



C I V I L
A I D S
F Ó R U M

Ismerd meg a tényeket!

Védekezz!

Járj rendszeresen szűrésre!

Vigyázz magadra!

HIV/AIDS

és egyéb szexuális úton
terjedő betegségek

norway
grants

ICELAND
LIGHT FOUNDATION
NORWAY
eea
grants

EGT és NORVÉG CIVIL
Támogatási Alap



ökotárs
alapítvány

Megnevezés	Terjedése	Tünetek
Chlamydia	ondó, előváladék, hüvelyváladék	Gyakran tünetmentes. Lehetséges tünetei az enyhe folyás, égő érzés vizeléskor vagy ejakulációkor, fájdalom szexuális együttlétkor.
Gonorrhoea (tripper, kankó)	ondó, előváladék, hüvelyváladék	Sárgás folyás, égő érzés vizeléskor vagy ejakuláció alkalmával. Nőknél gyakran tünetmentes. A torok vagy ánuszt fertőzések gyakran tünetmentes.
Trichomoniázis	ondó, előváladék, hüvelyváladék	Nőknél erős, zöldes- sárga folyás, fájdalom vizelés közben vagy közösülés esetén. Férfiaknál gyakran tünetmentes, néha enyhe égő érzés vizeléskor vagy ejakulációkor.
Szifilisz	testkontaktus (a szifiliszos fekély területén)	Az első tünet egyetlen, fájdalommentes fekély a fertőződés helyén (hímvesztő, vagina, ánusz vagy száj). Később az egész testre (a tenyérre és talpakra is) kiterjedő kiütések.
Genitális herpesz	testkontaktus (akár tünetek nélkül is)	Gyakran tünetmentes. A fertőzés helyén jelentkező, általában csoportosan elhelyezkedő apró, sárgás folyadékkal telt hólyagocskák, égő, viszkető érzés, gyakran magnagyobbodott nyirokcsomók.
HPV (Humán papillóma vírus)	testkontaktus (akár tünetek nélkül is)	Gyakran tünetmentes, jellemzően a fertőzés helyén megjelenő, apró, néha karfiolszerű bőrkinövések.
Hepatitisz A	széklet	Lehet tünetmentes, jellemzően influenza- szerű tünetek, sötét vizelet, szürkés széklet, sárgaság.
Hepatitisz B	vér, ondó, előváladék, hüvelyváladék	Lehet tünetmentes, jellemzően influenza- szerű tünetek, sárgaság.
Hepatitisz C	vér	Lehet tünetmentes, jellemzően influenza- szerű tünetek.
HIV/AIDS	vér, ondó, előváladék, hüvelyváladék, anyatej	Gyakran tünetmentes, esetleg magas lázzal járó influenza-szerű tünetek, nagyobb testfelületre kiterjedő kiütések

Hogyan csökkentheted a fertőzés kockázatát?

1. Kerüld vagy csökkents az olyan helyeket szexuális együttléteid során, amelyek során megfertőződhetsz.
2. Használj óvszert vagy – ha szükséges – kesztyűt a szexuális együttlétek során, az orális és anális szex során is.
3. Válassz olyan szexuális technikákat, amelyek csökkentik a fertőződés kockázatát (csókolózás, simogatás, petting, egymás kézzel történő kielégítése).
4. Ismerd meg a HIV státuszod, rendszeresen járj HIV- és szexuális úton terjedő betegségeket vizsgáló tesztre. Nyugodtan megkérdezheted a partneredet is, hogy voltak-e tünetei és bátoríthatod, hogy menjen el tesztre.
5. Légy körültekintő, ha szerhasználat közben szexelsz. Mivel a szerek befolyásolják a józan ítélőképességed, esetleg több kockázatot vállalsz.
6. Csak a saját szexuális segédeszközeid használd, azokat ne kérd vagy add kölcsön. Használat után mindig fertőtlenítsd. Más segédeszközére mindig húzz óvszert, vagy más módon előzd meg a közvetlen érintkezést.
7. Képezd magad, tudj meg minél többet a HIV-ről a hepatitisz-C-ről és a szexuális úton terjedő betegségekről, azok tüneteiről, kezeléséről és a fertőződés elkerüléséről.

Ha kérdésed van, hívj bennünket!

HIV vonal: +36 1 6 333 455

Ha szerhasználó vagy...

1. Használj mindig tiszta, megbízható forrásból származó, lehetőleg steril vagy egyszer használatos eszközöket.
2. Ne kérj, és ne adj kölcsön szerhasználathoz szükséges eszközöket. Akkor sem, ha nem szúrod magad. Szipkát és filtert se ossz meg.
3. Készülj fel: legyen mindig elegendő egyszer használatos, steril fecskendőd, filtered stb.
4. Amennyiben nincs lehetőséged egyszer használatos eszközök beszerzésére, tartsd eszközeidet tisztán, a tűket és a fecskendőket mindig öblítsd el és lehetőség szerint fertőtlenítsd.
5. Ügyelj arra, hogy más ember szerhasználathoz szükséges eszközei ne érintkezzenek a tiédde vagy a te szereddde.
6. Lehetőség szerint használj sterilizált vagy megbízható forrásból származó, tiszta vizet minden adag készítéséhez.
7. Mielőtt megszúrod magad, mindig moss kezet, tisztítsd meg a felületet, ahová a szert és az eszközöket helyezed vagy teríts le egy tiszta papírral.
8. Az injekció helyét a bőrödön alkohollal, vagy egyéb, erre a célra szolgáló készítménnyel fertőtlenítsd.
9. Az injekció beadása után szoríts a szúrás helyére steril vatta- vagy gézlapot.
10. Mind a gézt, mind a fecskendőt mindig biztonságos helyre dobd ki, ahol más nem érintkezhet vele.
11. Az injekció beadása után mindig moss kezet és tisztíts le mindent, ami vérrel érintkezhetett.

Ezek akkor is fontos szabályok, ha csak néha, alkalmanként, buliban szúrod magad

(„slamming”) vagy szívsz valamilyen anyagot (mefi, kati, kokain).

Előfordulhat, hogy szexmunkát végzel. Ilyenkor:

- Vigyázz magadra. Azért, mert egészségesnek látszik egy vendég, még nem feltétlenül az.
- Mindig törekedj a biztonságos szexre.
- Jobb, ha te húzod fel az ügyfélre az óvszert, mint ha rábírod. Így legalább biztos lehetsz abban, hogy megfelelően van rajta és nem sérült.
- Figyelj arra, hogy az óvszer le ne csússzon az aktus közben.
- Használj minden szexuális aktivitáshoz (még az orálhoz is) új óvszert. Próbálkozz különböző márkájú óvszerekkel és síkosítókkal. Találd meg, ami a legmegfelelőbb méretű, állagú, ízű...
- Mindig használj síkosítót az óvszerhez, így megelőzheted a hámsérüléseket és a gumi szakadását.
- Csak víz alapú síkosítót használj. Kerüld a zsíros, olajos készítményeket és krémeket, mert azok az óvszer szakadását okozhatják.
- Különböföle óvszerek léteznek: férfi, női, sőt, fogászati gátat is használhatsz, a lényeg, hogy biztonságban légy.
- Rendszeresen, legalább 3 havonta járj szűrésre.
- Lehetőleg ne dolgozz a menstruációd idején, ha mégis erre kényszerülsz, kerüld a behatolással járó aktivitásokat.
- Ha elszakadt az óvszer, ne mosd ki magad. Mosakodj le szappanos vízzel és lehetőleg 48 órán belül menj el orvoshoz. A legtöbb fertőzés ellen létezik megelőző kezelés.

A fertőzés kockázatát befolyásoló tényezők:

- *A testfolyadék (a kórokozók mennyisége a testfolyadékokban).*
A vér például több HIV vírust tartalmaz, mint az ondó vagy hüvelyváladék.
- *A testfolyadék mennyisége*
Megszakított közösülés esetén kevesebb a testnedv.
- *Hogyan jut a testnedv a testbe*
A legtöbb vírus vagy baktérium könnyebben fertőz nyílt sérülés vagy hámhiány esetén.
- *Az általános egészségi állapotod*
Amennyiben már elkaptál valamilyen fertőzést, könnyebben kapsz el egy másikat. A legyengült szervezet fogékonyabb a fertőzésekre.

Járj rendszeresen szűrésre!

Ezek a betegségek gyakran tünetmentesek lehetnek, ugyanakkor a felismerésükhöz speciális tesztekre van szükség.

A vizsgálatok során mintát vehetnek a vérből vagy vizeletből, szükség esetén kenetet a torokból, húgycsőből és az anuszból, a mintákat pedig célirányosan vizsgálják.

Még ha rendszeresen jársz is orvosi ellenőrzésre, amennyiben aktív szexuális éltet élsz, szükséges, hogy rendszeresen, akár évente többször elmenj olyan tesztre, amellyel nemi úton terjedő betegségeket keresnek.

Magyarországon erre a Bőr- és Nemibeteg Gondozókban, HIV esetén pedig az ANTSZ központokban is van lehetőség. Egyre több magánklinika is végez ilyen vizsgálatokat.