



HIV / AIDS

HANGİ DURUMLARDA RİZİKO VARDIR

HANGİLERİNDE YOKTUR

ERKEKLER İÇİN BİLGİLER

AİDS TEHLİKELİ BİR HASTALIKTIR ... ve bugüne kadar tedavisi henüz olanaklı değil. Bütün dünyaya yayılmış olan Aids, İsviçre’de de sorun yaratmaktadır.

Aids, HI-Virüsü bulaşması sonucu oluşur (kısaca: **HIV**). Bünyeye yerleşen HIV bir kaç yıl içerisinde vücudun hastalıklara karşı direniş gücünü zayıflatır ve giderek vücudu hastalıklara karşı tamamen savunmasız bırakır. Bu da HIV-taşıyıcısı kişilerin hastalanmasına ya da var olan hastalıklarının daha da şiddetlenmesine yol açar. Buna Aids denir.

KORUNMA: Elinizdeki bu broşür sizlere, nerelerde ve hangi durumlarda HIV bulaşma rizikosunu bulunduğunu göstermektedir. Ayrıca broşür, kendinizi ve cinsel eşlerinizi HIV/Aids’e karşı nasıl koruyabileceğiniz konusunda da bilgi vermektedir!

AİDS’İN TEDAVİSİ MÜMKÜN DEĞİLDİR ... ancak HIV-enfeksiyonunun gelişmesini oldukça yavaşlatan ilaçlar vardır. İsviçre’de yaşayan herkes – oturma izni olsun olmasın – etkin tedavi talep etme hakkına sahiptir.

Tedaviye zamanında başlamak gerekir. Bu nedenle HI-Virüsü taşıyıp taşımadığımızı öğrenmek önemlidir. Bu konuda daha fazla bilgi için broşürün arka sayfasına bakınız.



RİZİKO

HI-Virüsü, prezervatif (kondom, kaput, kılıf) kullanılmayan cinsel ilişkiler yoluyla bulaşır. Prezervatif HIV/Aids'e ve öteki bulaşıcı cinsel hastalıklara karşı en önemli korunma aracıdır.

ANAL (anüsten, popodan) cinsel ilişki – prezervatifsiz



●●● Riziko çok büyük

eşlerin her ikisi için, meni boşalmamış olsa da

■ Korunma aracı:

Prezervatif ve yeterli kayganlaştırıcı krem



VAJİNAL CİNSEL İLİŞKİ – prezervatifsiz



●●○ Riziko büyük

erkek ve kadın için, meni boşalmamış olsa da

■ Korunma aracı:

Prezervatif

ORAL (ağız yoluyla) cinsel ilişki – korunmasız



●○○ Rizikolu

■ **Korunma aracı:** Adet kanamaları döneminde kadınlar kesinlikle (ağız yoluyla) tatmin edilmemeli.

Meni kesinlikle ağıza bulaştırılmamalı!

Meni kesinlikle yutulmamalı!

PREZERVATİFİ ŞÖYLE KULLANINIZ

1. Prezervatif ambalajının bozuk olup olmadığını kontrol ediniz.



2. Paketi işaretli yerden dikkatlice açarak prezervatifi dışarı çıkarınız.

3. Penis sünnetsizse kafa bölümünü örten deriyi geri çekiniz.



4. Prezervatifin uç kısmını (meni akıntısı için ayrılan boşluk kısmı) baş ve işaret parmaklarınızla sabit tutarak dikleşmiş penisin başına geçiriniz. Plastik çember dışarıya dönük olmalı.



5. Prezervatifi yuvarlayarak açınız. Kolayca takılması gerekir. Kolay takılmıyorsa ya küçük ya da büyük geliyor olmalıdır, ya da ters taraftan (iç yüzünü dışarıya çevirerek) takıyor olmalısınız.



6. Boşaldıktan (Orgazm'dan) sonra: penis henüz gevşememişken, prezervatifi arka tarafından sabit tutarak penisle birlikte dışarı çekiniz.

Ayrıca: Kadınlar için de prezervatif vardır (Femidom®). Bu, cinsel ilişkiden önce vajina girişine yerleştirilir. Ama erkek prezervatifi hem daha ucuz, hem de kullanımı daha kolaydır.

ÇEŞİTLİ BULAŞMA YOLLARI

HI-VİRÜSÜ TAŞIYICISI BİR ANNEDEN ÇOCUĞUNA BULAŞMA



Gebelik, doğum ve emzirme sırasında HIV taşıyıcısı bir anne bu virüsü çocuğuna bulaştırabilir.

●●● Riziko çok büyük

■ **Korunma:** yapılacak bir Test, anne adayının HIV taşıyıcısı olduğunu gösterirse uygun tıbbi önlemler sayesinde virüsün bebeğe geçmesi engellenebilir.

UYUŞTURUCU KULLANMAK



Uyuşturucu kullanan kişiler aynı iğneyi ve şırıngayı ortaklaşa kullanırlarsa.

●●● Riziko çok büyük

■ **Korunma:** temiz iğne takımı (iğne, şırınga, filtre, pamuk, kaşık, su); iğne takımı kesinlikle ortaklaşa kullanılmamalı.

Belirtilen koruyucu önlemlerin alınmaması durumunda, sözkonusu rizikoya ek olarak, aynı ölçüde tehlikeli olan C-tipi sarılık (Hepatitis-C) virüsünü kapma rizikosu da vardır.

TIBBİ MÜDAHALELER / SÜNNETLER

●●● Riziko çok büyük

Tıbbi tedavi, sünnet, dövme yaptırma vb. durumlarda kullanılan araç ve gereçler (iğneler, bıçaklar...), dezenfekte edilmeden birçok kişi üzerinde kullanılırsa, HI-Virüsü bulaştırma rizikosu vardır. HIV kan nakli yoluyla da geçebilir, eğer kan ürünleri bir testten geçirilmemişse.

○○○ Rizikosuz

Bu tür bir bulaşma olayı, İsviçre'de uzman tıbbi personel tarafından – kurallara uygun – yapılan tedavilerde yaşanmıyor.

RİZİKOSUZ



İşyeri – tuvaletler
yıkama odaları



Aksırma, öksürme



El sıkışma, okşama
Dokunma, kucaklama



Aynı tabaktan yemek yeme
aynı bardaktan içme



Böcek sokması
Yüzme havuzu, sauna

Bu liste bize şunları göstermektedir: **Gündelik yaşamda** HI-Virüsünü bulaştırma ya da kapma **tehlikesi yoktur**. Bu nedenle HIV/Aids'li insanlardan korkmamız ve onları toplumsal yaşamdan ya da iş dünyasından dışlamamız için bir neden yoktur.

Şu durumlar da rizikosuzdur:



Öpüşmek ya da elleri kullanarak karşılıklı cinsel tatmini sağlamak
Korunmalı cinsel ilişki (prezervatifle)

CİNSEL İLİŞKİ YOLUYLA BULAŞABİLECEK HASTALIKLAR

Cinsel ilişki yoluyla HIV/Aids dışında başka hastalıklar da bulaşabilir: örneğin bel soğukluğu, kabarcık (Herpes virüsü), frengi, mantar hastalıkları ya da B-tipi sarılık (Hepatitis B).

BELİRTİLER VE RAHATSIZLIKLAR - → HEKİM!

Bu hastalıklar tipik rahatsızlıklara yol açarlar.

- Sidik kanalından gelen değişik miktarda ve renkte akıntı
- İşeme sırasında yanma, sidik kanalında kaşıntı
- Hayalarda (Testislerde) ağrı ve şişkinlik
- Penis ve hayalarda iltihaplanma, sivilce, ur, kızarıklık ve kaşıntı
- Karnın alt bölgesinde nedeni belli olmayan ağrılar
- Büyük aptes yaparken sıkıntı çekmek
- Anüs kanalında bunalıcı ağrılar ve akıntılar
- Anüste ur ve kabarcıklar

Benzeri belirtileri fark ettiğinizde vakit geçirmeden bir hekime gidiniz!

Dikkat: HIV/Aids yukarıda söz edilen belirti ve şikâyetlere yol açmaz!

Yalnızca HIV-Testi, virüs kapıp kapmamış olduğunuz konusunda kesin sonuç verir.

SONUÇLAR

Zamanında teşhis edilirse bu hastalıkların çoğu tedavi edilebilir. Tedavi edilmezlerse ağır hastalıklara yol açabilir (örneğin: kanser, kısırlık) ve HIV/Aids bulaşma rizikosunu daha da artırırlar.

KORUNMA YÖNTEMİ: PREZERVATİF

Vajina'dan, anüs'ten ya da ağızdan gerçekleştirilen cinsel ilişki sırasında bulaşabilecek bu hastalıklara karşı prezervatif en iyi koruyucudur. Oral (ağızdan) ilişki sırasında da sürekli prezervatif kullanınız, bu önlem, fahişelerle ilişkide özellikle önemlidir.

PREZERVATİFLER ÜSTÜNE BİLGİ

KORUNMA

Prezervatif HIV/AIDS'e ve öteki bulaşıcı cinsel hastalıklara karşı korur. Gebelikten korunmak için de kullanılabilir.

KALİTELİ PREZERVATİF/UYGUN BOY

Sadece kalite kontrolünden geçmiş «**ok damgalı**» prezervatifleri kullanın. Bunları süpermarketlerde, drogerie'lerde ve eczanelerde bulabilirsiniz.



Prezervatiflerin çeşitli boyda ve özellikle olanları vardır. Size uygun olanını seçin. Çok dar olursa yırtılabilir ya da patlayabilir, fazla bol olursa kayıp çıkabilir. Uygun boyda prezervatifi, örneğin internette www.mysize.ch adresinde bulabilirsiniz.

SON KULLANMA TARİHİ/MUHAFAZA ETME

Prezervatifleri sadece paketin üzerinde yazılı olan «son kullanma tarihi» ne kadar kullanın. – Işıktan ve sıvri uçlu nesnelere uzak tutun.

KAYGANLAŞTIRICI KREMLER

Gerektiğinde yağsız kayganlaştırıcı kremlerden (organın girişini kolaylaştıran nemlendirici-Gel) bolca kullanın. Bunları süpermarketlerde, eczanelerde ve drogerie'lerde bulabilirsiniz. Vazelin, vücut losyonu, masaj kremi ya da yemek yağlarını kesinlikle kullanmayın.

Asla iki prezervatifi birbiri üstüne geçirmeyin!

NE YAPILMALI, EĞER...

prezervatif yırtılırsa, patlarsa ya da yerinden kayıp çıkarsa ve cinsel eşiniz HIV pozitif ise ya da öyle olma olasılığı yüksekse? En geç ertesi güne kadar bir Aids-Hilfe merkezine ya da bir hastaneye başvurursanız, uzmanlar size ne yapılması gerektiğini açıklarlar. Başvuru, tedavi şansınızı artırır, ama sözkonusu durumlarda kesin olarak önleyici bir çare de yoktur.

SİZİN SORUMLULUĞUNUZ!

Cinsel ilişkide prezervatif olmazsa olmazdır. Prezervatif hem sizi hem de cinsel ilişkiye girdiğiniz kişileri korur. Lütfen sorumluluğunuzun bilincinde olun – her zaman yanınızda prezervatif taşıyın ve cinsel ilişkide mutlaka kullanın!

Kendisinin HI-Virüsü taşıdığını bildiği halde, başkalarıyla prezervatifsiz ilişkiye girenler, virüs bulaştırmasalar bile suç işlemiş sayılır ve belli durumlarda uzun süreli hapis cezasına çarptırılırlar!

AYRICA

Bugüne dek cinsel ilişkilerde hiç prezervatif kullanmadığınız halde, yine de HIV/Aids'e yakalanmadıysanız, bilin ki bu sadece bir rastlantıdır. **Prezervatif kullanmadan gerçekleştirilen cinsel ilişkilerde, her zaman büyük bir HIV (Aids) rizikosu vardır!**

SADECE AŞAĞIDA BELİRTİLEN ÜÇ KOŞULDA PREZERVATİF KULLANMAYABİLİRSİNİZ:

- Uzun süredir tek bir (aynı) kişiyle ilişki sürdürüyorsanız
- Siz ve eşiniz sadece birbirinizle cinsel ilişkide bulunuyorsanız
- İkiniz de HIV-Test'i yaptırdınız – daha iyisi, birlikte test yaptırdınız – ve HI-Virüs ikinizde de bulunmadı

Durumunuz bu koşullara uyuyor mu? Uyduğundan gerçekten emin misiniz?

© İsviçre Federal Sağlık İşleri Müdürlüğü, Aids-Hilfe İsviçre, 2006

Yazar/Redaksiyon: Lukas Meyer **Sayfa düzeni:** DIVISIONS Herrmann Germann Bienz

Çeviri: Mustafa İdeli **Baskı:** Mengis, Visp **Baskı adedi:** 2500

DAHA FAZLA BİLGİ VE DANIŞMA

DANIŞMA

Herhangi bir Aids-Hilfe merkezinde: telefonla ya da bizzat gelerek. Kimliğinizi açıklamak zorunda kalmadan, sorularınıza yanıt alabilirsiniz.

Hekimde: HIV/Aids'le ilgili sorular sormaktan çekinmeyin. Hekimler sır saklamakla yükümlüdür.

Hekim ve yardımcıları, onlara anlattığınız sorunları ve sizinle ilgili test sonuçlarınızı, hiç kimseye açıklayamaz – dahası eşinize, yabancılar polisine (Fremdenpolizei), kaldığınız yurdun ya da hapisanenin yetkililerine ve orada çalışanlara hiçbir şekilde açıklamada bulunamaz.

DİL SORUNU

Hangi dillerde danışmanlık hizmeti sunulduğunu danışmaya gitmeden önce öğreniniz. Belli durumlarda çeviri için uygun birini kendiniz bulmanız gerekebilir. (Uygun bir çevirmen bulabilmek için, ya internette www.eka-cfe.ch/d/Doku/vermittlungsstellen.pdf sitesine ya da Aids-Hilfe merkezlerine başvurun.)

DAHA FAZLA BİLGİ

Elinizdeki broşürden ve başka broşürlerden edinebilmek için:

Aids-Hilfe Schweiz, Postfach 1118, 8031 Zürich

Siparişler için: Telefon 044 447 11 13, Faks 044 11 14, shop@aids.ch, www.shop.aids.ch

Her türlü bilgi için: Telefon 044 447 11 11, Faks 044 447 11 12, aids@aids.ch, www.aids.ch

Kendi dilinizde bilgi kaynaklarını öğrenebilmek için Aids-Hilfe merkezlerine danışın ya da internette **www.migesplus.ch** sitesinden yararlanın.

Elinizdeki broşür şu dillerde edinilebilir:

albanisch, albanais, albanese, Albanian	russisch, russe, russo, Russian
amharisch, amharique, amarico, Amharic	serbisch/kroatisch/bosnisch, serbe/croate/bosniaque,
arabisch, arabe, arabo, Arabic	serbo/croato/bosniaco, Serbian/Croatian/Bosnian
deutsch, allemand, tedesco, German	somalisch, somalien, somalo, Somali
anglais, anglais, inglese, English	spanisch, espagnol, spagnolo, Spanish
français, français, francese, French	swaheli, swahili, swahili, Swahili
italienisch, italien, italiano, Italian	tamilisch, tamoul, tamil, Tamil
portugiesisch, portugais, portuguese, Portuguese	thai, thai, thai, Thai
rumänisch, roumain, rumeno, Romanian	türkisch, turc, turco, Turkish

BANA BULAŐTI MI, BULAŐMADI MI?

Kişi ancak HI-Virüsü kapmıŐ olduğundan haberliyse, tedaviye başlamak için en uygun fırsatı kullanabilir.

HIV-TESTİ (AIDS-TESTİ)

HI-Virüsü kapmıŐ olup olmadığınızı ancak tıbbi bir HIV-Testi gösterebilir. Çünkü HIV-Enfeksiyonunun baŐlangıç döneminde, sağlık sorunları pek ortaya çıkmaz. HI-Virüsü kapmıŐ olmanın belirtileri bünyede kendisini ačíkça göstermez; ilk dönemlerde kiŐinin HIV taŐıyıcısı olup olmadığı dıŐ görünüşünden anlaŐılmaz.

İlke olarak, rizikolu bir davranıŐ ya da ilişkiden (örneğin: prezervatifsiz cinsel ilişki) üç ay sonra yapılacak bir test anlamlı olabilir, çünkü ancak o zaman yapılacak bir test kesin bir sonuç verir. Ama HIV-Virüsünü kapmıŐsanız ilk üç ay içerisinde de baŐkalarına bulaŐtırabilirsiniz.

HİÇ KİMSE SİZİN TEST YAPTIRDIĐINIZI ÖĐRENMEYECEK

Büyük hastanelerde ya da laboratuvarlarda kimliğinizi belirtmeden test yaptırabilirsiniz. Böylece test yaptırdığınızı ve test sonucunu kimse öğrenmemiŐ olur.

TEST ÖNCESİ DANIŞMA

Test yaptırmadan önce, muhakkak bir uzmana danışın: bunun için bir Aids-Hilfe (Aids-Yardıım) merkezine, hastaneye ya da laboratuvara baŐvurabileceĐiniz gibi, doktorunuzdan da bilgi edinebilirsiniz. İlticacı iseniz, iltica iŐlerinde çalıŐan güvendiğiniz bir kişiyle konuŐabilirsiniz.

Kimlik belirtmeksizin, ilgili adresler, bilgilendirme malzemeleri, test yaptırılabilir kurumlara iliŐkin bilgi edinmek vs. ve sipariŐte bulunmak için başvuru: **044 447 11 11 / www.aids.ch**

Ya da doĐrudan: