

# 1 BOLI CU TRANSMITERE SEXUALĂ



## Chlamydia

**Cauză :** *bacteria Chlamydia trachomatis*.  
Netratarea poate provoca **boala pelviană inflamatorie sau sterilitate**.

**Simptome:** Asimptomatică frecvent, însă apar usturimi la urinare, scurgeri vaginale sau ale penisului.

**Tratament:** Antibiotic.



## Herpes

**Cauză :** Virus care persistă de-a lungul întregii vieți.  
Tipul 1 provoacă **bășicute sau bubițe purulente**, de obicei în zona gurii.

Tipul 2: provoacă **bășicute genitale**.  
Ambele pot fi transmise de la gură în zona genitală și viceversa.

**Simptome:** Febră, mâncărimi, simptome de gripă.

**Tratament:** Incurabil.



## Negi genitali, Human Papiloma Virus (HPV)

**Cauză:** Virusul HPV.  
Este rezident în organism de-a lungul întregii vieți.

**Simptome:**

**La bărbați** - negi de culoare galben-cenușiu pe penis, în zona uretrei, în zona anusului.

**La femei:** negi de culoare albă sau roz în zona vulvei, în cea a vaginului, pe colul uterin sau în zona anusului.

**Infecția HPV este implicată în marea majoritate a cazurilor de cancer cervical.**

**Prevenție și tratament :** Infecția poate fi evitată prin vaccinare HPV.

Tratamentul constă în eliminarea chirurgicală a negilor.



## 2 BOLI CU TRANSMITERE SEXUALĂ



### Gonoree

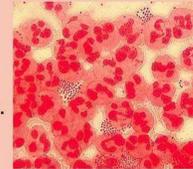
**Cauză:** *bacteria Neisseria Gonorrhoeae sau gonococ*  
Infecție gravă care, netratată, duce la **sterilitate**,  
la **artrită** sau la **probleme cardiace**.

**Este cea mai frecventă boală cu transmitere sexuală.**

**Simptome:** pot să nu fie evidente.

Dar apar: usturimi la urinare, scurgeri vaginale sau ale  
penisului, dureri în zona pelvisului.

**Tratament:** antibiotice.



### Sifilis

**Cauză:** *Bacteria Treponema pallidum*

Infecție foarte gravă, care netratată la timp, afectează  
întreg organismul și poate duce la **DECES**.

**Transmitere:** prin contact sexual sau pe cale  
transplacentară, excepțional prin contact sanguin.

**Simptome:** Răni în zonele genitale, erupții cutanate pe tot corpul,  
probleme ale inimii și ale sistemului nervos.

**Tratament:** Penicilina în primul stadiu. Odată ajunsă în ultimul stadiu,  
tratamentul medicamentos are efect limitat.



### Boala pelvină inflamatorie

**Cauză:** Bacteriile (cel mai adesea chlamidia sau gonoreea)  
pătrund în sistemul reproductiv.

**Simptome:** Dureri abdominale, febră, sensibilitate  
mărită a uterului și a ovarelor, ciclu menstrual dureros,  
scurgeri, oboseală, amețeli, stări de vomă, dureri în timpul  
actului sexual, sterilitate.

**Tratament:** Antibiotice. Dacă boala este într-un stadiu avansat,  
blocajul trompelor uterine și sterilitatea pot deveni permanente.



### 3 BOLI CU TRANSMITERE SEXUALĂ



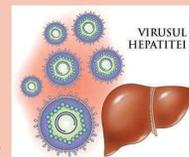
#### Hepatită B

**Cauză:** *virusul Hepatic B (VHB)*

Se transmite prin contact sexual - mai ales la cei care au mai mulți parteneri - și prin ace infectate.

**Simptome:** febră, oboseală, migrene, dureri abdominale, icter. În anumite cazuri, inflamația ficatului poate duce la sângerări, la comă sau **DECES**.

**Prevenție și Tratament:** Vaccin Hepatic B (se poate face și adulților)  
Tratament medicamentos.



#### HIV/SIDA

**Cauză:** *Virusul HIV*

Este o afecțiune a sistemului imunitar care își pierde capacitatea de protecție împotriva unor infecții comune. Astfel, cei bolnavi pot avea complicații grave de la orice infecție ușoară.

**Transmitere:** prin sânge infectat, sperma, secreții vaginale, lapte matern, intră în sânge printr-o rană sau prin mucoasă în timpul sexului vaginal, sexului oral, sexului anal, prin folosirea acelor infectate, care se injectează drogurile, precum și prin alăptare.

**Simptome:** Asimptomatic.

**Tratament:** Antiretroviral, trebuie luat zilnic, pe viață, pentru a preveni multiplicarea virală. Nu există vaccin.

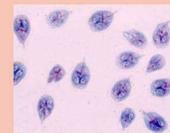


#### Paraziți interni - giardia, criptosporidia, amoebe și altele

Ajung în organism, în primul rând, în urma contactului sexual oral sau anal.

**Simptome:** diaree, dureri abdominale sau crampe, balonare, oboseală și pierderi de greutate.

**Tratament:** Medicamente eliberate cu rețetă de la doctor duc la eliminarea paraziților.



# APELAREA ABUZIVĂ A 112 POATE SĂ UCIDĂ!

**NU** solicitărilor prin care sunt exagerate simptomele, în detrimentul pacienților în stare gravă!  
folosirii serviciilor de urgență prespitalicească în locul medicului de familie!  
folosirii ambulanțelor ca taxiuri, pentru transportul nejustificat la spital!

✗ RETETE

✗ CONCEDII MEDICALE

✗ BOLI CRONICE

✗ RĂCEALĂ/TUSE

✓ ACCIDENT\*

✓ CONVULSII

✓ DURERI TORACICE ACUTE

✓ DURERI ABDOMINALE ACUTE

✓ DIFICULTĂȚI DE RESPIRAȚIE ACUTE

\*Exemple de cazuri pentru care se justifică apelarea 112.

Apelarea 112 pentru probleme medicale care sunt de competența medicului de familie, crește timpul de reacție pentru solicitările cu adevărat urgente și astfel, pacienții în stare gravă pot avea de suferit.



# PRIMUL AJUTOR ÎN CAZ DE ȘOC ANAFILACTIC



**Injecții cu adrenalină (epinefrină) în mușchiul exterior al coapsei.**  
Trebuie să le ai la îndemână în trusa de prim ajutor, pentru a le administra până la sosirea medicului.

- Dezbracă persoana.
- Nu-i da nimic de băut.
- Dacă vomită, întoarce persoana pe-o parte pentru a evita sufocarea.
- Dacă pare inertă, nu mișcă și nu respiră, poți începe resuscitarea prin presarea pieptului (cam de 100 de ori pe minut).

**Nu te opri până la venirea ambulanței.**



# PRIMUL AJUTOR ÎN CAZ DE INTOXICATIE CU FUM



- Se sună după ajutor de urgență - **112**
- Țineți-vă respirația când intrați.  
Țineți o cârpă udă la nas și la gură.
- Nu aprindeți vreun chibrit și nu folosiți bricheta deoarece unele gaze pot lua foc.
- Scoateți urgent victima la aer curat.
- Dacă victima își pierde cunoștința după ce iese afară inițiați respirația gură la gură.
- Aerisiți bine încăperea afectată.



# PRIMUL AJUTOR ÎN CAZ DE ÎNEC CU MÂNCARE



## Pentru copilul de peste un an:

Așează copilul pe antebraț cu fața în jos, menținându-i capul puțin mai jos decât bazinul.

Aplică-i copilului **5 lovituri ușoare între omoplați**.

## La copiii mai mici de un an:

Întoarce copilul cu fața în sus.

Așează-l pe antebraț, menținându-i capul puțin mai jos decât bazinul.

Pune două degete pe treimea inferioară a sternului și execută **5 compresiuni toracice**.

Deschide gura copilului și scoate corpul străin dacă acesta este vizibil.

Dacă nu este vizibil și starea copilului rămîne neschimbată, cheamă de urgență ambulanța, repetând, între timp, manevrele de mai sus.



# PRIMUL AJUTOR ÎN CAZ DE PLAGĂ DESCHISĂ

- Spălați-vă mâinile cu apă curată și săpun.
- Spălați plaga de preferință cu un antiseptic nealergic, sau cu apă curată cu săpun, sau cu apă curată.
- Dacă există un corp străin în plagă, NU trebuie îndepărtat. Doar medicul la urgență, poate face acest lucru.
- Protejați plaga cu pansament steril.
- Se determină necesitatea vaccinării antitetanos.



# PRIMUL AJUTOR ÎN CAZ DE ARSURĂ



Îndepărtează hainele de pe zona arsă  
(dacă nu sînt lipite de arsură).  
Răcește zona arsă ținând-o sub un jet  
de apă de la robinet timp de cel puțin  
5 minute sau pînă se ameliorează durerea.



**NU** pune gheață  
pe arsură.

**NU** pune unt,  
spirt, oțet, miere  
untură pe arsură.



# EDUCAȚIA SEXUALĂ CONTEAZĂ



## 1 DIN 4 SARCINI

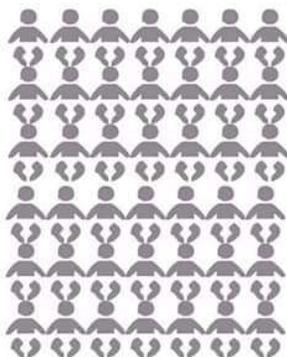
ESTE ÎN RÂNDUL TINERELOR ÎNTRE 15-17 ANI

APROAPE

# 1700

**BEBELUȘI PE SĂPTĂMÂNĂ**

Conform CDC. Date din SUA



România este pe locul 4 în  
clasamentul țărilor Uniunii Europene  
la nivelul anului 2010, cu o medie între

# 350 - 400

întreruperi de sarcină/zi

# ABUZUL DE SUBSTANȚE ȘI COMPORTAMENTUL SEXUAL RISCANT



**18%**

Dintre persoanele cu vârste între 13 și 19 ani au spus că băuseră când au făcut sex pentru prima dată.



**1/4**

Dintre elevii activi sexual, au raportat că au folosit alcool sau droguri, pe parcursul ultimelor relații sexuale.



Procentul tinerilor care au spus că au făcut **sex neprotejat** din cauza influenței băuturii sau drogurilor.

**12%**  
(15-17 ani)



**25%**  
(18-24 ani)



# CONTRACEPȚIA: "VIAȚA TA ESTE RESPONSABILITATEA TA!"

**România** ocupă primul loc în UE la numărul de copii născuți de mame cu vârste sub 15 ani, reprezentând o treime dintre toate cazurile Uniunii Europene, adică 676 din 2000.



Conform datelor statistice publicate de Organizația Mondială a Sănătății, numărul avorturilor efectuate zilnic în întreaga lume se ridică la cca 125.000 avorturi, ceea ce este corespondentul a 40-50 de milioane de avorturi pe an!

România ocupă locul al doilea în lume ca număr de avorturi raportat la populația actuală: 22.832.650 de avorturi legale, doar în spitalele de stat, în perioada 1958-2016.



Lipsa educației, privind sănătatea sexuală și reproductivă, are ca efecte: naștere prematură, creșterea morbidității și mortalității infantile și/sau materne, abandon școlar.

47% dintre femeile UE care au dat naștere primului copil erau în vârsta de până în 20 de ani.

România: cele mai multe nașteri la adolescente (12,3% din totalul nașterilor primilor copii în 2015) . Bulgaria (11,9%).

**MONDIAL:** 208 milioane de femei de vârstă reproductivă nu și-au exprimat nevoia de contracepție.

12,8 milioane de nașteri în fiecare an în rândul adolescente cu vârste între 15 - 19 ani.

303.000 de femei au decedat din cauza complicațiilor legate de sarcină sau naștere în 2015, majoritatea în țările cu venituri mici și medii (99%) OMS.

Avorturi, pe grupe de vârstă ale mamei

vârstă mamei ani	Ani					
	2015			2016		
	Nr.	La 1000 femei	La 1000 născuți -vii	Nr.	La 1000 femei	La 1000 născuți-vii
Total	70447	12,6	351,6	63085	11,3	311,5
15-19	6431	11,4	342,1	5955	10,6	306,9
20-24	13216	21,6	343,5	11876	20	312,3
25-29	18153	20,8	276,6	15385	18,3	237
30-34	14808	18	306	13395	16,6	268
35-39	12417	13,3	511,9	11182	12,1	449
40-44	4948	5,6	1093,5	4815	5,4	955,4
45-49	474	0,5	1851,6	477	0,5	1885,4

Sursa: INSP-CNSISP



# “CONTRACEPȚIA: “VIAȚA TA ESTE RESPONSABILITATEA TA!”

**Contracepția:** Metodă utilizată pentru împiedicarea fertilității; a apariției nașterii.

**Planificarea familială (FP):** Dreptul persoanelor și a cuplurilor de a anticipa și de a-și atinge numărul dorit de copii.

## BENEFICIILE PLANIFICĂRII FAMILIALE

### Pentru copii:

- Copiii doriți sunt mai sănătoși;

### Pentru femei:

- Reducerea avorturilor la cerere
- Reducerea problemelor legate de sarcină și naștere;
- Reducerea deceselor materne
- Prevenirea unor boli: sarcina ectopică, cancer de ovar și de endometru, chisturile ovariene, noduli la sân;
- Prevenirea infecțiilor cu transmitere sexuală;
  - Îmbunătățirea relației de cuplu.

### Pentru bărbați:

- Prevenirea infecțiilor cu transmitere sexuală;
- Îmbunătățirea relației de cuplu;
- Randament crescut de muncă.

Cabinetele de planificare familială din fiecare localitate oferă consultații gratuite



### Pentru familie:

- Viața de cuplu armonioasă;
- Oportunități educaționale/profesionale crescute;
- Alegerea momentului potrivit de a avea copii doriți, aceștia vor fi mai bine îngrijiți;
- Reducerea cheltuielilor legate de medicamente, servicii medicale în cazul avortului și îmbolnăvirilor secundare sarcinilor nedorite.

### Pentru comunitate:

- Prevenirea fenomenul de abandon al copiilor în maternități și spitale;
- Reducerea nașterilor de copii nedoriti, cu reducerea nevoii de instituționalizare;
- Folosirea potențialului profesional;
- Redistribuirea fondurilor care nu sunt consumate pentru probleme de sănătate ce pot fi evitate către alte nevoi ale comunității.

### Pentru personalul medical:

- Sănătate mai bună a femeilor și copiilor prin spațierea nașterilor;
- Sănătate mai bună a femeilor și bărbaților prin prevenirea infecțiilor cu transmitere sexuală, a cancerului;
  - Copiii doriți sunt mai bine îngrijiți în familie, necesită mai rar asistență medicală;
  - Serviciile preventive oferite vor duce la economie de timp, prin reducerea morbidității și îmbunătățirea stării de sănătate a populației asistate.

## CANCERUL DE COL UTERIN - CE ESTE BINE SĂ ȘTII CA SĂ FII BINE

### CE ESTE CANCERUL DE COL UTERIN?

Cancerul de col uterin apare prin multiplicarea necontrolată a celulelor ce căpтуșesc colul uterin (porțiunea prin care uterul se deschide în vagin)<sup>1</sup>. Spre deosebire de alte cancere, cancerul de col uterin se dezvoltă lent trecând prin stadiul de leziune precanceroasă.<sup>1,2</sup> **Descoperite și tratate în stadii incipiente, leziunile colului uterin se pot vindeca complet.**<sup>2</sup>

**În România, în fiecare an, peste 4000 de femei sunt diagnosticate cu cancer de col uterin.**<sup>3</sup>



### ȘTIM CE CAUZEAZĂ CANCERUL DE COL UTERIN

Cele mai multe cazuri de cancer de col uterin sunt cauzate de anumite tipuri de Human Papilloma Virus (virusul uman Papilloma - HPV).

Infecția cu HPV este cea mai frecventă și mai răspândită infecție virală a tractului genital.<sup>2</sup> Aproape fiecare persoană activă sexual este infectată cel puțin o dată pe parcursul vieții.<sup>4</sup>

Dintre toate tipurile de HPV, 15 pot determina apariția cancerului de col uterin, **tipurile 16 și 18 fiind responsabile de aproximativ 70% din cancerele de col uterin la nivel internațional.**<sup>4</sup> Cele mai frecvente tipuri la nivel mondial (16, 18, 31, 33, 35, 45, 52, 58) sunt responsabile pentru aproape 90% din cazurile de cancer de col uterin diagnosticate.<sup>5</sup>

Infecția cu HPV nu presupune implicit că persoana afectată va dezvolta cancer de col uterin.<sup>6</sup> Majoritatea infecțiilor cu HPV sunt tranzitorii, 90% dintre ele se vindecă de la sine în decurs de doi ani.<sup>4</sup> Infecțiile persistente cu HPV cresc riscul apariției cancerului de col uterin. Astfel, virusul HPV a fost identificat în 99% din cazurile de cancer cervical diagnosticate.<sup>5</sup>

### CUM SE TRANSMITE INFECȚIA CU HPV?

Cea mai frecventă cale de transmitere a acestei infecții este cea sexuală, prin contactul cu zona infectată a unuia dintre parteneri.<sup>7</sup>



### FACTORI DE RISC

Pe lângă infecția persistentă cu virusul HPV, următorii factori pot crește riscul de apariție a cancerului de col uterin<sup>8</sup>:

Fumatul



Infecția cu HIV (virusul care provoacă SIDA)

Infecția cu Chlamydia - o infecție cu transmitere sexuală adesea asimptomatică



O dietă săracă în fructe și legume



Obezitatea

utilizarea îndelungată a contraceptivelor



Sarcini multiple



Istoricul familial de cancer de col uterin



Vârsta tânără la prima naștere



### SIMPTOME ALE CANCERULUI DE COL UTERIN

În stadii incipiente, cancerul de col uterin NU prezintă simptome.<sup>9</sup> Însă un cancer de col uterin avansat poate cauza sângerări după actul sexual, sângerări între ciclurile menstruale sau scurgeri vaginale anormale.<sup>10</sup>

**Poți descoperi leziunile precanceroase și cancerul de col uterin în stadii incipiente prin testarea periodică Babeș - Papanicolaou.<sup>11</sup>**

DA - poți preveni cancerul de col uterin și infecția cu HPV

✓ Vaccinare anti-HPV<sup>12</sup>

✓ Testare Babeș-Papanicolaou<sup>11</sup>

Infecția cu tulpinile HPV de risc înalt poate fi prevenită prin vaccinare anti-HPV.<sup>12</sup>

Testarea periodică Babeș - Papanicolaou permite depistarea leziunilor precanceroase și a cancerului de col uterin în stadii incipiente.<sup>11</sup>

(se recomandă testarea periodică o dată la trei sau cinci ani, la femeile cu vârsta cuprinsă între 25 și 64 ani.<sup>11,13</sup>)

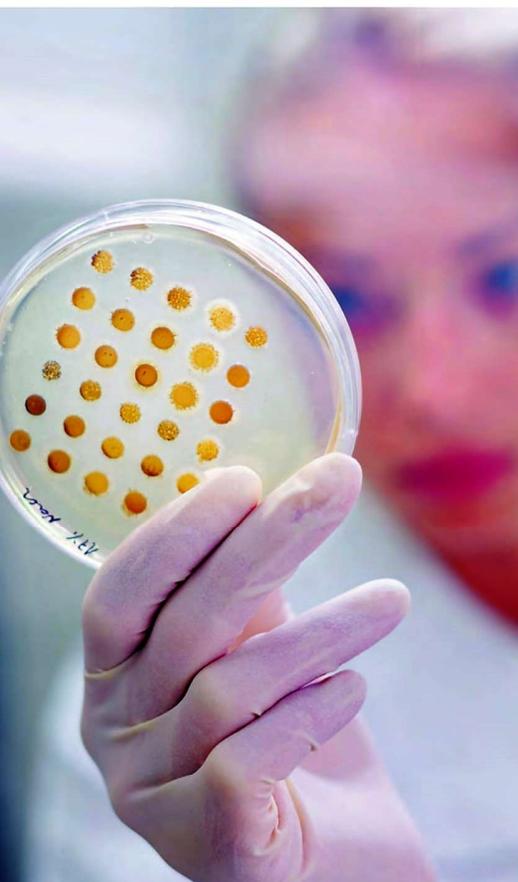
Așadar, mergi imediat la medic dacă

- ✓ Nu ai efectuat niciun consult ginecologic în ultimii 3 ani
- ✓ Nu ai efectuat testul Babeș-Papanicolaou în ultimii 3 ani
- ✓ Observi orice scurgere vaginală anormală, în afara perioadei de menstruație, după contact sexual sau după menopauză
- ✓ Simți orice disconfort al aparatului genital care persistă mai mult de două săptămâni

Descoperit la timp, cancerul de col uterin poate fi tratat și vindecat cu succes, ceea ce face testul Babeș-Papanicolaou cu atât mai important pentru sănătatea ta.



## Ce este cancerul de col uterin?

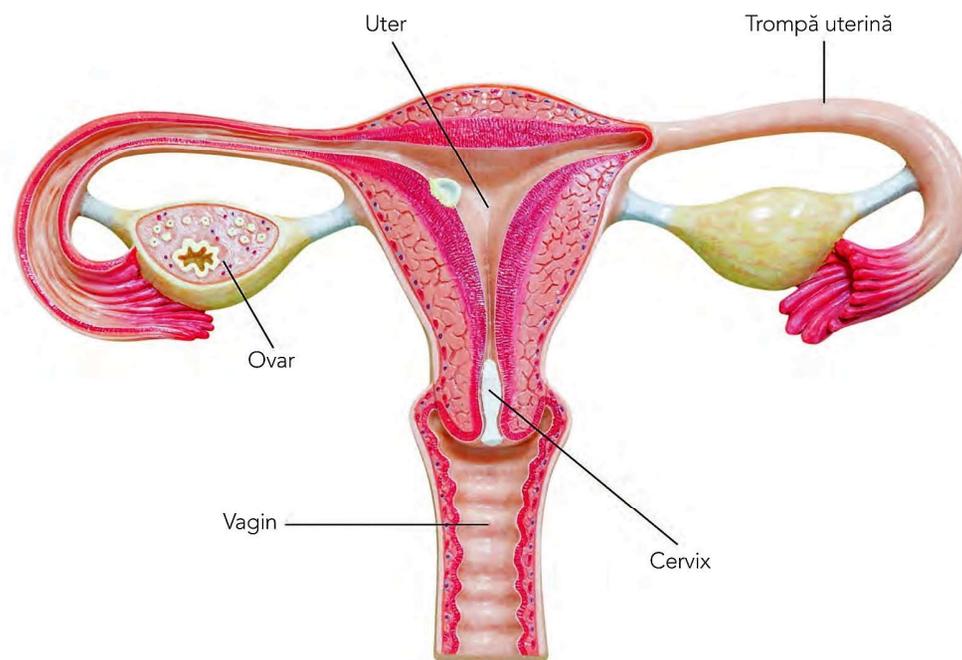


Cancerul de col uterin este o afecțiune malignă a celulelor ce căptușesc suprafața colului. Colul este partea inferioară de deschidere, îngustă, a uterului. Se deschide în vagin și face conexiunea între uter și vagin. Afecțiunea apare atunci când celule ale colului uterin devin anormale și încep să se înmulțească în mod necontrolat<sup>1</sup>.

Cele două tipuri de celule care se regăsesc pe suprafața colului uterin sunt celule scuamoase (celule ale zonei exocervicale) și celule glandulare (celule ale zonei endocervicale). Zona de tranziție dintre aceste două categorii de celule se numește **zonă de transformare** și reprezintă sediul cel mai frecvent al leziunilor preneoplazice. Astfel, cele mai multe cazuri de cancer de col uterin debutează la nivelul celulelor din zona de transformare. **Evoluția este însă lentă**, ceea ce înseamnă că aceste celule nu se transformă brusc în celule de natură canceroasă.<sup>1</sup> Este nevoie de 10 până la 20 de ani pentru ca leziunea precanceroasă să evolueze în cancer invaziv.<sup>2</sup>

**În fiecare an, peste 4000 de românce sunt diagnosticate cu cancer de col uterin.<sup>3</sup>**

Dintre toate tumorile maligne, cancerul de col uterin este cel care poate fi controlat și prevenit cu ajutorul testării periodice. Programele populaționale de screening, desfășurate o dată la 3 sau 5 ani, pot reduce incidența acestei boli cu 80%. Descoperirea la timp a leziunilor precanceroase cu ajutorul examenului citologic Babeș-Papanicolaou poate ajuta la prevenirea evoluției acestei boli.<sup>1</sup>



# EȘTI PACIENT, AI DREPTURI!

- Pacienții au dreptul la **îngrijiri medicale de cea mai înaltă calitate de care societatea dispune**, în conformitate cu resursele umane, financiare și materiale.



Pacientul are dreptul de a fi **informat asupra stării sale de sănătate**.

- Pacientul are dreptul de a fi **respectat ca persoană umană, fără nici o discriminare**.



- Pacientul are dreptul de a cere în mod expres să nu fie informat și **de a alege o altă persoană care să fie informată în locul său**.

- Informațiile se aduc la cunoștință pacientului într-un **limbaj respectuos, clar, cu minimalizarea terminologiei de specialitate**.



- Pacientul are dreptul de a cere și de a obține o **ALTĂ OPINIE MEDICALĂ**.



- Pacientul are dreptul la **îngrijiri medicale continue** până la ameliorarea stării sale de sănătate sau până la vindecare.



- Pacientul are **acces la datele medicale personale**.

Personalul medical sau nemedical din unitățile sanitare **nu are dreptul să supună pacientul nici unei forme de presiune pentru a-l determina pe acesta să îl recompenseze altfel decât prevăd reglementările de plată legale** din cadrul unității respective.



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII  
Extras din Legea drepturilor pacientului, nr. 46/2003



## VIZITATORI

Luați legătura cu o asistentă pentru informații înainte de a intra în salon

În atenția ÎNTREGULUI personal  
**PRECAUȚIUNI DE  
TRANSMITERE  
PRIN PLOAIE DE PICĂTURI**  
complementare Precauțiilor Standard

### Înainte de a intra în salon



**Spălați-vă  
pe mâini**



**Folosiți o mască  
de protecție**

### La ieșire din salon



**Aruncați  
măștile la gunoi**



**Spălați-vă  
pe mâini**

## SCHEMA VACCINURILOR GRATUITE ȘI OPȚIONALE DISPONIBILE PÂNĂ LA 18 LUNI



### DENUMIRI COMERCIALE

HepB	Euvax, Engerix B
ROR	Priorix, MMR-VaxPro
Hexavalent	Hexacima, Infanrix Hexa
Pneumococic	Prevenar 13, Synflorix
Rotaviral	*Rotarix - 2 doze **Rotateq - 3 doze
Varicelic	Varilrix, Varivax

### BOLI PREVENITE

BCG	Complicații tuberculoză
HepB	Hepatită B
ROR	Rujeolă, Oreion, Rubeolă
Hexavalent	Difterie, Tetanos, Tuse convulsivă, infecție cu Haemophilus influenzae tip B, Poliomieliță, Hepatită B
Rotaviral	Infecție cu rotavirus
Varicelic	Varicelă

### ALTE OPȚIONALE

HepA	- Hepatită A
Gripal	- Anual (după 6 luni)

# STOP OBEZITĂȚII INFANTILE



Promovați consumul de  
mâncare sănătoasă.



Promovați activitatea fizică.



Grijă în timpul sarcinii.



Mâncare sănătoasă și  
activitate fizică încă din copilărie.



Sănătate, nutriție și activitate  
fizică, la școală.



Ținerea sub control  
a greutateii.

ASSMB  
Asociația Sărbătorii și Serviciilor Medicale București



Primăria  
Capitalei

ctmb  
CENTRUL PENTRU TINERET  
AL MUNICIPIULUI BUCUREȘTI



# ȘCOALA , PĂRINȚILOR

100  
ROMÂNIA  
1918-2018

Informații pe [www.assmb.ro](http://www.assmb.ro)

**SESIUNI GRATUITE**

**DE INFORMARE A VIITORILOR PĂRINȚI  
CU PRIVIRE LA SARCINĂ, NAȘTERE ȘI ALĂPTARE**

ORGANIZATORI



Spitalul Clinic de  
Obstetrică-Ginecologie  
'Prof. Dr. Panait Sîrbu'



Spitalul Clinic de  
Obstetrică și Ginecologie  
Filantropia - București



SPITALUL CLINIC  
'DR. I. CANTACUZINO'



SPITALUL CLINIC  
NICOLAE MALAXA

SPONSORI

Lansinoh

CORD  
BLOOD CENTRE

Next Step

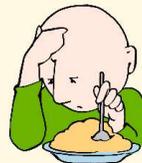
# Oricine se poate îmbolnăvi de Tuberculoză!

Pot să iau mai ușor tuberculoză dacă:

- Folosesc droguri, mai ales droguri injectabile
- Sunt infectat cu HIV
- Consum alcool
- Am fost în aceeași cameră cu un pacient cu tuberculoză
- Am avut tuberculoză



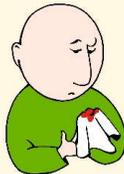
Am tușit



Nu am avut poftă de mâncare



Am avut febră și frisoane



Tusea a fost însoțită de sânge sau spută (flegmă)



Am slăbit



M-am simțit slăbit sau obosit



Am transpirat noaptea

Trebuie să merg la doctor dacă, în ultimele 3 săptămâni:

Tuberculoza este o boală care se vindecă, dacă este diagnosticată la timp și pacientul urmează tratamentul dat de medic!

# COD DE BUNE PRACTICI PENTRU VIZITATORI

- ✓ Nu intrați într-un salon mai mult de 1 vizitator în același timp la un pacient.



Imaginați-vă ce se întâmplă într-o cameră de spital cu cinci paturi în care sunt cinci bolnavi și 10 – 12 aparținători. Rețineți că sunt secții în spital unde vizitele sunt dăunătoare bolnavilor (de exemplu Chirurgie, ATI, Nou-născuți, etc).

- ✓ Nu aduceți copii în vizită la bolnavi. Mai ales pe cei foarte mici.



Copiii nu știu să se ferească de germeni și pot contacta boli.



- ✓ Vorbiți în șoaptă

Încercați să vă imaginați un spațiu închis în care să zicem, trei bărbați comentează un meci de fotbal, patru femei schimbă rețete de zacuscă, doi tineri vorbesc la telefon, doi copii se joacă, un bolnav râde, unul plânge, și unul se vaită.

- ✓ Purtați îmbrăcăminte decentă, halat de unică folosință și nu vă așezați pe patul bolnavului.



- ✓ Intrebați medicul ce poate mânca pacientul dvs. internat.



- ❖ NU aduceți multă mâncare odată;
- ❖ NU aduceți alimente perisabile (care se strică repede);
- ❖ NU aduceți mâncăruri cu mirosuri puternice (mezeluri, fripturi, ceapă, usturoi);
- ❖ Gandiți-vă că ceilalți pacienți internați poate nu pot sau nu au voie să mănânce.

- ✓ Respectați somnul și odihna pacientului dvs. și a celorlalți din salon.

- ✓ Nu deranjați vizita medicilor și tratamentul efectuat de către asistente în saloanele cu pacienți internați.



- ✓ Lăsați-vă necazurile și grijile acasă.
- ✓ Intrați în salonul pacientului dvs. cu zâmbetul pe buze, încrezător, vesel, încurajator.
- ✓ Transmiteți optimism și speranță.
- ✓ Filtrați cu atenție știrile de acasă sau de la serviciu și transmiteți pacientului numai acele informații care ar contribui la menținerea unui tonus psihic bun.

- ✓ Nu aduceți și nu administrați bolnavilor medicamente fără știrea medicului curant.



- ✓ Păstrați curățenia. În spitale se muncește mult pentru curățenie, se cheltuiesc bani mulți și adesea acest lucru nu se vede.

- ✓ Aveți obligația de a avea o conduită civilizată față de personalul medico-sanitar.



**Echipa medicală a secției vă mulțumește pentru înțelegere!**

# METODE CONTRACEPTIVE

**99%**  
eficiență

## IMPLANT

Tijă de dimensiunea unui chibrit care este inserată în braț. Intervenție făcută de medic.



**99%**  
eficiență

## INEL (Nuva Ring)

Se introduce în vagin. Se ține de la 3 săptămâni până la o lună.



**99%**  
eficiență

## PLASTURE

Plasture care se lipește pe piele. Se folosește un nou plasture o dată pe săptămână.



**99%**  
eficiență

## STERILET

În formă de T, ce se introduce în uter. Intervenție medicală, cu durată până la 12 ani.



**99%**  
eficiență

## PILULE CONTRACEPTIVE

Se iau pe cale orală, una pe zi. Se dau pe perioade regulate și pot trata Sindromul Ovarului Polichistic.



**98%**  
eficiență

## PREZERVATIV

Purtat peste penis. Poate fi folosit vaginal, oral sau anal.



**99%**  
eficiență

## INIECȚIE CONTRACEPTIVĂ

Intervenție făcută de medic.



**95%**  
eficiență

## PREZERVATIV VAGINAL

Săculeț introdus în vagin.

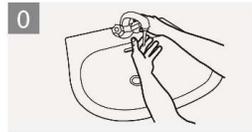


**\* Dintre toate metodele, doar prezervativele protejează împotriva bolilor transmisibile sexual**

# Cum să ne spălăm corect mâinile?

Spălați-vă mâinile dacă acestea sunt vizibil murdare, altfel dezinfecțați-le cu soluție hidroalcoolică.

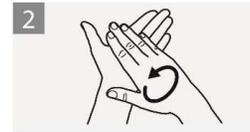
 Durata întregii proceduri: 40-60 secunde



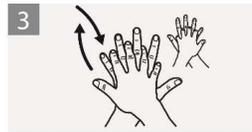
Udați mâinile cu apă;



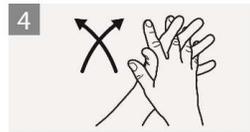
Aplicați suficient săpun pentru a acoperi toată suprafața mâinii;



Frecați mâinile palmă peste palmă;



Palma dreaptă peste dosul palmei stângi prin intercalarea degetelor și vice versa;



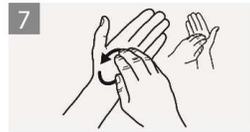
Palma peste palmă cu degetele intercalate;



Dosul degetelor pe palma opusă, cu degetele împreunate;



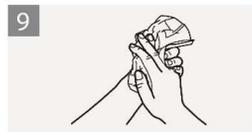
Frecări rotative ale policelui stâng prins în palma dreaptă și vice versa;



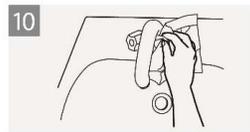
Frecări rotative într-un sens și celălalt cu degetele împreunate ale mâinii drepte, pe palma stângă și vice versa;



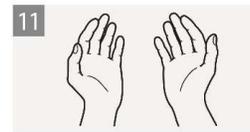
Clătiți mâinile cu apă;



Uscați mâinile bine cu un prosop de unică folosință;



Închideți robinetul folosind prosopul;



Mâinile tale sunt acum sigure (curate).

**InfoCons**  
protectia-consumatorilor.ro

**021 9615**

Telefon cu tarif normal în rețeaua Romtelecom, din toate rețelele.

**Centrul Național de Consiliere și Consultanță a  
Consumatorilor cu Dizabilități**