

## التدريب التعليمي للنظراء

### مقدمة

تهدف ورشة عمل الثلاثة ايام القادمة الى تدريب نظراء متعلمين يعيشون في مناطق تتأثر بالنزاع، بشكل خاص النازحين داخليا. بسبب ظروف الحياة الفقيرة لديهم والبيئة الغير آمنة المحيطة بهم الأشخاص النازحين داخليا تحديدا معرضين الى HIV / الأيدز .

كانت تهدف هذه الورشة الى ان تكون نسخة قصيرة لورشة عمل مدتها خمسة ايام تم تنظيمها من قبل اتحاد الصحة لعمال الإغاثة الإنسانية. يجب على المشاركين ان يندمجوا مع هدف الشعب على اسس دائمة. بسبب الفترة القصيرة نسبيا للتدريب، المعرفة القلبية ل HIV / ايدز:-

أية مواضيع متعلقة بالموضوع سوف تكون ذا فائدة ومنفعة كبيرة للمشاركين، ومع هذا من المحتمل ان معظم اهداف المشاركين يمكن ان تحوي معرفة معينة على الHIV/ الأيدز بسبب برامج التوعية الواسعة الى حد كبير في المناطق المتأثرة.

### الخطوط العريضة لورشة العمل

يوم 1: حقائق أساسية، طرق الانتقال...التعرض.

يوم 2: تعريف ال HIV / إيدز العدوى المنتقلة جنسيا، إستشارات وفحوصات إرادية، الواقيات الذكرية.

يوم 3: إحتياجات عالمية ، الأم-الى-الطفل، وصمة العار ، رعاية الأشخاص المصابين بال HIV / إيدز.

### حقائق اساسية

تشتق كلمة ال HIV من فيروس نقص المناعة.

تشتق الإيدز من مرض نقص المناعة المكتسبة.

المسبب للإيدز هو فيروس الHIV،الفيروس عبارة عن عضو صغير جدا، يسمى كائن حي صغير جداً جداً، وفي بعض الأحيان "جرثومة". لا يمكن ان يرى الأ باستعمال الميكروسكوب المتخصص جدا يسمى الميكروسكوب الإلكتروني. 16 ألف من فيروسات ال HIV يمكن ان تكون على رأس دبوس . تستطيع ان تدخل الفيروسات داخل جسم الإنسان ، حيث هناك تتضاعف حتى يصل الى عدد كبير جدا وبحيث يصبح الإنسان مريضا. عندما تدخل الفيروسات داخل الخلايا في الجسم تتضاعف ويتم استخدام هذه الخلايا كمنصع بحيث يتم التكاثر فيهم . لأن هناك العديد من العدوى المختلفة والسرطانات التي يمكن ان تؤثر على الشخص المصاب بالHIV ، يمكن ان يظهر العديد من الأعراض المختلفة والإشارات. تعني كلمة "متلازمة" الى مجموعة من الأعراض والإشارات التي يمكن ان تكون جميعها جزء من نفس الحالة الطبيعية المعينة، وفي هذه الحالة HIV / الأيدز. سوف نوضح هذا مرة اخرى عندما نطلع على كيفية تأثير ال HIV / الأيدز على الجسم.

## الفرق بين الـ HIV والإيدز

عندما يدخل فيروس الـ HIV الجسم، نقول ان الشخص اصيب بعدوى الـ HIV أو "أصيب بمرض الـ HIV". عندما يظهر الأشخاص المصابين بالـ HIV عوارض المرض، هذه العوارض معظمها بسبب الإلتهابات او السرطانات، وليس بسبب فيروس الـ HIV نفسه. عندما يضعف جهاز المناعة لدى الشخص حتى يصل لمرحلة بأن يعاني هو/ تعاني هي من الالتهابات شديدة ، نقول لديها/ لديه إيدز. سوف نناقش هذا مرة اخرى لاحقاً.

## **الفرق بين الـ HIV1 و الـ HIV2**

HIV1 و HIV2 هما نوعان مختلفان من فيروس الـ HIV، نوع الـ HIV 1 هو الأكثر شيوعاً في العالم. ينتشر النوعان بنفس الطريقة، ولكن HIV2 أقل عدوى ويبقى الأشخاص المصابين بالـ HIV2 بصحة جيدة فترة أطول بعد العدوى. تم التعرف على HIV2 في غرب إفريقيا، حيث كان شائعاً، ولكن تم التعرف عليه في انحاء اخرى من العالم.

## **تاريخ الـ HIV / الإيدز**

كان الـ HIV موجود منذ العديد من السنوات. بالضبط لا نعرف منذ متى سبب فيروس الـ HIV المرض في الإنسان، ولكن قدر العلماء الزمن بحوالي 50 سنة. أول حالة في الـ HIV حدثت في 1959 لإنسان يعيش في جمهورية الكانغو الديمقراطية. تم التعرف على الفيروس في عينة دم كانت محفوظة من قبل العلماء للعديد من السنوات لأغراض أخرى.

## **من أين أتى الـ HIV ؟**

لا زلنا لسنا متأكدين على أصل الـ HIV، ولكن العلماء اليوم لديهم فكرة جيدة. في الطبيعة يحدث في بعض الأحيان ان الفيروسات يمكن ان تنتقل من الحيوانات الى الإنسان . مثلاً، جاء مرض جنون البقر من الغنم وسارس جاء من قطط Civet . يعتقد العلماء ان الـ HIV تطور تدريجياً من فيروسات وجدت في القرود . من المحتمل ان واحدة من هذه الفيروسات انتقلت الى الإنسان من شيمبانزي في وسط إفريقيا ( HIV1 ) ومن الـ ماكوو أو قرد سوني و نقوي في غرب إفريقيا ( HIV2 ). هذا لا يعني ان العلماء افترضوا ان الناس قاموا بممارسة الجنس مع القرود والشيمبانزي، من المحتمل أكثر ان هؤلاء الناس من البداية تمت إصابتهم بالعدوى من خلال جروح على ايديهم عندما كانوا يتعاملون مع لحوم هؤلاء الحيوانات (التي قتلت من أجل لحومها).

تم التعرف على مرض الإيدز في البداية كمرض جديد في عام 1981 في الولايات المتحدة الأمريكية. في 1983، فيروس الـ HIV تم التعرف عليه من قبل العلماء في الولايات المتحدة . تم التعرف على فيروس الـ HIV2 في فرنسا في نفس السنة. على مر السنين كان هناك الكثير من الخرافات حول مرض الـ HIV / الإيدز ، مثلاً. ادعى الناس ان الـ HIV غير موجود ، وأنه مؤامرة للتفرقة العنصرية ضد الأفارقة، بأن الـ HIV لا يسبب الإيدز ، أو ان الإيدز

يسبب الفقر، وليس بسبب فيروس ال HIV. ومع هذا ، يوجد الآن ادلة علمية مليئة ، من العديد من الدراسات في مختلف الأماكن من باحثين مختلفين، بأن ال HIV موجود وأنه سبب الإيدز.

## مراحل ال HIV / الإيدز

### 1. العدوى بالHIV

هذه هي الحظة التي يدخل فيها الفيروس الجسم\_ في بعض الأحيان تسمى " التلقيح "

### 2. فترة الحضانة المفتوحة

الإطار الزمني : لغاية 3 أشهر بعد العدوى

لا يوجد أعراض أو إشارات

يتضاعف الفيروس بسرعة. يوجد هناك مستويات عالية جداً من الفيروس في الدم و سوائل الجسم الأخرى في مثل هذا الوقت (مثلاً : العدد الفيروسي عالي جداً)، وبالتالي الشخص يكون معدي جداً. ولكن فحص ال HIV يكون سلبى لأن الشخص لم يبدأ بتكوين الأجسام المضادة التي يفحصها وقيمها الفحص.

### 3. مرحلة تحول الدم من HIV سالب الى HIV موجب.

الأطار الزمني : يبدأ من نهاية الفترة الزمنية ، يبقى حتى أسبوع أو أسبوعان.

في هذه المرحلة، يبدأ الجسم بتكوين الأجسام المضادة ضد فيروس ال HIV. الأجسام المضادة عبارة عن بروتينات التي تنتج بواسطة جهاز المناعة لتستعمل كأسلحة لمحاربة الفيروس. انها تلك الأجسام المضادة التي يتم فحصها في معظم فحوص ال HIV. من البداية مع تقدم مرحلة تحول الدم من HIV سالب الى HIV موجب، سيكون لدى الشخص فحص ال HIV إيجابي. في هذا الوقت ، يمكن ان يكون لدى الشخص شبه رشح مع حرارة، صداع، ألم في الحلق، تعب ، إرهاق، تضخم الغدد، ألم في المفاصل وطفح جلدي. هذه الفترة الوجيزة من المرض غالباً تمر بدون ان تلاحظ. بعد الشفاء ، مرة اخرى يكون الشخص قد شفي بشكل كامل . 25% من الناس لا يمرون بتجربة المرض في مرحلة تحول حالة الدم من HIV سالب الى HIV موجب.

### 4. مرحلة بدون أعراض (الفترة المخفية)

الإطار الزمني: متغير، أقل من سنة لغاية 15 سنة أو أكثر.

يبقى معظم الناس أصحاء لحوالي 3 سنوات، ولكن عدد السنوات الحقيقة يكون متغير ومختلف من شخص الى آخر. يبدأ حوالي 5-10% من الناس بتجربة مشاكل الصحة بعد 1-2 سنتين. بالإضافة 5-10% ليس لديهم أعراض لغاية 15 سنة. هذا الإطار الزمني يعتمد كثيراً على الظروف- الإجتماعية-الاقتصادية للشخص. يمكن ان يعيشوا فترة أطول، اذا كان لديهم النقود الكافية كي يشترو طعام جيد، العيش في ظروف صحية ولديهم الوسائل للحصول على الأدوية. (في الأطفال الرضع والأطفال الذين يحملون فيروس ال HIV ، غالباً يحدث المرض مبكراً جداً لأن لديهم جهاز مناعة غير ناضج). خلال فترة بدون أعراض، الشخص يشعر ويبدو عليه الصحة. ولكن ، مع أنه لا يوجد علامات ملحوظة للمرض، يستمر

الفيرس في التضاعف بفعالية و تدريجيا يضعف جهاز المناعة خلال فترة بدون أعراض ، ايضا بإمكان الشخص ان ينقل الفيروس الى الآخرين.

## 5. أمراض متعلقة \_ HIV / الإيدز

الإطار الزمني – من شهر الى سنوات على معدل 4 أو 5 سنوات. علامات الأعراض للمرض تبدأ بالظهور، في البداية خفيفة، ولكن تدريجيا تصبح مستمرة اكثر، بالغة اكثر وتستمر لفترة طويلة.

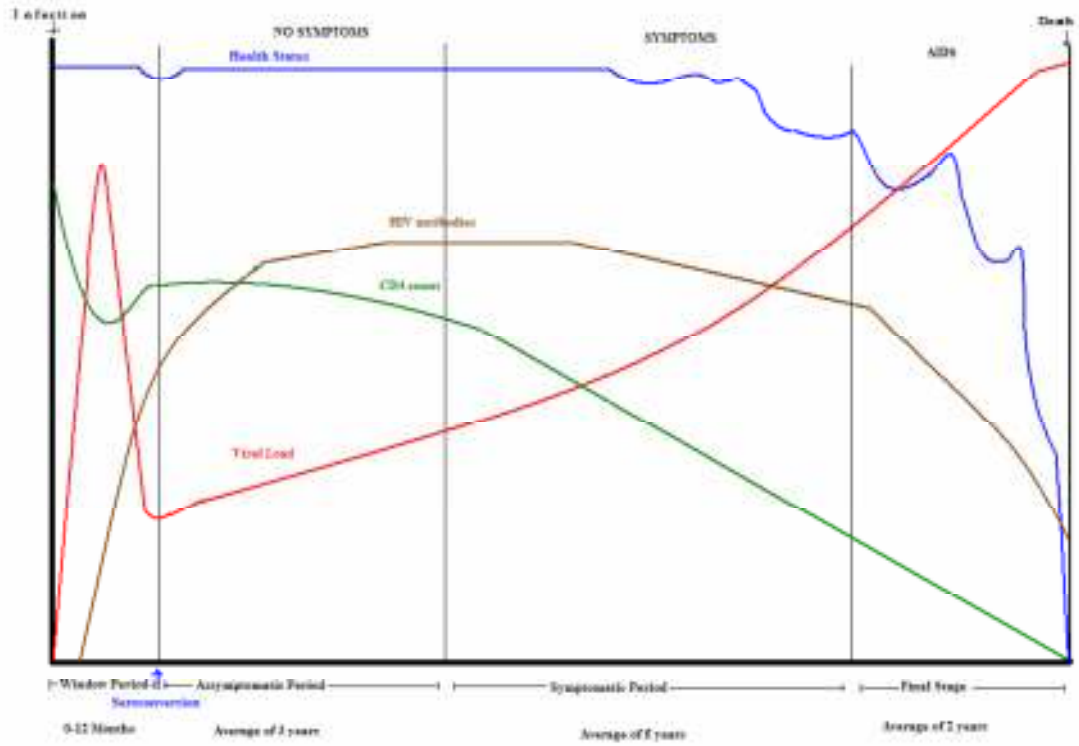
## 6. مرحلة الإيدز

الإطار الزمني : عادة اقل من سنتين ، إلا اذا تواجد العلاج، في الدول النامية، يموت معظم الناس خلال سنة واحدة قبل الوصول لهذه المرحلة. في اماكن حيث يستخدم الإنتروفيرون، يمكن ان يعيش الشخص لعدة سنوات. هذه هي المرحلة النهائية لعدوى HIV. في هذه المرحلة يكون جهاز المناعة قد أصبح ضعيف جدا ويصبح الشخص هش جدا ومعرض للعدوى من امراض اخرى وسرطانات . مرة اخرى خلال هذه المرحلة مستويات الفيروس في الدم عالية جداً والشخص يكون يعدي كثيراً للآخرين، يمكن ان يكون فحص ال HIV سلبي، بما ان جهاز المناعة يمكن ان يكون ضعيف جداً بحيث انه غير قادر حتى على انتاج الأجسام المضادة. عندما يتطور عند المريض عدوى غير معالجة أو سرطانات يموت .

## خلاصة

بدون علاج، يتطور عادة مرض الإيدز عند الناس حوالي من 7-8 سنوات بعد ان يكونوا أصيبوا بعدوى ال HIV. (هذه هي الحال في معظم الدول النامية) انه ليس من المستحيل ان نتنبأ بدقة مراحل المرض في أي شخص. الفترات الزمنية للمراحل المختلفة سوف تختلف من شخص لآخر . بعض الأشخاص تسير متقدمة بقسوة، في نفس الوقت بعض الأشخاص الآخرين لديهم فترات زمنية للمرض تكون متساوية مع فترات زمنية من الصحة الجيدة. لا تزال العوامل التي تحدد الفترات الزمنية للمرض في عدة أشخاص غير مفهومة كلياً، ولكن التغذية ، الضغط العاطفي والحصول على الرعاية الصحية جميعها يمكن ان تلعب دوراً مهماً. يمكن لشخص يحمل فيروس ال HIV ان ينقل الفيروس للآخرين خلال جميع المراحل . معظم الأشخاص الحاملين لفيروس ال HIV غير واعيين انهم مصابين بالعدوى وبالتالي يمكنهم نقل الفيروس الى أشخاص آخرين بدون ان يدركوا ذلك. من المهم جداً ان ندرك بأنه من غير الممكن ان نعرف اذا كان الشخص مصاب أو غير مصاب بال HIV مجرد النظر عليه/ عليها. يمكن ان يكون شخص ما لديه HIV ويبدو بصحة كاملة لعدة سنوات. من ناحية اخرى، الشخص الذي يخسر الكثير من وزنه ويسعل يمكن ان يكون لديه سل TB وليس HIV . يشبه ال HIV القوارض التي تغزو البيت. يبدو على البيت من الخارج

في حالة جيدة ولكن القوارض داخل البيت تآكل كل شيء من الخشب بحيث لا يمكن رؤيتهم . في النهاية، البيت يبدأ بالسقوط والتهوي.



## HIV TIMELINE CHART

رسم بياني يبين خطوط الزمن لمرض ال HIV

## تشخيص الإيدز

تشخيص بأن الشخص مصاب بعدوى الـ HIV أو لا ليس صعباً- القيام بالفحص بشكل سريع باستعمال فحص الـ HIV. ولكن ولكن القيام بعمل التشخيص للإيدز (منظمة الصحة العالمية في المرحلة الرابعة من عدوى الـ HIV )معقد أكثر. يتطلب لتشخيص الإيدز فحص إيجابي لـ HIV، عدد الـ CD تحت 200 وعلى الأقل وجود واحدة من مراحل معايير المرض الأربعة. ولكن، في أماكن كثيرة لا يوجد إمكانيات لقياس عدد الـ CD والعديد من التلوثات الفطرية والعدوى التخصصية تتطلب فحوصات مخبرية متخصصة للتشخيص. بالنسبة للأماكن التي لا يتواجد فيها فحوصات مخبرية أنشأت منظمة الصحة العالمية خطوط إرشادية سريرية للتشخيص للإيدز.

## خطوط إرشادية منظمة الصحة العالمية للتشخيص السريري للإيدز عند

### البالغين

لعمل تشخيص للإيدز ، يجب ان تكون موجودة على الأقل اثنتين من الأعراض الرئيسية و واحدة فرعية، في غياب أي تفسير آخر واضح للإعراض:

أعراض رئيسية: نقص في الوزن أكثر من 10% من وزن الجسم

إسهال لمدة أكثر من شهر

حرارة لمدة أكثر من شهر

أعراض فرعية:

سعال مستمر لمدة أكثر من شهر واحد

طفح جلدي كلي مع حكة

حزام ناري

حساسية في الفم والحلق

تقرحات برد منتشرة شديدة ومزمنة

تضخم كلي للغدد اللمفاوية

فقدان الذاكرة

فقدان القدرة العقلية

لماذا يفقد الناس المصابين بال HIV الوزن ؟

هناك العديد من الأسباب للنقص الشديد في الوزن المرتبطة بعدوى الـ HIV : فقدان الشهية، اضطرابات ومشاكل هضمية، والتي تمنع الناس من الأكل وامتصاص ما يحتاجونه من طعامهم .

إسهال والتي تسبب جفاف وقلة امتصاص للطعام.

ارتفاع نسبة الأيض بسبب العدوى بال HIV

زيادة احتياجات الطاقة بسبب ارتفاع الحرارة من الأمراض مثل الملاريا والسل. فقر الدم بسبب عدم تناول الحديد بشكل كاف أو أمراض مثل الملاريا والديدان. والتي تسبب ضعف في القوة وتقلل الشهية والقدرة على الطبخ، العمل، شراء الطعام...الخ.

التهابات في الفم أو الحلق ، تجعل من الصعوبة المضغ وبلع الطعام.

أسباب اجتماعية – اقتصادية: لا يوجد نفود للطعام، ضعيف جدا للعمل أو لتحضير الطعام...الخ.

## كيف ينتقل ال HIV

يوجد ال HIV في جميع جسم الأشخاص المصابين . ولكن ، فقط عندما يكون ال HIV موجود بكميات ذات تركيز عالي في سوائل الجسم عندها يستطيع ان ينتقل الى اشخاص اخرين . تم التوثيق بان سوائل الجسم التي من خلالها ينتقل ال HIV هي الدم،حيوان منوي،افرازات المهبل وحليب الصدر فقط. هذه سوائل الجسم التي يكون تركيز ال HIV فيها فقط بكميات عالية حتى تعدى الآخرين. لا ينتقل ال HIV خلال الدموع، العرق، اللعاب، الإستفراغ، براز او بول.مع ان هذه المواد يمكن ان تحتوي ال HIV، لكنها لا تحتوي على الفيروس بكميات عالية تكفي بان تسبب العدوى. حتى تاريخ اليوم، لا يوجد توثيق بان ال HIV ينتقل خلال هذه المواد. فقط يمكن ان ينتقل ال HIV الى شخص اخر اذا دخلت السوائل داخل جسم الشخص الآخر . الفيروس يحتاج الى طريق دخول محددة.

هذا ممكن خلال حدوث خلل في الجلد،الغشاء المخاطي أو المشيمة على شكل جروح، تقرحات أو التهابات. ال HIV فيروس ضعيف وهذا ايضا يؤثر على الإنتقال: يعيش ال HIV خارج الجسم فقط لمدة قصيرة جدا ويجب ان يكون قادرا على ان يدخل الى ضيف جديد بسرعة. مثال :لا يمكن ان يعيش ال HIV على مقعد حمام او في دم ناشف.

يمكن ان يدخل ال HIV داخل جسم الإنسان من خلال ثلاث طرق فقط:

الجنس 70%

الدم 20% ( انتقال الدم / الإبر: 5-10% ، مدمني المخدرات بالحقن 10%)

من الأم الى الطفل 10%

### 1) الطريق الجنسي:

(a) ممارسة جنسية غير محمية: مهبلي ، شرجي أو فموي.

قطرات صغيرة على الجلد او الغشاء المخاطي على الأعضاء التناسلية، او الفم او الشرج،والتي يمكن ان تحدث خلال الجنس، تسمح للفيروس بالدخول . حتى يكون اسهل على الفيروس للدخول اذا كان هناك تفرح مفتوح في أي من هذه المناطق.

الشريك يكون على خطورة عالية في الجنس المهبلي، شرجي والفمي. مع جنس مهبلي- قضيب،الشريك الأنثى تكون على خطورة عالية بسبب كبر مساحة السطح المعرضة في الأعضاء التناسلية عند المرأة اكثر من الأعضاء الذكورية، التركيز العالي لل HIV في السوائل المنوية اكثر من السوائل المهبلية،وتبادل كمية السائل المنوي اكبر من السائل المهبلي خلال الممارسة الجنسية. مع الجنس الشرجي يكون الشريك القابل للعدوى تحديدا في خطورة بسبب ضعف وهشاشة الغشاء المخاطي للشرج.

(b) حتى الإتصال الجنسي الغير كامل بدون الدخول يحمل خطورة العدوى اذا كان هناك تعرض للدم، تقرحات مفتوحة ، سائل منوي أو سوائل مهبلية مثل : امرأة لديها تفرح على أعضائها التناسلية الخارجية: بعض السائل المنوي يدخل من خلال هذا التفرح.



## (2) مسار الدم:

- (a) نقل الدم ( أخذ دم مصاب أو دم ملوث) أو زراعة عضو مصاب
- (b) الإبر ( إبر ملوثة، تحضير رعاية صحية أو حقن مدمني المخدرات)
- (c) جرح الأدوات ( أدوات ملوثة للجراحة أو أدوات ثقب الأذن –الجلد،مثل شفرات، إبر، إبر الوشم، أدوات الطهور (ختم الذكور) . أسأل المشاركين على امثلة لأدوات تستعمل في الممارسات الثقافية).
- (d) الأتصال مع جلد مفتوح ( معرض للدم من خلال جروح أو تقرحات، مثل حضور ولادة تقليدية مع تقرح على اليد، دون ارتداء قفازات).
- (e) جرح إبرة
- (f) لطة غشاء مخاطي
- (g) مشاركة أدوات مثل شفرات حلاقة و فراشي الأسنان.

## (3) مسار الأم- الي- الطفل

خلال الحمل ، الولادة أو الرضاعة. يلد حوالي طفل واحد من كل ثلاثة اطفال يكون مصاب بالعدوى بال HIV من أم لديها ال HIV إيجابي.

## كيف لا ينتقل ال HIV

كثير من الخرافات موجودة حول كيف ال HIV ينتقل . لا ينتقل ال HIV من خلال :

السعال، العطس، التبرع بالدم، مشاركة بالملايس،الملامسة،مشاركة بالأكل، أو الصحن، ماء، التقبيل، المصافحة باليد، مقاعد الحمام،عض الحشرات،التلفونات، العيش أو العمل مع شخص لديه ال HIV

## العدوى المنتقلة جنسيا STI

عند وجود قرحة في عضو تناسلي، يكون هناك جرح في الجلد أو الغشاء المخاطي والذي يقدم منطقة سهلة للدخول أو خروج الفيروس.بالتالي ، بالنسبة الي تقرحات العدوى المنتقلة جنسيا الخطورة في انتقال ال خاصة عالية.عندما تكون عدوى المنتقلة جنسيا ( تقرحات أو بدون تقرحات) موجودة في الشريك الذي لديه ال HIV، عدد الفيروسات في إفرازات العضو التناسلي تزيد بشكل عالي.عندما تكون العدوى المنتقلة جنسيا موجودة في الشريك الذي ليس لديه عدوى ال HIV ، تزيد عدوى المنتقلة جنسي العدد في الخلايا المستهدفة ( تتضمن خلايا CD4 ) في ال HIV في مسار الأعضاء التناسلية، وبالتالي تزيد القابلية. في المضمون عندما يستعمل الواقي بشكل قليل ، علاج عدوى المنتقلة جنسيا يمكن ان يعطي تأثير كبير على انتقال ال HIV .

## هناك مفتاحين لأهداف تدخل في تعريف ال HIV / الإيدز

وقاية من التهابات جديدة

رعاية الأشخاص الذين يعيشون مع اشخاص مصابين بالإيدز

لتعرّف على وقاية ال HIV ، يجب ان نأخذ بالإعتبار طرق الأنتقال الثلاث : الجنسية، الدم والأم – الى – الطفل.

ادارة العدوى المنتقلة جنسيا ( STI ). استشارات و فحوصات إرادية.

توفير وترويج الواقي الذكري

رعاية الى الأشخاص الذين يعيشون مع اشخاص مصابين بالإيدز هي ايضا عامل مهم في الوقاية من ال HIV و سوف تعرّف بالتفصيل لاحقا في هذه الورشة.

## إستشارات وفحوصات إرادية

### الميزة:

-اذا كانت سلبية:

راحة البال

احتمال زيادة الوعي للضعف والهشاشة لديهم

احتمال الدافعية لتجنب السلوك الخطر

احتمال زيادة الحساسية اتجاه الناس المصابين بالHIV

- اذا كانت إيجابية:

يمكن الحصول على رعاية صحية لائقة لتحسين وتطوير نوعية الحياة

يمكن ان يخطو خطوات ليعيش بشكل ايجابي مع الفيروس مثل التغذية ، السيطرة على العصبية

يمكن ان يحصل على خدمات الدعم ( مجموعات الدعم، مساعدة مالية)

يمكن تجنب مصاريف الفحوصات الغير ضرورية والعلاجات الغير فعالة لأمراض لا يمكن تفسيرها

يمكن اخذ الإحتياطات لحماية الشريك ( شركاء) والأطفال الذين لم يولدوا بعد

يمكن اخذ قرارات معلومة حول الحمل وطرق اطعام الطفل المولود حديثا

يمكن الحفاظ على جزء من التحكم والكرامة

يمكن عمل خطط للمستقبل

اذا جاء اعداد كبيرة من الناس لإجراء الفحص، يمكن ان يزيد الوعي في المجتمع وفكرة الفحص يمكن ان تصبح شيء عادي، وبالتالي المساعدة في تقليل وصمة العار

## - النواحي السلبية

### - اذا كان إيجابي

عدم القدرة على التأقلم من ناحية نفسية : الإكتئاب، الغضب، انهيار عاطفي والأحاسيس، الإنتحار  
وصمة العار: الأذلال، الرفض.

الضغط من العائلة

الرفض من عائلة المجتمع ( خصوصاً مهمة للمرأة التي تلام بالخطورة و الهجرة)

التمييز : فرص عمل أو دراسة/ مساعدة مالية/ تأمين / الهجرة

## الواقي الذكري

التأكد من انتهاء الصلاحية وصلاحية المنتج

يمكن ان يتلف الواقي الذكري بواسطة الحرارة ، اظافر الأصابع،مرطبات زيتية ذات قاعدة زيتية ، مثل زيت الطبخ، كريم فازلين ومرطب الجسم.

بالنسبة للمرطب، ذات قاعدة مائية مثل بياض البيض، جليسيرين، KY جلي أو اللعاب.يجب استعمال المرطب على الخارج فقط.

يستطيع الواقي الذكري ان يمنع التالي: الحمل الغير مرغوب، العديد من العدوى المنتقلة جنسيا , عدم القدرة على الإنجاب بسبب العدوى المنتقلة جنسيا .

خرافة: غير صحية للرجل ، يمكن ان يضيع الواقي الذكري داخل جسم المرأة...الخ

يجب ان لا تستعمل الواقيات الذكرية والأنثوية معا، لأنه يمكن ان تكون النتيجة ضعف و تمزق في اللاتكس و البلاستيك.

ايضا استعمال واقيات ذكرية اثنتان أو اكثر يمكن ان تضعف اللاتكس .

نستطيع ان نلخص مكونات الرعاية المطلوبة من الأشخاص الذين يعيشون مع مصابين بالإيدز كالتالي:

العيش بأسلوب صحي ، يتضمن طعام جيد. دعم عاطفي

دعم عملي

رعاية طبية

مكونات الرعاية هذه مهمة ليس فقط الى الأشخاص الذين يعيشون مع مصابين بالإيدز ، ولكن لجميع الناس المصابين بأمراض مزمنة أو إعاقات.ولهذا يجب ان تكون التدخلات مركزة على الرعاية الكاملة للجسم والروح لجميع تلك المجموعات. هذا يقلل من احتمالية وصمة العار وإيضا تؤمن الرعاية لجميع من يحتاج.

### النتيجة النهائية

كما ذكر انفا، تعني هذه الورشة بأن تكون ملخص من ورشة مدتها 5 أيام والتي تم استشارتها من خلال التدريب والتعاون مع "الحماية مع المستقبل" ايضا، كان لدي فرصة لأناقش مع المشاركين حول دورهم خاصة تحت عنوان " تعريف ال HIV / الإيدز" حيث حدد المشاركين مناطق الضعف والقوة آخذين بالإعتبار عدوى ال HIV في مجتمعهم . سوف اوحاول ان اجمع ملاحظاتهم في ورشة عمل مفصلة بحيث تخص ورشة مشاركين للتنشيط مطلوبة بحيث يجب ان تعطي بعد 6 أشهر ، بالإعتماد على وجود المدربين والدعم الحالي. اي شخص مرحب للتعليق على محتوى هذه الوثيقة.

