

Direcciones y teléfonos de interés CC.AA.

ماذا يجب علينا ان نفعل
حتى لا نصاب بنيرس السيدا؟

علينا ان نستعمل دائما واقي الذكر (الكندوم) في علاقتنا الجنسية بالاختراق مع شخص معدي او مع شخص لا نعلم اذا هو معدي لان هناك اشخاص لا يعلمون بانهم معدون فلهذا يجب علينا ان نأخذ كسل احتياطاتنا. ان واقي الذكر (الكندوم) هو احسن الساليسب لوقاية فيروس VIH والامراض الجنسية الاخرى وزيادة على ذلك فانه يحمي من الحمل. ان استعماله بسيط جدا. فما علينا الا ان نتبع الاشارات الموجودة في علب واقي الذكر (الكندوم) و

نجنب استعمال محاقن او ابارقد استعملت من قبل من طرف اشخاص آخرين و

ان نستعمل ادوات قاطعة واحدة قد لمسها اشخاص آخريين.

لماذا يجب علينا ان نقوم
بعملية فحص فيروس VIH؟

بالرغم انه لم يعرف بعد علاج نهائي لمرض السيدا القد يستعمل باسبانيا وهذا منذ اواخر سنة 1996 علاج جديد وقدير يمكن الاشخاص المصابين ان يعيشوا اكثر وقت وهم يتمتعون بصحة اجود. فاذا اصبحت بفيروس VIH فخير لكم ان تكونوا بالعلم بحالتكم في القريب العاجل حتي يمكنكم تناول الادوية التي اوصى بها الطبيب.

في اسبانيا لقد يوصى لكل امرأة حامل ان تقوم بفحص فيروس VIH. ان كنت حامل او مصابة فليكن في علمك انه يوجد علاج لمرض السيدا نتيجته قصر خطر العدوى لولدك. فيمكن لك ان تختاري الايقاف الشرعي للحمل. وان كنت على علم بانك مصابة بالفيروس لا يجب ان ترضعي ولدك

ان كنتم في علم انكم مصابون فعليكم الاستعمال الدائم لواقي الذكر (الكندوم) خلال علاقتكم الجنسية بالاختراق وهذا لكي لا تنقلوا العدوى للاشخاص الاخرين.

أخيرا و للذكر فان الاحترام والتضامن يساهمان
في وقاية مرض السيدا.

ANDALUCÍA

Programa andaluz de Actuaciones ante el VIH
Dirección General de Salud Pública y Participación
Avda. de la Innovación, s/n
Edificio Arena, 1-1ª planta
41071 Sevilla
Tel.: 955 006 569 - 955 006 300 - 955 006 558
Tel. gratuito de información sobre sida: 900 850 100

ARAGÓN

Departamento de Salud y Consumo
Programa de Prevención y Control de la Infección por VIH/Sida
Dirección General de Salud Pública
C/ Ramón y Cajal, 68
50004 Zaragoza
Tel.: 976 439 988 (Sida) - 976 715 000 (centralita)

ASTURIAS

Dirección General de Organización de las Prestaciones Sanitarias
Programa de Prevención y Atención a Personas Afectadas por VIH/sida
c/ General Elorza, 32
33001 Oviedo
Tel.: 985 106 519

BALEARES

Conselleria de Salut i Consum
C/ Cecilio Metelo, 18
07003 Palma de Mallorca
Tel.: 971 176 868
Centre Insular de Sanitat de Menorca
Avda. de José María Cuadrado, 17-1ª
07703 Maó (Menorca)
Tel.: 971 360 426

Centre Insular de Sanitat d'Eivissa
Via Romana, 81
07800 Eivissa
Tel.: 971 306 700

CANARIAS

Dirección General de Salud Pública
Programa de Prevención de Enfermedades de Transmisión Sexual y Sida
Servicio Canario de Salud
C/ San Sebastián, 75
38005 Santa Cruz de Tenerife
Tel.: 922 279 397 - 902 114 444

Cruz Roja Española
Muelle Deportivo s/n
Las Palmas de Gran Canaria
Tel.: 902 114 444 - 928 240 144

CANTABRIA

Consejería de Sanidad y Servicios Sociales
Dirección General de Salud Pública
Servicio de Salud Pública
C/ Marqués de la Hermida, 8
39071 Santander
Tel.: 942 207 745 - 942 207 732

CASTILLA LA MANCHA

Consejería de Sanidad
Dirección General de Planificación y Atención Sociosanitaria
Avda. de Francia, 4
41005 Toledo
Tel.: 925 267 763 - 925 267 758

CASTILLA Y LEÓN

Dirección General de Salud Pública
Consejería de Sanidad
Paseo Zorrilla, 1
47071 Valladolid
Tel.: 983 413 600

CATALUÑA

Departament de Salut
Direcció General de Salut Pública
Programa per la Prevenció i la Assistència de la Sida
Travessera de les Corts, 131-159 Pavelló Ave Maria
08028 Barcelona
Tel.: 932 272 900 - 933 398 756
Tel. Gratuito información sobre sida: 900 212 222
(ámbito comunitario)

EXTREMADURA

Dirección General de Atención Sociosanitaria y Salud
Subdirección de Salud Pública
Oficina de Coordinación de Sida
Avda. de las Américas, 1
06800 Mérida (Badajoz)
Tel.: 924 382 641
Tel. gratuito información sobre drogas y sida:
900 210 994 (ámbito comunitario)

GALICIA

Conselleria de Sanidade
Dirección Xeral de Saúde Pública
Servicio de Prevención e Control das Enfermidades Transmisibles
Edificio Administrativo San Lázaro s/n
15781 Santiago de Compostela (A Coruña)
Tel.: 981 542 960

MADRID

Dirección General de Salud Pública,
Alimentación y Consumo
Instituto de Salud Pública de la Comunidad de Madrid
Programa de Prevención de la Infección por VIH/sida
C/ Julián Camarillo, 4b, 2ª planta
28037 Madrid
Tel.: 912 052 350

MURCIA

Consejería de Sanidad
Servicio de Promoción y Educación para la Salud
Programa de Información y Educación Sanitaria sobre Sida
C/ Ronda de Levante, 11 - planta baja
30008 Murcia
Tel.: 968 235 141
Tel. gratuito de información Sida: 900 706 706
(ámbito comunitario no móviles)

NAVARRA

Instituto de Salud Pública
C/ Leyre, 15
31003 Pamplona-Iruña
Tel.: 848 423 396

PAÍS VASCO

Plan de Prevención y Control del Sida
OSAKIDETZA
Avda. de Navarra, 4
20013 San Sebastián
Tel.: 943 006 464

LA RIOJA

Plan Regional de Sida
Consejería de Salud
C/ Villamediana, 17
26071 Logroño
Tel.: 941 291 197

C VALENCIANA

Servicio Plan del Sida
Conselleria de Sanidad
C/ Micer Mascó, 31-33
46010 Valencia
Tel.: 963 866 695
Tel. gratuito de información sobre sida: 900 702 020

CEUTA

Plan sobre Sida
Consejería de Sanidad y Bienestar Social
C/ Juan de Juanes, 4
51002 Ceuta
Tel.: 956 503 359

MELILLA

Delegación del Gobierno
Area Funcional de Sanidad
Avda. Marina Española, 3
52001 Melilla
Tel.: 952 991 168

TELÉFONOS INFORMACIÓN GRATUITA

900-ROSA:
900 601 601

FASE - Médicos del Mundo:
900 111 000



www.msc.es

ما هو مرض السيدا؟

ان السيدا مرض يسببه فيروس يلقي عليه اسم VIH او حمة السيدا. هذا الفيروس يهاجم هياكل دفاع الجسم و يسبب المزيد من العدوى و بعض من انواع السرطان. فالشخص الذي يحمل الفيروس VIH هو شخص معدى.



VIH: virus del SIDA

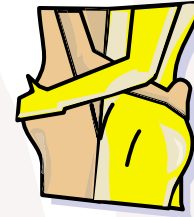
من الممكن ان الشخص المعدى يتميز بصحة جيدة و لم يشك بوجود فيروس VIH بداخل جسمه و لكنه ان لم يعالج سيصاب بمرض السيدا بعد عشر سنوات. بالرغم انه لا يصاب بمرض السيدا و هو حامل الفيروس VIH يستطيع ان ينقل العدوى الى اشخاص آخرين ان لم يأخذ الاحتياطات اللازمة.

لكي يعرف كل واحد منا اذا هو معدى ام لا فيجب ان يقوم بتحاليل دموية بسيطة. فهذه التحاليل لقد يستطيع كل واحد منا ان يقوم بها في اي مركز من مراكز الصحة و هذا دون دفع مبلغ مالي او التصريح بالاسم. للمزيد من المعلومات فعليك ان تتصل بالارقام الهاتفية الموجودة في الصفحة الاخيرة.

يوجد في العالم 40 مليون شخص مصاب بفيروس VIH و فما يخص اسبانيا ففي البلاد التي تضم اكثر مصابين في اوروبا ان فيروس السيدا لا يفرق بين البلدا ن و الاجناس و الاعمار. يستطيع ان يصيبنا كلنا و اجتنابه هو نتيجة سلوكنا. أولا يجب علينا ان نعرف

كيف يتنقل فيروس VIH؟

في حالة العلاقات الجنسية باختراق نوافذ الانسان (المهبل و المست و الفم) و هذا بدون استعمال واقي الذكر (الكندوم) بين الرجال و النساء و بين الرجال.



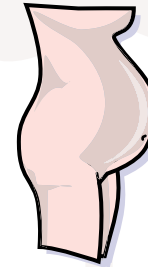
في حالة الحقن بمحقنة او ابرة قد استعملت من قبل من طرف شخص معدى.



في حالة استعمال ادوات قاطعة مثل ابار الوشم او آلات الحلاقة. كان قد لمسها دم شخص مصاب او في حالة العهد بالدم.



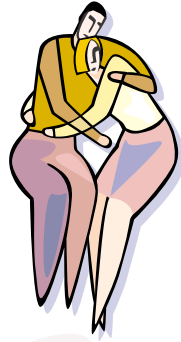
لقد يستطيع امرأة حامل مصابة بفيروس VIH ان تنقل نفس الفيروس الى ابنها او ابنتها خلال الولادة و مدة الارضاع.



ان فيروس السيدا

لا يتنقل:

عندما نعيش او نشغل او نتنزه مع شخص مصاب.



عندما ندرس في نفس المر كز الذي يدرس فيه طفل او طلة مصابين.

عندما نحبي شخصا آخر او نناقشه او نحتضنه.



في حالة المنزوم في نفس السرير

في حالة العلاقات الجنسية بدون اختراق.



عندما تستعمل نفس أداة المائدة او في حالة تناول الطعام في نفس الصحن او الشرب في نفس الكأس.

عندما ندخل مرحاضا عموميا او مسبحا او حماما.

في حالة قرصة بعوضة او حيوان من الحيوانات الداجنة.



في اسبانيا لم يجد اي خطر في تنقل فيروس VIH في اخذ او اعطاء الدم.

في الحياة اليومية لم يجد اي خطر في تنقل فيروس VIH.

اذا مررت ببعض من هذه الحالات او ان كنت حامل فمن الحسن ان تقومي بفحص فيروس VIH. عليك ان تطلب المزيد من المعلومات.

كيف يتنقل فيروس السيدا و ماذا يجب ان نعمل حتى لا نصابه.