



## ما تحتاج إلى معرفته

### عن فيروس نقص المناعة البشرية

اليوم هناك المزيد من الطرق لإجراء اختبار فيروس نقص المناعة البشرية أكثر من أي وقت مضى

سواءً أكان إجراء الاختبار الذاتي في مكان خاص بك أو العثور على موقع اختبار، يمكننا مساعدتك في العثور على الطريقة الأفضل بالنسبة لك.

وتذكر أن رعاية فيروس نقص المناعة البشرية يمكن أن تبقى بصحة جيدة لسنواتٍ عديدة. يمكن أن يقلل العلاج أيضاً من فرصة انتشار المرض للآخرين. لذا، احرص على إجراء الفحوص.

يُشار إلى فيروس نقص المناعة البشرية بالاختصار HIV. المرض يضعف جهاز المناعة للشخص عن طريق تدمير الخلايا المهمة التي تحارب المرض والعدوى. وهذا يمكن أن يؤدي إلى الإصابة بالإيدز والأمراض الشديدة والوفاة.

لكن هناك أخبار سارة. عبر الرعاية الطبية المناسبة، يمكن السيطرة على فيروس نقص المناعة البشرية ولا يزال بإمكان الأشخاص المصابين به العيش حياة طويلة وصحية.

#### كيف ينتشر فيروس نقص المناعة البشرية - وكيفية إيقافه

يمكن أن ينتقل المرض عن طريق:

- الاتصال الجنسي
  - مشاركة الإبر أو المحاقن
  - من الأم إلى الطفل أثناء الحمل أو الولادة أو الرضاعة الطبيعية
- إليك بعض النصائح والأدوات التي يمكن أن تساعدك على حماية نفسك ووقف انتشار فيروس نقص المناعة البشرية:

- استخدام الواقي الذكري بشكل صحيح في كل مرة تمارس فيها الجنس.
- لا تتعاطى المخدرات عن طريق الحقن أو إذا كنت تفعل ذلك، لا تشارك الإبر والمحاقن أو غيرها من المعدات.
- الوقاية قبل التعرض (PrEP) هو دواء يُؤخذ للوقاية من فيروس نقص المناعة البشرية. إذا كنت معرضاً لخطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية، فاسأل مقدم الرعاية الأولية المتابع لك عما إذا كان استعمال الأدوية لمنع الإصابة بالمرض مناسباً لك.
- إذا كنت تعتقد أنك كنت مخالطاً لشخص مصاب بفيروس نقص المناعة البشرية في الأيام الثلاثة الماضية، فتحدث إلى مقدم الرعاية الأولية المتابع لك حول الوقاية بعد التعرض (PEP). وهو دواء يُؤخذ للوقاية من فيروس نقص المناعة البشرية في حالات الطوارئ.
- تحدث إلى مقدم الرعاية الصحية الأولية المتابع لك حول المزيد من الأشياء التي يمكنك القيام بها لحماية نفسك.

# ما تحتاج إلى معرفته عن فيروس نقص المناعة البشرية

## موعد الخضوع للاختبار

يجب أن يخضع كل شخص يبلغ من العمر 13 - 64 عاماً لاختبار فيروس نقص المناعة البشرية مرة واحدة على الأقل. إذا كنتِ حاملاً أو تخططين للحمل، فمن المهم إجراء الاختبار في أقرب وقت ممكن لحماية نفسك وطفلك. قد ترغب في إجراء الاختبار مرة واحدة على الأقل سنوياً في حالة:

- ممارسة الجنس مع شريكة/شريك مصاب بفيروس نقص المناعة البشرية، أو مع أي سيدة/شخص تاريخه الجنسي غير معروف
  - كان لديك أكثر من شريكة/شريك واحد منذ آخر اختبار لفيروس نقص المناعة البشرية
  - مشاركة الإبر والمحاقن أو غيرها من المعدات لحقن العقاقير
  - التبادل الجنسي مقابل المخدرات أو المال
  - الإصابة بأحد الأمراض المنقولة جنسياً الأخرى، والتهاب الكبد أو السل
- بمجرد أن تعرف نتائج الاختبار — سلبية أو إيجابية — يمكنك أنت ومقدم الرعاية الصحية الأولية المتابع لك وضع خطة للمساعدة في الحفاظ على صحتك في المستقبل.



## يمكننا تقديم المساعدة

اختبار فيروس نقص المناعة البشرية سريع وغير مؤلم وسري ومتاح لك مجاناً.

إذا كانت لديك أسئلة أو تحتاج إلى المساعدة في حجز موعد، فرجاءً التواصل مع خدمات الأعضاء على الرقم المجاني **1-866-270-5785**، الهاتف النصي **711**، من الساعة 7 صباحاً حتى الساعة 7 مساءً، من يوم الإثنين إلى الجمعة

[uhccp.com/CA](http://uhccp.com/CA)