Sa ngayon, wala pang lunas o bakuna na natutuklaksan pangsupil ng AIDS. Ang tangi nating magagawa ay mapag-aralan iwasan ang paglaganap ng AIDS sa ating mga kababayang Pilipino.

Maari bang makuha ang AIDS birus sa paggamit ng kasilyas?

Ang AIDS birus ay hindi kumakalat sa pamamagitan ng pangkaraniwang paraan katulad ng pakikipagkamayan, pagyakap, pag-ubo, pagbahing, paginom sa basong ginamit ng ibang tao, o pagkain ng mga lutong inihanda ng isang taong may sakit na AIDS. Hindi lumalaganap ang AIDS birus sa dahilan pag-upo sa inodoro, sa pagligo sa mga paliguan pang-publiko, sa "hot tubs" o sa mga spa, at sa pamamamagitan ng kagat ng insekto.

Paano pagiingatan ang aking sarili at ang ibang tao?

Ang AIDS birus ay humahawa sa dugo, punlay, o sekresyon galing sa vagina. Ang paggamit ng kondom (maingat na ugnayang sekswal) ay mahalaga para hindi lumaganap ang AIDS birus sa mga Pilipino. Kung kayo ay makikipag-ugnayang sekswal sa isang prostityut, gumamit ng kondom.

Ang mga drogista ay hindi dapat manghiram ng pang-ineksiyon. Kung sakaling sila'y maghihiraman, ang pang-ineksiyon ay dapat hugasan ng matapang na bleach at dalawang beses banlawan ng tubing pagkatapos ng bawat gamit.

Mahirap hulaan king sinu-sino ang nagdadala ng AIDS birus sa pamamagitan ng kanilang anyo lamang. Samakatuwid kailangan gumamit ng kondom tuwing makikipagugnayang sekswal, at gumamit ng bleach sa pang-ineksiyon kapag naghihiraman nito.

Sino ang mahahawa sa AIDS?

Walang taong di-tinatablan ng AIDS birus, maging siya'y Pilipino o ibang Asyano. Kahit sinumang tao ay maaring magkasakit ng AIDS. Malapit sa panganib na mahawa ng AIDS birus lalunglalo na kung:

a) siya ay isang lalaking may ugnayang sekswal sa kapwa't lalaki;

b) siya ay isang drogistang nanghiram o nanghihiram ng pang-ineksiyon;

k) siya ay may ugnayang sekswal sa isang taong binanggit sa kategoriyang a at b.

Ano ang magagawa ko?

Ang pinakamagaling na mga paraang iwasan ang AIDS ay:

- sundin ang mga isinaad na payong pag-alaga sa katawan na binanggit sa pamplet na ito;
- pag-usapan matapat sa inyong pamilya o sa isang taong inyong pinagkakatiwalaan ang mga paksang mahirap pag-usapan, katulad ng seks or paggamit ng masasamang droga. Ang tapat na usapan tungkol sa seks o mga masasamang droga ay maaring tanging makaligtas sa tiyak na kamatayan ng isang tao.

Mahaba ang bilang ng mga Pilipino at mga ibang Asyanong may sakit ng AIDS kung ihahambing natin ito sa ibang lahi. Mapapalagi nating mababa ang bilang ng maysakit na AIDS sa ating mga kababayang Pilipino, at maiiwasang lumaganap ang AIDS birus sa pamamagitan ng pag-aral at pagbigay ng mga tamang inpormasyong tungkol sa sakit na ito.

TANDAAN: Ang AIDS birus ay di-namimili ng tao, kaya't maging Pilipino o ibang Asyano ay puwedeng mahawa at magkasakit ng AIDS.

아래 기구나, 이중언어 기관에서는 여러분들의 이러한 궁금증을 풀어 드릴것을 약속드립니다. 많은 이용 바랍니다.

Ang listahan ng mga oranisasyon o ahensiya na sumusunod ay maaring mapagtanungan tungkol sa sakit na AIDS. Ang ilan sa kanila ay may mga tauhang maaring makipag-usap sa ibat-ibang wika.

Asian AIDS Project
of AARRS
(415) 386-4815

This brochure developed & distributed by
Multicultural Prevention Resource Center
(415) 861-2142

한국계 미국인과 AIDS

Ang mga Pilipinong Amerikano at ang AIDS

우리 아세안에게 특별한 면역성은 있지않다

우리들 자신의 삶은 너무도 중요하기에 우리들은 우리 컴뮤니티 즉 한인 컴뮤니티나 아세안 컴뮤니티가 이 에이스(AIDS)로 부터 보호되어야 함을 인식하고 그 방법과 대책을 강구하여야 겠읍니다. 한국인이나 다른 아세아 민족에게 특별한 에이스(AIDS)에 대한 면역성이 있는 것은 절대로 아닙니다. 미국 태생이던 이민오신 분들이건 간에 한인 컴뮤니티 남녀노소를 불문하고 우리들 모두는 이 에이드(AID)에 전염될 가능성은 늘 있는 것입니다.

에이드(AID)란 무엇인가?

에이스(AIDS 후천성 면역 결핍증)란 에이스(AIDS)병균이 몸속의 면역체를 파괴함으로써 결국엔 우리 몸속의 병균에 대한 면역성이 감소되어 죽게되는 치명적인 질병입니다.

어떻게 에이스(AIDS)는 번지고 있는가?

이 에이스(AIDS)병균은 성관계나 직접적인 피와 피의 접촉, 그러니깐 마약사용자들의 주사바늘 같은것을 통해서 번지고 있읍니다.

또한 산모로 부터 그 태아에게도 그 산모에 에이스(AIDS)균이 있다면 감염될수 있는 것입니다. 어떤 경우에는 수혈과정에서도 전염이 가능하기도 하지만 실제로 철저한 검사에 의해서 아주 안전하다고 볼수 있읍니다. 불행히도 이 에이스(AIDS)를 치료할수 있는 예방접종은 아직 개발되지 못하고 있음으로 해서 우리들은 우리 한인 컴뮤니티가 이 에이스(AIDS)가 번지는 것을 막는 방법을 배워 이 질병과 싸워 이겨야만 되겠읍니다.

화장실 변기에서도 에이스(AIDS)는 전염되는가?

우연한 접촉만으로 에이스(AIDS)가 전염된다고는 보지 않습니다. 그러므로 악수를 한다거나, 안는다거나, 기침, 재채기, 컵의 공동사용, 혹은 에이스(AIDS)에 걸린 사람이 만든 음식을 먹음으로서 에이스(AIDS)에 걸릴수는 없는 것입니다. 또한 변기나 공공건물, 목욕탕, 스파, 곤충에 의한 에이스(AIDS)전염은 불가능합니다.

어떻게 나자신들과 이웃들을 이 에이스(AIDS)로 부터 보호할수 있을까?

우리들의 몸이 직접적으로 혈액이나 정액 혹은 생리분비물과 닿음으로써 에이스(AIDS)에 걸리게 됨으로 성교시에는 콘돔사용이 굉장한 에이스(AIDS)예방에 도움이 된다고 보여집니다.

만약 윤락녀와 성관계를 가질때는 반드시 콘돔을 사용하십시요. 마약 사용자는 절대로 주사기를 나누어 사용치 마시고 주사침은 소독액과 물로써 두번이상 깨끗이 소독하신 후에 사용하도록 하여 주십시요.

건강해 보이기 때문에 저 사람은 에이스(AIDS)에 걸려 있지 않을거라고 이야기 될수는 없기 때문에 성교시에는 반드시 콘돔사용을 그리고 주사바늘의 소독을 다시한번 강조합니다.

어떤사람이 에이스(AIDS)에 걸릴까?

앞에서도 말씀드린바와 같이 한국인이나 아세안 민족이 에이스(AIDS)에 면역성이 특별히 있는 것은 절대로 아님으로 누구든 감염될수 있고 전염시킬수 있는 가능성을 우리는 갖고 있는 것입니다.

만약 여러분이

—에이스(AIDS)에 걸린 사람과 성관계를 갖는다면

—마약사용시 주사기를 같이 사용한다면

—또한 위의 두경우의 사람과 성관계를 갖는다면

여러분은 에이스(AIDS)균에 감염될 위험부담이 높다고 볼수 있는 것입니다.

그러면 어떻게 해야할까?

에이스(AIDS)전염을 막을수 있는 가장 좋은 방법은

—이 유인물에 설명된 예방조처와 안내를 따를것.

—성관계나 마약문제같은 어려운 문제들을 이야기 나눌수 있는 가족이라던가 친지와 마음을 터놓고 이야기 할것.

이런 대화가 바로 에이스(AIDS)의 죽음에 대한 공포로 부터 벗어나서 치료되고 예방될수 있는 방법을 제시할수도 있을 것입니다.

다른 종족들과 비교하여 볼때 한인이나 아세안 집단 가운데서의 에이스(AIDS)발생율은 상대적으로 낮아서 큰 다행입니다. 저희들은 이 발생율을 계속해서 낮은 수준으로 유지하기 위해 노력할 것이며 이 에이즈(AIDS)에 대해서 정확한 정보를 알려드려서 여러분들이 그 정보를 습득하심으로 그것의 확산을 막는데 최선을 다할 것입니다.

다시한번 기억하실것은

우리 한국인이 에이스(AIDS)에 특별히 면역성이 있는 것은 절대로 아님을 기억하시고,

Ang mga asyano ay di-ligtas sa AIDS

Sapagkat mahalaga any buhay mo at ang buhay ng iyong mga minamahal, kinakailangan pangalagaan ang kalusugan at iwasan ang paglaganap ng sakit na AIDS. Ang sakit na AIDS ay maaring lumaganap sa iba't-ibang uri ng tao, maging Pilipino o ibang Asyano. Sa ngayon, may nabibilang nang mga lalaki, babae at kabataan na may sakit na AIDS sa mga Pilipino at iba't-ibang Asyano, maging dayuhan man o kaya'y isinilang dito sa Amerika.

Ano ang AIDS?

Ang AIDS (Acquired Ummune Deficiency Syndrome) ay isang sakit na nakakamatay. Ang pinagmumulan nito ay isang birus na sumisira ng "immune system"—nawawalan ng resistensiya ang katawan sa anumang sakit.

Paano ang AIDS lumalaganap?

Ang isang tao ay maaring mahawaan ng AIDS birus sa pamamagitan ng ugnayang sekswal at tuluyang pagsalin ng dugo, halimbawa ang paghihiraman ng pang-ineksiyong ng mga gumagamit ng mga masasamang droga, katulad ng heroin. Kahit ang isang sanggol sa sinapupunan ay maaring mahawa sa kanyang inang may sakit na AIDS. May ibang mga tao na nagkakasakit ng AIDS dahil sa pagsalin ng dugo kaya't ngayong sinisiguro na ang tustusan ng dugo ay walang bahid ng AIDS birus sa pamamagitan ng pagpiling mabuti ng mga taong nagkakaloob ng dugo. Dahil sa maselang pagpili ng dugo, ang isang taong nagkakaloob ng kanyang dugo ay walang dapat ikabahalang mahawaan ng AIDS birus.