



منشور رقم ٦/١

A series of fact
sheets for
women about
HIV.

سلسلة منشورات

للمرأة حول فيروس

نقص المناعة HIV

١ - إجراء الاختبار

٢ - الإصابة المشخصة

حديثاً

٣ - العوارض

٤ - العلاج

٥ - الحمل

٦ - الأمومة

Produced by
FPA Health and
Multicultural
HIV/AIDS Service
based on material
written by
FPA Health &
AIDS Council of NSW

Available from
FPA Health
Ph 8752 4300
Fax 9716 6164
and
MHAS
Ph 9515 3098
Fax 9550 6815

تلك الهيئات مع الهيئات الأخرى المتخصصة في خدمات فيروس
نقص المناعة HIV.

Community Support Network (CSN)

هاتف رقم 9206 2031 (02) تدرّب المتطوعين على تقديم
الرعاية العملية أو البدنية أو كلاهما للأشخاص المتعاشين مع
فيروس نقص المناعة HIV / الايدز. في منازلهم. كما أن لديها
خدمات إسكان وإنتقال.

فروع هيئة ACON

Western Sydney	ph (02) 9204 2400
Northern Rivers	ph (02) 6622 1555
Hunter	ph (02) 4927 6808
Illawarra	ph (02) 4226 1163

Sydney Children's Hospital HIV Services

هاتف رقم 9382 1851 (02) تقدم العديد من الخدمات الطبية.
التمريضية. الاجتماعية والدعم النفسي للأطفال المتعاشين مع
فيروس نقص المناعة HIV وعائلاتهم. كما تقدم خدمات الدعم
والارشاد للسيدات الحوامل والايجابيات لفيروس نقص المناعة
HIV.

Camp Goodtime

هو مخيم يقام لمدة ثلاثة أيام بدون مقابل ويقدم للوالدين والأطفال
المصابين بفيروس نقص المناعة HIV أو المتأثرين به. والهدف
هو توفير مناخ غير رسمي مما يساعد على مناقشة أمور حساسة
داخل الأسرة من خلال الأنشطة وحلقات المناقشة والمناسبات
الاجتماعية .. إلخ.

Support Groups

توفر مكاناً آمناً للعائلات المتعاشية مع فيروس نقص المناعة
HIV تتمكن فيه من التعامل مع بعض الأمور والمشاعر التي
تعترضهم. والهدف من ذلك هو كسر العزلة وتوفير مناخ يتاح فيه
تبادل المعلومات. ويتم القيام بعمل مجموعات خاصة بالوالدين
والأطفال مرة كل ثلاثة أشهر في نفس الوقت من كل يوم سبت.

TRAIDS (Transfusion-Related AIDS Service)

هاتف رقم 9843 3143 (02) تقدم خدمات الدعم للأشخاص
المصابين بفيروس نقص المناعة HIV والذين انتقل إليهم المرض
عن طريق خدمات طبية سابقة.

Ankali Project

هاتف رقم 9332 1090 (02) تقدم خدمات الدعم للأشخاص
المتعاشين مع فيروس نقص المناعة HIV / الايدز. كذلك تقدم
الدعم لشركائهم وعائلاتهم وأصدقائهم.

Multicultural HIV / AIDS Services (MHAS)

هاتف رقم 9515 3098 (02) تقدم خدمات الدعم للأشخاص
المصابين بفيروس نقص المناعة HIV / الايدز. من خلفيات غير
متحدثة بالانجليزية. كما تقدم خدمات الدعم لشركائهم وعائلاتهم
وأصدقائهم أيضاً.

Positive Heterosexual Peer Support & Information Project

هاتف رقم 9515 3095 (02) تقدم خدمات الدعم للأشخاص
المتعاشين مع فيروس نقص المناعة HIV / الايدز وشركائهم
وعائلاتهم وأصدقائهم.

هذه معلومات يمكنها أن تساعدك إذا كنت:

- إيجابية لفيروس نقص المناعة HIV وحامل أو
تفكرين بالحمل
- إيجابية لفيروس نقص المناعة HIV وعندك
أطفال

لمزيد من المعلومات حول الأمور الخاصة بالحمل، إقرأي النشرة
الخاصة بالحمل من هذه السلسلة.

إنجاب الأطفال عند بعض السيدات يعتبر أمراً هاماً. وعند بعضهن
الآخر أقل أهمية. بعض السيدات إتخذوا قراراً بعدم الانجاب
على الإطلاق، والبعض الآخر سوف يقرر لاحقاً.

كونك ايجابية لفيروس نقص المناعة HIV ربما يدفعك إلى التفكير
بأنك سوف تصبحين أما أو يجعلك تعيد التفكير في بعض
القرارات التي اتخذتها سابقاً. في أستراليا حوالي نصف السيدات
الإيجابيات لفيروس نقص المناعة HIV هن أمهات أيضاً. بعضهن
علمن أنهن إيجابيات لفيروس نقص المناعة HIV بعد أن أنجبن
أطفالاً والبعض الآخر عرفن أنهن إيجابيات أثناء الحمل. بعض
السيدات أنجبن أطفالاً بعد أن تم تشخيص حالتهن.

الخدمات_المساندة:

كونك أما يعني أشياء كثيرة - عمل شاق، مسؤولية، غموض،
قلق، احباط، لهو وضحك. هذه وأشياء أخرى كثيرة. هي جزء
من الخبرة المشتركة للأمومة - الأيام السعيدة والأيام السيئة.

توجد مجموعة من الخدمات العامة والمتوفرة لمساعدة الوالدين
- وهي موضحة في نهاية هذه النشرة. إذا أردت الاستفادة من
إحدى هذه الخدمات، ربما تحتاجين للتفكير فيما إذا كنت تريدين
إخبار أياً من العاملين هناك بأنك ايجابية لفيروس نقص المناعة
HIV. ليس مطلوباً منك أن تخبريهم بذلك، وبالرغم من هذا فإن
إخبارهم في بعض الأحيان يعني أن الخدمة سوف تناسب بطريقة
أفضل الاحتياجات الخاصة بإصابتك.

إذا أردت مناقشة هذا الأمر قبل الإقدام عليه، فإن المكان المناسب
هو Family Support Worker بمجلس الايدز في نيو ساوث
ويلز (ACON) هاتف رقم 9206 2079 (02).

هناك عدد من الخدمات التي تقدم الدعم للعائلات التي تأثرت
بفيروس نقص المناعة HIV.

خدمات الدعم للنساء المصابات بفيروس نقص المناعة HIV والمقدمة من هيئة (ACON).

Positive Women's Peer Support Project

هاتف رقم 9206 2012 (02) يقدم معلومات ودعم وتحويل
للنساء الإيجابيات لفيروس نقص المناعة HIV بواسطة سيدات
أخرى إيجابيات أيضاً. كما يقوم بتدبير مأوى وعديد من الأنشطة
الأخرى.

Family Support Project

هاتف رقم 9206 2678 (02) يعمل على أن العائلات المتعاشية
مع فيروس نقص المناعة HIV / الايدز والمتأثرة به، تتمكن من
الحصول على كل أنواع الخدمات المتاحة والتي تقدم الرعاية
للأطفال سواء لفترات قصيرة أم طويلة. كما تقوم بتنسيق عمل

إخبار الآخرين

كثيرا من الضغط النفسي الناتج عن مثل هذه الظروف. قد يتطلب التخطيط عمل تغييرات في طريقة حياتك وطريقة حياة الآخرين. في بعض الأوقات يكون هناك الكثير من الناس الذين يقدمون العون ولكن في أوقات أخرى يبدو أنه لا يوجد أحد. فكري في أفراد العائلة والأصدقاء والخدمات التي تقدم الدعم الآن وفي المستقبل.

قد تفكرين في بعض المساعدة القانونية لضمان تنفيذ رغباتك HIV/AIDS Legal Centre (HALC) هاتف رقم 9206 2060 (02) يقدم استشارة قانونية مجانية للأشخاص المتعايشين مع فيروس نقص المناعة HIV / الايدز وشركائهم في بعض الأمور القانونية بما في ذلك المسائل الخاصة بكتابة وصية، عمل توكيل أو الأمور الخاصة بالوصاية على الأطفال.

خدمات عامة

يختلف مستوى المعلومات المتاحة حول فيروس نقص المناعة HIV ما بين الخدمات المختلفة.

Family Support Services Association of NSW

هاتف رقم 9743 6565 (02) وذلك للتعرف على أقرب خدمة متاحة لك.

Parent Line

هاتف رقم 132 055 (في أنحاء الولاية)

Women's Information and Referral Service

هاتف رقم 1800 817 227

Tresillian – 24 hour parent help line

هاتف رقم 9787 5255 (02)

Home & Community Care Program

هاتف رقم 131 244

Local Councils Child Care Services

أنظري دليل الهاتف.

وللمزيد من المعلومات حول خدمات الدعم إقرأي CONTACTS دليل الخدمات المتوفرة للأشخاص المتعايشين مع فيروس نقص المناعة HIV / الايدز في ولاية نيو ساوث ويلز. وهو متوفر لدى خدمة الأشخاص المتعايشين مع فيروس نقص المناعة HIV / الايدز بولاية نيو ساوث ويلز هاتف رقم 9361 6011 (02).

قد يأتي الوقت الذي تريد فيه إخبار بعض الأشخاص مثل أفراد العائلة، الأصدقاء والزلاء أنك إيجابية لفيروس نقص المناعة HIV. فكري أولاً فيمن تثقين، من سيقدم لك الدعم وماذا سيكون رد فعلهم وأسئلتهم. يجب أن تثقي وت شعري بالأمان نحو الأشخاص الذين تريد إخبارهم. كونك إيجابية لفيروس نقص المناعة HIV يعني في بعض الأحيان تفسير كونك إيجابية، وتقديمك الدعم للآخرين لتفهم ذلك. وقد يمثل ذلك عبئاً إضافياً عليك. يستطيع المرشد الصحي أو الاخصائي الاجتماعي مساعدتك في تحديد من وكيف تخبرين بأنك إيجابية لفيروس نقص المناعة HIV.

لمزيد من المعلومات حول هذه الأمور، إقرأي نشرة الإصابة المشخصة حديثاً من هذه السلسلة.

من المهم أن تتذكرى أن إخبار الآخرين من المحتمل أن تتبعه مناقشات حول فيروس نقص المناعة HIV وهذا قد يتضمن إخبار الآخرين بأن طفلك إيجابي للفيروس. قد تحتاجين لإخبار بعض مقدمي الخدمات مثل العاملين بالصحة، المدرسة، دور الحضانة إذا كنت تظنين أن ذلك سوف يؤدي إلى تقديم أفضل رعاية وخدمة لطفلك ولعائلتك. هذا القرار شخصي للغاية. بعض العائلات قررت إخبار الآخرين وبذلك حصلت على الكثير من الدعم، كما تخلصت من عبء كتمان هذا السر. ولكن بالنسبة لعائلات أخرى يبدو إخبار الآخرين أمراً في غاية الإرباك.

إخبار طفلك / أطفالك

قد تريد التحدث مع أطفالك عن فيروس نقص المناعة HIV أو تقرري عدم فعل هذا. أمر إخبارهم بأنك إيجابية أو أنهم إيجابيون لفيروس نقص المناعة HIV سيكون غالباً في غاية الصعوبة. لذلك يجب عليك تحديد الوقت والطريقة المناسبة والقدر المناسب لما تخبرين به أطفالك. وذلك حسب مستوى استيعابهم، وأنت خير من يستطيع أن يقرر ذلك الأمر. وقد تستغرق عملية إخبارهم بعض الوقت.

فكري فيما إذا كان وجود أحد الأشخاص معك عندما تتحدثين مع طفلك أمراً مساعداً، أو قد تحبين أن يقوم بذلك أولاً أحد الأشخاص الذين تثقين بهم، مثل مرشد صحي أو أحد أفراد العائلة. لقد وجدت بعض السيدات الإيجابيات لفيروس نقص المناعة HIV أن ذلك في غاية الفائدة بالنسبة لهن ولأطفالهن.

قبل أن تخبري أطفالك، فكري في الدعم الذين يحتاجون إليه - الناس الذين بإمكانهم التحدث إليهم وسؤالهم عما يحتاجون معرفته - والناس الذين يحبون أن يتواجدوا معهم. قد يكون هناك أطفال آخريين لوالدين إيجابيين لفيروس نقص المناعة HIV أو أحد أفراد العائلة المقربين أو الأصدقاء أو العاملين بخدمات دعم الأطفال ممن يمكنهم تقديم الدعم المستمر. من المهم أن يتفق كل القائمين بهذا الدور على ما يجب أن يقال.

التخطيط للمستقبل

عادة ما يفكر الوالدين في مستقبل أولادهم وفيمن سوف يعتني بهم إذا حدث أمر ما. وكونك أم مصابة بفيروس نقص المناعة HIV قد يعني أن التخطيط لمثل هذا الموقف يشكل أهمية كبرى.

في الوقت الذي تشعرين فيه بأنك في حالة جيدة، فالأمر يستحق فحص كل ما تفكرين به. الكثير من العائلات يفترضون أنه في حالة حدوث شيء واحد منهم، فالآخرين سوف يتحركون ويعملون اللازم. إذا كان هذا هو ما تريدين، فيمكنك التأكيد على ذلك مع باقي أفراد العائلة. وهذا يعني أن تتكلمي بوضوح عما تريدين وعما يمكنهم القيام به فعلياً.

قد تريدين أيضاً عمل بعض الترتيبات التي لا ترتبط بعائلتك. عمل كل ما تريدين من ترتيبات قد يستغرق بعض الوقت.

إتصلي بمشروع دعم الأسرة في (ACON) هاتف رقم 9206 2079 (02) وذلك للحصول على معلومات حول المساعدة في تقديم الرعاية.

من المفيد أيضاً أن تفكري فيما يجب عمله إذا أردت أخذ بعض الوقت للراحة أو إذا إحتجت إلى دخول المستشفى. عمل ترتيبات العناية بالأطفال مسبقاً يخفف

إذا أردت استخدام خدمة الترجمة إتصلي بهاتف رقم 131 450 (وذلك بكلغة المكالمة المحلية). اطلبي مترجماً للغة العربية وانتظري على الهاتف. وعندما يرد المترجم العربي على مكالمتك اطلبي منه التحدث مع الخدمة التي تريدينها. الحديث مع المترجم يبقى سرياً، كذلك لن يطلب منك ذكر اسمك.

لمزيد من المعلومات عن العلاج إقرأي نشرة العلاج المتوفرة في هذه السلسلة.

خدمة «فيروس نقص المناعة/الإيدز للجنسيات المتعددة» لديها موظفين يتكلمون اللغة العربية، وهم قادرين على تقديم المعلومات والدعم لك ولاسرتك. ومن المؤكد أنهم يحافظون على سرية المعلومات الخاصة بك. يمكنك الاتصال بهم على هاتف رقم 9515 3098 (02).

أرقام الهواتف المذكورة صحيحة وقت النشر، إلا أنه لا يجري تحديثها بانتظام. لذلك قد تحتاج للتأكد من صحة الأرقام بمراجعة دليل الهاتف.