

RÊZEYA TENDIRUSTIYÊ YA

03

KOLÎMEYÊ

# BI 10 PÎRS Û BERSIVAN HIV

\* Kolî: Di jargona LGBTI+ Koli: Li Tirkîyeyê  
LGBTI+yê de wateya wê têkiliya zayendî ye.

the 1990s, the incidence of dengue fever has increased in many tropical and subtropical regions, including Hong Kong [1].

There are four species of dengue virus (DENV), *DENV-1*, *DENV-2*, *DENV-3* and *DENV-4*, which are transmitted by the mosquito *Aedes albopictus* [2]. The clinical manifestations of dengue fever are non-specific and include fever, headache, myalgia, arthralgia, skin rash and haemorrhagic manifestations [3].

There is a high degree of genetic diversity among DENV strains, and the genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

There is a high degree of genetic diversity among DENV strains, and the genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].

The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4]. The genetic diversity of DENV strains in Hong Kong has been reported to be similar to that in other regions of the world [4].



## HIV û AIDS heman tişt in?

Na. heman tişt nîn in. HIV; Vîrusek e, lê AIDS sendrom e. HIV; kurtkirina derbirîna "Vîrusa Qîmnekirina Bexşangî ya Mirovan" e lê AIDS kurtkirina derbirîna "Sendroma Qîmnekirina Bexşangî ya Wergirtî" yê ye.

Enfeksiyona HIVê; pirsgirkeke tendurîstiyê ye û nojdarîkirina wê heye. Lê AIDS; gava ku enfeksiyona HIVê demeke dirêj nojdarî nebe, diçe qonaxeke pêşveçûyî yê klînîkê. AIDS bi serê xwe ne nexweşiyêk e. Di çarçoveya AIDSê da pergala bexşangiyê hildiweşe; beden penceşêran ra û enfeksiyonên bikeys ra bêparêz dimîne. HIV, gava bi nojdarîkirinekê guncav û binîzam bikeve bin kontrolê, pêşveçûyîna wê ya qonaxa AIDSê dikare bê sekinandin.



## HIV çawa belav dibe?

Bi hin şilavîyên bedenên, ji kesê/kesa bi HIVê ra enfekte ra bi rêya temaskirinê tê girtin. Pênc rîskên jêgirtinê ên şilavîyên bedenên hene: Xwîn, şîrê dayikan, avik, şilavîya vajînayê, şilavîya pindê. Çi dibe bila bibe gava ku amûrên nava demaran ên hevpar bê bikaranîn enfeksiyon belav dibe. Bêyî kondom her bi awayê seksê da rîska enfektebûnê heye û îhtîmalekê biçûk be jî,

di sexa oral da jî bêyî kondoma devan da jî rîska enfektebûnê heye. Jê pê ve, hebûna birînên vekirî û xwînên nav dev û goştên diranan jî rîska enfektebûyînê zêdetir dike. Ku nojdarîkirinên guncan nehatibin plankirin, ji dê ya bi HIVê ra enfekte derbasî pitika wê dibe. Di neqlên xwîn, organ, vehûnê da jî HIV belav dibe, lê beriya bexşê ji ber ku xwîn û berên xwînê tîn kontrolkirin îhtîmala enfeksîyonê kêm e.



### HIV çawa belav nabe?

HIV; şilavîyên bedenê yên fena îdrar, xwêdan û bi tifê belav nabe. HIV; ji amûr û ji qadên hevpar ên mîna hewz, hemam, serşok, cirna serşokê, devika klozetê, destika derî, destmal, cil, qedeh, çetal û ji kêran belav nabe. HIV; bi kesê/kesa bi HIVê ra enfekte ra; bi temasa civakî, bi destgirtinê, bi maçîkirinê, bi hembêzkirinê ra belav nabe. Û HIV; bi devkirina ajalên fena mêş û kêzikan jî belav nabe.



### Nîşaneyên enfeksîyona hivê çi ye?

Gava ku vîrus têkeve bedenê, di navbera 2-4 hefteyan da, di şexsê da dibe ku nexweşîyekê fena grîpê derkeve holê. Ji ber ku nîşaneyên

mîna bêhalî, cankelandin, pozhatin, bezên lenfê da werimandin, weşandina çerm, bêîştahî, dilxelandin, vereşîn, îshalbûn, êşa; serî, qirik û monikê bi grîbê ra tê tevlêhevkerin, pir caran enfeksiyona HIVê nayê fikirîn. Lê kes di vê serdemê da dibejin "me ev qas grîpek e xedar derbas nekiriye." Nîşane di çend heftan da wenda dibin. Lê ev serdem bilindtirîn rîska belavbûyîne ya barê vîrusê ye. Ku di vê serdema zû ya akûtê da nojdarî neyê destpêkirin, di navbera 8-10 salan da bi temamî serdemêke bênişane tê jiyîn. AIDS, qonaxa serdema dawî ya vê pêvajoyê ye. Di vê qonaxê da ji ber ku şanikên CD4 ji hêla HIVê ve tên wendakirin û ji ber ku pergala bexşangî hilweşîyaye, dibe ku jana zirav(tuberkuloz), zatûre(pnomoni), enfeksiyonên mantaran û penceşêrên çermê yê kifş derkevin holê. Di qonaxa AIDSê da bêhalî, dewxçûyîn, bêhtengî, di dev û qirikê da spîbûn, di bêzên lenfê da werimandin, weşandina çerm û kîlodayîn zêdetir ber bi çav e.



## Ez çawa dikarim fam bikim ku bi mîna ra hiv heye ango nîn e?

Rêya wê ya tenê testkirin e. Ji yekan zêdetir şêweyên testê hene. Di qonaxa sereke da dibe ku nîşane neyên dîtîn ango li ber çav nekevin. Di qonaxên piştê da di be ku enfeksiyon bênişane

bidome. Ji ber vê yekê heke şik û gumanek hebe teqez divê mirov xwe nîşanê bijîşk bide. Pîştî gilîguhdarîkirin û muayeneya fizîkî testek e belavbûyî tê çêkirin. Di testa ewil da ku encam pozîtîf be, ji bo zelalkirina rastî ango nerastîya encama pozîtîfbûnê testeke din tê çêkirin. Ji vê testê ra kodek tê dayîn û ji labaratûara tendurîst a gelê ra tê şandin. Ku encama duyem jî pozîtîf be dê di vegira sîgorteya tendurîstî ya giştî da xizmeta nojdarîyê dest pê bike. Di kesekî/kê da gelemperî di heman demê da ji yekan zêdetir enfeksiyon tê dîtin. Ji ber ku xesara ku nexweşîyek daye bedenê ji enfeksiyonên dinê ra rê vedike û jêgirtin hesantir pêk tê. Ji ber vê sedemê, ku hûn enfekteyê HIVê bin, rewşa xwe ya mîna enfeksiyonên hepatî B, Sîfîlîz, gonore, klamîdya bidin li ber çav û lê bikolin wê ji we re kêrhatî be. Ev tewir test, di vegira mehremîyeta nexweşê da, beyî dayîna nasnameyê bi awayekî kesê/a nenas dikare bê çêkirin.



## Divê ez testa hivê kîngê bîdîm çêkirin?

Ji dema têtetina HIVê ya xwînê û vîrusê di xwînê da tespîtkirinê ra "pace" tê gotin. Ji bo ku ji testê encameke rast derkeve, divê ev serdema paceyê bê derbaskirin. Ji ber derbaskirina vê serdemê, berê bi mehan dihatin sekinandin. Van deman, bi

saya testên teknolojîk sekinandina piştî temasa bêparêz heta 14 rojan ketîye. Piştî temasa birîsk ra 14 roj derbas bibe, hûn dikarin test bidin çêkirin. Lê, ji ber ku testa ku di vê serdemê da hatîye xwestin ji testên rutîn tê bikaranîn nîn e, teqez bi bijîşkê xwe bişêwirin.



## Xwe ji hivê parastin pêkan e?

Erê. Xwe ji HIVê parastin pêkan e. Ji bo parastina HIVê tamanekî pêşketî tune ye; lê berîya temasê bi dermanên (PrEP) û piştî temasê bi dermanên (PEP) xwe parastin pêkan e. Berîya û piştî temasên bêparastin, ji bo dermanên ku bikaranîna wê tê xwestin teqez bi bijîşkê xwe ra bikevin têkilîyê. Esasa herdu şêweyan jî herî kêr mehek, binîzam, bikaranîna dermanên antîretrovîral (A ku nojdarîkirina ART-HIVê da tê bikaranîn) ên bi kombîneyê ye. Ev herdu şêwe jî parastinên rûtîn nîn in; şêweyên ji bo rewşên bîlez in. Ji bilî parastina bi dermanan, şêweyên din ên parastinê jî hene. Mîna di tu mercê da neparvekirina derzîyan ango mîna di her sexê (Bi şemitokên biav ra) da bikaranîna kondoman. Her temasa bêparastin rîskeke pir giran e. Bi bikaranîna kondomê ya rast û binîzam, ji bilî HIVê, li hemberê enfeksîyonên ku ji şilavîyên bedenê da belav dibin mîna; hepatît B, gonore, klamîdya, ureoplazma, trîkomonas

û li hemberê birînên genîtal, ûrkolî, sîfîlîz yê ku dibin sedema balûkan, HPV, herpes (HVS) êyê parastin bi dest dikeve. Ji bo sexa bidev ra mirov dikare kondoma dev bi kar bîne. Ku lîstokên sexê bîn parvekirin mirov dikare wan bi kondomê ra bipêçe.

Nîşe: Parastina şeweyên mîna piştî sexê; şûştina genîtalên derve, îdrarkirin ango serşûştinê nehatîye tespîtkirin. Nizilineke neasayî, bi taybetî ji organên mîna vajîna, penîs ango cihê navranê da birîn ango dîtina weşandina çermê dibe ku nîşaneyek be. Di van rewşan da bi awayekî bilez serîlêxistana saziyeke tendurîst û ku pedivî hebe testçêkirin girîng e.



## Nojdarîkirina hivê heye?

Erê. nojdarîkirina enfeksiyona HIVê, wekî nexweşiyên kronîk ên din heye. Niha tevahî başbûn nepêkan be jî ,bi nojdarîkirinekê guncan û binîzam enfeksiyon heta mirinê dikarê bê binkontrolkirin. Gava kesên bi HIVê ra enfekte binîzam nojdarî dibin, dikarin jiyana xwe bi tendurîst bidomînin. Di nojdarîkirinê da dermanên antîretovîral ên bandorên pê re kêr, lê li berevajî vê encameke baştir didin tîn bikaranîn. Van nojdarîkirinan bi gelemperî ev dermanên ku rojê carek binîzam û heta mirinê



tên xwarin konfora jiyane danaxin. Ku rewşeke enfeksiyonê hebe, wê bijîşkê we sepana nojdarîkirinê, li gor bandorên dermanên din û li gor bersiva nojdarîkirinê plan bike.



### B=B çî ye?

Nojdarîkirina HIVê; nojdarîkirineke heta mirinê ye. Armanca nojdarîkirinê çewisandina vîrusê ye ku barê vîralê kêmbike û qasê ku xwîna da neyê xuyakirin daxê. Gava ku barê vîralê heta dakeve qonaxa qasê neyê xuyakirin û gava ku herî kêmbi di şeş mehan da heta qonaxa neyê dîtin bê çewisandin, wê demê tê famkirin ku êdî ne tegerîner e. Bi awayekî zanist hatîye ispatkirin ku, kesên di vê rewşê da bi sexêke bêparêz da jî vîrusê nikarin belav nîkin. Ê bi awayekî Yê nediyar (Belîrlenemeyen-Undetectable)= Ê netegerîn (Bulaştirmayan-Unstransmittable) tê derbirînkirin.



### Ku bi tîkîdarîyê hivê “dî hişê min de pîrs” hebin, ez dikarim çî bikim?

Ev pirtûkçe, ji aliyê Rêzenivîsa Tendurîstî ya Kolîmeyê ve ji bo balkişandina HIVê û ji bo di derheqê HIVê da, bersivên pîrsên bîngêhîn

ên ku tên hişên mirovan hatîye amadekirin. Em ji bo zanînen hûrgilî zêdetir, şopandina weşanên zanist pêşnîyaz dikin. Ku hûn bikevin şik û gumanê, em serîlêxistina bijîşkê pêşnîyaz dikin. Piştî, ku pedivî hebe hûn dikarin serî li bijîşkê pispor ê nexweşiyên enfeksiyonê (întanîye) bixin. Ji bo teşhîseke qetî, teqez test bidin çêkirin. Bajarê ku hûn lê ne, serî li sazîyên tendurîst ên xizmetên testên anonîm û şewirmendîyê yên bi CYBEyê re têkildar bixin.

Ev pirtûkçe, xebata desteya Komeleya LGBTîyê ye. Naveroka vê pirtûkçeyê, ji hêla Endamê Hindekarîyê yê Tendurîstîya Gel Dr. Yeşîm Yasîn û Derûnnas Selçûk Çelîk ve hatîye amadekirin.

Tebax 2020





Şehit Muhtar Mah. Mis Sk.  
Nora Apt. No:22, D:4, Beyoğlu,  
İstanbul, Türkiye



+90 212 293 50 85



hevilgbt@gmail.com

**Bizi takip edin!**



@HeviLgbt



HeviLgbtDerneği



@HeviLgbt



www.hevilgbti.org



“Ev pirtûkçe, bi navbeynkarîya Balyozxaneya Fransayê ya Wezareta Karê Derve ya li Enqerê hatiye amadekirin. Berpirsiyarî bi tevahî ya Komeleya Hêvî LGBTÎ+yê ye û nêrînên Balyozxaneya Fransayê venabêje.”