

ПАЗИ СЕ

ВИНАГИ ИЗПОЛЗВАЙ ПРЕЗЕРВАТИВ

- При вагинален секс те пази от ХИВ, Хепатит В и С, от полово-предавани инфекции и от забременяване.
- При анален секс те пази от ХИВ, от хепатит В и С и от други полово-предавани инфекции.
- При орален секс те пази от ХИВ и полово-предавани инфекции, които се предават през устата.



ИЗПОЛЗВАЙ

ПРОТИВОЗАЧАТЪЧНИ СРЕДСТВА

Ако се скъса презервативът

- Ако не използваш **противозачатъчни средства**, вземи хапче за спешна контрацепция до 72 часа. Можеш да го получиш от службата за семейно планиране.
- Ако узнаеш, че партньора ти има някаква инфекция или симптоми на такава, отиди на лекар незабавно, той може да ти предпише профилактичен курс на лечение.
- **Отиди на лекарски преглед** от два дои седем дни след скъсването на презерватива.

ХОДИ НА ЛЕКАРСКИ ПРЕГЛЕДИ

- Винаги следвай съветите на лекаря, който ще прецени риска от инфектиране.
- Ако ти се е късал презервативът, кажи на лекаря за симптоми, които би могъл да има твоят партньор. В тези случаи може да ти предложи профилактика.

ГРИЖИ СЕ ЗА ТЯЛОТО СИ

- Ако имаш течение, коремни болки или други симптоми, отиди на медицински преглед.
- Не си предписвай сама лекарства, иди на лекар, за да получиш правилно лечение.
- Винаги завършвай лечението, защото инфекцията може да се развие отново.
- Ходи на редовни медицински прегледи, както и случаи на незащитен секс или скъсан презерватив.

TAMPEP

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



© TAMPEP Project, 2005

With the financial support of the European Commission
DG SANCO, Health and Consumer Protection

TAMPEP International Foundation

Obi plein 4
1094 RB Amsterdam
The Netherlands
Tel: +31 20 692 6912
Fax: +31 20 608 0083

e-mail: tampep@xs4all.nl
www.tampep.eu

**BULGARIAN
HEPATITIS**

ВИРУСЕН ХЕПАТИТ

За повече информация:



КАКВО Е ВИРУСЕН ХЕПАТИТ



Хепатитът е причинен от вирус, който засяга черния дроб и му възпаление. Има няколко различни вида вируси причиняващи хепатит – някои вирусни щамове могат да бъдат много опасни и да доведат до пълно спиране на функциите на черния дроб.

В зависимост от вида, хепатитът може да бъде „доброкачествен“ или да причини „остра“ или „хронична“ болест. Доброкачественият хепатит е този, при който малко от симптомите се появяват, след което тялото се възстановява. Острият хепатит протича бързо, често в течение на

седмици или няколко месеца. От хроничен хепатит се боледува дълго, в най-лошия случай до края на живота. Понякога симптомите само се появяват и изчезват. Съществуват 5 най-разпространени вида Хепатит: А, В, С, Д и Е. Д и Е се предават по същия начин като В и С. Затова ще говорим само за А, В и С.

ХЕПАТИТ А

Предаване

Вирусът на хепатит А се предава чрез замърсена вода, храна или контакт с фекалии или при лоши хигиенни условия, както и чрез сексуален контакт. Хепатит А е разпространен в региони с горещ климат като Африка, Азия, Латинска Америка, Близкия Изток, Южна и Източна Европа.

- **Има ваксина за предпазване от хепатит А**

Как да се предпазим

Избягвай всеки директен контакт с човешки фекалии, като използваш презерватив при анален секс и всякакъв орален контакт с фекалии.

Добрата лична хигиена, хигиена на храненето и редовното миене на ръцете намалява риска от инфектиране. По време на пребиваване в страни с горещ климат и такива с лоши хигиенни условия, избягвай сурова храна, недобре сварени миди и пий само бутилирана вода.

Симптоми и лечение

Симптомите се появяват 2-6 седмици след заразяването. Някои хора могат да прекарат болестта леко, може да не забележат, че са инфектирани. Въпреки това те са в състояние да заразят други. Малко хора заболяват тежко и трябва да се лекуват в болница. Главните симптоми, често бъркани с грипните, са умора, болки и

спазми, температура и загуба на апетит. Също могат да се появят гадене, повръщане, стомашни болки и/или разстройство. Тези симптоми траят от една до няколко седмици. След това може да се развие жълтеница. Жълтеницата се познава лесно по бялото на очите, което става жълто, дори в по-сериозни случаи може да пожълтеее кожата, урината става тъмна, червата работят по-бавно. В случай на жълтеница, трябва незабавно да отидеш на лекар. Както при повечето болести, причинени от вируси, така и тук няма специфично лечение, освен медикаменти, които облекчават симптомите. Много от хората се чувстват изтощени и се нуждаят от повече почивка. Препоръчват се храна и напитки, колкото болният може да поеме, като леката храна е за предпочитане. Консумацията на алкохол е абсолютно забранена!

ХЕПАТИТ Б

Предаване

Вирусът на хепатит Б се предава чрез контакт с телесни секрети като кръв, сперма, влагалищен секрет, слюнка, фекалии и споделяне на четка за зъби. Повечето инфекции в Европа се случват при сексуален контакт, особено анален, както и при обща употреба на оборудване и принадлежности за инжектиране. Заразяване е възможно също и при нестерилно татуиране или пиерсинг, при преливане на непроверена кръв, както и от майка на дете по време на бременността или раждането.

- **Има ваксина за предпазване от хепатит Б**

Как да се предпазим

- избягвай общото използване на оборудване и принадлежности за инжектиране
- Избягвай директен контакт с човешки фекалии и секрети по време на секс, като ползваш презерватив при анален и вагинален секс и презерватив за лизане при кунилингус.
- Ако се татуираш или слагаш обици, ВИНАГИ проверявай дали инструментите се ползват еднократно, или са били правилно дезинфектирани.

Симптоми и лечение

Симптомите се появяват 1-6 месеца след заразяването. Основните симптоми са като при хепатит А, като в редки случаи могат да са много по-сериозни. Хепатит В може да доведе до остра или хронична болест.

Повечето хора с остър Хепатит В нямат нужда от лечение, тъй като не развиват дългосрочни увреди на черния дроб. Възможно е да имат нужда от повече почивка, но се възстановяват. Хората с хроничен Хепатит В имат нужда от лечение. Добре е специалист по болести на черния дроб или на храносмилателната система да ги

преглежда редовно (на 6 месеца), за да се установи има ли поражения на черния дроб и нужно ли е лечение. Ако е необходимо лечение, се използват антивирусни препарати и имуномодулатори (интерферон). Целта е да се попречи на разпространението на вируса и причиняването на друго чернодробно увреждане. Някои болни реагират добре в началото на лечението, но се влошават, когато то се прекрати.

ХЕПАТИТ

С

Предаване

Хепатит С се предава чрез заразена кръв и телесни секрети. Повечето инфекции са в резултат на кръвен контакт, особено при обща употреба на оборудване и принадлежности за инжектиране. Заразяване е възможно също и при нестерилно татуиране или пиерсинг, както и от майка на дете по време на бременност или при раждане. Заразяването при сексуален контакт е рядко, но все пак е възможно.

- **Против хепатит С НЯМА ваксина.**

Как да се предпазим

- Избягвай споделянето на материали за инжектиране
- Не се татуирай и не слагай обици с нестерилни инструменти
- В случай на контакт с кръв ВИНАГИ използвай ръкавици и почиствай с белина
- Винаги използвай презервативи за вагинален и анален секс

Симптоми

Хепатит С е обикновено хроничен. При много хора няма никакви симптоми те не знаят, че са заразени. Симптомите, когато има такива, могат да бъдат неясни. Често заразените се чувстват зле като цяло, както при вируса на хепатит Б. Симптомите могат да се появяват и изчезват. Черният дроб е орган, който не се „оплакват“ и много хора не подозират, че той не функционира добре преди да забележат тежко. Около 20 % от заразените хора оздравяват без лечение. Повечето остават инфектирани, което означава че дробът е възпален. Някои хора имат слабо възпаление, което не се развива. При други възпалението разрушава черния дроб и води до цироза или рак понякога 20 или 30 години след заразяването.

Лечение

В момента хепатит С може да се лекува с антивирусни препарати, които са ефективни при повечето от случаите. Лечението не е подходящо за всеки. Някои хора е нужно само да се прегледат редовно, за да се установи дали пораженията на черния дроб се появяват или прогресират. Фактори като: възраст, пол, разновидност на вируса, продължителност на инфекцията, ко-инфекция с ХИВ и налична цироза са важни за ефективността на лечението.