

## КАК ДА СЕ ПАЗИШ

### ВИНАГИ ИЗПОЛЗВАЙ ПРЕЗЕРВАТИВИ

- Използването на презерватив за вагинален секс те предпазва от ХИВ, Хепатит В и С и други полово преносими инфекции и от забременяване.
- Използването на презерватив за анален секс те предпазва от ХИВ, Хепатит В и С и други полово предавани инфекции.
- Използването на презерватив за орален секс те предпазва от ХИВ и полово преносими инфекции, които могат да се хванат чрез устата.



### ИЗПОЛЗВАЙ ПРОТИВОЗАЧАТЪЧНИ

#### Ако презервативът се скъса

- Ако не използваш **противозачатъчни средства**, изпий хапче за спешна контрацепция в рамките на 72 часа. Можеш да го вземеш от службата за семейно планиране.
- Ако знаеш, че партньорът/партньорите ти има/т някаква инфекция или симптоми, веднага отиди на медицински преглед, лекарят може да предпише предпазващо лечение.
- **Отиди на медицински преглед за сексуално здраве от два до седем дни след като презервативът се е скъсал.**

#### ХОДИ НА ЛЕКАРСКИ ПРЕГЛЕДИ

- Винаги следвай съвета на лекаря за риска от инфектиране.
- Ако ти се е скъсал презервативът, винаги казвай на лекаря за всички симптоми, които има партньорът ти, лекарят може да ти предложи профилактично лечение.

#### ГРИЖИ СЕ ЗА ТЯЛОТО СИ

- Ако имаш течение, други симптоми или болки в корема, отиди на медицински преглед за сексуално здраве.
- Не си предписвай сама лекарства; отиди на лекарски преглед, за да си сигурна, че лечението е правилно.
- Винаги довършвай всяко лечение, предписано от лекар, в противен случай инфекцията може да се развие отново.
- Ходи на редовни прегледи за сексуално здраве или винаги, когато ти се е скъсал презерватив или при необезопасен секс.



European Network for HIV/STI  
Prevention and Health Promotion  
Among Migrant Sex Workers

© Проект TAMPEP, 2005

С финансовата подкрепа на Европейската комисия  
Програма на Генералната дирекция за здраве и защита на потребителите на  
Европейската общност

TAMPEP International Foundation

Obioplein 41094 RB Amsterdam

The Netherlands

Tel: +31 20 692 6912

Fax: +31 20 608 0083

email: tampep@xs4all.nl

www.tampep.eu

За повече информация:

Вирусът  
ХИВ  
&  
СПИН



## Същност на ХИВ/СПИН

- СПИН (Синдром на Придобита Имунна Недостатъчност) се причинява от вирус, наречен ХИВ (вирус на човешка имунна недостатъчност).
- В ранните стадии ХИВ инфекцията няма симптоми. Но дори и без да има симптоми, човек заразен с вируса (ХИВ) може да зарази други хора.
- Вирусът е опасен, защото той разрушава имунната система и човешкото тяло не може да се пребори и възстанови от много болести и инфекции.
- СПИН се развива, когато имунната система е вече отслабнала. Така човешкото тяло става податливо на много болести и инфекции, а това може да се окаже фатално.
- **Досега не е открита ваксина за вируса ХИВ!**

## Заразяване с вируса ХИВ

- Заразяването става чрез КРЪВТА, СПЕРМАТА, ВЛАГАЛИЩНИЯ СЕКРЕТ на жената и МАЙЧИНОТО МЛЯКО.
- Необходимо е вирусът да навлезе в кръвоносната система, за да причини заразяване.

### ПЪТИЩА НА ЗАРАЗЯВАНЕ:

- При вагинален или анален секс без презерватив
- При използване на употребявани чужди спринцовки и други подобни уреди за консумация на наркотици.
- При попадане на сперма в устата.
- При нехигиенично татуиране и пиърсинг.
- При лизане на женските полови органи по време на менструация.
- При преливане на кръв и кръвни продукти.
- Инфектирана бъдеща майка може да зарази бебето по време на бременността, при раждането и/или при кърмене. За да се намали риска за детето е необходимо да се извърши цезарово сечение.

**АКО СИ БИЛА ИЗЛОЖЕНА НА РИСК ДА СЕ ЗАРАЗИШ С ВИРУСА ХИВ, НЕПРЕМЕННО СИ НАПРАВИ ИЗСЛЕДВАНЕ НА КРЪВТА (ХИВ ТЕСТ)**

## ХИВ тестът

- Само кръвен тест може да определи дали човек е бил инфектиран с ХИВ
- Когато ХИВ навлезе в човешкото тяло, се образуват специални химикали, които са телесния отговор на инфекцията. Те се наричат антитела. **Кръвният тест търси ХИВ антитела.** Обикновено отнема от 3 до 12 седмици на антителата да се развият. Затова трябва да отидеш на ХИВ тест около 3 седмици след като смяташ, че има риск да си се заразил и да го повториш след 12 седмици (около 3 месеца).
- **Ако такива антитела бъдат открити това означава, че човека е инфектиран с ХИВ.**
- Времето между инфектирането и образуването на антителата се нарича латентен (прозоречен) период. По време на този период човек е инфектиран, но все още няма антитела в кръвта си, които да бъдат разпознати от теста. Въпреки това, човекът може да има високо ниво на вируса в кръвта и другите телесни течности и така да зарази и други хора.
- **ЗАПОМНИ! Човек може да заразява други лица с вируса през прозоречния период, дори преди да са се развили антителата на самия вирус.**
- Ако резултатът е положителен, тоест човекът е заразен с ХИВ, обикновено се прави второ изследване за потвърждение.



## Какво означава отрицателен тест за ХИВ

- Че в кръвта не са открити ХИВ антитела
- **Но запомни:** тъй като отнема три месеца на антителата за да бъдат разпознати от теста, това доказва само, че човека не е бил заразен преди три месеца.

## Какво означава положителен тест за ХИВ

- че в кръвта има антитела за ХИВ
- Някои хора се оплакват от симптоми подобни на тези при грип, скоро след инфекцията. Други симптоми могат да се появяват чак след години.
- Хора, които са заразени с вируса ХИВ, обикновено развиват СПИН, когато не приемат антиретровирусни лекарства.
- Веднъж заразен, човек остава с ХИВ до края на живота си.
- Хора, които живеят с ХИВ, но не са развили СПИН, могат да заразяват други с ХИВ.
- ХИВ инфекцията **може да се контролира, но не може да се излекува.**
- Веднъж заразен със ХИВ, човек може да се инфектира повторно с друг различен ХИВ вирус, което значително би усложнило терапията. Затова дори двама партньори да са заразени, те също трябва да практикуват безопасен секс.

## Симптоми и терапия

Понякога минават години докато се появят симптомите, но хора, които живеят с ХИВ, могат да заразяват други. Всеки реагира различно на вируса, но в общи линии симптомите са: херпес и гъбични инфекции, тежка умора, потене нощем, температура, силно отслабване, постоянно разстройство, червено/лилаво/кафяви петна по кожата и устата.

Срещу СПИН и вируса ХИВ няма лечение. Досега са открити антивирусни средства, които само подобряват състоянието на заразените с ХИВ и удължават живота му. Тези антивирусни средства целят спиране на размножаването на вируса и така забавят унищожението на имунната система. Тези средства (медицименти) се взимат от човека, живеещ с ХИВ, всеки ден до края на неговия живот и някои от тях имат тежки странични ефекти. Не всеки реагира добре на антиретровирусни средства и не всеки желае да ги приема. Хората, живеещи с вируса, трябва редовно да посещават лекар специалист, който да установява пораженията на имунната система и в съответствие с това да провежда по-нататъшното медикаментозно лечение.

## Ако познаваш някой, живеещ с ХИВ вируса, за теб е безопасно:

- Използването на общи чаши, чинии, легло и тоалетна.
- Съприкосновението с пот или сълзи.
- Ръкуването, докосването и целуването.
- Сексът без проникване.
- Орален, вагинален и анален полов акт с презерватив и овлажнител.