغشية الوقاية الذكرية و الأنثوية

إذا كنت حامل ل VIH، هناك خطر أقل لنقل هذا الفيروس إذا كانت حمولة الفيروس لديك غير قابلة للكشف بفضل استعمال العلاج بمضادات الفيروس. ولذلك، فمن المهم تناول كل جرعة في الوقت المناسب وبكميات مناسبة، وتتحقق من مستوى الحمولة الفيروسية بشكل دوري.

كشف اعتيادي لأمراض أخرى منقولة جنسيا (ITS)

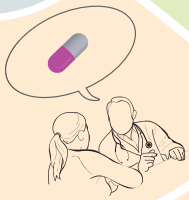
وجود أمراض أخرى منقولة جنسيا يزيد من مخاطر اكتساب أو نقلVIH، الكشف الإعتيادي لهذه الأمراض المنقولة جنسيا وعلاجها يمكن من تجنب مضاعفات خطيرة. يمكنك القيام بهذا الكشف بشكل مجاني في عيادة مختصة بالصحة الجنسية.

تربية جنسية: لنتحدث !

معرفتك أنك حامل ل VIH يسمح لك بالإستفادة من مزايا الرعاية و العلاج، و تكييف ممارساتك الجنسية حسب حالتك االصحية. يمكنك القيام بشكل مجاني بإختبار VIH عند طبيبك، اوفي عيادة مختصة بالصحة الجنسية أو في مركز عمومي للكشف .

العلاج الوقائي بعد التعرض ل VIH

إذا قمت بممارسة ذات خطورة عالية ل VIH أو تم حادث (تمزق الغشاء الواقي أو حدوث عنف جنسي)، في هذه الحالة ينبغي أن تذهب في أقرب وقت ممكن إلى قسم مستعجلات المستشفى. حيث سيقوم الفريق الطبي بتقييم حالتك و إمكانية تناول أدوية مضاد للفيروس خلال أربعة أسابيع كوقاية، للحد من تجنب إستقرار العدوى في جسمك.



التقليل من استهلاك الكحول و/أو المخدرات

شرب الكحول و / أو المخدرات قبل أو أثناء ممارسة الجنس قد يدفع الكثير من الناس الى أخذ مفاهيم مغايرة حول الخطر و يأثر على القدرة على اتخاذ القرارات المتعلقة بالجنس الآمن.

تربية جنسية: لنتحدث !

حياتنا الجنسية هو جزء أساسي من وجودنا. الحديث عن حياتنا الجنسية و الصحة الجنسية مع الآخرين يسمح لنا بالتسائل عن ممارساتنا و الحصول على إجابات لعدة أسئلة و شكوك.

الأغشية الوقاية الذكرية و الأنثوية

الأغشية الوقائية هي جد فعالة للوقاية من انتقال VIH و معظم الأمراض المنقولة جنسيا . إستعمال مواد التشحيم يقلل من خطر التمزق و يسهل الاختراق.

Grupo de Trabajo sobre Tratamientos del VIH
contact@gtt-vih.org
www.gtt-vih.org
Barcelona (España)

POR FAVOR, FOTOCÓPIALO Y HAZLO CIRCULAR

Subvencionado por:
GOBIERNO DE ESPAÑA · MINISTERIO DE SANIDAD Y POLÍTICA SOCIAL · POR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL
Generalitat de Catalunya Departament de Salut — Programa de Prevenció i Assistència de la Sida
Ajuntament de Barcelona — Àrea de Qualitat de Vida, Igualtat i Esports
Diputació Barcelona — Àrea de Benestar Social
Colaboran:
ETIS · TROPICAL DRASSANES