



COMMENT CONTRACTE-T-ON LE VIH ?

A. LES RAPPORTS SEXUELS

Les personnes qui ont des rapports sexuels non-protégés avec des porteurs du virus, ou alors celles qui ont plusieurs partenaires sexuels, courent le risque d'être infectées par le VIH.

B. LA TRANSMISSION SANGUINE

C'est l'une des voies par lesquelles une personne pourrait contracter le VIH. Cependant, ce phénomène est surtout répandu dans les pays en développement où les services de santé publique ne sont pas aussi efficaces que ceux des pays développés.

Les gens s'exposent au VIH lorsqu'ils partagent du matériel tranchant ou pointu comme les seringues.

C. LA TRANSMISSION MÈRE-ENFANT

Les mères infectées peuvent transmettre le virus au bébé lors de l'accouchement ou pendant l'allaitement.



COMMENT NE CONTRACTE-T-ON PAS LE VIH ?

Q Serrai-je contaminé(e) si je touche une personne porteuse du VIH ?

R Non, vous ne pouvez pas contracter le VIH en touchant, en serrant la main ou en embrassant une personne qui porte le virus.

Q Serrai-je contaminé(e) si je partage avec une personne porteuse du VIH ?

R Non, vous ne pouvez pas être infecté(e) par le VIH en partageant la nourriture, la piscine, les toilettes, ou le téléphone avec une personne qui a le virus.

Q Est-ce que je risque d'être infecté(e) par le VIH en faisant le test sanguin dans un hôpital ?

R Au Japon, les gens ne doivent pas s'inquiéter outre mesure concernant le risque d'être contaminé par voie de transfusion sanguine. En effet, les hôpitaux ne réutilisent pas une seringue après l'avoir utilisée pour un patient.

Q Est-ce que les moustiques peuvent être des agents vecteurs du VIH ?

R Non, les moustiques comme d'autres insectes ne peuvent pas transmettre le VIH d'une personne à une autre.



COMMENT SE PRÉSERVER ET PROTÉGER

Pour ne pas s'exposer au VIH, il est conseillé d'utiliser un préservatif lors des rapports sexuels. Il y a des préservatifs pour hommes et ceux réservés aux femmes. Il vaut mieux de ne pas se servir de ces deux types de préservatif lors d'un même rapport sexuel. Ceci intensifierait le frottement entre les préservatifs au risque de causer leur déchirure ou leur éclatement au cours de l'acte. Il faut noter aussi que les préservatifs pour femmes sont d'accès plus difficile que ceux à usage masculin. Des données statistiques faibles indiquent qu'une utilisation appropriée du préservatif reste le moyen le plus sûr et le plus efficace de se préserver du virus du sida et de la plupart des MSTs (maladies sexuellement transmissibles).
Ayons donc des rapports sexuels sans risques en sachant comment nous protéger.

LES AUTRES ?

Il est conseillé et important d'être au courant du statut sérologique de sa/son partenaire. Ceci est possible en faisant un test de dépistage du virus du sida en couple.

Il est conseillé aux femmes enceintes de faire un test VIH pour qu'elles se rendent compte de leur statut sérologique. C'est aussi important pour réduire le risque de contamination du bébé au cas où la mère serait déjà porteuse du virus.

En Afrique, il est très important de ne pas partager du matériel pointu ou tranchant avec d'autres personnes étant donné que vous ne connaissez pas leur statut sérologique. Au cas où vous devez prendre une piqûre dans un hôpital, veillez à ce que la seringue d'injection soit neuve. Il ne faut pas vous fier à du matériel stérilisé, parce que les aiguilles ne sont pas toujours bien stérilisées. Suivez ce même conseil lorsque vous voulez vous faire faire un tatouage.

FAIRE LE TEST DE DÉPISTAGE

DIRECTIVES POUR LE TEST DE DÉPISTAGE

La plupart des gens qui vivent avec le VIH n'ont aucun symptôme pendant plusieurs années. Et plus précisément parce qu'un grand laps de temps s'écoule avant qu'une personne ne se rende compte de son statut sérologique, la meilleure manière de savoir si l'on est séropositif ou pas est de faire le test de dépistage. Cette manière d'agir aidera à prendre des décisions avisées pour savoir comment se comporter dans l'avenir.

Où faire le test de dépistage du virus du sida au Japon ? :

CENTRE DE SANTÉ PUBLIQUE

Dans les centres de santé publique, le test de dépistage est gratuit et se fait de manière anonyme.

CLINIQUES PRIVÉES

Dans les cliniques privées, d'urologie et de gynécologie par exemple, noms et adresses sont exigés et le coût du test de dépistage s'échelonne entre 5000 et 10000 yens.

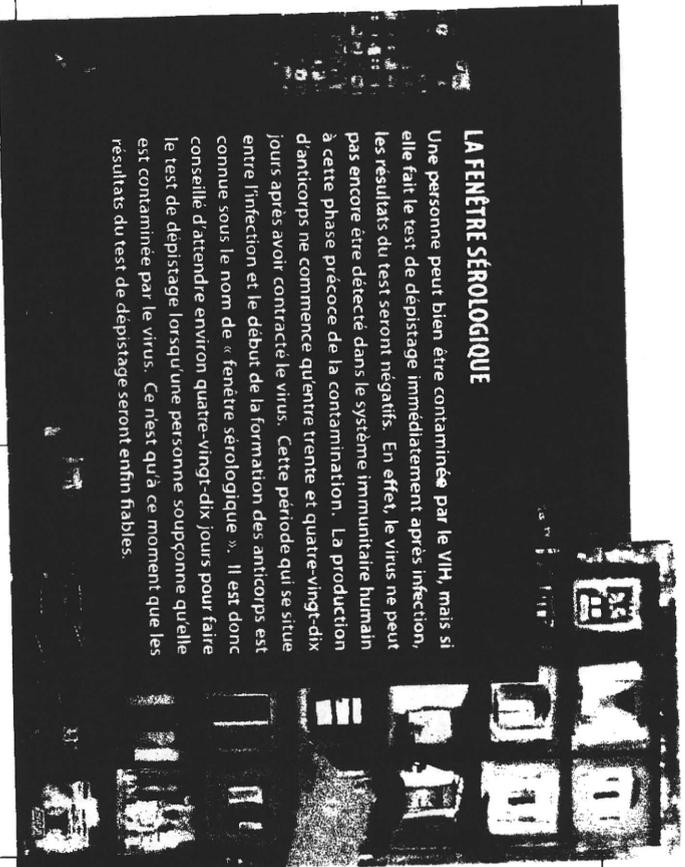
Il n'est pas conseillé de tenter de connaître son statut sérologique en allant dans un centre de don du sang. En effet, les résultats des examens ne vous seront pas communiqués.

QUAND FAIRE LE TEST DE DÉPISTAGE ?

Trois mois après avoir eu des rapports sexuels, si un individu soupçonne une infection et qu'il fait le test de dépistage du virus, les résultats seront négatifs. S'il se fait examiner moins de trois mois après avoir eu des relations sexuelles, les résultats seront aussi négatifs. Cette personne devra donc se faire examiner une fois de plus trois mois après. C'est le phénomène connu sous le terme de « fenêtre sérologique ».

LA FENÊTRE SÉROLOGIQUE

Une personne peut bien être contaminée par le VIH, mais si elle fait le test de dépistage immédiatement après infection, les résultats du test seront négatifs. En effet, le virus ne peut pas encore être détecté dans le système immunitaire humain à cette phase précoce de la contamination. La production d'anticorps ne commence qu'entre trente et quatre-vingt-dix jours après avoir contracté le virus. Cette période qui se situe entre l'infection et le début de la formation des anticorps est connue sous le nom de « fenêtre sérologique ». Il est donc conseillé d'attendre environ quatre-vingt-dix jours pour faire le test de dépistage lorsqu'une personne soupçonne qu'elle est contaminée par le virus. Ce n'est qu'à ce moment que les résultats du test de dépistage seront enfin fiables.



QUAND DÉBUTER LE

SI JE

Après le test de dépistage et une fois la séropositivité établie, le centre de santé publique est alors en mesure de recommander la personne concernée à un hôpital spécialisé ou alors décrire une lettre de référence à un médecin.

Vous devez alors régulièrement vous rendre à l'hôpital pour faire le bilan de votre taux d'immunité CD4. Lorsque le taux de CD4 est inférieur à 350, vous pouvez débuter le traitement. Ce bilan est plus facile à faire dans les pays développés où les infrastructures de santé publique sont adéquates.

Les médicaments : ARV : Les médicaments antirétroviraux. Ces médicaments réduisent les effets du virus sur la personne séroposi-



LE COÛT DU TRAITEMENT

TRAITEMENT

CONTRACTE LE VIH ?

tive. Il est extrêmement important de savoir que ces médicaments doivent être pris avec la plus grande précaution. S'ils ne sont pas pris régulièrement et en observant les prescriptions sans faille, ils peuvent avoir des effets secondaires et indésirables. Un arrêt du traitement peut entraîner une résistance du corps à l'action de ces médicaments. Le patient devra alors procéder à un changement de type d'antirétroviraux. La prise régulière et correcte de ces médicaments est donc très importante.

Dans le cas où l'une des parties est porteuse du VIH et qu'un couple marié voudrait avoir un enfant, il peut toujours le faire après avoir pris l'avis d'un médecin.

L'ASSURANCE MALADIE

Au Japon, si vous bénéficiez de l'assurance maladie, vous paierez 30% du coût total du traitement, comme c'est le cas pour tout autre soin médical.

Vos frais médicaux vont augmenter au moment où vous débutez le traitement. Cependant, vous aurez droit à un soutien financier fixant le plafond de vos dépenses médicales (entre 2,500 et 20,000 yen le mois, en raison de votre salaire ou de votre revenu).

SERVICES SOCIAUX

Le fait de bénéficier de l'assurance maladie ou encore du programme de soutien financier ne va nullement porter atteinte à votre Intimité. Les personnes séropositives peuvent recevoir une carte d'handicapé à la mairie. Ceci leur permet de rembourser les frais médicaux par le truchement de la mairie.

DU VIH

LES SANS ASSURANCE MALADIE

Si vous avez des difficultés à obtenir l'assurance maladie, vous pouvez vous adresser à un assistant social à l'hôpital.

LA SITUATION EN AFRIQUE

Le coût du traitement contre le VIH et le sida dans la majorité des pays africains est assez élevé et dans certains cas inabordable. Cependant, une évolution spectaculaire a eu lieu par rapport à la situation et il y a dix ans. Plusieurs pays africains ont initié un programme de traitements gratuits. Des pays comme le Botswana, le Cap-Vert, le Ghana, le Kenya, l'Ouganda etc., ont des programmes de traitement crédibles et fiables.

De même, dans quelques pays, des personnes séropositives et souffrantes du sida se sont mises à parler d'une seule voix. Elles ont créé des groupes de soutien. Parvers lesquels elles reçoivent l'aide de nombreuses organisations du monde entier.

En outre, contrairement au passé où les autorités politiques affichaient une certaine indifférence à l'égard du VIH et du sida, aujourd'hui elles s'impliquent davantage dans la lutte contre la propagation de cette pandémie. Le meilleur conseil que l'on puisse donner à une personne séropositive qui vit en Afrique est de se connecter au réseau de ceux et celles qui vivent avec le virus du sida dans son propre pays. Ce réseau offre un soutien moral à ses membres, mais il veille aussi à ce que ceux-ci puissent avoir accès au traitement à des prix abordables.

AIDE PSYCHOLOGIQUE

Quelques hôpitaux engagent des conseillers psychologiques spécialisés dans les questions liées au VIH, alors que d'autres ne le font pas. Même si l'hôpital où vous êtes n'a pas de conseiller psychologique, vous avez toujours la possibilité de faire la demande. La plupart des maires locales ou provinciales engagent ces conseillers et vous les envoient à la demande d'un médecin. N'hésitez donc pas à demander. Les centres de santé publique aussi sont dotés d'une cellule de crise pour aide psychologique avec l'assistance des ONGs (Organisations non-gouvernementales).

OÙ AVOIR DES RENSEIGNEMENTS ?

ONGS :

Pour tout renseignement, veuillez contacter :

AFRICA JAPAN FORUM

Du lundi au vendredi : 13:00-17:00

Téléphone : 03-3834-6902, Fax : 03-3834-6903

Courriel : info@ajf.jp

CHARM (Centre pour la santé et les immigrés)

Le mardi et le jeudi : 16:00-20:00

Téléphone : 06-6354-5901 (la région du Kansai)

SHARE

Du lundi au mardi : 10:00-17:00

Téléphone : 050-3424-0195

SERVICES PUBLICS :

Le Centre de santé publique de Shinjuku-ku (Nishi-Shinjuku)

Téléphone : 03-3369-7110 Le jeudi : 13:00-17:00

Si vous voulez avoir des renseignements sur les hôpitaux où vous pouvez vous rendre et sur le genre d'assistance que vous pouvez recevoir, veuillez téléphoner :

AMDA Le Centre international sur les renseignements médicaux

Siège social : chaque jour (365 jours) : 9:00-20:00

Téléphone : 03-5285-8088

Succursale du Kansai : du lundi au vendredi : 9:00-17:00

Téléphone : 06-4395-0555

Notez bien que la langue d'usage est uniquement l'anglais.

POUR LA VIE, AVEC AMOUR

発行日 2011年2月1日

発行所 厚生労働省研究費補助事業「エイズ対策研究費」

研究代表者 柳野雅也 研究員 藤井由起子

編集者 藤井由起子

発行所 〒110-0001 東京都千代田区千代田1-2-1

〒110-0001 東京都千代田区千代田1-2-1 2階

TEL 03-3834-6902 FAX 03-3834-6903

info@ajf.jp http://www.ajf.jp

編集者 藤井由起子

〒110-0001 東京都千代田区千代田1-2-1

TEL 03-3834-6902 FAX 03-3834-6903

info@ajf.jp http://www.ajf.jp

編集者 藤井由起子

〒110-0001 東京都千代田区千代田1-2-1

TEL 03-3834-6902 FAX 03-3834-6903

info@ajf.jp http://www.ajf.jp

編集者 藤井由起子

〒110-0001 東京都千代田区千代田1-2-1

TEL 03-3834-6902 FAX 03-3834-6903

info@ajf.jp http://www.ajf.jp

編集者 藤井由起子

〒110-0001 東京都千代田区千代田1-2-1

TEL 03-3834-6902 FAX 03-3834-6903

info@ajf.jp http://www.ajf.jp

編集者 藤井由起子

＜アフリカ＞ 3. アフリカ日本協議会活動リーフレット（英語版）

目的：在住アフリカ人に配布及び国外のアフリカ人関係者に配布しHIVの早期検査・受診のためのリーダーとなる人材獲得を図る。

■ Secretariat for the Projects/Campaigns



Ugoku/Ugokasu (Global Call to Action Against Poverty, Japan)

Ugoku/Ugokasu works in cooperation with civil society for the reduction of Poverty and the attainment of Millennium Development Goals through policy recommendations and public campaigning.
<http://www.ugokuugokasu.jp/index2.html> (Japanese and English)



Stand UP Take Action, Japan (SUTA)

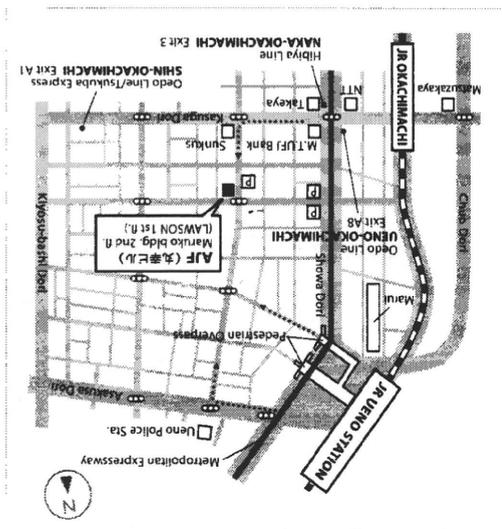
In solidarity with millions of people all around the world, Stand UP Take Action, Japan will take part in a united action of standing up in support of the end of poverty and the fulfillment of the Millennium Development Goals.
<http://www.standup2015.jp/> (Japanese only)



Project to Reinforce Innovative Commitment of Japanese NGOs to the Global Fund to Fight AIDS, Tuberculosis and Malaria

Crates for resource mobilization for the Global Fund to Fight AIDS, Tuberculosis, and Malaria through information disbursement, policy recommendations and campaigns.
<http://www.project-ring.jp/> (Japanese and English)

Published on February, 2011



Illustrations 'Greetings', Big Tokyo 1 Copyright © 2011 by Amadou TOUNKARA

JR: Okachimachi (North Gate), Ueno (Hirokoji Gate)

Metro: Naka-Okachimachi, Ueno-Okachimachi, Shin-Okachimachi, Ueno

■ Access

E-mail info@ajf.gr.jp URL <http://www.ajf.gr.jp/>

☎ +81-3-3834-6902 Fax +81-3-3834-6903

Taito-Ku, Tokyo, Japan 110-0015

2F, Maruko bldg., 1-20-6 Higashi-Ueno,

Africa Japan Forum

■ Contact

AFRICA JAPAN FORUM
 NON PROFIT ORGANIZATION SINCE 1994

Africa Japan Forum(AJF) was established in 1994, following the First Tokyo International Conference on African Development, to create a partnership with people of Africa based on the mutual agenda; purpose to alleviate the political, economic and social challenges as well as environmental degradation of Africa through support and cooperation.

More than 15 years, Connecting with Africa and Japan

Establishing Equal Partnerships with African Communities in Japan

- Providing access to HIV prevention, care and treatment to African residents in Japan.
- Organizing free medical consultation for African migrants.
- Promoting African Kids Club to learn about African heritage and culture.

Organizing Networks of NGOs Involved in Africa-Related Activities

- Coordinating Japanese civil society organization working on African issues.
- Strengthening networks and partnerships with African local NGOs in some issues like health, food security and conflicts.
- Cooperating with Ritsumeikan University Global COE Program Ars Vivendi to provide updated information and publications.

[TICAD Advocacy Team]

TICAD is one of the key processes in shaping Japanese policy on African Development had its 4th conference at Yokohama in May, 2008 led to several important commitments related to the Millennium Development Goals. To monitor these commitments and to ensure a meaningful participation of civil society throughout the TICAD process, the TICAD Advocacy Team was created within Ugoku/Ugokasu.

Building a Human Resources Bank of Japanese Working in Africa

- Mobilizing human resources of Africa Japan Forum members.
- Providing various kinds of information about Global Health, Food Security and Political issue in Africa.
- Creating networks to Japanese working in African local civil society.
- Launching to organize a study for African Childhood.

Raising Awareness of Africa

- Coordinating events and seminars promoting a better understanding of African issues.
- Advocacy and policy recommendation to increase Japanese and global contribution for global health commitments.
- Releasing weekly mail magazine on HIV/AIDS "Global AIDS Update."
- Publishing quarterly magazine on Africa and Japan Activities "Africa Now."

[Global Health]

The Global Health Program of AJF serves as the focal point in Japan for international civil society working on policy recommendations and advocacy on global health issues especially HIV/AIDS, Tuberculosis and Malaria.

[Food Security]

Civil society, international organizations and research institutions provide the necessary information and raise issues to increase understanding of food security.

Membership Fees

Individual: ¥ 10,000, Student: ¥ 6,000

Account to be remitted to:

Bank: Mitsubishi Tokyo UFJ bank, Branch: 305887

Postal: 00120-9-573276

Account holder: *Machikidoban* 2007/07/15

- Africa Japan Forum

表紙の裏

谷井

谷井

地

Free Medical Consultation and Health Care Issue

It has been more than 20 years since some of you became a member of Japanese's society. Many of you have established in business or occupied time for working or raising children.

Under this circumstance, some people already have knowledge about medical system or maintaining your health. On the other hand, with a long time residency, some of your brothers or sisters got serious illness and had been through an unfortunate death in this country.

We also heard such unwilling accidents happen these days, so as for Japanese, we have been crossing our mind that what we can do for our partner.

Now we are proposing to hold small lecture about medical issue and free medical consultation program for African, especially Tanzanian residents.

I Venue: Odasaga Plaza, Odakyu-Sagamihara

II Date/Time: Sunday, 12th September, 6:00pm-

[Contents]

I Small lecture

1. *Cost of medical treatment in Japan by Dr.Sawada (Minatomachi Clinic).*

Health insurance is useful not only for medical treatment, also subsidy to several occasions. Doctor will give you information about the cost of the treatment for common disease in Japan and useful programs to support medical expenses.

2. *How to avoid serious disease by Dr.Sawada*

1. Chronic disease [Diabetes, Heart disease, High-blood pressure, etc.]
2. Communicable disease [Tuberculosis, Hepatitis, HIV/AIDS]

3. Question time from participants

Doctor Sawada will answer your problems, concerns, etc.

II Free medical consultation

1. *Free medical consultation:* Private health consulting with Dr. Sawada

2. *Health Check-up:* Blood pressure, Urine testing and Referral letter available on your body condition

※Dr. Sawada (Minato-Machi Clinic, Yokohama and Vice-President, NPO SHARE (Services for the Health in Asian&African Regions)) is General Practitioner and is a fully experienced GP in seeing foreign patients.

Come and Join us!

Inquiry: Ms. Kaoru Kawada of Africa Japan Forum, 03-3834-6902

5. ナイジェリア人とのHIV予防
啓発を兼ねた無料健康相談のちらし

Africa Japan Forum
Non-Profitable-Organization
2rd Floor, Maruko Bldg., 1-20-6Higashi-Ueno
Taito-ku, Tokyo 110-0015 Japan
TEL:03-3834-6902
FAX:03-3834-6903

Free Medical Consultation and Health Care Issue

It has been more than 20 years since some of you became a member of Japanese's society. Many of you have established in business or occupied time for working or raising children.

Under this circumstance, some people already have knowledge about medical system or maintaining your health. On the other hand, with a long time residency, some of your brothers or sisters got serious illness and had been through an unfortunate death in this country.

We also heard such unwilling accidents happen these days, so as for Japanese, we have been crossing our mind that what we can do for our partner.

Now we are proposing to hold small lecture about medical issue and free medical consultation program for African, especially Nigeria residents.

I Venue: Africa Japan Forum, Ueno, Tokyo

II Date/Time: Sunday, 7th November, 4pm-6pm

[Contents]

A Small lecture

1. Cost of medical treatment in Japan by Dr.Sawada (Minatomachi Clinic)

Health insurance is useful not only for medical treatment, also subsidy to several occasions. Doctor will give you information about the cost of the treatment for common disease in Japan and useful programs to support medical expenses.

2. How to avoid serious disease by Dr.Sawada

1. Chronic disease [Diabetes, Heart disease, High-blood pressure, etc.]
2. Communicable disease [Tuberculosis, Hepatitis, HIV/AIDS, etc.]

3. Question time from participants

Doctor Sawada will answer your problems, concerns, etc.

B Health Check-up : Weight, Height, BMI, Blood pressure, and Urine testing.

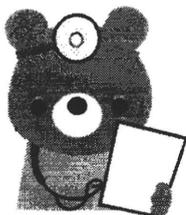
C Consultation

1. Free medical consultation with Dr. Sawada: Private health consulting with Dr. Sawada. Referral letter available on your body condition

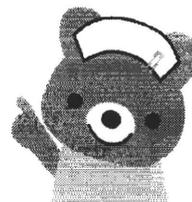
2. Free consultation with Mid-wife: Private consultation regarding with female issue and children issue

***Dr. Sawada** (Minato-Machi Clinic, Yokohama and Vice-President, NPO SHARE (Services for the Health in Asian&African Regions)) is General Practitioner and is a fully experienced GP in seeing foreign patients.

6. アフリカ人へのHIV検査案内のちらし



Free and Confidential HIV Testing



Early detection and response to HIV will save our life. Getting tested early and knowing your status can help you get the care you need or help you protect yourself and others.

Recent progress in HIV treatment has made it possible to suppress and control the activities of the virus if we properly continue to take the medication. These medications are available in Japan and in many countries in Africa by accessing the proper specialist doctor.

Let's get tested for HIV if you think you have been at risk (even once) of contracting HIV. **HIV tests will be available free of charge until March 2011 in the facilities indicated below.** Please call ahead to confirm the service hour before your visit. Your privacy will be strictly respected.

Atsugi:

Anonymous HIV test center at Atsugi YMCA

090-4028-9728

Service and Telephone instructions in English, Spanish, Portuguese, and Thai are available on the 2nd Sunday of every month from 13:00 to 15:00

5 minutes walk from Hon-Atsugi station, Odakyu Line.

Yokohama:

Minatomachi Medical Center

045-453-3673

Service is available on Monday, Tuesday and Friday afternoon from 14:00 to 17:00.

5 minutes walk from Yokohama station.

Please contact Dr. Sawada between 13:00-14:00 on Monday, Tuesday or Friday to schedule your appointment.



厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業
平成 22 年度 総括・分担研究報告書

外国人のHIV予防対策とその介入効果に関する研究

発行 平成 23 年(2011)年 3 月

研究代表者 仲尾 唯治

〒400-8575 山梨県甲府市酒折2-4-5 山梨学院大学経営情報学部

電話:055-224-1349(直通) E-Mail:nakaot@ygu.ac.jp

