

إكشف عن حالتك المصلية: كيف تفعل ذلك؟



عندما يتعلق الأمر بالكشف عن حالتك الفيروسيّة أو المصلية ، فإن كل حالة تعتبر فريدة من نوعها ، وإبلاغ الخبير لأشخاص مختلفين ، مثل عائلتك أو أصدقائك أو شركائك الجنسيين ، يمكن أن يولد مشاعر وتحديات مختلفة.

لشركائك

قد يكون الكشف عن حالة فيروس VIH لشريك أمرًا مرهقًا إذا كنت أنت أو الشخص الآخر لديك مخاوف بشأن إنتقال فيروس VIH. لسوء الحظ ، تعرض العديد من الأشخاص المصابين بفيروس VIH للرفض بسبب هذا. قبل تقاسم هذه المعلومات المهمة جدًا بالنسبة لك ، من المهم أن تفكر في سبب رغبتك في القيام بذلك ونوع العلاقة التي تريدها مع هذا الشخص.

من المهم أخذ بعين الإعتبار ، أن شركائك الجنسيين قد يكون لديهم توقعات غير واقعية حول الجنس وفيروس VIH ، وليست لهم ثقة أو لديهم مفاهيم خاطئة حول فعالية الغشاء الواقي أو المزلقات أو معنى "غير قابل للكشف = غير قابل للإنتقال" (بمعنى أنه عندما يكون لدى الشخص حمولة فيروسية من خلال العلاج ، لا ينتقل فيروس VIH أثناء ممارسة الجنس) ، على الرغم من الأدلة العلمية لدعم هذه المعلومات.

لا يرى الكثير من الناس الحاجة إلى الكشف عن حالة فيروس VIH لديهم إذا كان خطر إنتقال فيروس VIH من خلال الإتصال الجنسي منخفضًا. من ناحية أخرى ، يعتقد الآخرون أن مشاركة أو تقاسم هذه المعلومات تسهل إتخاذ قرارات مستنيرة بشأن الجنس.

من الطبيعي أن تشعر بعدم الأمان عند مقابلة شخص ما لأول مرة وتقلق بشأن كيفية توقع رد فعله وما إذا كان سيحترم خصوصيتك. لهذا السبب من المهم إختيار الوقت المناسب للتحدث عن فيروس VIH مع شركاء جنسيين. على الرغم من أنه قد يكون من الصعب طرح الموضوع في وقت مبكر من العلاقة ، إلا أن تأجيله قد يؤدي إلى مشاكل لاحقًا. يختار بعض الأشخاص ذكر فيروس VIH بشكل عفوي في البداية لمعرفة إستجابة الشخص الآخر ، وإذا كانت ردة الفعل سلبية ، فمن الأرجح إتخاذ قرار عدم المتابعة وتوفير الوقت.

لعائلتك، أصدقائك والأشخاص المقربين

قد يؤدي إخفاء مثل هذه الأخبار المهمة إلى خسائر عاطفية فادحة. في عدة حالات يصعب فيها الحفاظ على سرية الأدوية أو المواعيد الطبية أو فترات المرض. سيكون مستوى الثقة والعلاقة بينك وبين عائلتك وأصدقائك مفتاحًا لتقرير ما إذا كنت تريد إخبارهم أم لا. من المفيد إعتبار الأشخاص المقربين الذين يدعمون خصوصيتنا و يحترمونها ويكونوا محل ثقة.

ضمن السياق الثقافي والأسري الخاص بك ، قد تكون هناك عقبات أمام التحدث بصراحة عن فيروس VIH بسبب نقص المعرفة أو المخاوف التي لا أساس لها أو الأحكام الموجودة. لذلك ، من المهم تقييم ما إذا كان الكشف عن حالتك المصلية يمكن أن يؤدي بك إلى الشعور بمواقف مؤلمة أو عنيفة.

عند إخبار أطفالك ، قد تكون لديك شكوك حول ما إذا كان سيتمكنون من الحفاظ على السر في بيئتهم. يمكننا تعديل تفسيراتنا وفقًا لأعمارهم ، بدءًا من المفاهيم الأساسية الواضحة ، ثم إضافة المزيد من التفاصيل أثناء نموهم. من الضروري أن تلائم هذه المعلومات مستوى فهمهم وتطورهم.

من المهم إخبار بأن العيش مع الأشخاص المصابين بفيروس لا يشكل أي خطر لإنتقال العدوى للآخرين. من ناحية أخرى ، يمكن أن يشعر معظم الأشخاص من حولنا بالهدوء عندما نوضح لهم أننا نتلقى العناية الطبية الكافية ، ونعتني بأنفسنا ونعرف مصادر الدعم المتاحة.

في مواقع التواصل الاجتماعي

رأى العديد من المصابين بفيروس VIH فرصة لمشاركة حالتهم عبر مواقع التواصل الاجتماعي أمام عامة الناس، قد يمثل تحديات ومخاطر فريدة، يصف العديد منهم عملية الكشف عن حالة فيروس VIH الخاصة بهم على أنها قوة لهم وشكل من أشكال النشاط الذي يحارب وصمة العار والتمييز.

من خلال إختيار وسيلة الإتصال هذه، يمكنك تحديد سرد كيفية القيام بذلك والجمهور. ومع ذلك، ضع في إعتبارك أنه بمجرد مشاركة هذه المعلومات، فربما لا يكون لديك أي سيطرة على ما يحدث لها. كما ذكرنا، يمكن أن تكون الإجابات متنوعة للغاية، ولكن يجب أن تضع في إعتبارك أنه من المحتمل جدًا أن ينتهي بك الأمر إلى مواجهة تعليقات مزعجة أو ثرثرة أو ردود فعل سلبية أخرى.

إذا تم تشخيصك مؤخرًا بفيروس VIH وكنت على علاقة، فإن السؤال الذي يطرح نفسه هو ما إذا كان يجب عليك إخبار شريكك أم لا. يمكن أن تخلف هذه الأخبار مخاوف وتوترات جديدة في العلاقة. من الطبيعي أن يكون شريكك قلقًا بشأن صحته ويريد إجراء اختبار فيروس VIH أو إعادة تقييم نوع العلاقة الجنسية التي تربطك به. في بعض الأحيان، قد يجد بعض الأشخاص أن الكشف عن إصابتهم بفيروس VIH يعني مواجهة تحديات أكثر صعوبة، مثل القلق أو التخوف بشأن فقدان منزلهم، أو مشاكل العلاقات، أو التعرض للعنف الجسدي أو اللفظي.

يعتمد تحديد ما إذا كنت ستخبر عن حالة فيروس VIH الخاصة بك لشركاء جنسيين سابقين على عدة عوامل، بما في ذلك طبيعة العلاقة التي كانت لديك، ونوع النشاط الجنسي، وما إذا كنت تعتقد أنهم يرغبون في المعرفة، أو تريد منهم إتخاذ إجراءات. على أي حال، حتى لو كان الأمر معقدًا، يمكن أن يساعد ذلك الشخص على إتخاذ قرارات مستنيرة بشأن صحته الجنسية.



gt grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH
ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA
ONG DE DESARROLLO



¿TIENES DUDAS SOBRE EL TEMA? PREGÚNTANOS
Tel. 93 458 26 41

Descargo de responsabilidad

La información contenida en esta ficha no pretende sustituir la recibida por el médico. Las decisiones referentes a la salud siempre deberían tomarse tras consultar con los profesionales sanitarios. La información médica puede quedar desactualizada con rapidez.

Si te surge alguna pregunta tras leer esta ficha, te aconsejamos hablar con tu médico o enfermera o llamar a gTt-VIH, al 93 458 26 41, para comprobar si existe alguna novedad relevante al respecto.

SUBVENCIONA



✓ POR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



DIVISION DE CONTROL DE VEHÍCULOS INMÓVILES Y TURISMO

Generalitat de Catalunya

Salut / Agència de Salut Pública de Catalunya



Àrea d'Igualtat i Sostenibilitat Social



COLABORA



www.gtt-vih.org

SI TE HA PARECIDO ÚTIL Y INTERESANTE
EL CONTENIDO, COMPÁRTELO