

في هذه الوثيقة سوف تجد معلومات عن ITS و VIH، نصائح حول النظافة والممارسات الجنسية التي تمثل أكثر خطر في انتقال VIH و ITS، وبعض الملاحظات حول وصمة العار التي تحيط بالعمل في الجنس.

النظافة

كلنا نعلم أن كوننا نظيفات شيء جميل جدا، ولكن في بعض الأحيان، كثرة المبالغة في النظافة لها تأثير عكسي على ما نرغب فيه. الإكثار في الغسل و البويضة بسبب تهيج، حيث، نفقد الدفاعات الطبيعية و بدلا من تخفيض المخاطر فإننا نزيدها. إذا زادت المخاطر باستمرار نظرا لإستعمال مواد للنظافة. ننصحك بعدم إستعمال الادوية (البويضات، الدهون) كوصفة للنظافة الحميمة ولا تبالغ في الإستحمامات المهبلية، التي ينتج عنها حفاف. إنسى البود المحظر والحقن الشرجية! باستعمال القليل من الصابون في المنطقة الخارجية هو كافي جدا. إحذري من استعمال الإسفنجة لعرقلة دم الحيض. من الافضل أن ترتاحي في هذه الفترة، لكننا نعرف أنه ليس من الممكن دائما.

على أية حال، لا تتركي الاسفنجة مدة طويلة. غيرها كل بضع ساعات، أو من الأفضل، إستعملها فقط أثناء فترة العلاقة الجنسية. تذكري أيضا، أنه يجب الاستمرار في استعمال الغشاء الواقي، الذكري أو الأنثوي، كما تريدين. الإسفنجة لا تحمي من ITS و لا من VIH، كذلك لا تحمي من حالات الحمل غير المرغوب فيه.

ITS/VIH

ITS هي العدوى المنقولة جنسيا حيث تنتقل أثناء ممارسة الجنس، إما عن طريق إتصال الجلد أو السوائل الأنثوية والذكرية. ومن بين هذه العدوى، يستحق أن نضع فضلا مستقلا حول VIH، الفيروس الذي يسبب مرض السيدا. هذا الفيروس قد لا يسبب أي أعراض طوال سنوات. الأشخاص الحاملين ل VIH ليس من اللازم أن يكونوا بشكل أو بآخر. لكي ينتقل VIH يجب تواجد سائل يحمل: دم، سائل منوي، سائل قبل منوي، سائل مهبلية، حليب الأم، ومن ثم يجب أن يكون هناك "بوابة للدخول" تسمح بدخوله الى الجسم: المهبل، الشرج، الأغشية المخاطية، الجروح و الإصابات.

معظم النساء الذين يعملون في الدعارة يتناقشون حول الرعاية الصحية الجنسية و الشك المبالغ فيها، من ناحية، هذا راجع لأننا نعتقد أن الدعارة تجلب الأمراض كما يعتقد البعض من المجتمع؟ لذا يجب تغيير العقليات، وحين ذلك، المهم هو الحصول على معلومات. من الواضح، أنه ليس لدينا أكثر احتمالا للإصابة بأي مرض من خلال ممارسة الدعارة. حيث يرتبط احتمال الإصابة ب ITS بالممارسات الخطيرة التي نمارسوها و برعاية صحتنا على العموم، و لا يرتبط في أي حال من الأحوال بمهنتنا.

ممارسات

الممارسات الجنسية المختلفة التي نمارسوها تحمل مخاطر مختلفة. المهم هو الحصول على معلومات جديدة و مناسبة تمكننا من اتخاذ قرارات صحيحة في كل حالة. إختاري الممارسات التي تشعرك بالراحة. تذكري أن الحدود تضعيها أنت و أنها غير قابلة للتفاوض.

من بين الممارسات التي تمثل أكثر خطورة لانتقال VIH و ITS هي تلك التي تخترق الشرج و/أو المهبل. وهذا ينطبق على الأعضاء التناسلية، ولكن أيضا على اللعب الجنسية. في هذه الحالة، يجب عدم تقاسم هذه اللعب (يمكن أن يكون هذا أنانية!) إلا بعد تغطيتها بقفازات اللاتكس أو بالغشاء الواقي. الجنس عن طريق الفم بالنسبة للذكر خطورته تكون متوسطة بدون غشاء واقية، وللتقليل من هذه الخطورة، لا تسمححي بالقذف في فمك، لا تقومي بهييج المنطقة قبل أو بعد، هذا يعني أن لا تقومي بغسل الأسنان أو إستعمال غسول الفم.

يمكنك العثور على المزيد من المعلومات في الوثيقة www.infoVIHtal.org: بيانات عن انتقال VIH.

وصمة عار

عدة مرات، المبالغة في النظافة أو فكرة أننا "ننقل أمراض" تتعلق بربط الجنس الانثوي بشيء قذر، بإعتبار مهبلنا مكان غريب يجب علينا "تطهيره".

شيء آخر هو نظرة المجتمع الخبيثة اتجاه الدعارة. سمعنا قصص في العديد من المرات تجعلنا نشعر بالذنب. ربما يجب علينا إبداع قصص جديدة نتحدث عن احترام أجسادنا ورغباتنا الجنسية.

وصمة العار المتعلقة بالدعارة تجعلنا نحمل أسوأ الأسرار. لمواجهة ذلك، يجب علينا أن نتذكر أننا نستحق الاحترام، و أننا كثيرات، و لسنا وحيدات. حيث نتحدث عن هذا عندما نفكر في الوقاية من العدوى المنقولة جنسيا و VIH. و نرمز لهذا عندما نفكر أننا يمكننا أن نعيش بدون تمييز. نفكر في نساء قادرات على اتخاذ قرارات وعلى محبة ورعاية نفسها.

وثائق تم تحضيرها بالتعاون مع Genera، جمعية للدفاع عن حقوق المرأة. www.genera.org.es

تستند هذه الوثيقة على منشور مع حق المؤلف الأصلي NAM، منظمة غير ربحية ل VIH، ومقرها في المملكة المتحدة. المنشور الأصلي هو متاح في www.aidsmap.com. و قد تم ترجمة هذه الوثيقة بإذن من NAM.



POR FAVOR, FOTOCÓPIALO Y HAZLO CIRCULAR

grupo de trabajo sobre
tratamientos del VIH
contact@gtt-vih.org
www.gtt-vih.org
Barcelona (España)

Subencionado por:
Generalitat de Catalunya
Departament de Salut
Programa de Prevenció i
Assistència de la Sida

Ajuntament de Barcelona
Qualitat de vida, Igualtat i Esports

Diputació de Barcelona
Serveis de Benestar Social

Colaboran:
+

TROPICAL DRUGS
ETIS
INTEGRADO I SALUT