

Beresikokah Saya?

- > Apakah anda sering berganti - ganti pasangan dalam berhubungan sex?
- > Bilamana anda melakukan hubungan sex bukan dengan pasangan nikah anda, apakah anda melakukannya tanpa pelindung (kondom)?
- > 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)?

1. Keluar Cairan/keputihan yang tidak normal dari vagina.
2. Sakit pada saat buang air kecil.
3. Luka terbuka dan atau luka basah disekitar alat kelamin atau mulut.
4. Benjolan kecil-kecil (papules) disekitar alat kelamin.
5. Kemerahan di sekitar alat kelamin.
6. Rasa sakit diperut bagian bawah yang muncul dan hilang.
7. Bercak darah setelah hubungan seksual / bukan haid.

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 penyebab AIDS.

- > HIV terdapat dalam cairan tubuh seseorang yang telah terinfeksi seperti dalam darah, air mani atau cairan vagina.
- > Sebelum HIV berubah menjadi AIDS, penderita akan tampak sehat dalam waktu kira-kira 5 sampai 10 tahun.
- > Walaupun tampak sehat, mereka dapat menularkan HIV pada orang lain melalui hubungan sex yang tidak aman, transfusi darah atau pemakaian jarum suntuk 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 di dalam tubuhnya telah menurun.
- > Sampai sekarang belum terdapat obat yang dapat menyembuhkan AIDS.
- > Agar dapat terhindar dari HIV/AIDS, anda harus mengetahui cara penularan dan pencegahannya.

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

- > Hubungan sex (vaginal, anal, oral) yang tidak terlindung dengan orang yang sudah terinfeksi HIV.
- > Transfusi darah atau penggunaan jarum suntuk secara bergantian.
- > Ibu hamil penderita HIV kepada bayi yang di kandungnya.

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" tidak berhubungan sex sama sekali. Inilah cara yang paling aman khususnya bagi para remaja dan/atau yang belum menikah.

B "Be faithful" yaitu selalu setia dengan pasangannya bagi yang sudah menikah.

C "Condom" (kondom) yaitu selalu memakai kondom di mana 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 atau klien anda sebelum anda melakukan hubungan seks...

Berusahalah semaksimal mungkin untuk bernegosiasi dengan klien anda untuk memakai kondom. Karena manfaat kondom sangat banyak sekali diantaranya yaitu untuk mencegah penyakit HIV/AIDS dan PMS.

Anda peduli dengan melakukan Seks Aman!

