Zer egin behar duzu EZ INFEKTATZEKO?

Preserbatiboa erabili behar duzu pertsona infektatu batekin edo infektatuta egon daitekeen pertsona batekin sexu-harremanak sarpenarekin dituzun guztietan. Pertsona batzuek ez dakite infektatuta daudela. Hori dela eta, kontuz ibili behar duzu. Preserbatiboa metodorik eraginkorrena da HIESari eta sexu bidez transmititu daitezkeen gaixotasunei aurre egiteko, bai eta nahi ez ditugun haurdunaldiak saihesteko ere.

Ez erabili inoiz beste batek aurretik erabili duen xiringa edo orratzik.

Ez erabili beste pertsona batzuen odola ukitu duen instrumentu zorrotzik.

Zergatik da ONA HIESaren PROBA egitea?

HIESa sendatzeko behin betikoa osabiderik ez badago ere, 1996tik Espainian tratamendu berri eta indartsu batzuk erabiltzen diva, eta tratamendu horiei esker pertsona infektatuek gehiago eta osasun egokiagorekin bizi daitezke. Infektatuta bazaude, zenbat eta lehenago jakin, orduan eta azkarrago har ditzakezu medikuak gomendatzen dizkizun botikak.

Espainian haurdun dauden emakume guztiei HIESaren proba egitea gomendatzen diegu. Haurdun baldin bazaude eta infektatuta bazaude, jakin behar duzu badirela tratamendu batzuk. Tratamendu horiek zure alaba edo semea infektatzeko arriskua asko gutxitzen dute. Gainera, legez haurdunaldia eten dezakezu. Infektatuta bazaude, ez diozu haurrari bularra eman behar.

Infektatuta zaudela baldin badakizu, ardura gehiago izan behar duzu eta **BETI** preserbatiboa erabiliko duzu sarpena duten sexu harremanetan; horrela, ez duzu beste pertsona bat infektatuko.

Eta gogoratu, errespetuak eta solidaritateak HIESari aurrea hartzen laguntzen digute.

Intereseko helbide eta telefono batzuk

ANDALUZIA
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

ARAGOI
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

BALEAREAK
Consellería 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, 17-1º
07703 Maó (Menorca)
Tel.: 971 360 426

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

KANARIAK
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

KANTABRIA
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

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

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

KATALUNIA
Departament de Salud
Direcció General de Salud Pública
Programa per la Prevenció i la Asistencia 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)

GALIZIA
Consellería 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, 2.ª planta
28037 Madrid
Tel.: 912 052 350

MURTZIA
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)

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

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

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

VALENTZIAKO ERKIDEGOA
Servicio Plan del Sida
Consellería 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

DOAKO BESTE TELEFONO BATZUK

900-ROSA:
900 601 601

FASE - Médicos del Mundo:
900 111 000

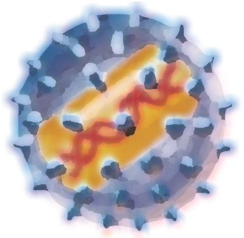
HIESa existitzen da...

...bai eta saihesteko modua ere

MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO
www.msc.es

Zer da **HIESa**?

GIB izeneko birusak edo HIESaren birusak sortzen du **HIES** gaixotasuna. Birus horrek gorputzeko defentsei erasotzen die eta, horregatik, infekzio gehiago eta minbizi batzuk izan ditzakegu. GIB gorputzean duena pertsona infektatua da.



GIB: HIESaren birusa

Pertsona infektatu bat ondo egon daiteke eta agian ez du susmatuko GIB duela, baina ez badu mediku-tratamendu bat hartzen 10 bat urtetan HIESa izango du. Nahiz eta HIESa garaturik ez izan, **beste pertsona bat infektatu dezakezu** beharrezko neurriak hartzen ez badituzu.

Infektatuta zauden edo ez jakiteko, aski duzu **odol-analisia** egitea. Edozein osasun-zentroan egin dezakezu proba hori dirurik ordaindu gabe eta, nahi baduzu, izenik eman gabe. **Informazio gehiago eskatu azken orrialdean dituzun telefonoetan.**

Munduan 36 miloi pertsona infektatuta daude GIB birusarekin. Espainian infektatu kopuru handienetakoa dugu Europa mailan. HIESa birusak **ez ditu herriak, sexuak, arrazak edo adinak bereizten: denok infektatu gaitezke eta gure portaerak baino ez du hori saihestuko.** Hasteko eta behin, honakoa jakin behar dugu:

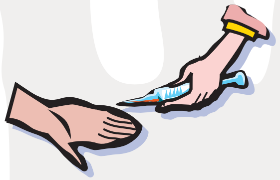
Nola transmititzen da?

Zer egin behar duzu ez infektatzeko?

Nola transmititzen da **GIB**?

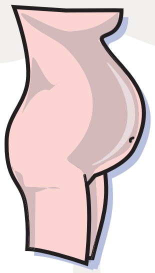
Harreman sexualetan sarpena praktikatzen badugu (bagina, uzki edo ahokoa) preserbatiboa erabili gabe, emakume eta gizonen arteko harremanetan zein gizonen artekoetan.

Pertsona infektatu batek erabilitako xiringak edo orratzekin xiringatzeagatik.



Pertsona infektatu baten odola ukitu duten tresna zorrotzak erabiltzeagatik (adibidez tatuatzeko edo piercingak egiteko orratzak, bizarra kentzeko labanak), edo odol paktuak egiteagatik.

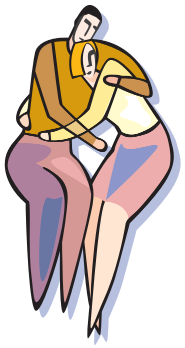
GIB birusarekin infektatuta dagoen emakume haurdun batek umeari transmiti diezaioke haurdunaldian, erditzean edo bularra ematen dionean.



Aurretik aipatutako praktikaren bat egin baduzu edo haurdun bazaude, GIB probak egitea gomendatzen dizugu.

Nola **EZ** da **GIB** transmititzen?

Pertsona infektatu batekin, bizi, lan egin edo ateratzeagatik.

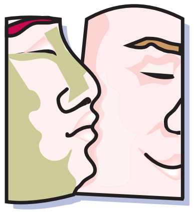


Haur infektatu baten eskolara joateagatik.

Eskua emateagatik, besarkatzeagatik edo musu emateagatik.

Ohe berean lo egiteagatik.

Mahai-tresna berak erabiltzeagatik, plater berean jateagatik edo edalontzi berean edateagatik.



Komun publikoak edo igerileku zein dutxa publikoak erabiltzeagatik.

Eltxo baten ziztadagatik edo etxeko animaliengatik.

Espainian ez dugu arriskurik odola hartu edo emateagatik.

Eguneroko bizitzan ez dugu GIB birusa transmititzeko arriskurik.