

## 'n Paar vrae en antwoorde oor MIV en SOIs

Vraag	Antwoord
Kan mens sien dat iemand 'n SOI het?	Nie altyd nie. Daar is dikwels geen tekens van 'n SOI nie. Aan die begin van infeksie met MIV is daar geen tekens nie.
Waarom maak ander SOIs die deur vir MIV oop?	Mense met SOIs het gewoonlik sere en blase. MIV versprei maklik deur bloed en stukkende vel.
Kan vrouens makliker MIV opdoen as mans?	Ja. Want hulle geslagsorgane dek 'n groter oppervlak van hul vel as mans s'n. Daar is dus meer geleentheid vir MIV om hul liggaam binne te gaan.
My vriendin het nou-net gehoor dat sy MIV-positief is. Ek is so bang. Beteken dit dat sy sal sterf?	Nee. Daar is geen genesing vir MIV nie, maar mense wat daarmee besmet is, kan vir lank lewe as hulle hulself oppas en behandeling ontvang. Jou vriendin sal elke dag ARVs nodig hê om haar liggaam te help om sterk te bly. Sy moet ook baie versigtig wees om nie MIV na ander mense te versprei wanneer sy seks het nie.
As 'n man besny is, beteken dit dat hy nie MIV kan kry nie?	Nee. Selfs al verminder mediese besnyding die kans om MIV op te doen, voorkom dit nie die oordrag van MIV nie. Gebruik altyd 'n kondoom tydens seks.

## Wat moet jy doen as jy dink dat jy 'n SOI het?

Alle SOIs kan met medikasie behandel word en baie kan genees word. Moenie dat skaamte of skuheid jou verhoed om hulp te kry nie.

As jy onbeskermd seks gehad het, besoek jou kliniek en vra dat hulle jou vir SOIs toets. Hoe gouer jy getoets word, hoe gouer kan die behandeling

begin werk as jy 'n SOI het.

As jy 'n SOI het, moet jy die persoon met wie jy seks gehad het daarvan vertel sodat hy of sy ook behandeling by die kliniek kan ontvang. As hy of sy nie behandel word nie, kan hy of sy jou weer besmet. Vra jou gesondheidswerker om vir jou raad hieroor te gee.

**Alle SOIs kan behandel word en baie kan genees word.**

## Dinge om oor SOIs te onthou, insluitend MIV

- 'n SOI is 'n infeksie wat jy as gevolg van seks opdoen.
- Jy kan nie altyd sien dat jy 'n SOI het nie.
- Jy kan jouself teen SOIs beskerm deur:
  - nie seks te hê nie (jou van seks te onthou)
  - elke keer as jy seks het, 'n kondoom te gebruik.
- Toets vir MIV en ander SOIs as jy onbeskermd seks gehad het.
- Alle SOIs kan behandel word en baie kan genees word.
- Onbehandelde SOIs kan jou siek en kwesbaar maak vir MIV.
- As jy 'n SOI het, moet jy en jou seksmaat kliniek toe gaan vir behandeling.
- MIV versprei grootliks deur onbeskermd seks.
- MIV val die liggaam se immuunstelsel aan en maak dit mettertyd swakker.
- MIV is 'n baie ernstige siekte wat met ARVs behandel moet word.
- Vrouens loop 'n groter risiko om MIV op te doen as mans.
- Gebruik altyd 'n kondoom, selfs al is jou seksmaat besny.
- Deur jou gesondheid te beskerm, beskerm jy ook die gesondheid van die persoon met wie jy seks het. Dit help om te voorkom dat SOIs tussen mense versprei.

### Vra vir raad en hulp

Moenie dat skaamte of skuheid jou verhoed om hulp te kry nie. Gesondheidswerkers by die kliniek is daar om jou te help en jou vrae te beantwoord. Jy kan ook een van hierdie hulplynnummers skakel:

**loveLife 0800 121 900 of SMS 'plz cal me' na 083 323 1023**  
**Nasionale VIGS-hulplyn 0800 012 322**

Vir meer inligting oor seksuele en reprodktiewe gesondheid vir meisies, probeer om al die ander pamflette in hierdie reeks in die hande te kry: Puberteit, Tienerswangerskap, Voorbehoeding en MIV-berading en -toetsing (MBT).



Ondersteun deur:



Basiese Onderwys  
Gesondheid  
Maatskaplike Ontwikkeling

Geïntegreerde  
Skoolgesondheidsprogram

**Seksueel oordraagbare infeksies,  
insluitend MIV**

## Seksueel oordraagbare infeksies, insluitend MIV

Seksueel oordraagbare infeksies (SOIs) is infeksies wat deur seksuele aktiwiteit oorgedra word. Die infeksie lewe in sere en blase op die geslagsorgane en in liggaamsvloeistowwe: semen, die vloeistowwe in die vagina en bloed. Die algemeenste SOIs is gonorree, sifilis, genitale vratte, herpes en MIV.

### Hoe dra 'n SOI van een persoon na 'n ander oor?

Jy kan 'n SOI opdoen as jy onbeskermd seks het met iemand wat reeds 'n SOI het. Die SOI kan oorgedra word wanneer die liggaamsvloeistowwe van twee mense in aanraking kom. Blase of sere op 'n persoon se liggaam, veral op die geslagsorgane, laat 'n SOI baie maklik versprei. Jy kan 'n SOI opdoen as jy net een keer onbeskermd seks het. Hoe meer mense jy onbeskermd seks mee het, hoe groter die kans dat jy 'n SOI opdoen.

### Hoe om SOIs te verhoed

Jou liggaam is kosbaar. Jy kan dit oppas en dit teen SOIs beskerm deur nie seks te hê nie en daarop te fokus om jou opvoeding te voltooi. Die tyd om seks met die regte maat te geniet, sal kom wanneer jy ouer en gereed is om 'n goeie besluit te neem. Maar as jy wel seks het –

- Dra altyd 'n kondoom, selfs al het jy net een seksmaat.
- Moenie seks met baie verskillende seksmaats hê nie.
- Onthou, as jy 'n seksmaat het wat vyf of meer jaar ouer as jy is, is die kans groter dat jy MIV kan opdoen.

Deur jou gesondheid te beskerm, beskerm jy ook die gesondheid van die persoon met wie jy seks het. Dit help om te voorkom dat SOIs tussen mense versprei.

### Tekens dat jy dalk 'n SOI kan hê

Verskillende SOIs het verskillende tekens. Algemene tekens is:

- sere, blase, uitslag, swelling of vratte rondom die vagina of penis
- ongewone reuk of vloeistof van die penis of vagina
- jeuk, brand of pyn rondom die vagina of penis
- brand of pyn wanneer jy urineer (piepie)
- geswelde of seer kliere
- maagpyn

## Wat van MIV?

**MIV is die gevaarlikste van alle SOIs, want dit kan behandel maar nie genees word nie. Dit is 'n groot oorsaak van siekte in Suid-Afrika.**

**MIV val die liggaam se immuunstelsel aan, wat dit teen siekte beskerm. Mettertyd, wanneer die liggaam te swak is om infeksie te bestry, val baie verskillende siektes die liggaam aan. Dit word dan Vigs genoem.**

**MIV kan behandel word met medikasie wat elke dag geneem moet word. Hierdie medikasie word antiretrovirale middels of ARVs genoem.**

**SOIs, insluitend MIV, versprei grootliks deur onbeskermd seks.**

### Hoe versprei MIV?

- MIV versprei grootliks deur onbeskermd seks (seks sonder 'n kondoom).
- MIV lewe in vloeistowwe soos semen, vaginale vloeistof en bloed. Daar is 'n hoë risiko dat MIV versprei wanneer die vloeistowwe tussen twee mense tydens onbeskermd seks meng.
- Vrouens loop 'n groter risiko om MIV op te doen as mans. Dit is omdat hulle geslagsorgane 'n groter oppervlak van hul vel as mans s'n dek. Daar is dus meer geleentheid vir MIV om hul liggaam binne te gaan.

### Dit **KAN NIE** MIV versprei nie

Om op iemand te nies, asem te haal of te hoës



Muskiete en ander insekte en diere



Om kos te eet wat voorberei is deur iemand wat MIV het of om koppies, borde en eetgerei te deel



Toiletsitplekke, gedeelde swembaddens, baddens of storte



Trane, speeksel (spoe) of om iemand te soen of 'n drukkie te gee

### Dit **KAN** MIV versprei

- **Onbeskermd seks:** bv. seks sonder 'n kondoom
- **Bloed:** menstruele bloed (wanneer jy jou maandstonde het); of bloed op 'n tandeborsel of skeermes wat jy met iemand gedeel het; of om naalde vir inspuitings met iemand te deel
- **Moeder-tot-kind-oordrag:** bv. 'n ma wat MIV het en dit voor geboorte aan haar kind oordra of terwyl sy die baba borsvoed

### MIV

**versprei grootliks deur onbeskermd seks. Jy kan jouself teen SOIs beskerm deur nie seks te hê totdat jy ouer is nie of om elke keer as jy seks het, 'n kondoom te gebruik.**