

**HIV NU SE VEDE,  
DAR EXISTĂ.  
TESTEAZĂ-TE!**

**BROSURA PENTRU ADOLESCENȚI**

**Romanian  
Angel Appeal**



HIV NU SE VEDE, DAR EXISTA. TESTEAZA-TE!

# Stii ce este SIDA? Dar ce este HIV?

**A**stazi am avut o intalnire cu voluntarii unei fundatii care ne-au povestit unele lucruri despre HIV si SIDA. La inceput m-am gandit ca e o pierdere de timp. Dar la final le-am multumit ca au venit. Am aflat o groaza de lucruri noi despre problema asta. Eu mai auzisem de SIDA, dar astazi mi-am dat seama ca stiam foarte putin. Si ca stiam multe lucruri care nu sunt adevarate.

Am aflat ca SIDA este una dintre cele mai grave boli din istoria omenirii. "Pacientul zero" al epidemiei a fost descoperit in 1981 in Statele Unite ale Americii, in

specialistii afirma ca inca din anii '70 au existat persoane infectate. De atunci, SIDA a provocat moartea a peste 20 de milioane de oameni din toata lumea. Va dati seama? Cat populatia Romaniei.

SIDA este provocata de HIV (virusul imunodeficientei umane). Acest virus ataca exact celulele care protejeaza corpul impotriva infectiilor. Pe masura ce numarul acestor celule scade, organismul persoanelor infectate cu HIV (seropozitive) nu mai poate face fata bolilor (pneumonie, tuberculoza, meningita). Atunci cand organismul

unei persoane HIV+ ajunge in acest stadiu si nu se mai poate apara impotriva infectiilor, se spune ca acea persoana sufera de Sindromul Imunodeficientei Dobandite, adica SIDA. Din acest moment sanatatea persoanei incepe sa se deterioreze rapid, ducand in final la deces.

Medici si cercetatori din intreaga lume fac eforturi uriase

pentru a descoperi un tratament eficient impotriva HIV. S-au realizat medicamente foarte eficiente care incetinesc multiplicarea virusului in organism, prelungind viata persoanelor HIV+ si ajutandu-le sa traiasca normal. In prezent insa nu exista nici un vaccin care sa protejeze organismul impotriva infectiei cu HIV si nici un tratament care sa vindece SIDA.



### **NU UITA !**

- ! O persoana HIV+ ramane infectata toata viata. Cu toate acestea, ea poate**
- parea si se poate simti sanatoasa pentru o perioada lunga de timp (intre 8 si 15 ani), uneori chiar fara sa stie ca este infectata.**
  
- ! Astazi exista medicamente care pot incetini multiplicarea HIV in organism,**
- astfel incat persoana infectata poate trai o perioada indelungata de timp.**



HIV NU SE VEDE, DAR EXISTA. TESTEAZA-TE!

# Mit si realitate despre HIV si SIDA

**N**i s-a spus astazi ca multe din informatiile pe care le avem despre HIV pot fi gresite. Adica nu e bine sa credem ce auzim asa...din aer. E mai bine sa ne informam, pentru ca trebuie sa stim pe bune cum e cu boala asta. De exemplu, HIV nu se ia oricum. Poti sa traiesti alaturi de o persoana infectata fara sa te infectezi. Trebuie doar sa respecti niste reguli foarte simple si la indemana oricui. Cei de la fundatie ne-au zis ca daca ai un coleg care e

infectat, nu patesti nimic doar din asta. Ba mai mult, trebuie sa il tratezi ca pe toti ceilalti colegii ai tai.

## **Te poti infecta cu HIV...**

- ...Daca ai contact sexual (vaginal, oral sau anal) neprotejat (fara prezervativ) cu o persoana infectata.
- ...Daca esti insarcinata si esti seropozitiva, poti transmite virusul copilului inainte de nastere, in timpul nasterii sau dupa nastere (prin alaptare la san).



## SA NU UITI NICIODATA !

**! HIV se transmite cel mai adesea de la o persoana infectata la cea sanatoasa prin**  
**● contact sexual (vaginal, anal sau oral)**

- ... in urma unei interventii chirurgicale sau stomatologice daca instrumentarul medical nu a fost sterilizat corespunzator.
- ... Daca iti injectezi droguri cu un ac sau o seringa folosita de catre o persoana infectata
- ... La cosmetica sau frizerie, daca instrumentele folosite nu au fost sterilizate corect (Atentie! Aparatele folosite in cabinetele de cosmetica si in frizerii pentru sterilizare nu au puterea de a distruge HIV sau alte virusuri cum ar fi cel al Hepatitei B sau C).
- ... Prin tatuare, daca acele pentru tatuaj nu sunt de unica utilizare, folosindu-se acelasi ac la mai multe persoane. De asemenea, nu trebuie folosit de la un client la altul tusul sau vopseaua pentru tatuaj, deoarece exista riscul ca acest lichid sa contina sange infectat de la clientul precedent.
- ... Prin transfuzie, daca primesti sange de la un donator infectat cu HIV. Riscurile infectarii pe aceasta cale sunt astazi in Romania foarte mici, donatorii fiind testati inainte de a dona sange pentru interventii medicale.
- ... Atunci cand oferi primul ajutor unei persoane seropozitive care a suferit un accident (cu sangerare), fara a respecta minime masuri de precautie (daca nu ai la indemana manusi sterile foloseste o punga de plastic).

### **HIV NU se transmite...**

- ...Folosind aceeasi vesela sau aceleasi tacamuri cu o persoana infectata cu HIV.
- ...Mancand din mancarea gatita de o persoana infectata.
- ...Atingand, imbratisand sau sarutand o persoana HIV+.
- ...Folosind aceeasi toaleta cu o persoana infectata.
- ...Folosind aceleasi obiecte cu o persoana infectata.
- ...Stand in aceeasi camera cu o persoana infectata.

...De pe un scaun sau banca unde a stat o persoana infectata.

...Prin intepaturi de insecte.

...De la animal la om. Animalele nu sunt purtatoare de HIV, cu exceptia unei singure specii de maimute, considerata de unii specialisti sursa epidemiei.

...Prin aer sau apa.

...Prin lichide ca laptele de animale, sucurile etc. Virusul nu le poate contamina.



## **IMPORTANT!**

- ! in Romania traiesc cu HIV sau sunt bolnave de SIDA 10.274 de persoane.**
  - **Aproximativ 70% au intre 13 si 19 ani.**
- ! Din 1986 cand a fost diagnosticat primul caz de infectie cu HIV in Romania, au fost depistate 14.387 de persoane HIV+.**
  - **Conform teoriei "iceberg-ului" cazurile depistate reprezinta doar o parte din cazurile reale. Specialistii afirma ca fiecare caz depistat "ascunde" alte 15 cazuri nedepistate.**

# Testul HIV

**M**-au cam pus pe ganduri cei de la fundatie. Mi-e un pic teama. Iar singura metoda de a sta linistit este sa-mi fac testul HIV. Care nu este de loc complicat si e si gratuit!

Acesta este un test indirect, care indica prezenta in organism a anticorpilor impotriva HIV si nu a virusului propriuzis. Din momentul infectarii, orga-

nismul are nevoie de 2 pana la 6 luni (uneori chiar mai mult) pentru a produce anticorpi care vor fi identificati cu ajutorul testului HIV. De aceea, testul HIV va indica un rezultat precis dupa ce trece aceasta perioada de 2-6 luni - numita "fereastra imunologica". Cu alte cuvinte, daca ieri, de exemplu, ai avut un contact sexual neprotejat si iti faci testul maine,

sau chiar peste o luna, rezultatul nu va fi concludent.

in aceasta brosură vei gasi informatii despre importanta testului HIV, in ce consta acesta si care sunt avantajele testarii. Acest material nu inlocuieste consilierea pre si post test HIV. in cazul in care te decizi sa faci acest test este important sa te adresezi centrului de consiliere si testare unde personalul specializat iti poate oferi toate informatiile necesare.

## **De ce se recomanda consilierea si testarea HIV?**

Poate consideri ca nu te-ai expus niciodata riscului de a te infecta. Ca ai putea recunoaste "dintr-o privire" o persoana infectata si prin urmare te-ai proteja imediat. Tine cont insa de faptul ca o persoana infectata cu HIV nu are nici un semn distinct. Nu scrie pe fruntea nimănui daca este infectat sau nu. Si in plus nu te baza ca partenerul/a iti va spune daca este se-

ropozitiv/a. Uneori se va teme sa-ti destainuie un asemenea secret. Dar cel mai adesea partenerul/a nu stie ca este infectat/a. De aceea este bine ca fiecare dintre noi sa-si faca testul HIV.

in primul rand pentru a afla care este starea ta de sanatate. in cazul in care descoperi ca esti infectat vei putea beneficia de ingrijire medicala de specialitate si de asemenea, vei putea preveni si infectarea altor persoane.

## **Se recomanda testarea mai ales in situatii in care...**

- ...Ai avut un contact sexual neprotejat.
- ...Ai avut sau ai parteneri sexuali multipli.
- ...Ai suferit o interventie chirurgicala sau o transfuzie de sange.
- ...Ai primit tratamente injectabile si ai fost spitalizat.
- ...Esti insarcinata sau doresti sa ai un copil.



- ...Folosesti droguri injectabile.
- ...Doresti sa te casatoresti sau sa incepi o relatie stabila.

repetat pentru o prima confirmare. ELISA este un test destul de precis, el avand o



## DE RETINUT!

- ! **Testul HIV nu poate indica momentul infectarii si nici momentul in care se va instala stadiul SIDA**

### **Cand se face testul HIV?**

Rezultatul testului este concludent doar daca este facut la aproximativ 6 luni de la momentul presupusei infectari. Este important insa ca imediat dupa expunerea la risc sa consulti specialistii unui Centru de Consiliere si Testare, pentru a evalua impreuna situatia. Si sa nu te expui nici unui alt risc de infectare (de exemplu sex fara prezervativ).

### **Ce este testul HIV ?**

Cel mai des folosit tip de test este ELISA, test pentru depistarea anticorpilor anti-HIV. Orice test ELISA pozitiv trebuie

specificitate de 98% (doar 2% din rezultatele pozitive nu au fost confirmate la retestare). Exista si alte metode de testare, cele directe, care evidentiaza prezenta virusului in sange. Acestea sunt folosite mai ales in cercetare, fiind foarte laborioase si scumpe.

### **Unde te poti testa**

Unele Directii de Sanatate Publica Judetene au deschis in colaborare cu Fundatia RAA Centre de Consiliere si Testare (la finalul brosurii gasesti adresele DSPJ partenerere RAA). in acest centre, beneficiezi de consiliere gratuita.

Testarea este de asemenea gratuita, in limita a doua testari pe an, pentru fiecare persoana.

Testarea HIV se efectueaza si in alte laboratoare private sau clinici, dar de cele mai multe ori, acestea nu ofera si consiliere. Pentru a afla unde poti face testul HIV in orasul in care locuiesti adreseaza-te Directiei de Sanatate Publica Judeteană. De asemenea, medicul de familie sau personalul centrelor de planificare familiala te pot indruma catre un Centrul de Consiliere si Testare.

Cand vei ajunge la centrul de testare, consilierul iti va explica cum se face testul, cand si cum ti se va comunica rezultatul. Vei avea ocazia sa spui: din ce motive consideri ca ai fost intr-o situatie riscanta, care crezi ca va fi rezultatul testului si cum crezi ca vei reactiona, indiferent de rezultatul testului. Discutia este confidentiala, iar consilierul nu judeca stilul tau de viata si nici nu incearca sa te faca sa renunti la el. Trebuie sa fii sincer, pentru ca numai in cunostinta de cauza poti decide ce este mai bine pentru tine.

## POTI ALEGE INTRE TESTAREA CONFIDENTIALA SAU CEA ANONIMA!

**Testarea confidentiala** este nominala, dar garanteaza pastrarea secretului in privinta identitatii tale. Rezultatul testului iti va fi comunicat numai personal, iar in cazul unui rezultat care indica prezenta virusului in organismul tau, poti beneficia de trimitere catre centrele specializate de ingrijire si tratament.

in cazul **testarii anonime**, nu este necesara dezvaluirea numelui. Proba de sange poate fi insotita de un cod numeric sau o parola. Si in acest caz, rezultatul testarii iti va fi comunicat personal, dar nu poti beneficia de trimitere catre centrele specializate de ingrijire si tratament.



# Consilierea pre si post testare

**P**utine persoane cunosc avantajele testarii HIV. De aceea ni se recomanda consilierea pre si post testare.

## **Consilierea pre-testare**

Implica explicarea semnificatiei testului si a statusului de sero-negativ/sero-pozitiv, intr-o

modalitate cat mai clara si mai accesibila. O sedinta de consiliere nu se va finaliza automat cu testarea. in cazul in care consideri ca ai nevoie de mai mult timp de gandire, poti reveni la o alta sedinta de consiliere. Toate informatiile pe care le oferi consilierului sunt confidentiale.

Nici o persoana nu este testata pentru HIV fara consimtamentul scris al acesteia.

O sedinta de consiliere pre-test dureaza 15-20 de minute.

### **Tine cont ca intr-o sedinta de consiliere...**

- ...iti vor fi explicate corect si in detaliu motivele pentru care ti se recomanda testarea HIV.
- ...Vei primi informatii complete si corecte privind infectia cu HIV si caile de transmitere, precum si a diferentei intre HIV si SIDA.
- ...Ti se va explica modalitatea de efectuare a testului si semnificatia "ferestrei imunologice".
- ...Ti se vor explica implicatiile rezultatului negativ sau pozitiv al testului.

in cazul in care refuzi consilierea pre-testare ai dreptul sa te testezi, dar testarea va fi facuta numai cu consimtament scris.

### **Comunicarea rezultatului**

Dupa recoltarea sangelui pentru testul HIV, consilierul va stabili de comun acord cu tine o intalnire ulterioara in vederea comunicarii rezultatului.

Consilierul centrului de consiliere si testare este cel care va prelua de la laborator rezultatul testului.

Rezultatul testului este confidential, adica iti va fi comunicat doar tie personal de catre consilier. Rezultatul nu va fi comunicat telefonic sau prin scrisoare. Indiferent de rezultatul testului, vei putea apela la persoane care te vor putea ajuta. Comunicarea rezultatului va fi insotita intotdeauna (fara exceptie) de consilierea post-testare.

### **Consilierea post-testare**

Regulile sedintei de consiliere post-testare sunt:

- ...Comunicarea rezultatului ti se va face personal (niciodata prin intermediari sau telefonic).

- ...Comunicarea se va face in prezenta unei terte persoane numai la cererea ta expresa.
- ...Comunicarea rezultatului testarii se va face la un interval de timp cat mai scurt de la testare (maximum 1-2 saptamani).
- ...Consilierul te va ajuta sa identifici factorii de risc si sa faci un plan de reducere a acestora.

### REZULTATUL NEGATIV

Un rezultat negativ al testului indica absenta anticorpilor anti-HIV in sange, ceea ce inseamna ca: nu esti infectat cu HIV (esti HIV negativ) sau esti recent infectat cu HIV, inasa in sangele tau nu au aparut inca anticorpii specifici anti-HIV.

in orice caz, nu trebuie sa crezi ca rezultatul negativ inseamna ca esti imun fata de infectia cu HIV; mai degraba norocos. in cazul in care nu te protejezi considerand ca "nu ti se poate intampla" este bine sa-ti treci inca o data in revista toate situatiile in care te-ai expus riscului. Este important sa adopti un comportament care sa reduca riscurile infectarii.

### REZULTATUL POZITIV

Un rezultat pozitiv indica prezenta anticorpilor anti-HIV in sange. O persoana primeste un rezultat pozitiv numai dupa efectuarea testului de confirmare.

Daca rezultatul pozitiv al testului ELISA este confirmat prin alta metoda (Western-Blot), testul este pozitiv, esti HIV pozitiv. Aceasta nu inseamna ca ai SIDA sau ca vei dezvolta aceasta boala in curand. Pentru precizarea stadiului infectiei sunt necesare si alte teste si examene medicale.

Persoanele infectate cu HIV nu trebuie neaparat sa isi modifice planurile de viitor, ci doar sa incerce o schimbare a comportamentului - mai multa grija fata de sine si fata de ceilalti.

## Consilierea post-testare pentru persoanele seropozitive este importanta deoarece...

- ...Vei afla ce inseamna pentru tine si familie/apropiati faptul ca esti seropozitiv, atat din punct de vedere medical, cat si social.
- ...in general un rezultat pozitiv, este insotit de stari emotionale intense, neplacute. Consilierul iti poate oferi sprijin si te va indruma catre personal specializat care sa-ti ofere atat sustinere in plan medical cat si afectiv-emotional.

...Te ajuta sa stabilesti modalitatea de comunicare a rezultatului celor apropiati si partenerului.

- ...Consilierul iti va oferi informatii privind un mod de viata cat mai sanatos, serviciile de suport disponibile, serviciile medicale carora te poti adresa pentru control si tratament, supraveghere si consiliere.
- ...De asemenea, consilierul te va ajuta sa intelegi masurile care trebuie luate pentru impiedicarea transmiterii infectiei cu HIV mai departe.



## SOCANT!

- ! **Persoanele infectate pot transmite virusul inca din primele faze**
- **ale infectiei (dupa unii specialisti la 24 de ore de la momentul infectarii)**
- ! **in fiecare zi, in lume, se infecteaza 14.000 de persoane.**
- **0 persoana la fiecare 7 minute!**

### **Evolutia infectiei**

Imediat dupa patrunderea in organism, HIV incepe sa se multiplice. Cateodata, persoana infectata nu simte nimic deosebit. Este insa posibil ca dupa 2-6 saptamani din momentul infectarii sa apara simptome care duc cu gandul la o gripa sau la o alta infectie virala, si care dispar, in mod obisnuit, dupa cateva saptamani. In cele mai multe cazuri aceste manifestari sunt asociate cu alte boli. Aceasta faza se numeste primo-infectie.

Pentru un timp adesea indelungat (circa 8-15 ani), poate exista un echilibru intre producerea de noi virusuri si reactia sistemului imunitar. Cand capacitatea organismului de a se apara scade foarte mult, prezenta unor microbi poate determina aparitia unor infectii, numite "oportuniste", care marcheaza intrarea in stadiul SIDA.

Numai un medic specializat in infectia cu HIV (infectionist)


poate evalua starea ta de sanatate si te poate ajuta in alegerea si stabilirea tratamentului adecvat.

### **Despre tratament**

Odata cu aparitia acestei maladie, cercetatorii din lumea intreaga au inceput o adevarata cruciada impotriva ei. Eforturile lor au capatat contur in ultimii zece ani, cand au dovedit eficienta tratamentului antiretroviral in combaterea multiplicarii virusului in organismul persoanelor infectate.

Tratamentul in infectia cu HIV are, in principiu, urmatoarele obiective:

- ...Scaderea ratei de multiplicare a HIV.
- ...Evitarea aparitiei infectiilor oportuniste datorate scaderii puterii de aparare a organismului.
- ...Asigurarea unui regim de viata normal.
- ...Mentinerea sau refacerea imunitatii celulare.



HIV NU SE VEDE, DAR EXISTA. TESTEAZA-TE!

# HIV/SIDA si viata sexuala

**V**iața sexuală a fiecăruia dintre noi, fie el adult sau adolescent, este un subiect delicat care ține exclusiv de intimitate. De aceea este foarte dificil pentru multă lume să discute deschis despre acest lucru chiar și cu partenerul sau cu un specialist.

Este foarte important să lăsam rusinea la o parte și să discu-

tăm deschis cu partenerul de viață. O relație sexuală implică nu numai plăcere și satisfacție, ci și expunerea la anumite riscuri. Atât sarcinile nedorite cât și infecțiile cu transmitere sexuală, pot fi evitate dacă partenerii stabilesc anumite reguli și dacă fiecare deține informații corecte despre toate implicațiile unei relații sexuale.



Unii dintre noi considera ca o relatie sexuala trebuie sa fie bazata pe dragoste, altii ca aceasta este strict legata de casatorie, in timp ce altii sunt de parere ca sexul si dragostea sunt doua lucruri total diferite.

Indiferent care este parerea sau alegerea ta, este important sa te simti bine, sa fi multumit/a de ceea ce faci, dar mai ales, sa fii in siguranta. in acest scop, trebuie sa stii, printre altele, ce sunt infectiile cu transmitere sexuala si cum te poti proteja.

### **Infectiile cu transmitere sexuala (ITS)**

Infectiile cu transmitere sexuala pot fi cauzate de bacterii, microorganismele sau virusuri care patrund in organismul sanatos in timpul sau ca urmare a contactului sexual neprotejat (vaginal, anal sau oral) cu o persoana infectata.

Unele infectii inasa se pot transmite chiar si in conditiile sexului protejat, prin contactul pielii sanatoase cu pielea infectata.

### **TRICOMONIAZA**

Este o infectie cu transmitere sexuala determinata de *Trichomonas vaginalis*. Transmiterea acestui parazit se face preponderent pe cale sexuala. Uneori este posibila si transmiterea pe alte cai (lenjerie, obiecte de toaleta intima, maini etc).

#### **SIMPTOME**

Tricomoniataza afecteaza in special femeile, provocand scurgeri vaginale abundente, de culoare galben-verzuie, spumoase, urat mirositoare, insotite de dureri, mancarime, urinari frecvente si/sau dureroase. Aproximativ 10-50% dintre femei nu au simptome.

La barbati, rareori apar simptome: scurgeri neobisnuite, urinari dureroase.

### **GONOREEA (blenoragia, sculament)**

Gonoreea este una dintre cele mai des intalnite ITS. Se transmite prin contact sexual neprotejat sau de la mama la nou-nascut. in peste 50% din cazuri poate evolua fara simptome.

## SIMPTOME

La barbati determina scurgeri purulente ("picatura matinala" picatura de puroi din penis), senzatie frecventa de urinare, senzatie de arsura in timpul urinarii si erectii dureroase.

La femei produce inflamatie colului uterin (cervicita). O complicatie severa o constituie anexita, una din cauzele frecvente ale sterilitatii si sarcinilor extrauterine.

## INFECTIILE CU CHLAMYDIA TRACHOMATIS

Sunt cele mai raspandite ITS determinate de bacterii. Se

transmit prin contact sexual neprotejat (vaginal, anal sau oral). Femeile care nu stiu ca au chlamydia pot transmite infectia copiilor lor in timpul nasterii.

## SIMPTOME

La barbati provoaca o scurgere genitala limpede sau galbuie, putin abundenta, mai accentuata dimineata.

La femei determina inflamatie colului uterin, scurgeri vaginale reduse si sangerari dupa contactul sexual. Simptomele pot disparea si fara tratament, dar infectia ramane. Sunt des intalnite anexitele, sterilitatea si sarcinile extrauterine.



## ⊖ CHLAMYDIAZA

Secretiile genitale de o culoare galbuie pot indica prezenta in organism a germenului care provoaca aceasta infectie.

## GONOREEA ⊖

Daca observati dimineata o picatura de puroi din penis, consultati un medic specialist in dermatologie.



### **SIFILIS (lues)**

Sifilisul este o infectie produsa de o bacterie care se transmite prin sex neprotejat (oral, vaginal, anal), transfuzii de sange infectat sau contactul cu o rana deschisa contagioasa. Chiar daca simptomele dispar fara tratament, infectia continua sa evolueze, putand afecta, pielea, vasele de sange, inima si sistemul nervos. Cu cat sifilisul este depistat si tratat mai devreme, cu atat infectia se vindeca mai rapid.

#### **SEMNE/SIMPOTOME**

Netratat, sifilisul evolueaza in trei faze.

**1. in timpul primei faze,** dupa o perioada de incubatie de 21 de zile (3-90 de zile), la locul de infectare (pe penis, rect, vagin sau gura), apare sancrul primar, o rana nedureroasa, curata. La un interval de 1-4 saptamani de la aparitia sancrului, prin testare, se poate determina daca organismul este infectat. Aceasta roseata (sancru) dispare dupa 3-6 saptamani fara

tratament, dar infectia ramane in organism si se poate transmite altor persoane.

**2. A doua faza** incepe dupa 6-12 saptamani de la infectare. Uneori apar eruptii pe piele (de obicei pete rosii), pe organele genitale sau gura. Unii bolnavi pot avea dureri de cap, febra, dureri de stomac si senzație de oboseala. Deseori simptomele trec neobservate sau dispar fara tratament. Persoana infectata transmite infectia.

Chiar daca nu au fost evidente simptomele din primele doua faze, in primii 4 ani de la infectare, sifilisul poate fi transmis altor persoane.

**3. A treia faza,** apare dupa o perioada cuprinsa intre 2 si 40 de ani. Atunci, pe langa piele, poate fi afectat tot corpul: oasele, ficatul, sistemul nervos (paralizii, tulburari de personalitate si comportament), inima, ochii. in aceasta faza infectia nu se mai transmite altor persoane.



## SIFILISUL CONGENITAL

Sifilisul congenital este sifilisul transmis intrauterin fatului de catre mama. Sifilisul matern poate provoca: nastere prematura, moartea intrauterina a fatului, infectie congenitala sau moarte neonatala (dupa nastere). Pentru a nu transmite infectia copilului, mama trebuie sa urmeze un tratament strict. Pentru a fi eficient tratamentul trebuie inceput in primele 3 luni de sarcina.

## HEPATITELE B SI C

Sunt infectii virale ale ficatului. Se transmit prin contact cu sangele infectat, prin utilizarea in comun a acelor si seringilor sau prin sex fara prezervativ.

### SIMPTOME

De cele mai multe ori nu prezinta simptome. Rar apar: stare ca de gripa usoara, dureri abdominale, vomă, ingalbenirea pielii si a albului ochilor.

## PARAZITII

Paduchii pubieni si scabia sunt paraziti care traiesc pe piele. Se raspandesc pe cale sexuala, dar si prin folosirea in comun a cearsafurilor sau prosoapelor cu o persoana infectata.

**Scabia (raia)**, este o eruptie care provoaca mancarimi, apare in urma depunerii oualor in piele de catre parazitul femela.

### SIMPTOME

Simptomul principal este mancarimea, in special noaptea. Este posibila aparitia unei eruptii in cutele pielii, intre degete sau la incheieturi, coate, abdomen, sani sau in zona genitala.

### **Paduchii pubieni (latei/paduchi lati)**

se gasesc in partile acoperite de par ale corpului, in special in jurul organelor genitale. Ouale lor pot fi observate la radacina parului. Se raspandesc pe cale sexuala, dar si prin folosirea in comun a hainelor cu o persoana infectata.

#### **SIMPTOME**

Persoanele infectate nu prezinta simptome, insa pot aparea mancarimi intense in zona genitala. Pot fi observate insecte de culoare maro deschis (de marimea unei gamalii de ac) sau oua de forma ovala, lipite de parul de pe corp.

### **HERPESUL**

Herpesul genital este o infectie virala cu evolutie cronica, de lunga durata.

#### **SIMPTOME**

Majoritatea oamenilor nu au simptome evidente. Acestea pot include senzatii de arsura, furnicatura sau de "cald" in zona genitala, dureri in zona spatelui si la urinare, sau simptome asemanatoare celor de raceala. Cateva zile mai tarziu, in zona genitala pot aparea mici basici cu lichid clar. Mai tarziu, acestea se transforma in rani dureroase, care apoi fac o crusta si se cicatrizeaza.



#### **SCABIA**

Sunt frecvente eruptiile in cutele pielii, intre degete sau la incheieturi, coate, sau in zona genitala.

#### **CANDIDOZA**

Cele mai intalnite sunt candidozele vaginale si cele bucale. Uneori pot fi declansate de un tratament indelungat cu antibiotice.





## IMPORTANT!

- ! **in afara de bolile enumerate, exista si infectii la nivelul zonei genitale care nu sunt transmise numai pe cale sexuala. Este vorba, in special, de candidoza genituala (poala alba) sau vaginoza. Daca nu sunt tratate corespunzator pot duce la sterilitate sau infertilitate.**

### **VEGETATIILE VENERIENE**

Negii genituali sunt provocati de Virusul Papiloma Uman (HPV - Human Papiloma Virus). Sunt foarte contagiosi si se transmit prin raporturi sexuale orale, vaginale sau anale cu un partener infectat. De asemenea, prin contact direct cu pielea infectata.

#### **SIMPTOME**

Aproximativ 2/3 dintre cei care au contact sexual neprotejat cu un partener cu negi

genituali vor dezvolta negi, de obicei in primele luni de la contact.

La femei, negii apar pe colul uterin, in vagin si la intrarea in acesta, sau in jurul anusului.

La barbati, negii genituali apar pe penis. Mai pot fi gasiti si pe scrot, pe santul din jurul glandului sau in jurul anusului.

Rar, negii genituali se pot dezvolta in gura sau gatul unei persoane care a avut contact sexual oral neprotejat cu o persoana infectata.

### Cum se poate transmite infectia cu HIV in timpul actului sexual?

Cu putin inainte de actul sexual si in timpul lui, se elimina unele fluide prin organul sexual masculin (penis), respectiv feminin (vagin). Daca unul dintre parteneri este infectat cu HIV, virusul se va gasi si in fluidul eliminat in timpul contactului sexual.

Daca un barbat infectat cu HIV nu poarta prezervativ atunci cand are contact vaginal cu partenera sa, sperma va fi eliberata direct in vagin, iar virusul poate trece direct in

sangele femeii prin intermediul mucoasei vaginale, in special prin locuri in care vaginul prezinta zgarieturi sau rani minuscule (acestea pot fi atat de mici incat pot fi de neobservat).

Practicarea sexului anal neprotejat prezinta un risc de infectie cu HIV mai mare decat sexul vaginal. Mucoasa anala este mai sensibila, iar anusul este mai putin elastic decat vaginul. In aceste conditii, riscul de ranire a anusului in timpul contactului sexual este mai mare decat in cazul vaginului.



### ☉ SIFILIS

in faza a III-a a infectiei este afectat intregul corp.

### HIV ☉

HIV ataca sistemul imunitar, slabind capacitatea de aparare impotriva bolilor. Sarcomul Kaposi (foto) este o cancer des intalnit la pacientii cu SIDA (stadiul final al infectiei cu HIV).





## ATENȚIE!

- ! **Atunci cand dumneavoastra si partenerul/partenera dumneavoastra**
- **decideti sa aveti contact sexual, trebuie sa aveti grija sa va protejati amandoi impotriva infectiei cu HIV.**
  
- ! **Sexul anal, vaginal sau oral neprotejat prezinta**
- **risc de infectie.**

Daca o femeie infectata cu HIV are contact sexual cu un barbat care nu poarta prezervativ, virusul poate patrunde in sangele barbatului prin uretra sau prin zone in care penisul prezinta mici rani sau zgarieturi.

Riscul de infectie cu HIV este mai mare daca in timpul actului sexual exista vreun contact cu sangele partenerului - in cazul in care contactul sexual are loc in timpul perioadei de menstruatie, cand in vagin

poate fi sange. De asemenea, poate exista sangerare in timpul unui contact anal sau vaginal mai brutal.

Multa lume considera ca facand sex oral nu se poate infecta cu HIV sau alte ITS. Exista riscul infectarii in special in situatia in care partenerul/a are rani in cavitatea bucala (gingii sangerande, carii etc). Riscul infectarii creste daca organele genitale prezinta zgarieturi sau rani minuscule.



# Cum te poti proteja in timpul actului sexual?



**N**i s-a repetat astazi ca numai prezervativul ne poate proteja. Folosirea corecta a prezervativului de fiecare data cand avem un contact sexual este singura cale de a ne proteja impotriva infectiei cu HIV. Pilula contraceptiva este buna pentru prevenirea sarcinii, dar nu protejeaza impotriva transmiterii virusului. Steriletul protejeaza la randul sau doar impotriva sarcinilor nedorite, dar nu si impotriva in-

fectiilor cu transmitere sexuala. Faptul ca iti cunoasti bine partenerul/partenera nu iti asigura protectie impotriva HIV. Dupa ce te intalnesti cu o persoana de cateva ori, s-ar putea sa ti se para ca o cunosti destul de bine. Insa nu poti sti daca persoana respectiva este infectata doar uitandu-te la ea. Uneori ti se poate parea dificil sa-i spui partenerului/partenerii ca vrei sa folosesti prezervativul.

## HIV NU SE VEDE, DAR EXISTA. TESTEAZA-TE!



Acest lucru pare si mai dificil in cazul cuplurilor casatorite sau care sunt de mai mult timp impreuna. Te ingrijoreaza faptul ca dorinta ta ar putea fi interpretata de el/ea ca o lipsa de incredere.

Trebuie sa te gandesti insa ca prezervativul va ajuta pe tine si pe partenerul/partenera tau/ta sa fiti in siguranta. Simtindu-va in siguranta, veti fi relaxati si va veti putea bucura si mai mult de experienta sexuala.

Folosirea prezervativului in timpul actului sexual te protejeaza si de contactarea altor infectii decat cea cu HIV. Asa cum am mai spus, infectiile cu transmitere sexuala (ITS) - cele mai frecvente dintre ele fiind gonoreea, sifilisul, hepatita (B, C) - nu iti afecteaza corpul doar la nivelul organelor genitale. Nedescoperite sau netratate la timp, ele pot avea efecte extrem de grave asupra starii tale generale de sanatate. Ele pot produce infertilitate, impotenta si pot cauza chiar moartea daca nu sunt tratate corespunzator.

Se poate renunta la prezervativ doar in momentul in care, in urma unor analize, ambii parteneri sunt confirmati ca fiind sanatosi si exista o incredere totala in fidelitatea partenerului. Testul HIV este singura modalitate prin care cineva poate afla daca este infectat cu HIV. in cazul in care rezultatele sunt negative (fapt care

arata ca persoana nu este infectata) partenerii pot decide de comun acord sa renunte la folosirea prezervativului.

Trebuie tinut in sa cont de faptul ca pe parcursul unei relatii pot aparea situatii in care unul dintre parteneri (sau ambii) s-a expus riscului infectarii. De exemplu, interventii chirurgicale sau stomatologice. De asemenea, exista persoane pentru care relatiile in afara cuplului sunt acceptate (situatie in care, pentru propria

protectie si implicit a partenerului, folosirea prezervativului este obligatorie). De aceea, este recomandat ca testul HIV sa fie repetat de doua ori pe an, ca verificare de rutina, iar prezervativul sa nu fie considerat o piedica in calea placurilor, ci singura metoda de protectie.

Prin Centrele de Consiliere si Testare din judetul tau poti beneficia de 2 testari gratuite pe an, indiferent daca ai sau nu asigurare de sanatate.



### NU UITA!

- ! **Nu trebuie sa renunti la sex de frica contractarii HIV sau a altor infectii**
  - **cu transmitere sexuala, ci doar trebuie sa te protejezi intotdeauna in timpul actului sexual**
- ! **Folosirea PREZERVATIVULUI este singura cale de a te proteja**
  - **impotriva transmiterii virusului HIV si a ITS in timpul contactului sexual**



HIV NU SE VEDE, DAR EXISTA. TESTEAZA-TE!

# HIV/SIDA si metodele contraceptive

**O** sarcina nedorita poate fi o experienta foarte is-canta atat pentru starea de sanatate a femeii cat si pentru stabilitatea cuplului. Pentru a evita o astfel de situatie si in special pentru a nu recurge la un

avort, este de preferat sa se foloseasca o metoda contraceptiva. Alegerea unei metode potrivite este determinata de: varsta, starea de sanatate, obiceiuri de viata, cat de mult se doreste evitarea unei sarcini.

Nu uita insa sa iei in calcul si faptul ca partenerul/partenera ta poate fi purtatorul/purtatoarea unor infectii cu transmitere sexuala, si ca singura metoda contraceptiva care te protejeaza eficient este folosirea prezervativului.

### Despre contraceptive

Metodele contraceptive, cu exceptia folosirii prezervativului, te protejeaza doar impotriva sarcinilor nedorite. in cazul in care testul HIV sau analizele referitoare la alte infectii cu transmitere sexuala arata ca nici unul dintre parteneri nu este infectat, cuplul poate decide sa nu foloseasca prezervativul si sa apeleze la alte metode contraceptive.

Fiecare metoda de prevenire a sarcinii are avantaje si dezavantaje. De aceea, daca impreuna cu partenerul/a ta/tau va decideti ca doriti sa folositi o metoda contraceptiva atunci cel mai bine este sa va consultati cu specialistii unui centru de planificare familiala.



## 1. CONTRACEPTIA HORMONALA

### A. PILULA COMBINATA.

Pilula combinata contine doze mici de hormoni estrogeni si progestageni si are o eficienta de 92-99,9%. Pilula combinata impiedica ovulatia (eliberarea ovulelor din ovare), modifica invelisul intern al uterului (endometrul), ingroasa mucoasa de la nivelul colului uterin.

#### Avantaje:

- e usor de administrat
- nu intervine in desfasurarea actului sexual
- reduce durerile dinainte si in timpul menstruatie



#### **Dezavantaje:**

- trebuie luata in fiecare zi
- nu e recomandata femeilor care alapteaza, celor care prezinta factori de risc cardiovascular si fumatoarelor de peste 35 de ani
- la inceputul administrarii pot aparea dureri de cap, crestere in greutate, mici sangerari vaginale.

## **B. METODE CONTRACEPTIVE EXCLUSIV PROGESTATIVE**

### **1. Pilula monohormonala**

Pilula monohormonala contine cantitati foarte mici de hormoni progestageni si are o eficienta de 90-99,5%. Pilula monohormonala ingroasa mucusul de la

nivelul colului uterin, modifica endometrul si reduc transportul spermatozoizilor.

#### **Avantaje:**

- este usor de administrat
- nu intervine in desfasurarea actului sexual

#### **Dezavantaje:**

- trebuie luata in fiecare zi la aceeasi ora
- pot induce modificari ale ciclului menstrual

### **2. Contraceptivele injectabile**

Contraceptivele injectabile contin hormoni progestageni si au o eficienta de 99-99,7%. De la locul injectiei hormonii se elibereaza progresiv pe parcursul a 8-12 saptamani.

impiedica ovulatia si ingroasa mucusul de la nivelul colului uterin, ingreunand trecerea spermatozoizilor.

#### **Avantaje:**

- nu trebuie administrate in fiecare zi
- pot fi folosite si de femei care alapteaza sau care au factori de risc cardio-vascular.
- nu intervin in desfasurarea actului sexual

### **Dezavantaje:**

- necesita o injectie la 8-12 saptamani
- pot induce modificari ale ciclului menstrual

### **3. Implanturile subdermale**

Implanturile subdermale sunt produse contraceptive cu continut hormonal care au aspect de betisoare foarte subtiri care se introduc sub piele pe fata internă a jumătății superioare a brațului. Aceasta metoda are o eficiență de 99-99,8%. Implanturile subdermale îngroașă mucusul cervical, care devine impenetrabil pentru spermatozoizi, opresc ovulația și suprimă creșterea endometrului.

### **Avantaje:**

- nu trebuie administrate zilnic sau înainte actului sexual
- eficiență de lungă durată (pană la 5 ani)

### **Dezavantaje:**

- necesita personal calificat pentru implantare și extragere
- pot induce modificari ale ciclului menstrual

## **2. METODELE CONTRACEPTIVE DE BARIERA**

Din această familie face parte și prezervativul care va fi descris mai detaliat în paginile următoare.

### **A. SPERMICIDELE**

Sunt substanțe chimice care omorâă spermatozoizii. Se pot găsi sub diverse forme: creme, unguente, spume, geluri, ovule, pelicule. Eficiența lor este de 79-97%. Spermicidul se introduce în vagin, cât mai aproape de colul uterin (intrarea în uter), cu cel puțin 15 minute înainte actului sexual, în funcție de tipul spermicidului (urmată instrucțiunile din prospect). Ovulele se introduc cu degetul, iar cremele, spumele, gelurile și unguentele se introduc cu un aplicator. Acesta este asemănător cu o seringă din plastic și se cumpără în același timp cu spermicidul. Este important de știut că după utilizarea spermicidului nu sunt recomandate spălăturile vaginale timp de 1-2 ore.

**Avantaje:**

- eficienta imediata, nu influenteaza lactatia
- cresc lubrifierea vaginala
- usor de folosit, metoda ieftina, pe termen scurt

**Dezavantaje:**

- eficienta redusa in comparatie cu alte metode
- poate provoca alergii, iritatii vaginale, iritatii peniene
- trebuie aplicate cu 10-15 minute inainte fiecare contact sexual, daca pauza intre actele sexuale este mai mare de o ora

**B. DIAFRAGMA**

Diafragma este o membrana de cauciuc, ce impiedica patrunderea spermatozoizilor in uter, actionand ca o bariera. Se recomanda ca diafragma sa se foloseasca impreuna cu un spermicid, care imobilizeaza sau ataca spermatozoizii. inainte cu 15 minute de introducerea in vagin, diafragma se acopera pe ambele fete cu spermicid. Daca actul sexual are loc la mai mult de trei ore

dupa introducerea diafragmei, este nevoie de adaugarea unei noi cantitati de spermicid (acest lucru se poate face fara scoaterea diafragmei). Diafragma se lasa pe loc minimum 6 ore dupa ultimul act sexual, pentru a permite spermicidului sa actioneze.

Cele mai multe femei pot folosi diafragme fara nici o problema. Diafragma nu este recomandata insa femeilor alergice la cauciuc sau la spermicide, femeilor care nu se pot adapta diafragmei, femeilor cu infectii urinare repetate. Diafragma poate avea diferite marimi; marimea este recomandata de medic. in cazul variatiilor de greutate, diafragma trebuie schimbata.

**Avantaje:**

- eficienta crescuta (82-94%) daca este folosita constant si corect
- asigura protectie imediata

**Dezavantaje:**

- necesita consultatie pentru a stabili dimensiunea corecta



- necesita folosirea unui spermicid
- trebuie pastrata in vagin timp de 6 ore dupa contactul sexual
- se pastreaza in conditii speciale

### 3. DISPOZITIVUL INTRAUTERIN (steriletul)

Dispozitivul intrauterin sau steriletul este un obiect din plastic care se introduce in uter. Noile tipuri de sterilete au fire sau inele din metal. Exista si sterilete care contin hormoni. Cele mai multe sterilete ce contin cupru pot ramane in uter pana la zece ani. Steriletul previne sarcina, impiedicand nidatia (fixarea ovulului in uter).

Steriletul poate fi folosit de cele mai multe femei sanatoase. Aceasta metoda de contraceptie nu este recomandata femeilor cu parteneri sexuali multipli, femeilor care nu au nascut niciodata, femeilor care au sangerari geni-

tale din alte cauze, femeilor care au avut o sarcina extrauterina.

Steriletul introdus in maximum 5 zile de la contactul sexual neprotejat impiedica dezvoltarea sarcinii.

#### **Avantaje:**

- este o metoda contraceptiva reversibila
- este o metoda foarte eficienta (99-99,5%)
- este eficienta pe termen lung (pana la 10 ani)

#### **Dezavantaje:**

- nu protejeaza impotriva infectiilor cu transmitere sexuala

Ca urmare a utilizarii steriletului, pot aparea si probleme. Menstruatia poate dura mai mult, iar sangerarea poate fi mai abundenta, uneori pot aparea sangerari intre menstruatii si crampe moderate, mai ales la inceput. Poate creste riscul de BIP (boala inflamatorie pelvina) la pacientele predispuise si, consecutiv, pot aparea probleme de sterilitate.

#### 4. STERILIZAREA CHIRURGICALA VOLUNTARA

Este o metoda chirurgicala de intrerupere a fertilitatii la cererea femeii sau a barbatului.

in cazul femeii are loc legarea trompelor uterine impiedicand contactul ovulului cu spermatozoidii. Eficienta: 99,6-99,8%.

in cazul barbatului are loc blocarea canalelor prin care circula spermatozoidii impiedicand prezenta lor in sperma. Eficienta: 99, 85-99,9%.

Metoda este definitiva si necesita o decizie bine gandita. Sterilizarea chirurgicala la barbat este o interventie mai usoara si mai ieftina, iar calitatea actului sexual nu se modifica.

##### **Avantaje:**

- nu necesita supraveghere medicala post-interventie
- nu influenteaza desfasurarea actului sexual

##### **Dezavantaje:**

- necesita o examinare medicala si o interventie chirurgicala efectuata intr-un spital
- are caracter ireversibil

#### 5. CONTRACEPTIA DE URGENTA

Consta in administrarea unor contraceptive orale (pilule combinate sau pilule cu progestageni) sau aplicarea unui dispozitiv intrauterin, cu scopul de a prevenii aparitia sarcinii dupa un contact sexual neprotejat sau in cazul folosirii incorecte a altor metode contraceptive.

Pilulele contraceptive de acest fel, impiedica fertilizarea ovulului sau fixarea lui in mucoasa uterina si au o eficienta de 75%. Eficienta este cu atat mai mare cu cat timpul scurs de la contactul sexual pana la momentul administrarii pilulelor este mai scurt (maximum 3 zile).

Dispozitivele intrauterine impiedica patrunderea spermatozoidilor in uter (maximum 5 zile).

##### **Dezavantaje:**

- la scurt timp pot sa apara greturi, varsaturi, senzatii de greutate in sani, sangerare vaginala.

### 6. METODELE NATURALE

Metoda naturala consta in identificarea perioadelor fertile ale ciclului menstrual si are o eficienta de 80-91%.

Aceasta metoda ajuta cuplurile sa identifice perioada fertila pentru a evita contactul sexual in acel interval de timp. Identificarea perioadei fertile in care femeia poate ramane insarcinata se face in diferite moduri: pe baza calendarului ciclului menstrual, inregistrarea modificarilor mucusului cervical, masurarea temperaturii bazale sau prin asocierea metodelor de mai sus.

#### **Avantaje:**

- nu are efecte secundare
- partenerii impart responsabilitatea deciziei
- sunt foarte ieftine
- pot fi folosite si pentru planificarea unei sarcini

#### **Dezavantaje:**

- este nevoie de atentie, intelegere si acord din partea ambilor parteneri
- este necesara o inregistrare atenta a datelor

- este dificil de aplicat cand ciclul este neregulat
- nu protejeaza impotriva infectiilor cu transmitere sexuala si nici impotriva HIV

### **METODA COITULUI INTRERUPT**

Este o metoda contraceptiva traditionala, in care barbatul extrage complet penisul din vagin inaintea ejacularii.

#### **Avantaje:**

- fara efecte secundare
- fara costuri
- poate fi utilizata ca metoda suplimentara de contraceptie

#### **Dezavantaje:**

- trebuie folosita la fiecare contact sexual
- nu protejeaza de ITS
- poate reduce placerea actului sexual

## **ALTE METODE NATURALE**

- a. Metoda calendarului
- b. Metoda temperaturii bazale
- c. Metoda mucusului cervical
- d. Metoda simpto termica  
(combinatie intre b si c)



# Prezervativele

■ n primul rand, prezervativele sunt singurele care asigura protectie impotriva infectiilor cu transmitere sexuala (ITS) si a HIV. in al doilea rand, folosirea prezervativelor este o metoda buna de a preveni sarcina.

Prezervativele sunt de culori, forme si cu arome diferite. Sunt lubrificate, pentru a usura contactul sexual si unele sunt

aromate pentru a face mai placut sexul oral, in timp ce altele, mai groase, sunt potrivite pentru sexul anal.

Exista prezervative masculine - purtate de barbat pe penis in timpul contactului sexual - si prezervative feminine - care, introduse in vagin actioneaza ca o bariera, impiedicand sperma sa patrunda in corpul femeii.

in Romania oricine, indiferent de varsta, poate cumpara prezervative. Ele pot fi cumparate din farmacii, supermarket-uri sau pot fi procurate de la centrele de planificare familiala (cel mai adesea gratuit).

### **Folosirea prezervativelor masculine**

inainte de a folosi un prezervativ, trebuie sa te asiguri - verificand data de pe ambalaj - ca termenul de garantie nu este depasit. Daca urmeaza sa folosesti un prezervativ pentru prima data, ar fi bine sa te "antrenezi" in prealabil pentru a va obisnui cu el si pentru a-l folosi corect.

Prezervativul este elastic, dar in acelasi timp fragil. Trebuie sa ai grija sa nu il rupi atunci cand il scoti din ambalaj sau cand il folosesti. De aceea este bine sa desfaci ambalajul cu mana si nu cu foarfecele sau cu dintii. Odata deteriorat, prezervativul nu mai asigura protectie.

Prezervativele au la capat o rezerva in care se colecteaza sperma dupa ejaculare. Apasand usor pe rezerva (pentru a impiedica formarea unor bule de aer), ruleaza prezervativul pe penisul in erectie, pana la radacina penisului. Prezervativul trebuie sa ramana pe penis de la inceputul contactului sexual pana la sfarsitul lui, atunci cand penisul este retras din vagin.

in practicarea sexului anal, trebuie utilizat un prezervativ mai rezistent. Pentru a usura contactul, poate fi folosit un prezervativ cu lubrifiant pe baza de apa. Nu folosi vaselina sau alti lubrifianti pe baza de ulei, intrucat acestia pot duce la ruperea prezervativului.

Un prezervativ se foloseste o singura data. De asemenea, nu este cazul sa folosesti mai multe prezervative deodata. Folosirea a doua prezervative - unul peste altul - nu asigura o mai mare protectie, ba chiar poate duce la ruperea lor.

## HIV NU SE VEDE, DAR EXISTA. TESTEAZA-TE!



Rupe pachetul cu grija la un colt. Nu folosi dintii sau alte obiecte ascutite! Prezervativele sunt elastice, dar in acelasi timp fragile. Daca se rup sau se fisureaza atunci cand le scoti din ambalaj, ele nu mai sunt eficiente in asigurarea protectiei.



Asteapta pana cand penisul ajunge in erectie maxima.



Strange varful prezervativului pentru a-l goli de aer; astfel vei crea un spatiu in care se va acumula sperma.



Tine prezervativul peste varful penisului si ruleaza-l in jos pana la baza, eliminand bulele de aer care apar. Prezervativul trebuie sa ramana pe penis de la inceputul contactului sexual pana la sfarsitul lui, atunci cand penisul este retras din vagin!



Dupa ejaculare retrage complet penisul inca in erectie si apoi indeparteaza prezervativul. Ai grija sa nu versi continutul!



Odata ce ai indepartat prezervativul, innoada-l, impacheteaza-l intr-un servetel si apoi arunca-l la gunoi. Nu in vasul de toaleta!

# HIV/ SIDA si excluderea sociala

**T**e-ai gandit vreodata: ce ai face daca ai afla ca cineva dintre cei dragi sau dintre cei apropiati este HIV pozitiv?

La inceput te-ai simti probabil speriat/a, si pe buna dreptate te-ai intreba: "Daca mainfectez si eu?"

Dupa un timp insa, invatand cum se transmite si cum nu se transmite virusul, te vei simti in siguranta. Cand ai toate informatiile, stii mai bine cum sa te protejezi.

Si atunci persoana seropozitiva va redeveni fratele sau sora la care tii, parintele pe care il iubesti sau prietenul cu care te distrai atat de bine, si desi iti va fi greu, vei face tot posibilul pentru...

...A-l/o ajuta sa treaca peste momentele dificile

...A-i fi alaturi ori de cate ori are nevoie

...A-l/o face sa se simta intotdeauna iubit(a) si acceptat(a)

...Pentru a-i invata pe cei din jurul tau ca se poate trai "pozitiv"

Pentru a intelege mai bine prin

ce trece zi de zi o persoana seropozitiva, iata cateva din gandurile unor persoane infectate:

*"Incerc sa ma adaptez si sa accept noile schimbari din viata mea. Cu toate acestea, rad in continuare la glumele proaste ale prietenului meu, nu am renuntat la placerea de a molfai jumatare de pachet de biscuiti odata si inca ma bucur de soarele de primavara. Traiesc."*

Maria, 23 ani, seropozitiva

*"Imi este greu sa explic ce sentimente am atunci cand ma gandesc ca intr-o zi voi avea SIDA. ii multumesc inasa lui Dumnezeu pentru toti dootorii care au grija de mine. Au trecut deja noua ani si inca mai am puterea sa ma lupt, datorita medicamentelor si a sustinerii pe care o am din partea parintilor si a prietenilor. Dar as minti daca as spune ca nu mi-e frica de ceea ce va veni.."*

George, 36 ani, seropozitiv

## **Drepturile persoanelor infectate cu HIV**

intr-un material realizat in 1996, de catre UNAIDS si Comisia UN pentru Drepturile Omului se stipuleaza ca persoanele afectate de HIV si SIDA au urmatoarele drepturi:

**Dreptul la viata**

**Dreptul la non-discriminare**

**Egalitate in fata legii**

**Libertate de miscare**

**Dreptul la munca**

**Dreptul la intimitate**

**Libertate de expresie si opinie precum si dreptul de a primi si disemina informatii.**

**Dreptul de a se casatori si intemeia o familie.**

**Dreptul de a participa la viata sociala si culturala.**

in Romania, incepand cu octombrie 2002, a intrat in vigoare Legea 584 privind masurile de prevenire a raspandirii maladiei SIDA in Romania si de protectie a persoanelor infectate cu HIV sau bolnave de SIDA, prin care sunt aparate toate drepturile mentionate mai sus.



# Informeaza-te!

**D**aca doresti sa afli mai multe despre HIV si SIDA sau doar simti nevoia sa vorbești cu cineva despre temerile tale legate de infectiile cu transmitere sexuala, poti telefona oricand, gratuit, la ARAS - SIDA Helpline non stop, la numarul

**0800 800 033**

Poti afla mai multe lucruri despre HIV, SIDA, ITS sau sexualitate, vizitand site-urile:

[www.raa.ro](http://www.raa.ro)

[www.accept-romania.ro](http://www.accept-romania.ro)

[www.seximus.ro](http://www.seximus.ro)

[www.tineripentrutineri.ro](http://www.tineripentrutineri.ro)

[www.arasnet.ro](http://www.arasnet.ro)



HIV NU SE VEDE, DAR EXISTA. TESTEAZA-TE!

# Implica-te!

**T**inerea sub control a epidemiei cu HIV nu va fi posibila fara implicarea noastra a tuturor. Un simplu gest poate schimba sau poate chiar salva viata cuiva. Un cuvânt bun poate aduce speranta.

Daca doresti sa te implici direct in lupta impotriva acestei maladie o poti face ca voluntar, ajutand organizatiile neguvernamentale care activeaza in acest domeniu.

Daca doresti sa faci parte din echipa de voluntari a fundatiei noastre ne poti contacta:

## ROMANIAN ANGEL APPEAL

✉ Str. Rodiei, Nr. 52, Sector 3,  
Cod 74324, Bucuresti, Romania

☎ +40 (21) 3236868

🌐 [www.raa.ro](http://www.raa.ro)

# Organizatii active in domeniul HIV/SIDA

## ALATURI DE VOI

✉ Str. Vovideniei, Nr. 10, Iasi, Romania

☎ +40 (232) 275568

🌐 [www.alaturidevoi.home.ro](http://www.alaturidevoi.home.ro)

## ACCEPT

✉ Str. Lirei, Nr. 10, Bucuresti, Romania

☎ +40 (21) 2521637

🌐 [www.accept\\_romania.ro](http://www.accept_romania.ro)

## SECS - Societatea de Educatie Sexuala si Contraceptiva

✉ Calea 13 Septembrie, Nr. 85, Bl. 77 C, Sc. 1, Et. 8,  
Ap. 74, Sector 5, Bucuresti, Romania

☎ +40 (21) 4101108

🌐 [www.sexdex.ro](http://www.sexdex.ro)

## ARAS - Asociatia Romana Anti-SIDA

✉ Bd. Garii Obor, Nr. 23, Et. 3, Ap. 8, Sector 2, COD 72314,  
Bucuresti, Romania

☎ +40 (21) 2524141

🌐 [www.arasnet.ro](http://www.arasnet.ro)

## HAR - Health Aid Romania

✉ Str. Dr. Grozovici, Nr.1, Sector 2, Bucuresti, Romania

☎ +40 (21) 2105430

🌐 [www.smileappeal.ro](http://www.smileappeal.ro)

### **ASOCIATIA ADOLESCENTUL**

✉ Str. Moise Nicoara, Nr.8, Sector 3, Bucuresti, Romania

☎ +40 (21) 3238017

🌐 [www.adolescentul.ro](http://www.adolescentul.ro)

### **UNOPA (Uniunea Nationala a Organizatiilor Persoanelor Afectate HIV)**

✉ Calea Mosilor, Nr. 225, Bl. 33-35, Sc.B, Ap. 39, Sector 2, Bucuresti, Romania

☎ +40 (21) 2109089

### **FDPSR (Fundatia pentru Dezvoltarea Popoarelor prin Sustinere Reciproca)**

✉ Str. Balciului, Nr. 2, Sector 2, Bucuresti, Romania

☎ +40 (21) 2520983

### **TINERI PENTRU TINERI**

✉ Str. Cernica, Nr. 5, Sector 2, Bucuresti, Romania

☎ +40 (21) 3155642

🌐 [www.tineripentrutineri.ro](http://www.tineripentrutineri.ro)

### **FUNDATIA INIMA DE COPIL**

✉ CP 787 OP 7 Galati, Cod 6200,

Jud. Galati, Romania

☎ +40 (236) 312199

### **ASOCIATIA SPERANTA A BOLNAVILOR DE SIDA**

✉ Str. Prelungirea Liliacului, Nr. 10, km. 4-5, Constanta

Jud. Constanta, Romania

☎ +40 (241) 587117

## Solicita informatii despre Centrul de Consiliere si Testare din judetul tau!

Adresele Directiilor de Sanatate Publica Judetene partenerere  
RAA in proiectul „Extinderea serviciilor de Consiliere  
si Testare Voluntara pentru populatia generala“:

**Bacau** ✉ Str. V.Alecsandri nr.45, Bacau  
☎ 0234-512.850

**Bihor** ✉ Str. Republicii nr. 33, Oradea  
☎ 0259-434565

**Brasov** ✉ Calea Bucuresti nr. 25-27  
☎ 0268-330895

**Braila** ✉ Str. R.S.Campiniu nr.23, Braila  
☎ 0239-615.919

**Cluj** ✉ Str. Constanta nr. 5, Cluj-Napoca  
☎ 0264-433.645

**Constanta** ✉ Str. N. Iorga nr. 89, Constanta  
☎ 0241-664.345

**Dambovita** ✉ Str. T. Vladimirescu nr. 17-19, Targoviste  
☎ 0245-613.604

**Dolj** ✉ Str. Tabaci nr. 1, Craiova  
☎ 0251-310.080

**Galati** ✉ **Str. Brailei nr. 177, Galati**  
☎ **0236-463.704**

**Giurgiu** ✉ **Str. Bucuresti nr. 82, Giurgiu**  
☎ **0246-214.176**

**Hunedoara** ✉ **Str. 22 Decembrie nr. 58, Deva**  
☎ **0254-211.848**

**Prahova** ✉ **Str. Buna Vestire nr. 1-3, Ploiesti**  
☎ **0244-122201**

**Sibiu** ✉ **Str. Gh. Baritiu nr. 1-3, Sibiu**  
☎ **0269-211.566**

**Suceava** ✉ **Str. Scurta nr. 2, Suceava**  
☎ **0230-513.714**

**Timis** ✉ **Str. Beethoven nr. 5, Timisoara**  
☎ **0256-498.344**

**Bucuresti** **Directia de Sanatate Publica  
a Municipiului Bucuresti**  
✉ **Str. Avrig nr. 72-74, sect.2, Bucuresti**  
☎ **021-252.79.78**

**Institutul National de Cercetare -  
Dezvoltare pentru Microbiologie  
si Imunologie „Cantacuzino“**

✉ **Str. Splaiul Independetei nr. 103,  
Bucuresti**  
☎ **021-410.73.30**

# Chestionar

Completeza chestionarul alaturat si trimite-l pe adresa Fundatiei Romanian Angel Appeal (RAA). Scrie pe plic numele si adresa ta completa si vei participa automat la tombola RAA. Premiile constau in: prezervative, tricouri, postere.

Bifeaza o singura optiune acolo unde variantele de raspuns sunt marcate cu

Poti bifa doua sau mai multe optiuni acolo unde variantele de raspuns sunt marcate cu

**DIN CATE STII:**

**HIV este...**

- a  s
- a (ce?) \_\_\_\_\_

**SIDA este...**

- a  s
- a (ce?) \_\_\_\_\_

**Cat la suta dintre persoanele cu HIV/SIDA din lume sunt tineri cu varsta intre 15 si 24 de ani?**

- 

**Te poti infecta cu HIV in urma unui singur contact sexual?**

- 

**Pilula contraceptiva protejeaza impotriva infectarii cu HIV?**

- 

**Exista tratament care sa vindece infectia cu HIV?**

- 

**Care dintre urmatoarele metode contraceptive previne aparitia unei sarcini nedorite si, in acelasi timp, contractarea HIV sau a altor infectii cu transmitere sexuala?**

- hormonala
- cidele
- vativul
- ma
- ul
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_





**Ce metoda de protectie folosesti de obicei pentru a te proteja in timpul actului sexual?**

- [ ] hormonala
- [ ] cidele
- [ ] vativul
- [ ] ma
- [ ] ul
- [ ]
- [ ] e cazul (nu mi-am inceput viata sexuala)
- [ ] sesc metode de protectie
- [ ]

**O PERSOANA SE POATE INFECTA CU HIV...**

**...folosind aceeasi vesela sau aceleasi tacamuri cu o persoana infectata**

- [ ]
- [ ]
- [ ]

**...prin contact sexual vaginal sau anal neprotejat cu o persoana infectata**

- [ ]
- [ ]
- [ ]

**...atingand, imbratisand sau sarutand o persoana infectata**

- [ ]
- [ ]
- [ ]

**...folosind aceeasi toaleta, sala de sport sau piscina cu o persoana infectata**

- [ ]
- [ ]
- [ ]

**...oferind primul ajutor unei persoane infectate**

- [ ]
- [ ]
- [ ]

**...in urma unor interventii cu instrumentar nesterilizat (la cosmetica, la stomatologie etc)**

**...prin injectare de droguri cu un ac sau o cu seringa folosite inainte de o persoana infectata**

**Din ce surse ai aflat pana in prezent cele mai multe lucruri despre HIV/SIDA, ITS sau sexualitate?**

- prieteni  profesori  prieteni  
 prieteni  prieteni  prieteni a de fata  
 materiale asemanatoare cu brosură de fata  
 muzica, reviste, emisiuni TV, etc  
 prieteni/partenera mea  
 prieteni (care?)\_\_\_\_\_

**Alegand un numar de la 1 la 5 (unde 1 = "total de acord", 2 = "mai degraba de acord", 3 = "nici de acord/nici impotriva", 4 = "mai degraba impotriva" iar 5 = "total impotriva"), spune in ce masura esti de acord cu fiecare dintre urmatoarele afirmatii. Pentru fiecare dintre afirmatii, incercuieste numarul care exprima cel mai bine parerea ta.**

**...intr-o scoala, elevii au dreptul sa stie care dintre colegii lor este infectat cu HIV**

1 2 3 4 5

**...Prezenta intr-o scoala a unui elev infectat cu HIV pune in pericol sanatatea celorlalti elevi**

1 2 3 4 5

**...Medicii ar trebui sa poata refuza sa acorde ingrijire persoanelor seropozitive**

1                      2                      3                      4                      5

**...Elevii infectati cu HIV ar trebui sa invete in clase/scoli separate**

1                      2                      3                      4                      5

**...Toti oamenii ar trebui sa-si faca testul HIV**

1                      2                      3                      4                      5

**in ce masura crezi ca ar fi interesati colegii sau prietenii tai sa citeasca brosură de fata?**

mult             putin/deloc

**Mentioneaza maximum trei lucruri pe care nu le stiai despre HIV/SIDA, ITS sau sexualitate, dar pe care le-ai aflat citind brosură de fata.**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

**Mentioneaza maximum trei lucruri pe care ai fi vrut sa le afli despre HIV/SIDA, ITS sau sexualitate, dar pe care nu le-ai gasit in brosură de fata.**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

**Enumera maximum trei lucruri care ti-au placut la bro-sura de fata.**

1 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Enumera maximum trei lucruri care nu ti-au placut la bro-sura de fata.**

1 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Si cateva date despre tine...**

Varsta \_\_\_\_\_ Sex:

Adresa: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Brosura realizata de Fundatia Romanian Angel Appeal in cadrul proiectului „**Extinderea serviciilor de Consiliere si Testare Voluntara pentru populatia generala**“, cu finantare de la



## **MINISTERUL SANATATII**

**Unitatea de Management a  
Proiectului Fondului Global si a  
Bancii Mondiale**

***Program Finantat de Fondul Global de  
Combatere a HIV/SIDA, TBC si Malariei***

Fondul Global este un instrument financiar international, stabilit prin parteneriatul dintre structurile guvernamentale, societatea civila, sectorul privat si comunitatile afectate pentru atragerea de resurse si finantarea de proiecte la nivelele nationale in scopul combaterii HIV/SIDA, Tuberculozei si Malariei.

**Fundatia Romanian Angel Appeal (RAA)** este o organizatie non-profit, fondata în 1990 la Londra si Los Angeles de sotile membrilor grupului Beatles si de catre Sir Elton John. RAA actioneaza pentru imbunatatirea calitatii asistentei medicale, sociale si psihologice acordate persoanelor in dificultate, in special a copiilor si tinerilor afectati de HIV/SIDA.



## Romanian Angel Appeal

Fundația Romanian Angel Appeal  
Str. Rodiei, Nr. 52, Sector 3  
București, cod 030956, România  
Tel.: 021-323.68.68  
E-mail: [office@raa.ro](mailto:office@raa.ro)  
[www.raa.ro](http://www.raa.ro)  
[www.raaprojects.ro/gf](http://www.raaprojects.ro/gf)

Material avizat de Ministerul Sănătății -  
Direcția Generală de Sănătate Publică  
și Inspekția Sanitară de Stat.

Copyright RAA 2004. Se distribuie gratuit.