



HIV virüsünün bulaşma yolları ve AIDS tehlikesi

**Rizikolu ve
Rizikosuz Durumlar
Öneriler**

Türkische Ausgabe der Broschüre
„HIV-Übertragung und Aids-Gefahr“



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

AIDS'e karşı henüz ne bir aşı ne de bir ilaç vardır. Ama AIDS'ten korunmak için basit ve etkili bir yol vardır: **Prezervatif (kondom) kullanmak!** En önemlisi, ne zaman korunmanız gerektiğini ve hangi durumlarda tehlike olmadığını bilmenizdir.

KISACA RİZİKOLU DURUMLAR:

AIDS'in **bulaşması**, virüsü taşıyan kanın, spermanın ve vajina salgısının kan dolaşım sistemine ulaşmasıyla mümkündür. Bu özellikle korunmasız cinsel ilişkilerde ve şırınga ve iğnelerin **ortak kullanılmaları** hallerinde meydana gelir.

Hamile bir kadındaki AIDS virüsü rahimde, doğum ve emzirme esnasında çocuğa bulaşabilir. Kan bağıışı ve **kan ürünleri** yoluyla ortaya çıkabilecek tehlikeler Almanya'da çok düşük bir seviyeye indirilmiştir.

Diğer ülkelere yapılan seyahatlerde tıbbi bakımın farklı kalitede olabileceğini hesaba katmanız gerekir. Tereddüt ettiğiniz hallerde tıbbi aletlerin dezenfekte edilip edilmediği ve kullanılan kan ürünlerinin mutlaka testten geçirilen ürünler olup olmadığı hususunda bilgi alınız.

AIDS ve diğer cinsel ilişki yolu ile bulaşan hastalıklar Avrupa dışındaki ülkelerde Almanya'da olduğundan

çok daha yaygındır. Ayrıca oralarda alışageldiğiniz kalitede **prezervatif (kondom)** bulamayabilirsiniz. Bu yüzden yanınıza yeterince prezervatif (kondom) alınız ve her yeni cinsel ilişkide prezervatif (kondom) kullanınız. **Her zaman!**

Prezervatif (kondom) kullanırken kayıcı madde olarak sadece yağsız maddeler kullanılır. Çünkü yağlar, losyonlar, kremler ve vazelinler prezervatifi (kondomu) zedeler. Ayrıca prezervatifler ısıcağa karşı hassastırlar.

Değişik yaşam durumlarında **HIV rizikosu da** farklı orandadır. Elinizdeki bu broşür size bu konuda toplu bir bilgi vermek için hazırlanmıştır. Bu yüzden söz konusu olan durumlar, tehlikeler ve tavsiyeler bundan sonraki sayfalarda aşağıdaki renklerde belirlenmiştir:

Rizikonun büyük olduğu durumlar

Rizikonun az olduğu durumlar

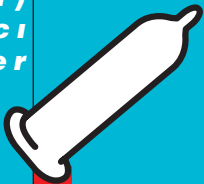
Rizikosuz durumlar

Prezervatifler (kondomlar) ve kayıcı maddeler

Prezervatifler (kondomlar) virüsün cinsel ilişki yolu ile bulaşmasına karşı korurlar.

Dikkat: sadece **CE** işareti olan kaliteli prezervatifler (kondomlar) kullanınız ve **en son kullanma tarihine** dikkat ediniz. Gerektiği takdirde bol miktarda uygun bir kayıcı madde kullanınız.

Prezervatiflerle sadece **yağsız kayıcı maddeler** kullanılır. Çünkü yağlar, losyonlar, kremler ve vazelinler prezervatifi zedeleyip, yırtılmasına sebep olabilirler. Bunun için yalnızca suda çözülebilen kayıcı maddeler kullanınız. Bunları eczaneler, drogeriler veya Sexshop'larda bulabilirsiniz.



D
i
k
k
a
t
!!!

Şırınga ve İğnelerin müşterek kullanımı

Rizikosu büyük olan durumlar:

Aynı iğne ve şırınganın birçok şahıs tarafından müşterek kullanılması büyük tehlikeler yaratmaktadır.

Öneri: Bundan mutlaka kaçınınız

İğneleri ve şırıngaları kesinlikle müşterek kullanmayınız. İğne takımını **sterilize ediniz.**



Korunmamış anal cinsel ilişki (Makattan ilişki)



Rizkosu çok büyüktür. Korunmamış anal cinsel ilişki her iki eş için de büyük bir riziko oluşturmaktadır. Erkek veya kadın olduğu önemli olmaksızın, pasif eş için özellikle çok büyük tehlikesi vardır. Sperma boşalmadan da riziko oluşmaktadır.

Öneri: Mutlaka prezervatif ve yeterli miktarda yağsız kayıcı madde kullanınız.

Korunmasız vajinal cinsel ilişki

Rizikosu büyüktür: Virüsü vücudunda taşıyan kişiyle korunmasız cinsel ilişkide bulunmak, çok büyük tehlike taşımaktadır.

Öneri: Prezervatif kullanınız.



HİV enfeksiyonlu bir kadında hamilelik



Çocuk için riziko büyüktür.

Enfeksiyonlu anne doğumdan önce, doğum esnasında ve doğumdan sonra (emzirirken) çocuğa bulaştırabilir. Geniş kapsamlı tıbbi bir bakım, çocuk için bu rizikoyu büyük oranda azaltır. Eğer çocuk sahibi olmak istiyorsanız ve bir HİV enfeksiyonu ihtimali ortadan kaldırılamıyorsa, o zaman her kadın ve eşi tarafından bir HİV testi yaptırılması tavsiye edilir.

Öneri: Mümkün olduğu kadar doktora danışınız!

Korunmamış, oral cinsel ilişki *(Erkekte veya kadında ağızdan yapılan cinsel ilişki)*

Rizikolu durum: HIV içeren sperma sıvısının ağıza alınması durumunda bir enfeksiyon söz konusu olabilir. Vajina sıvısında da HIV virüsü bulunabilir.

Öneri: Sperma veya vajina sıvılarının ağıza alınmasından kaçınılmalıdır. Erkeklerde sadece prezervatif ile oral cinsel ilişkide bulunulmalıdır.



Öpüşme, dille öpüşme

Öpüşmelerde riziko yoktur:

Dille öpüşmelerde teorik olarak riziko bulunmaması ihtimali tamamen ortadan kaldırılamamaktadır, fakat dünya çapında hiç bir durumda bulaşma yolu olarak kanıtlanmış değildir.



Vücut ve cilt temaslari



Tokalaşma, okşama, sarılma gibi ve vücutla temaslarda **riziko yoktur.**

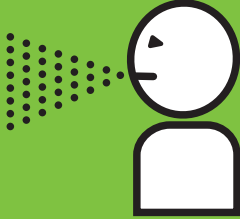
Aile ve müşterek yaşam

Rizikosuz durum:

Bir aile veya bir oturma birlięi içeri-
sinde enfeksiyonlu bir kiři ile
yaşamak hastalığın bulaşmasına
yol açmaz.



Hava yolu ile bulaşma



Rizikosu yoktur.

Öksürme ve hapşırma ile bile HIV enfeksiyonu bulaşmaz.

Yemek ve lokanta



Rizikosu olmayan durum.

Yemek, atal ve bıçak takımları, kıyafet, amaşırlar

Rizikosu olmayan durum:

Yemek, atal ve bıçak takımları müşterek kullanıldığında tehlike oluşmaz. Enfeksiyona yakalanmış kişilerin kıyafet ve çamaşırları da ayrı yıkanmak zorunda değildir.



**Yüzme havuzu,
sauna, hamam,
tuvalet ve
yıkama yerleri**



Rizikosu olmayan durum:

Müşterek kullanılan donanımlardan
dolayı HIV bulaşması mümkün
değildir.

Doktor, diř, doktoru, hastane

Rizikosu yoktur: Genel hijiyen kaide-lerine dikkat edildiğinde (yani bir defaya mahsus kullanılan malzemeler veya emin bir şekilde mikrobu öldürölmüş takımlar) tıbbi önlemlerde riziko yoktur.

Kan ve kan ürünlerinin bağış durumunda alınan büyük tedbirlere rağmen, çok az da olsa, hastalığın bulaşma rizikosu vardır. Bu nedenle önceden planlı ameliyatlarda ameliyat olacak kişinin kendi kanının kullanılması tavsiye edilir. **Aktifleřtirilmemiř kan ürünleri** nizamına göre üretildiğinde HIV ağışından güvenlidir.



K u a f ö r , m a n i k ü r , p i e r c i n g , d ö v m e , k u l a k d e l m e

Eğer mevcut olan **hijiyen kaidele-
rine** uyulursa, **riziko yoktur**. Kan
ile temas edebilecek olan bütün
delici veya kesici eşyaların mutla-
ka **sadece bir defa kullanılması**
veya etkili bir şekilde **dezenfekte**
edilmesi gerekmektedir.

**Öneri: Piercing, dövme veya
kulak delme sadece uzman
şahıslar tarafından
yapılmalıdır.**



Böcek sokması



Rizikosu olmayan durum.

Daha ayrıntılı bilgi edinmek istiyorsanız, örneğin HİV-Testi ile ilgili, bütün sorularınız için, sağlık dairelerine (Gesundheitsamt'lara), doktorunuza, AIDS-HILFE kuruluşlarına veya diğer AIDS-Danışma Merkezleri'ne başvurup ayrıntılı bilgi alabilirsiniz. İsim vermek zorunda değilsiniz.

Ayrıca Federal Sağlık Aydınlatma Merkezi'nin (BZgA) danışma bürosuna da şahsen ve anonim olarak telefonla başvurabilirsiniz.

☎ 01805/555 444 (Kostenpflichtig- i.d.R. 0,14 €/Min. aus dem dt. Festnetz, abweichender Mobilfunktarif möglich).

Dikkat! Burada sunulan danışma hizmetleri genellikle Almanca'dır.

Ücretsiz ve öncelikle Almanca bilgilendirme ile ilgili materyalleri aşağıdaki adresten alabilirsiniz:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

per Post: 51101 Köln

per Fax: 0221/8992-257

per E-Mail: order@bzga.de

per Internet: www.bzga.de

ve

Deutsche AIDS-Hilfe e.V.
WilhelmstraÙe 138, 10963 Berlin
per Fax: 030/690087-65
per E-Mail: dah@aidshilfe.de
per Internet: www.aidshilfe.de

AIDS hastalığı konusunda daha geniş Türkçe bilgi almak istiyorsanız, aşağıdaki telefon numaralarını arayabilirsiniz:

TAT-24 Saat Türkçe AIDS Telefonu
Hannover: 05 11/44 04 04

Türkisch-Deutsche Gesundheitsstiftung e.V.
Türk-Alman Sağlık Vakfı
Gießen 06 41/9661160

Gesundheitszentrum für MigrantInnen
Köln 02 21/95154231

Elinizdeki bu broşürü aşağıdaki dillerde alabilirsiniz:

Almanca Bestell-Nr.: 70280000

İngilizce Bestell-Nr.: 70280070

Fransızca Bestell-Nr.: 70280080

Rusça Bestell-Nr.: 70280110

Türkçe Bestell-Nr.: 70280060

**BZgA'nın AIDS ile ilgili yayınlar kataloğunu
70950000 sipariş numarası altında temin edebilirsiniz.**

Impressum:

Herausgegeben von der Bundeszentrale
für gesundheitliche Aufklärung, Köln,
im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit.
Alle Rechte vorbehalten.

Erscheinungsdatum: November 2007
6.20.11.07

Best.-Nr.: 70280060

Diese Broschüre wird von der BZgA kostenlos abgegeben. Sie ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin/den Empfänger oder Dritte bestimmt.



Telefonberatung der BZgA:

01805/555 444

**(Kostenpflichtig – i.d.R. 0,14 €/Min. aus dem dt.
Festnetz, abweichender Mobilfunktarif möglich.)**

BZgA im Internet:

www.gib-aids-keine-chance.de