

Resettling

REFUGEES IN AMERICA

If you are living with HIV how can you protect others?

No Risk

- Abstinence
- Do not breast feed your child

Some Risk

Disclose your HIV status to your sexual partner(s) before you have sex and engage in safer sex activities.

What is Safer Needle Use?

- Don't share needles if you are injecting drugs
- Don't share needles used for body piercing and tattoos.

For more information:

- Talk to your resettlement case worker
- Speak with your doctor

IRSA معلومات أساسية عن فيروس نقص المناعة / الإيدز

الإيدز:

الإيدز هو ظاهرة نقص المناعة المكتسب وهو المرحلة الأخيرة في الحالة الصحية الخطيرة التي سببها فيروس نقص المناعة البشري، والمعروف أيضا بأيتش أي في. وهذا الفيروس يسبب فقدان الجسم مناعته الطبيعية ضد الأمراض. ومع مرور الوقت (أحيانا سنوات طويلة) يصبح الجسم ضعيف ومعرض لعدة التهابات وأمراض لا يقوى عليها ويتم تشخيص مرض الإيدز، عندما يتوقف الجسم عن محاربة هذه الأمراض.

كيف تنتقل عدوى فيروس نقص المناعة؟

تنتقل عدوى فيروس نقص المناعة عن طريق الدم والسائل المنوي وإفرازات المهبل في الأشخاص المصابين. ويمكن نقل العدوى من شخص لآخر عن طريق بعض الممارسات الجنسية وعند استخدام إبر (حقن) مستعملة من قبل شخص يحمل العدوى. وبإستطاعة الأم التي تحمل الفيروس أن تنتقله لطفلها في الرحم أو في الولادة أو عن طريق الرضاعة. في الماضي، انتقلت العدوى للبعض عن طريق بنوك الدم. ولكن في الوقت الحاضر بنوك الدم في الولايات المتحدة مقيدة بفحص دم المتبرعين للتأكد من خلوه من فيروس نقص المناعة مما يضمن سلامته الأكيدة. ويجدر الإشارة هنا انه من المستحيل أن تصاب بالفيروس إذا قمت بالتبرع بالدم.

إجراء فحص وجود فيروس نقص المناعة

ليس باستطاعتك معرفة ما إذا كان شخص مصاب بفيروس نقص المناعة من هيئته الخارجية فقط، فإن مظهر وشعور الصحة لا يعني عدم وجود الفيروس. فالكثير من المصابين لا يعلمون بإصابتهم إلا بعد إجراء الفحص المخبري. وهناك فحص بسيط يعلمك إذا ما كنت مصاب بالفيروس. عندما يصاب الجسم بالفيروس يفرز جهاز المناعة لديك أجسام مضادة. وقد يحتاج الجسم إلى ستة أشهر قبل أن يفرز أجسام مضادة، ولكن في تلك الفترة، وإن لم يفرز جسمك أجسام مضادة، فإنه باستطاعتك نقل العدوى إلى الآخرين.

لا ينتقل الفيروس عن الطريق الآتي:

- التواصل اليومي العادي
- المصافحة بالأيدي
- العناق والتقبيل
- السعال والعطس
- التبرع بالدم
- استخدام المراحيض أو أحواض السباحة
- المشاركة في السرير أو الطعام أو أنية الأكل و الشرب
- التعرض لقرصة بعوضة أو حشرة أو حيوان

IRSA

1717 Massachusetts Avenue, NW #200
Washington DC 20036-2003
Tel: 202 • 797 • 2105 Fax: 202 • 347 • 2576
www.refugeesusa.org

Produced by the National Programs Division of IRSA

ما هي أساليب الوقاية؟

الوقاية المأمونة:

- التعفف و الامتناع عن أي اتصال جنسي
- الاتصال الجنسي بينك و بين شريكك فقط, بعد ان يتم فحصكم انتم الاثنتين والتأكد من خلوكم من العدوى.

الوقاية الخطرة و الغير مضمونة:

- الاتصال الجنسي الحذر
- استخدام الإبر (الحقن) الحذر

ما هو الاتصال الجنسي الحذر؟

هو الاتصال الجنسي الذي يمنع الاتصال مع السائل المنوي أو الإفرازات المهبلية أو الدم. تكلم مع شريكك عن الجنس قبل ممارسته. وإستخدم بطريقة صحيحة الواقي الذكري المصنوع من اللاتكس. أستخدم مطريات مائية القاعدة فقط لأن المطريات زيتية القاعدة مثل الفازلين تحلل الواقي وقد تجعله يتمزق و لذا يجب عدم استخدامها ابدا.

ما هو استخدام الإبر (الحقن) الحذر؟

لا تتبادل الإبر إذا كنت تأخذ دواء أو مخدرات عن طريق الحقن. اذهب إلى أحد مراكز استبدال الإبر, لتستبدل ابر جديدة بدل القديمة أو اغسل الإبر المستعملة مرتين بالماء و من ثم مرتين بالكوراكس المبيض لمدة 30 ثانية و بعد ذلك مرتين بالماء مرة اخرى.

إذا كنت مصابا بالفيروس كيف لا تنقل العدوى؟

الوقاية المأمونة:

- التعفف الجنسي
- لا ترضعي طفلك

الوقاية الخطرة والغير مضمونة:

إكتشف وضع إصابتك بالفيروس لشريكك (شركائك) الجنسي قبل ممارسة الجنس و إلترزم بالاتصال الجنسي الحذر.

ما هو استخدام الإبر (الحقن) الحذر؟

- لا تتبادل الإبر مع الآخرين إذا ما كنت تحقن نفسك بالمخدرات.
- لا تتبادل الإبر مع الآخرين في عمليات ثقب الإذن أو الجسم أو الوشم.

لمزيد من المعلومات:

- تكلم مع المشرف الاجتماعي أو مرشد الهجرة
- تكلم مع طبيبك

Basic Facts about HIV/AIDS

AIDS—Acquired Immune Deficiency Syndrome—is the final state of a serious health condition caused by the Human Immuno-deficiency Virus, more commonly known as HIV. HIV causes the body to lose its natural defenses against disease. Over a period of time (often many years) the body eventually becomes weak and open to attack by several types of infections and diseases that the body is unable to fight. When the body can no longer fight off certain infections, a person is diagnosed with AIDS.

How is HIV Transmitted?

HIV is transmitted through blood, semen, and vaginal fluids of infected persons. HIV can be passed from one person to another during certain sexual acts, or sharing needles with an infected person. A mother who has HIV can also transmit the virus to her child while in the womb, during delivery or by breast-feeding. Years ago, some people were infected by HIV through blood transfusions. Today, U.S. blood banks are required to screen donated blood for HIV, making our blood supply the safest in the world. You cannot get HIV from donating blood.

Taking an HIV Test

You can't tell if a person is infected with HIV. Just because they look fine and feel fine doesn't mean they're not HIV positive. Many people don't even know that they're infected—that is, unless they take an HIV test. A simple test can tell you if you have been infected with the HIV virus. When a virus enters your body, your immune system produces antibodies. The HIV test tells you if your body has produced antibodies to HIV.

If you are infected, HIV antibodies may take up to six months to develop. During this time, even though you have not developed antibodies to the virus, you can still transmit HIV to others.

You can't get infected by:

- Casual, everyday contact
- Shaking hands
- Hugging, kissing
- Coughing, sneezing
- Giving blood
- Using swimming pools, toilet seats
- Sharing bed linen, eating utensils, food
- Mosquitoes and other insects, animals

How can you protect yourself?

No Risk

- Abstinence
- If you and your partner have been tested for HIV and are not infected and you only have sex with each other

Some Risk

- Safer sex activities
- Safer needle use

What Are Safer Sex Activities?

Safer sex activities prevent contact with semen, vaginal fluids or blood. Talk to your partner about safer sex before having sex. Use a latex condom correctly every time you have sex. Use only water-based lubricants. Oil-based lubricants such as petroleum jelly should never be used because they may weaken the condom and cause it to break.

What is Safer Needle Use?

Don't share needles if you are injecting drugs. Use needle exchange programs where used needles can be exchanged for new ones, or rinse your used needles twice in water, twice in bleach for 30 seconds, and twice in water again.