



## علاقة جنسية آمنة

### حماية من عدوى فيروس نقص

### المناعة البشرية HIV

- أوقية ذكورية
- علاج طبي ناجح
- وقاية قبل التعرّض

احمِ صحتك!

## جنسٌ أكثر أمانًا 3.0 – حمايةً من عدوى الإيدز رسالةً وقائيةً حاليةً

تعتبر الإجابةً على الأسئلة المتعلقة بالجنس والصحة الجنسية بانفتاح وحرية مطلبًا مهمًا لدى "مبادرة براندنبورغ – معًا ضد الإيدز". يجب أن يُمكن الأشخاص من حماية أنفسهم من الإصابة بالعدوى، وكذلك الاستمتاع بحياتهم الجنسية بحريةٍ وتفردٍ. ويُعد الجنسُ الأكثر أمانًا بصفةٍ عامة مصطلحًا مرادفًا لإجراءاتٍ وقائيةٍ تُنتج إرساء حلٍ وسطيٍّ بين المتعة في مختلف أوجهها وبين تجنُّب المخاطر الصحية.

تطرح الجمعية الألمانية للمساعدة ضد الإيدز مفهوم "الجنسُ الأكثر أمانًا 3.0" للنقاش منذُ صيف العام 2018 على مستوى ألمانيا. والإمكانياتُ الثلاث للحماية من انتقال فيروس نقص المناعة البشرية:

- استخدام الواقي الذكري،
  - الحماية من خلال علاجٍ عالي الفعّالية،
  - العلاج الوقائيّ قبل التعرّض للفيروس (PrEP)
- هي طرقٌ مثبتةٌ علميًا ومُؤكّدةٌ بموجب دراس



تقريبًا 13 بالمئة فقط من الأشخاص في ألمانيا يعرفون بشأن الجنس الأكثر أمانًا 3.0. ويتمثّل الهدف من الحملات والتوعية في إعلام الناس بخصوص هذا المستوى المعرفي الجديد، كي:

- يجابهوا المخاوف غير المُبرّرة من انتقال المرض
- يقاوموا الاضطهاد والإقصاء
- يخففوا عن كاهل الأشخاص المُصابين بفيروس نقص المناعة البشرية وشركائهم.

### لماذا الجنس الأكثر أمانًا 3.0؟

لطالما رُوِّج لاستخدام الواقيات الذكرية بالأساس للحماية من الإصابة بعدوى فيروس نقص المناعة البشرية. ولقد أثبتت دراساتٌ في السنوات الماضية أن هناك إمكانياتٌ أخرى للحماية من الإصابة بعدوى فيروس نقص المناعة البشرية: العلاج عالي الفعّالية والعلاج الوقائيّ قبل التعرّض للفيروس. كافة طرق الجنس الأكثر أمانًا الثلاثة سالفة الذكر – أي الواقيات الذكرية والعلاج الفعّال والعلاج الوقائيّ – تحمي بصورةٍ موثوقةٍ من الإصابة بعدوى فيروس نقص المناعة البشرية في حالة الاستخدام الصحيح.

### الواقيات الذكرية

يُعد الواقي الذكريّ هو الطريقةُ الأشهر للجنس الأكثر أمانًا. وتُقلل الواقيات الذكرية، فضلًا عن ذلك، من خطر الإصابة بعدوى أمراضٍ أخرى منقولةٍ جنسيًا. كما تعتبر الواقيات الذكرية كذلك وسيلةً حمايةً من الحمل غير المرغوب.

### الحماية من خلال العلاج

تستند الطريقةُ إلى أن يتناول الشخصُ المُصاب بفيروس نقص المناعة البشرية بانتظام أدويةً ضد تكاثر الفيروس ومن ثم لا يعودُ من الممكن الاستدلال على وجود فيروسات نقص المناعة البشرية في دمه لمدة نصف عام على الأقل. ومن ثم تكاد الفيروسات تختفي كذلك من سوائل الجسم مثل السائل المنويّ والسوائل المهبلية. ولا يكونُ الأشخاصُ المُصابين بفيروس نقص المناعة البشرية مُعديين لغيرهم في حالة نجاح العلاج. وفي هذه الحالة لا ينتقل الفيروس في حالة ممارسة الجنس مع شخصٍ غير مُصابٍ بفيروس نقص المناعة البشرية.

### العلاج الوقائيّ قبل التعرّض للفيروس

يعني العلاج الوقائيّ قبل التعرّض للفيروس (PrEP) الوقاية من خطر الإصابة بالعدوى. وفي هذه الطريقة الوقائية يتناول الأشخاصُ غير المُصابين بعدوى فيروس نقص المناعة البشرية دواء فيروس نقص المناعة البشرية إما يوميًا أو (حسب المناسبة) قبل الممارسات الجنسية لحماية أنفسهم من الإصابة بعدوى المرض.



### السيلان، والزُهريّ، الكلاميديا

توجد أمراضٌ جنسيةٌ أخرى أيضًا بجانب فيروس نقص المناعة البشرية، من قبيل السيلان والزُهريّ الكلاميديا. ولا توجد حمايةً مطلقةً من العوامل المُسببة لهذه الأمراض. حتى الواقي الذكريّ لا يسعه إلا أن يُقلل من خطر الإصابة بالعدوى. لذا يلزم على الأشخاص النشطين جنسيًا مع شركاءٍ متغيّرين أن يخضعوا للفحص كذلك مرةً في العام للكشف عن الأمراض الجنسية بجانب فيروس نقص المناعة البشرية.

### خدمات الفحوصات

يندرُج فحص فيروس نقص المناعة البشرية ضمن أساسيات الحياة الجنسية – على الأقل مرةً واحدةً في العام، إذا كان لديك شركاء جنس متغيّرين. وتتوفّر في كافة أرجاء ألمانيا إمكانياتٌ للخضوع للفحص: لدى مكتب الصحة، أو جمعيات المساعدة المحلية ضد الإيدز، أو الأطباء المُقيمين. تجد على الخريطة الخدمة الأقرب إليك. وتُقدّم مكاتبُ الصحة وجمعياتُ المساعدة ضد الإيدز الفحص دون معرفة هوية المُتقدّم وغالبًا دون مقابلٍ ماديّ.

معلوماتٌ إضافية يمكن إغفالها بسبب الحيز المكانيّ:





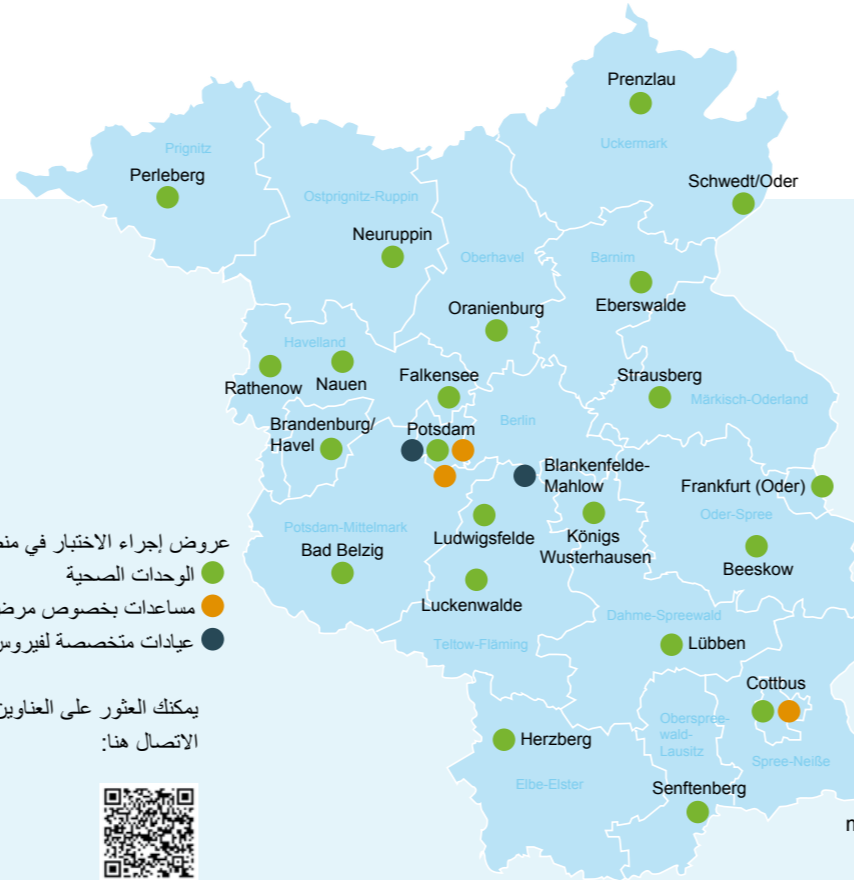
**تشخيص فيروس نقص المناعة البشرية وعلاجه في براندنبورغ وبرلين**  
هناك 15400 شخص تقريبًا من المُصابين بفيروس نقص المناعة البشرية يعيشون في برلين وبراندنبورغ. منهم:

- 12200 يحظون بالعلاج، ويقُلُّ الحملُ الفيروسي لديهم عن حد الكشف
- 600 يحظون بالعلاج، ولا يقلُّ الحملُ الفيروسي لديهم عن حد الكشف
- 800 لم يتلقوا علاجًا بعد
- 1800 لا يعرفون أنهم مصابون بفيروس نقص المناعة البشرية

المصدر: النشرة الوبائية لمعهد روبرت كوخ 46/2019

عروض إجراء الاختبار في منطقتك:  
● الوحدات الصحية  
● مساعدات بخصوص مرض الإيدز  
● عيادات متخصصة لفيروس نقص المناعة

يمكنك العثور على العناوين وبيانات الاتصال هنا:



جهة النشر

وزارة الشؤون الاجتماعية والصحة  
والتكامل وحماية المستهلك

الصحافة والعلاقات العامة  
Henning-von-Tresckow-Straße 2-13  
14467 Potsdam  
www.msgiv.brandenburg.de

التصميم: شركة UVA Kommunikation  
und Medien ذ.م.م.  
الطباعة: شركة Kuss Kopierservice ذ.م.م.  
الإصدار: 3000 نسخة

حقوق الصور:  
vanatchanan/123rf.com;  
areeya/123rf.com; Sergei Fuss/123rf.com;  
magann/istockphoto.com; LuffyKun/istockphoto.com;  
Viktoria Hnatiuk/istockphoto.com

سبتمبر 2020



**تشخيص فيروس نقص المناعة البشرية وعلاجه في ألمانيا**  
هناك 86000 شخص تقريبًا من المُصابين بفيروس نقص المناعة البشرية يعيشون في ألمانيا. منهم:

- 65500 يحظون بالعلاج، ويقُلُّ الحملُ الفيروسي لديهم عن حد الكشف
- 3300 يحظون بالعلاج، ولا يقلُّ الحملُ الفيروسي لديهم عن حد الكشف
- 6000 لم يتلقوا علاجًا بعد
- 10600 لا يعرفون أنهم مصابون بفيروس نقص المناعة البشرية

