

كّن ملّم بالمعلومات

عند تغيير الايقاع علي الطلبة تغيير أيضا خطوات
الرقص
قول أفريقي ماثور

يقدم التثقيف بواسطة معلم مَدرب تابع للولاية مما يساعدك علي شرح مخاطرك الشخصية و كيفية التغلب علي الصعوبات التي قد تواجهك عند بداية تغيير بعض عاداتك.. سوف يساعدونك لتطوير خطة تعمل بها لتقليل المخاطر.

تعليم وتثقيف الأفراد عن (أتش. أي. في) HIV:

يقصد بها الجلوس مع المدرب واحد -لواحد والتحدث عن أتش. أي. في والايذز وكيف يمكنك حماية نفسك.

تعليم وتثقيف المجموعات عن (أش. أي. في) HIV :

يقصد بها الجلوس مع مجموعة من الأفراد حيث يتم الحديث والمناقشة مع المدرب عن ال(أتش. أي. في) والايذز.

يقدم هذا المشروع للفرد والمجموعات مواد تثقيفية حول مرض (أتش. أي. في) مع الحرص الشديد علي حماية سرية المعلومات.

كل الخدمات تقدم من خلال برنامج ECDC. للصحة والتعليم حول مرض الايدز.

لمزيد من المعلومات

" الي أي شخص يحمل فقط في صندوق أدواته مطرقة ,أية مشكلة
تصبح كالمسمار"
قول أفريقي ماثور

في أغلب الاوقات يرتفع معدل المخاطرة باللاصابة بمرض(أتش. أي. في) نسبة للجهل لدي بعض الأفراد وعدم المامهم بالحقائق وفي نفس الوقت لم يجدوا هؤلاء الأفراد المساعدة التي يحتاجونها. كذلك يرتفع معدل المخاطرة باللاصابة بالمرض لأسباب نقص المعلومات حول المصادر المتوفرة للأفارقة في أمريكا.

للحصول علي مزيد من المعلومات والخدمات بخصوص (أتش. أي. في HIV)الرجاء الاتصال:

أحمي نفسك،
أحمي مجتمعتك



أجري الفحص

لان الوطواط يحمل هويتان فهو لا يدفن أبداً- قول أفريقي مأثور-

مثل عدد من الامراض لا يوجد فحص واحد لتشخيص ال
أتش.أي. في أو الايدز. هنالك فحص لتعداد الأجسام المضادة
(وهي مكونات في الدم تحارب الأمراض) وجود فيروس (أتش
أي في +) يعني ذلك أن الشخص مصاب بالمرض ويمكن أن
ينقل المرض الي الآخرين.

أحمي نفسك

في أوقاتك الجيدة كن مستعد للاوقات السنية
قول أفريقي مأثور

كن حريص عند اختيارك لشخص تمارس معه الجنس (الجماع).
أكثر من مشارك يجعلك أكثر عرضة للاصابة بمرض أتش أي
في.

تجنب ممارسة الجنس مع أشخاص غير معروف لديك تاريخ
أصابتهم بالمرض كذلك الأشخاص الذين يتشاركون في استعمال
الابر أو المعدات التي تحقن المخدرات- الوشم أو وخز الجسم.

عندما تستخدم الواقي دائما وبطريقة صحيحة يكون أعلي تأثير
لحمايتك من الاصابة بالمرض ال (أتش. أي. في) لذا يجب دائما
استخدام الواقي (العازل) عند ممارسة الجنس . كذلك باستخدامك
للواقي تمنع احتمال انتقال المرض اليك من شريك.

عند ممارسة الجنس أستعمل المبلل بشكل أساسي لحماية الواقي
من التلف. لا تستعمل دهان أو أي سائل زيتي لربما يعملان علي
تقب الواقي.

استعملي الواقي النسوي وهو الواقي الذي تستخدمه المرأة بأدخاله
في المهبل بنفس طريقة استخدام الرجل للواقي بأدخال عضوه
الذكري فيه.

ما هي المخاطر الحقيقية لمرض أتش.أي.في (HIV) وسط الأفارقة المقيمين بأمريكا؟

هل يجب أن يشعر الأفارقة بالقلق لربما قد يكونوا معرضين للأصابة
بمرض أتش.أي.في الموجب (+) في أمريكا؟ نعم يجب أن يكونوا
كذلك. فالافارقة والمجموعات الأخرى لديهم مخاطر أكبر للأصابة ب
(أتش.أي.في) (+) وذلك مقارنة بالأشخاص ذو البشرة البيضاء. و علي
حسب معلومات مراكز التحكم علي الأمراض Centers for
Disease Control أن معدل الاصابة بين الأشخاص الوافدين من
أفريقيا إضافة للأشخاص الذين وصلوا أمريكا حديثا والأمريكان
ذوالأصول الأفريقية يعادل 50% من معدل الاصابات الجديدة بمرض
أتش.أي.في في الولايات المتحدة الأمريكية.

ما يجب أن يفعله الأفارقة لتجنب الاصابة بمرض (HIV) أتش.أي.في

أعرف الحقائق

"المعرفة نور والجهل ظلام" قول أفريقي مأثور

يعني مصطلح الايدز AIDS نقص المناعة المكتسبة .
فالاشخاص المصابون بمرض الايدز يعانون من مشكلة مقاومة
الأمراض الأخرى التي قد يصابون بها .
فمرض الايدز يحدث بواسطة فيروس نقص المناعة (أتش. أي.
في HIV) هذا الفيروس يؤثر علي أجزاء هامة في الجسم والمخ
مما يجعلها لا تعمل بالشكل الطبيعي المطلوب.
يوجد (أتش.أي. في HIV) في الدم- السائل المنوي-والإفرازات
المهبليّة.إضافة لبعض سوائل الجسم المختلفة الأخرى .ينتشر ال
أتش.أي. في وينتقل من إنسان لأخر عن طريق الاتصال الجنسي
المباشر -الاستعمال المشترك للابر. وقد يحدث من خلال نقل الدم
أو مكوناته.

وكذلك يمكن لمرض ال أتش.أي. في أن ينتقل من الأم المصابة
بال أتش.أي. في الموجب الي طفلها خلال فترة الحمل والولادة أو
خلال فترة الرضاعة.

يزداد عن طريق: (HIV)أتش.أي.في(مخاطر الاصابة بمرض

- ◆ ممارسة الجنس بدون عازل "واقى"
- ◆ ممارسة الجنس غير المباشر بدون واقى
- ◆ المشاركة في استعمال الابر أو أدوات الوخز-
- ◆ الوشم أو حقن المخدرات
- ◆ ممارسة الجنس بدون عازل مع أكثر من شريك
- ◆
- ◆ أتش.أي. في لا ينتشر بالاتصال المباشر مثل
الاحتضان أو التحية والمصافحة باليد.