

エイズは防ぐ
事ができる

El SIDA se
puede prevenir

AIDS can
be prevented

A AIDS pode
ser prevenida

STOP
AIDS

12月1日世界エイズデー

1 December World AIDS Day

1 de Dezembro Dia Mundial de Luta Contra a AIDS

1 de Diciembre Día Mundial de la Lucha contra el SIDA



一般社団法人ブリッジハートセンター東海
平成26年度ふじのくにNPO活動基金 自由提案型事業

みなさんは「HIV」や「AIDS」と聞いた時どのように感じますか？

今の日本には2万人以上のHIV陽性者がいて7千人以上のAIDS患者が暮らしています。でも、その中で「**自分はHIVに感染している**」と堂々と言える人はほんの一握りです。ほとんどの人は差別や中傷を恐れて言うことができず、その事実を隠しながら生活しています。でもよく考えてみてください。

この感染症は人である以上「**誰でも**」感染する可能性があって、誰もが「**当事者**」になりえる問題だということです。この感染症はどのようなもので、どのような予防法があるのかをきちんと理解することが、必要なのです。パートナーや家族、そして自分自身を守るためにも正しい知識を取得してください。



日本語

HIV と AIDS について.....	4
保健所での検査と相談.....	6
NGO・NPO での相談.....	7

English

.....	8
.....	10
.....	11

Português

Sobre o HIV e AIDS.....	12
Exames e Consultas no Centro de Saúde Pública.....	14
Consultas em NGO · NPO.....	15

Español

Sobre el VIH y SIDA.....	16
Exámenes y Consultas en los Centros de Salud Pública.....	18
Consultas en NGO y/o NPO.....	19

HIV と AIDS について

HIV って何？

「HIV」はよく「エイズウイルス」といわれますが、正式には「ヒト免疫不全ウイルス：Human Immunodeficiency Virus」といいます。感染すると、免疫力を低下させてしまうウイルスです。HIV は感染者の血液、精液、膣分泌液、母乳に多く含まれています。



どうしたら感染するの？

- ・ 性的接触により、感染者の精液、膣分泌液、血液に含まれる HIV が性器や肛門、口などの粘膜についた時に感染します。
 - ・ 麻薬や覚醒剤などを感染者の使った注射器で回し打ちすると、感染者の血液が体内に入り感染します。
 - ・ 母親が HIV に感染していると妊娠中や出産時に赤ちゃんへ感染します。また、母乳によって感染することもあります、遺伝する病気ではありません。
 - ・ 感染に気づいていないと、HIV を他の人にうつしてしまう可能性があります。
- ※とても弱いウイルスなのでコップの共同使用や同じお風呂に入るなどの日常生活の中での接触では感染しません。

症状は？

- ・ ウイルスに感染してから、平均 10 年の症状がない期間があります。この期間は、特に症状もなく、定期的な受診と投薬以外は今までと変わらない生活を送ることができます。
- ・ ウイルスが増えるにつれて免疫力が下がるので、体が弱っていると色んな感染症を発症することがあります。

検査方法は？

- ・感染しているかどうかは、血液検査でわかります
- ・スクリーミング検査(ふるい分け検査)では、ウイルス検知に6~8週間かかり、それ以前に検査をしても正確な結果がでない場合があります。感染の可能性があったときから3ヶ月以降に検査を受けてください。

治療はどのようにするの？

- ・現在の治療では免疫力が高ければ高いほど治療効果が良いとされているので早期発見早期治療が何よりも重要です。
- ・HAART（強力な抗ウイルス療法：Highly Active Anti-Retroviral Therapy）や多剤併用療法と言い、1~3種類の薬を毎日決まった時間に服用することでウイルス量が減るようにします。
- ・現時点では HIV ウイルスを体内から完全に除去する薬はありません。抑える薬があるので、生涯飲み続けることとなります。

AIDSって何？

- ・後天性免疫不全症候群：Acquired Immune Deficiency Syndrome）といいます。
- ・ヒト免疫不全ウイルス（HIV）が増えて免疫が下がることで色々な感染症をおこし、その内の23のAIDS指標疾患（AIDS発症の目安となる病気）のいずれかを発症した場合にAIDS発症と判断されます。
- ・HIVとAIDSは関係はありますが一緒ではありません。

AIDSの治療は？

- ・AIDSの治療法はないので対症療法という症状を抑える治療や、発症した感染症によっては投薬を行いながら、HAARTにより血中のウイルス量を下げ免疫が上がってくるのを待つしかありません。
- ・AIDSを発症した場合は免疫がなく他の日和見感染をおこす危険があるのでほとんどは拠点病院に即入院となります。入院にならなくとも安静が必要になります。

保健所での検査と相談

保健所では無料・匿名で性病検査と相談が受けられます。プライバシーは守られますので、安心して利用して下さい。

保健所名	住所	電話番号
静岡県賀茂保健所	下田市中 531-1	0558-24-2052
※松崎保健支援室	賀茂郡松崎町江奈 255-3	0558-42-0262
静岡県熱海保健所	熱海市水口町 13-15	0557-82-9126
静岡県東部保健所	沼津市高島本町 1-3	055-920-2109
※修善寺支所	伊豆市小立野 66-1	0558-72-2310
静岡県御殿場保健所	御殿場市竈 1113	0550-82-1224
静岡県富士保健所	富士市本市場 441-1	0545-65-2206
※富士宮分庁舎	富士宮市豊町 18-5	0544-27-1131
静岡県中部保健所	藤枝市瀬戸新屋 362-1	054-644-9273
※榛原分庁舎	牧之原市静波 447-1	0548-22-1151
静岡県西部保健所	磐田市見付 3599-4	0538-37-2253
※掛川支所	掛川市金城 93	0537-22-3263
※浜名分庁舎	湖西市新居町新居 3447	053-594-3661
静岡市保健所	静岡市葵区城東町 24-1	054-249-3172
浜松市保健所	浜松市中区鴨江 2-11-2	053-453-6118
※浜北支所	浜松市浜北区西美蘭 6	053-585-1398

※マークがついているところは相談のみとなっており、血液検査は行っていません。

NGO・NPOでの相談

NGO・NPO 団体によって HIV 陽性者向けの相談等が行われています。
詳しくは各団体へお問合せして下さい。

団体名・URL

電話番号

特定非営利活動法人魅惑的倶楽部

浜松市紺屋町 217-30-4

<http://www.exotic-club.jp/>

053-454-2839

一般社団法人ブリッジハートセンター東海

浜松市中区田町 231-11 袴田ビル 1 階西

<http://bhctokai.jp/>

053-488-9473

Red Ribbon Network Tokai 日本語版

<http://bhctokai.jp/red-ribbon/>

Red Ribbon Network Tokai 英語版

<http://bhctokai.jp/red-ribbon/en/>

080-9490-6365

Red Ribbon Network Tokai ポルトガル語版

<http://bhctokai.jp/red-ribbon/pt/>

Red Ribbon Network Tokai スペイン語版

<http://bhctokai.jp/red-ribbon/es/>

Red Ribbon Network Tokai 日本語版
<http://bhctokai.jp/red-ribbon/>



英語ページ①

英語ページ②

英語ページ③

英語ページ④

Sobre o HIV e AIDS



O que é HIV?

O [HIV] muitas vezes é chamado de [Vírus da AIDS] mas, seu nome oficial é [Vírus da Imunodeficiência Humana]. É um vírus que quando transmitido deterioriza o sistema imunitário. O vírus HIV é encontrado no sangue, sêmen, lubrificação vaginal ou leite materno do portador.

Como é transmitido?

- Pode ser transmitido através do sêmen, lubrificação vaginal ou sangue do portador, sendo transmitido pelo contato dos órgãos sexuais, ânus ou membranas mucosas como a boca.
- Através de seringas utilizadas por portadores do vírus, onde o sangue penetra no corpo transmitindo a doença.
- Através da mãe portadora do HIV, pode ser transmitido durante a gravidez ou durante o parto. Também, pode ser transmitido através do leite materno mas não é uma doença hereditária.
- Caso o portador do vírus não tiver conhecimento do seu estado de saúde, corre o perigo de contaminar outras pessoas.
- ※ É um vírus fraco, por isso não há perigo de ser transmitido através de contato com copos, banheiro ou na vida cotidiana.

Quais os sintomas?

- Existe a possibilidade de ter uma fase assintomática (período sem sintomas) de 10 anos mesmo portando o vírus do HIV. Neste período não há sintomas específicos, deverá fazer exames periódicos, mas fora isso poderá levar uma vida normal.
- Conforme o vírus vai aumentando a imunologia abaixa, com a imunologia fraca o corpo corre perigo de contrair várias infecções.

Como é feito o exame?

- Para saber se está portando o vírus é necessário fazer exame de sangue.
- A incubação do vírus é de 6 a 8 semanas e os exames de rastreio (teste de triagem) realizados antes desse período não terão resultados exatos. Por isso, aconselhamos fazer o exame após 3 meses da época que teve contato suspeito.

Como é feito o tratamento?

- No tratamento atual, quanto mais alta a imunidade terá melhores resultados, por isso é muito importante que seja descoberto e iniciado o tratamento com rapidez.
- A HAART (terapia anti-viral potente: Terapia Anti-Retroviral Altamente Ativa) é uma terapia de combinação de multi-medicamentos, para assegurar que a carga viral seja reduzida, deve tomar de 1 a 3 tipos de remédio por dia, no horário estipulado.
- No momento ainda não é possível eliminar totalmente o vírus HIV do corpo. Os medicamentos são para diminuir o número de vírus e deverão ser utilizados pelo resto da vida.

O que é AIDS

- AIDS significa Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (Acquired Immune Deficiency Syndrome) .
- O vírus da imunodeficiência humana (HIV) causa uma disfunção imunológica diminuindo a imunologia do corpo, caso tenha alguma das doenças da lista de 23 doenças ocorrentes da AIDS (índice para verificação de doenças ocorrentes da AIDS) será diagnosticado como paciente da AIDS.
- O HIV e a AIDS são relacionadas mas não são iguais.

Qual o tratamento da AIDS?

- Não existe tratamento para a AIDS, há possibilidade da imunidade aumentar com a terapia HAART (tratamento através de medicamentos) onde o número de vírus do sangue diminui.
- Em caso de paciente de AIDS, o sistema imunológico estará muito baixo e deverá ser internado o mais breve possível para evitar terceiras infecções. Mesmo que não seja internado, há necessidade de repouso.

Exames e Consultas nos Centros de Saúde Pública

Os exames podem ser feitos em Centros de Saúde gratuitamente e no anonimato. Sua privacidade será preservada, por isso poderá fazer o exame sem recibos.

Nome do Centro	Endereço	Telefone
Centro de Saúde Kamo	Shimoda-shi Naka 531-1	0558-24-2052
※Sala de Apoio à Saúde de Matsuzaki	Kamo-gun Matsuzaki-cho Ena 255-3	0558-42-0262
Centro de Saúde Atami	Atami-shi Minaguchi-cho 13-15	0557-82-9126
Centro de Saúde Toubu	Numazu-shi Takashima Honcho 1-3	055-920-2109
※Filial de Shuzenji	Izu-shi Kodachino 66-1	0558-72-2310
Centro de Saúde Gotenba	Gotenba-shi Kamado 1113	0550-82-1224
Centro de Saúde Fuji	Fuji-shi Motoichiba 441-1	0545-65-2206
※Filial Fujinomiya	Fujinomiya-shi Yutakacho 18-5	0544-27-1131
Centro de Saúde Chubu	Fujieda-shi Setoaraya 362-1	054-644-9273
※Filial Haibara	Makinohara-shi Shizunami 447-1	0548-22-1151
Centro de Saúde Seibu	Iwata-shi Mitsuke 3599-4	0538-37-2253
※Filial Kakegawa	Kakegawa-shi Kaneshiro 93	0537-22-3263
※Filial Hamana	Kosai-shi Arai-cho Arai 3447	053-594-3661
Centro de Saúde da Cidade de Shizuoka	Shizuoka-shi Aoi-ku Jyoutou-cho 24-1	054-249-3172
Centro de Saúde da Cidade de Hamamatsu	Hamamatsu-shi Naka-ku Kamoe 2-11-2	053-453-6118
※Filial Hamakita	Hamamatsu-shi Hamakita-ku Nishimisono 6	053-585-1398

※Onde está com esta marca não há exames de sangue, somente consultas de aconselhamento.

Consultas em ONG · NPO

Em algumas ONGs ou NPOs são realizadas consultas voltadas a soropositivos. Para mais informações entrar em contato diretamente com as associações descritas abaixo.

Nome da Organização · URL	Telefone
NPO Exotic Club (somente em japonês) Hamamatsu-shi Kouya-machi 217-30-4 http://www.exotic-club.jp/	053-454-2839
Bridging Heart Center Tokai Hamamatsu-shi Naka-ku Tamachi 231-11 Hakamada bldg 1F Nishi http://bhctokai.jp/	053-488-9473
Red Ribbon Network Tokai Versão em japonês http://bhctokai.jp/red-ribbon/	
Red Ribbon Network Tokai Versão em inglês http://bhctokai.jp/red-ribbon/en/	
Red Ribbon Network Tokai Versão em português http://bhctokai.jp/red-ribbon/pt/	080-9490-6365
Red Ribbon Network Tokai Versão em espanhol http://bhctokai.jp/red-ribbon/es/	

Red Ribbon Network Tokai
Versão em português
<http://bhctokai.jp/red-ribbon/pt/>



Sobre el VIH y SIDA

¿Qué es el HIV?

EL [VIH] muchas veces es llamado de [Virus del SIDA] pero su nombre oficial es [Virus de la inmunodeficiencia humana] . Es un virus que cuando ha sido transmitido deteriora el sistema inmunológico. El virus del VIH es encontrado en la sangre, el sémen, lubricación vaginal y en la leche materna del portador.



¿Cómo es transmitido?

- Puede ser transmitido a través del contacto sexual, a través del sémen, lubricación vaginal o sangre del portador, siendo transmitido a través del contacto con los órganos sexuales, ano y membranas mucosas como la boca.
 - A través de jeringas utilizadas por portadores del virus, en donde la sangre penetra en el cuerpo transmitiendo la enfermedad.
 - A través de la madre portadora del VIH, pudiendo ser transmitido durante el parto y a través de la leche materna; no es una enfermedad hereditaria.
 - En caso que el portador del virus no tenga conocimiento de su estado de salud, corre el peligro de contagiar a otras personas.
- ※ Es un virus débil, por eso no hay peligro de ser transmitido a través del contacto con el cuerpo, servicios higiénico y ni en la vida diaria.

¿Cuáles son los síntomas?

- Existe la posibilidad de tener una fase asintomática (periodo sin síntomas) de 10 años portando el virus del VIH. En este periodo no hay síntomas específicos, deberá hacerse exámenes periódicos y podrá llevar una vida normal.
- Conforme el virus va aumentando la inmunología disminuye, con la inmunología débil el cuerpo corre el peligro de contraer varias infecciones.

¿Cómo son los exámenes?

- Para saber si es portador del virus es necesario realizarse un exámen de sangre.
- La incubación del virus es de 6 a 8 semanas y los exámenes de rastreo (análisis) realizados antes de ese periodo no tendrán resultados exactos. Por eso, aconsejamos realizarse el exámen después de 3 meses de la época en el que tuvo algún posible contagio.

¿Cómo es el tratamiento?

- En los tratamientos actuales, cuanto más alta tenga la inmunidad se obtendrán mejores resultados, por eso es muy importante que sea descubierto e iniciado el tratamiento con rapidez.
- El HAART (terapia antirretroviral de gran actividad) es una terapia de combinación de multi-medicamentos; para asegurar que la carga viral sea reducida debe tomarse de 1 a 3 tipos de medicamentos por día, en los horarios estipulados.
- Actualmente todavía no es posible eliminar totalmente el virus del VIH del cuerpo. Los medicamentos son solo para disminuir la carga viral y deberán ser utilizados por el resto de la vida.

¿Qué es el SIDA?

- SIDA significa Síndrome de inmunodeficiencia adquirida (Acquired Immune Deficiency Syndrome)
- El virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) causa una disfunción inmunológica disminuyendo la inmunología del cuerpo, en el caso de tener alguna de las enfermedades de la lista de 23 enfermedades que acurren en el SIDA (índice para la verificación de enfermedades del SIDA) serán diagnosticados como pacientes con SIDA.
- El VIH y el SIDA están relacionadas pero no son iguales.

¿Cuál es el tratamiento del SIDA?

- No existe tratamiento para el SIDA, hay la posibilidad de que la inmunidad pueda aumentar con la terapia HAART (terapia antiretroviral de gran actividad) donde el número de virus en la sangre disminuye.
- En el caso de pacientes con el SIDA, el sistema inmunológico este muy bajo, deberá ser internado lo mas breve posible para evitar terceras infecciones. En caso que no sea internado, es necesario guardar reposo.

Exámenes y Consultas en Centros de Salud Pública

Los exámenes y consultas podrán ser realizados en los Centros de Salud gratuitamente y de forma anónima. Su privacidad será preservada, por eso podrá hacerse los exámenes sin miedo alguno.

Nombre del Centro	Dirección	Teléfono
Centro de Salud Kamo	Shimoda-shi Naka 531-1	0558-24-2052
※Sala de Apoyo a la Salud de Matsuzaki	Kamo-gun Matsuzaki-cho Ena 255-3	0558-42-0262
Centro de Salud Atami	Atami-shi Minaguchi-cho 13-15	0557-82-9126
Centro de Salud Toubu	Numazu-shi Takashima Honcho 1-3	055-920-2109
※Filial de Shuzenji	Izu-shi Kodachino 66-1	0558-72-2310
Centro de Salud Gotenba	Gotenba-shi Kamado 1113	0550-82-1224
Centro de Salud Fuji	Fuji-shi Motoichiba 441-1	0545-65-2206
※Filial Fujinomiya	Fujinomiya-shi Yutakacho 18-5	0544-27-1131
Centro de Salud Chubu	Fujieda-shi Setoaraya 362-1	054-644-9273
※Filial Haibara	Makinohara-shi Shizunami 447-1	0548-22-1151
Centro de Salud Seibu	Iwata-shi Mitsuke 3599-4	0538-37-2253
※Filial Kakegawa	Kakegawa-shi Kaneshiro 93	0537-22-3263
※Filial Hamana	Kosai-shi Arai-cho Arai 3447	053-594-3661
Centro de Salud de la Ciudad de Shizuoka	Shizuoka-shi Aoi-ku Jyoutou-cho 24-1	054-249-3172
Centro de Salud de la Ciudad de Hamamatsu	Hamamatsu-shi Naka-ku Kamoe 2-11-2	053-453-6118
※Filial Hamakita	Hamamatsu-shi Hamakita-ku Nishimisono 6	053-585-1398

※En donde está con esta marca no se realizan los exámenes de sangre, solamente consultas de asesoramiento.

Consultas en ONG y/o NPO

En algunas ONG y/o NPO se puede realizar consultas destinadas a seropositivos. Para mayores informaciones entrar en contacto directamente con las asociaciones descritas abajo.

Nombre de la Organización · URL	Teléfono
NPO Exotic Club (solo en japonés) Hamamatsu-shi Kouya-machi 217-30-4 http://www.exotic-club.jp/	053-454-2839
Bridging Heart Center Tokai Hamamatsu-shi Naka-ku Tamachi 231-11 Hakamada bldg 1F Nishi http://bhctokai.jp/	053-488-9473
Red Ribbon Network Tokai Versión en japonés http://bhctokai.jp/red-ribbon/	080-9490-6365
Red Ribbon Network Tokai Versión en inglés http://bhctokai.jp/red-ribbon/en/	
Red Ribbon Network Tokai Versión en portugués http://bhctokai.jp/red-ribbon/pt/	
Red Ribbon Network Tokai Versión en español http://bhctokai.jp/red-ribbon/es/	

Red Ribbon Network Tokai
Versión en español

<http://bhctokai.jp/red-ribbon/es/>





一般社団法人ブリッジハートセンター東海

助成「平成 26 年度ふじのくに NPO 活動基金 自由提案型事業」

協賛「山口ハート国際クリニック・はままつ語学文化センター」