



Turysto, czy wiesz że HIV i AIDS występują w każdym kraju, na całym świecie. Warto więc dowiedzieć się, jakie są drogi zakażenia, jak uniknąć ryzyka i co zrobić w trudnej sytuacji niepewności.

Czy znasz drogi zakażenia HIV?

SEKS – stosunki seksualne, w tym kontakty oralne, z osobą zakażoną HIV bez zabezpieczenia prezerwatywą.

Zapamiętaj: każdy kontakt bez zabezpieczenia może prowadzić do zakażenia!

Prezerwatywa w znacznym stopniu ogranicza ryzyko HIV i innych zakażeń przenoszonych drogą płciową.

KREW – kontakt z zakażoną HIV krwią, gdy widoczna ilość świeżej krwi dostanie się do rany bądź błon śluzowych.

Zapamiętaj: w razie potrzeby, przy kontakcie z krwią zawsze używaj rękawic ochronnych lub poczekaj na pomoc fachowych pracowników medycznych.

Co to za wirus, jakie choroby wywołuje?

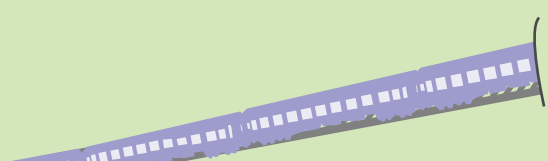
HIV – oznacza ludzki wirus nabytego niedoboru odporności.


Wirus atakuje, powoli osłabia i wyniszcza układ immunologiczny czyli odpornościowy, naturalnie odpowiedzialny za zwalczanie różnorodnych infekcji u człowieka.

AIDS – oznacza zespół nabytego niedoboru odporności.

AIDS to choroba, która jest zespołem różnych stanów klinicznych, które występują u osób zakażonych HIV, z zaburzeniami odporności, np. może to być gruźlica, choroby grzybicze i pasożytnicze, a także niektóre nowotwory. Dla osób z niedoborem odporności mogą skutkować zgonem.

Niektórzy decydują się na seks z nowo poznanymi partnerami lub korzystają z płatnych lub przygodnych usług seksualnych bez zabezpieczenia prezerwatywą. Wystarczy jeden niezabezpieczony kontakt, by zakazić się HIV.





PRZYWIEŹ ZE SOBĄ Z PODRÓŻY TYLKO DOBRE WSPOMNIENIA


**Telefon zaufania
HIV/AIDS:**

22 692 82 26

801 888 448

pon. – pt. 9.00 – 21.00


Czy wiesz, jak diagnozować HIV?




Sposobem na zdiagnozowanie zakażenia jest wykonanie testu w kierunku HIV. Badanie polega na pobraniu próbki krwi. Nie trzeba być na czczo.

Dodatni wynik testu można uzyskać najwcześniej 6 tygodni od potencjalnego zakażenia. Dla pewności – jeśli miałeś ryzykowne zachowania, test należy powtórzyć także po 12 tygodniach.

Każdy wynik testu należy skonsultować ze specjalistą.




Czy wiesz, jak uniknąć ryzyka HIV?



- Nie decyduj się na ryzykowne zachowania seksualne.
- Stosuj prezerwatywy zgodnie z instrukcją na opakowaniu.

- Unikaj środków, które zmniejszają zdolność kontrolowania własnych zachowań, np. alkohol, narkotyki, inne substancje psychoaktywne, np. dopalacze.

- Zwracaj uwagę na standard higieniczny salonów tatuaży, piercingu i gabinetów kosmetycznych. Upewnij się, że sprzęt jest jednorazowego użytku lub został wysterylizowany przed zabiegiem. Jeśli nie masz takiej pewności, lepiej zrezygnuj z usługi!



Gdzie wykonać test na HIV?


Testy w Punktach Konsultacyjno-Diagnostycznych (PKD) wykonywane są bezpłatnie, anonimowo i bez skierowania. Aktualna lista PKD dostępna jest pod adresem

<http://www.aids.gov.pl/pkd>

Testy w publicznych jednostkach służby zdrowia można wykonać nieodpłatnie tylko na zlecenie lekarza.

Ponadto testy można wykonać odpłatnie w wybranych przychodniach i laboratoriach komercyjnych, bez skierowania.

Czas oczekiwania na wynik testu trwa od jednego do kilku dni, w zależności od miejsca wykonywania badania.



Materiał opracowany przez Zespół ds. realizacji Krajowego Programu Zapobiegania Zakażeniom HIV i Zwalczenia AIDS w województwie mazowieckim



WOJEWODA MAZOWIECKI

Druk ulotki sfinansowany przez Samorząd Województwa Mazowieckiego

Mazowsze.
serce Polski

Przed podróżą

Sprawdź informacje o kraju, do którego planujesz podróż, także o poziomie usług miejscowej służby zdrowia. Ministerstwo Spraw Zagranicznych przygotowało specjalny poradnik pod adresem <http://polakzagranica.msz.gov.pl>

