

در صورت مبتلا شدن، چکار باید کرد؟

- با استفاده از (PEP Postexpositionsprophylaxe) (پیشگیری پس از مواجهه) - اینها داروهای اچ آی وی هستند - معمولاً می توان عفونت را متوقف کرد.
- با این حال، اینها باید در 48 ساعت اول پس از خطر عفونت احتمالی مصرف شوند.
- پس از آن دیگر ممکن نیست و اثر ندارد
- با AIDS-Hilfe یا مرکز مشاوره دارویی خود تماس بگیرید: از کجا و چگونه می توانید PEP را در ایالت خود دریافت کنید.
- یک پزشک مسئول به شما توصیه می کند و در صورت لزوم PEP را تجویز می کند.

دریک وضعیت خطرناک، در اسرع وقت اقدام کنید!



تماس جنسی با اطمینان

خلاصه نکته های مهم را در اینجا می توانید ببینید:

- اگر با شرکای مختلف رابطه جنسی دارید: به طور مرتب خود را از نظر عفونت های مقاربتی معاینه کنید!
- برای رابطه جنسی واژینال و مقعدی: همیشه از کاندوم های مارک دار استفاده کنید - به تاریخ انقضا توجه کنید! از هر کاندوم فقط یک بار استفاده کنید، در صورت لزوم از روان کننده استفاده کنید.
- هنگام مکیدن / لیسیدن: اجازه ندهید هیچ اسپرم یا خون وارد دهان شما شود! نکته: از کاندوم یا پارچه های نشتی (یا پوشش پلاستیکی به جای آن) استفاده کنید.
- در استفاده از مُشَت دست یا انگشتها، دست کشهای بهداشتی بپوشید!
- رابطه جنسی و مصرف مواد: زمانی که مست هستید، ممکن است کارهایی انجام دهید یا به خودتان اجازه انجام دهید که واقعاً نمی خواهید. هنگام مصرف، مطمئن شوید که کنترل خود را (به طور کامل) از دست ندهید.
- در انجام هر عمل جنسی: آره و بله گفتن به معنای راضی بودن است و نه گفتن به معنای نا راضی بودن است- هم برای شما و هم برای دیگران.
- داروهایی نیز وجود دارند که می توانند از شما در برابر عفونت HIV-PrEP (Prä-Exposition-Prophylaxe) محافظت می کند. این داروها فقط در برابر اچ آی وی و نه سایر بیماری ها محافظت می کند.
- با این حال، این دارو تحت پوشش بیمه درمانی نیست. شما باید هزینه آن را خودتان بپردازید. برای اطلاعات بیشتر با AIDS-Hilfe تماس بگیرید.

با کاندوم از خود محافظت کنید.

طرز استفاده درست

در اینجا خلاصه چندین اصول مهم عنوان میشود:

در کل:

- در مورد مواد اطلاعات کسب کنید.
- با دقت استفاده کنید.
- از مخلوط کردن مواد پرهیز کنید.
- بهداشت را رعایت کنید (وسایل تمیز، شستن دستان، سطوح پاک و.)
- به این توجه کنید که در وضعیت اورژانس به یک نفر دسترسی داشته باشید.
- در مصرف مواد، گاهی به خود استراحت بدهید.

هنگام استنشام و کشیدن سیگار:

- فقط از لوله خود استفاده کنید.
- مطمئن شوید که لوله تمیز است و لبه های تیز ندارد.
- فقط از وافور یا پیپ شخصی خود استفاده کنید.

در مصرف داخل وریدی:

- همیشه از سرنگ های استریل خود استفاده کنید و در صورت امکان لوازم استریل (قاشق، فیلتر، آب و غیره) را نیز تمیز کنید،
- سرنگ ها و لوازم جانبی استفاده شده را با خیال راحت دور بیندازید. هرگز از آنان دوباره استفاده نکنید و به دیگران برای مصرف ندهید.

در مورد هشدارهای مربوط به مواد از مراکز کنترل دارو اطلاعاتی کسب کنید و/یا مواد خود را آزمایش کنید. این در حال حاضر در وین و اینسبروک امکان پذیر است. این تست را شما میتوانید در وین و اینسبروک انجام دهید :

مرکز تخصصی برای مواد مخدر - Checkit!
(www.checkyourdrugs.at)

Z6 Drogenarbeit
(www.drogenarbeitz6.at)

اچ آی وی اصلاً چیست؟ آیدز چیست؟

اچ آی وی نوعی ویروس است. این ویروس به سیستم ایمنی ما صدمه میزند. برای سالم ماندن به یک سیستم ایمنی خوب نیاز داریم. مدتی پس از انتقال ویروس، سیستم ایمنی می تواند بسیار ضعیف شود. و اینجاست که صحبت از آیدز می شود.

انتقال چگونه صورت میگیرد؟

اچ آی وی بیشتر اوقات از طریق رابطه جنسی بدون کاندوم منتقل میشود و همچنین خیلی آسان میتواند از طریق استفاده از وسایل مشترک تزریق مواد (مثل آمپول، قاشق، فیلتر، پنبه و ...) انتقال پیدا کند.

چگونه میتوانید از خود حفاظت کنید؟

در تماس جنسی:

- با کاندوم از خود محافظت کنید
- شما می توانید این موارد را بصورت رایگان از بسیاری از مراکز مشاوره، مثل: AIDS-Hilfe یا مراکز حمایتی مربوط به اعتیاد و مواد مخدر دریافت کنید.
- همچنین می توانید کاندوم را از سوپرمارکت ها و داروخانه ها خریداری کنید.

هنگام استفاده از داروها:

- فقط از وسایل شخصی خود برای مصرف مواد مخدر استفاده کنید.
- از سرنگ، لوله، فیلتر، پنبه و غیره مشترک خودداری کنید.
- از پیشنهادات تعویض رایگان سرنگ یا دستگاه های سرنگ استفاده کنید. در این مورد می توانید از AIDS-Hilfe و تمامی مراکز مشاوره ترک اعتیاد و مواد مخدر اطلاعات کسب کنید.
- البته می توانید سرنگ، سوزن و غیره را نیز از داروخانه خریداری کنید.
- در وین همچنین می توانید سرنگ را در مراکز مخصوص افراد بی سرپناه و در برخی از داروخانه ها تعویض کنید.