

Beresikokah Saya?

- > Apakah Anda sering berganti — ganti pasangan dalam berhubungan seks?
- > Apakah Anda melakukan hubungan seks tanpa pelindung (kondom) apabila bukan dengan pasangan nikah Anda?
- > Apakah Anda pernah menerima transfusi darah yang sudah tercemar?
- > Apakah Anda menggunakan jarum suntik secara bergantian?

***Bilamana "YA"
maka Anda beresiko!***

Apa tanda-tanda atau gejala Infeksi Menular Seksual (IMS)?

- > Terdapat cairan yang keluar dari penis atau dubur. Terasa pedih atau panas sewaktu buang air kecil atau melakukan hubungan seks.
- > Nyeri pada buah pelir (pria), serta pantat dan kaki.
- > Melepuh, luka, kutil, nyeri atau pembengkakan di sekitar alat kelamin, alat kelamin, atau mulut
- > Demam, pusing, nyeri otot dan pembengkakan kelenjar.

Apa yang Anda harus lakukan?

Jika Anda merasakan salah satu tanda atau gejala tersebut, datanglah segera ke **dokter, klinik, atau Rumah Sakit Nasional Dili** guna mendapatkan pemeriksaan dan informasi mengenai IMS dan HIV/AIDS secara lebih baik dan jelas.

**"Ayo! Kita aman,
nyaman dan
nikmat bersama!"**



Aman, Nyaman dan Nikmat



**Ayo... Hindari
HIV/AIDS!
MENGETAHUI BERARTI
TERHINDAR!**

Perhatian — brosur ini hanya untuk orang dewasa.

Apakah HIV itu?

HIV merupakan singkatan dari Human Immunodeficiency Virus adalah virus penyebab AIDS.

- > HIV terdapat di dalam cairan tubuh seseorang yang telah terinfeksi seperti dalam darah, air mani atau cairan vagina
- > Sebelum HIV berubah menjadi AIDS, penderitanya akan tampak sehat dalam waktu kira-kira 5 sampai 10 tahun.
- > Walaupun tampak sehat, mereka dapat menularkan HIV pada orang lain melalui hubungan seks yang tidak aman, transfusi darah atau pemakaian jarum suntik secara bergantian.

Apakah AIDS itu?

AIDS merupakan singkatan dari Acquired Immune Deficiency Syndrome adalah sindroma menurunnya kekebalan tubuh yang disebabkan oleh HIV

- > Orang yang mengidap AIDS amat mudah tertular oleh berbagai macam penyakit, karena sistem kekebalan didalam tubuhnya telah menurun.
- > Sampai sekarang belum terdapat obat yang dapat menyembuhkan AIDS.
- > Agar dapat terhindar dari HIV/ AIDS, Anda harus mengetahui bagaimana cara penularan dan pencegahannya.

Bagaimana HIV ditularkan? HIV dapat ditularkan melalui 3 cara, yaitu.

- > Hubungan seks (anal, oral, vaginal) yang tidak terlindung dengan orang yang sudah terinfeksi HIV
- > Transfusi darah atau penggunaan jarum suntik secara bergantian
- > Ibu hamil penderita HIV kepada bayi yang dikandungnya

HIV tidak ditularkan bila Anda.

- > Berdekatan, berbicara, berjabat tangan atau makan dan minum bersama dengan penderita HIV/ AIDS.



Bagaimana Mengetahui Tanda atau Gejala AIDS?

Biasanya tidak terdapat gejala khusus pada orang yang sudah terinfeksi oleh HIV dalam waktu 5 sampai 10 tahun. Setelah masa tersebut, AIDS mulai berkembang dan menunjukkan tanda atau gejala seperti berikut ini :

- > Kehilangan berat badan secara drastis
- > Diare yang berkelanjutan
- > Pembengkakan pada leher dan/ atau ketiak
- > Batuk secara terus menerus

Cara Menghindarinya?

Anda dapat menghindarinya dengan cara ABC, yaitu:

- A** "Abstain" yaitu Tidak Berhubungan Seks sama sekali. Inilah cara yang paling aman khususnya bagi para remaja dan/ atau bagi yang belum menikah.
- B** "Be faithful" yaitu Selalu Setia dengan pasangannya bagi yang sudah menikah.
- C** "Condom" (kondom) yaitu Memakai Kondom dimana saja, kapan saja, dan dengan siapa saja!

Jika Anda **tidak dapat** melakukan cara "A" atau "B", maka Anda **harus** melakukan cara "C", dan selalu bicarakanlah dengan pasangan Anda sebelum Anda melakukan hubungan seks.

Anda peduli dengan melakukan Seks Aman!

