

IV. ÉVFOLYAM • 3.SZÁM
2012/JÚNIUS-JÚLIUS

HETTERÁK

SZEXMUNKÁSOK ÉRDEKVÉDELMI EGYESÜLETE
1114 BOCSKAI ÚT 17.

WEBCÍM: WWW.SZEXMUNKA.HU

EMAIL: INFO@SZEXMUNKA.HU, FOLDI.AGNES@T-ONLINE.HU

TEL: 06-20-334-52-10



A rendőrség névvel és fényképpel hozta nyilvánosságra a HIV-pozitív szexmunkások adatait Görögországban

Görögországban április vége óta kötelező HIV-tesztet végeznek el minden előállított szexmunkáson. Amennyiben az eredmény pozitív, személyes adataikat és fényképüket nyilvánosságra hozzák a rendőrség honlapján, valamint vádat emelnek ellenük szándékos vagy gondatlanságból okozott maradandó egészségkárosodás, illetve veszélyeztetés miatt. A görög média szenzációként kezeli az ügyet, a lakosság körében egyre nő a pánik, civil szervezetek és nemzetközi szervezetek, többek között a UNAIDS, az ENSZ HIV/AIDS kérdésekkel foglalkozó szervezete, pedig felháborodásukat fejezik ki. Felszólították továbbá a görög kormányt, hogy azonnal szüntesse be a számos alapvető emberi jogot sértő intézkedéseket .

Athén, Görögország

A görög hatóságok bejelentették, hogy 17 HIV-pozitív nőt tartóztattak, akik állításuk szerint illegális prostituáltként dolgoztak és azzal vádolva őket, szándékosan követett el súlyos testi sértést (a súlyos testi sértés hazánkban (is) bűncselekmény, mivel 8 napon túl gyógyuló sérüléssel jár).

A 17 szexmunkás nevét és fényképeket a görög rendőrség honlapján tették közzé.

“A fényképek és nevek nyilvánosságra hozatala az emberi jogok és az orvosi titoktartás megsértése példátlan akció az érintettek megbélyegzésére” – áll a HIV-fertőzöttek segítségével foglalkozó “Pozitív Voice” nevű csoport közleményében.

A letartóztatások közepette több száz engedély nélküli bordélyház működik Görögországban, ahol az AIDS esetek száma, az elmúlt években meredeken emelkedett a szexmunkások körében.

A prostitúció legális Görögországban, a szexmunkások számára kötelezőek a rendszeres egészségügyi vizsgálatok. A hatóságok szerint azonban a szexmunkások töredéke vesz részt a szűréseken.

130 új HIV pozitív nőt szűrtek ki a közelmúltban és több száz új esetet valószínűsítene a hatóságok.

A Görög járványvédelmi központ szerint, 954 új HIV-fertőzést jelentettek 2011-ben, ez 57 százalékos növekedést jelent az előző évhez képest. A vírus terjedése továbbra is a homoszexuális férfiak között a leggyakoribb, de az esetek száma 15-szeresére nőtt droghasználók körében 2011-ben.

Görögország parlamenti választásokat tartott és Loverdos azt mondta, hogy felhívja a következő kormány figyelmét arra, hogy nyilvánítsák bűncselekménnyé a védekezés nélküli szexuális aktust a bordélyházakban.

Forrás: TAMPEP International Foundation



A dohányzás Magyarországon is az egyik legfontosabb oka a korai, idő előtti halálozásnak és az egyik legfontosabb, megelőzhető oka számos betegségnek.

A dohányzás az egyik legjelentősebb életmódi kockázati tényező, a WHO szerint a világban évente bekövetkező halálozások 8,8%-a dohányzással hozható összefüggésbe. Ez megközelítőleg egy Finnországnyi, azaz közel öt millió ember halálát jelenti. A dohányosok fele a dohányzás okozta megbetegedésbe hal bele. A halálozások számának emelkedése mellett a dohányzás a betegségterheket is növeli, mivel számos betegség kialakulásában okozati tényező. Nem csupán a dohányzó személy egészségét veszélyezteti, hanem a környezeti dohányfüst terhelésnek kitett személyek körében is nő a megbetegedések kockázata, illetve a terhesség alatti dohányzás a születendő gyermek egészségét is veszélyezteti.

Magyarország a világ élvonalába tartozik a daganatos betegségek okozta halálozás területén. A dohányzás súlyos anyagi terhet ró a dohányosra, családjára és a társadalomra. Magyarország a világ cigarettafogyasztóinak élvonalába tartozik a naponta egy főre jutó 2200 szál fogyasztásával és a dohányosok magas arányával. A dohányosok hazánkban átlag egy doboz elszívásáról számolnak be naponta.

A dohányzásról leszokni, ha már rászokott valaki, nagyon nehéz, leggyakrabban akkor szoknak le a dohányosok, ha megbetegszenek. A nők a terhesség kedvéért gyakran abbahagyják a dohányzást, de egy-két év múlva folytatják, míg a férfiak kicsit későbbi korban, szív- és érrendszeri betegségek miatt tartósan, gyakran végleg feladják ezt a szokásukat.

Dohányzás okozta megbetegedési és halálozási mutatók

Magyarországon az 1970 és 1999 közötti időszakban kb. 800 ezer halálozás a dohányzás miatt következett be, azaz az utóbbi három évtizedben dohányzás okozta minden ötödik ember halálát. (6. ábra) A férfiak halálozásainak 28%-a, a nők halálozásainak mintegy 9%-a dohányzás-specifikus halálozás.

A dohányzással összefüggő betegségek (a szájüreg, a garat, a légcső, a tüdő, a nyelőcső daganatai és az iszkémiás szívbetegségek, az agy érbetegségek és krónikus tüdőbetegségek). 35 év alatt alig hal meg valaki a dohányzás következtében, ezen életkor után viszont ugrásszerűen megemelkedik a halálozások száma. 1999-ben a 35-64 éves férfi népességben a halálozások 35%-át okozta a dohányzás, az azonos korú női népességben 17%-ot. 65 évnél idősebb férfiak körében a halálozás 27%-a, míg a nők körében 8% volt a dohányzás következménye. A nemdohányzók védelméről szóló törvény módosítása értelmében 2012. január 1-től már valamennyi zárt légtérű közforgalmú helyiségben teljes dohányzási tilalom van érvényben.

**A dohányzásról nagyon nehéz leszokni!
A dohányzásleszokást segítő rendelkezések,
a Dohányzásról Leszokást Támogató Központ által üzemeltetett leszokás vonal:
06 1 393 5170**

A leszokás vonal normál díjazással az ország teljes területéről elérhető a leszokni vágyó dohányzók számára. A Központban 30 képzett tanácsadó (orvosok, pszichológusok, egészségtanárok) nyújt telefonos, egyéni és csoportos leszokás támogatást.



Nyári bőrápolás

Ha a hőmérő higanyszála 30 C° fölé emelkedik, növekszik a páratartalom, a hám felső rétegének fizikai tulajdonságai megváltoznak és ez befolyásolja a dermis anyagcseréjét is. Ha a napi bőrápolás nem alkalmazkodik a megváltozott igényekhez akkor károsodik a hám felszíne, megváltozik a járulékos szervek működése. A melegben a bőrerek kitágulnak, a bőr kipirul, fokozódik a hő leadás, fokozódik a verejtéktermelés, a faggyútermelés. A nedves, összefekvő bőrterületeken a hám védőrétege sérülhet és ez bőrfertőzésekhez vezethet. Ezért szükséges, hogy a megszokott tisztálkodási szokások, a bőrápolás, a sminkelés az évszaknak megfelelően történjen.

A napfény hatása:

A legáltalánosabb tévedés az, hogy a napsugár korlátlanul egészséges, pedig a napsugárban olyan különböző hullámhosszúságú sugarak vannak, melyek károsítják a bőr felszínét és a bőr alatti szöveteket is. A légköri rétegek sok káros sugarat elnyelnek, de az utóbbi években az ózon réteg vékonyodása miatt csökkent ez a védelmi hatás és a légköri szennyezés (vegyszeranyagok, atomreaktor balesetek) is fokozza a napozási ártalmakat.

A károsítás mértéke függ a sugárzás mennyiségétől és az emberek egyéni érzékenységétől is. A korai károsodást napégés, fájó, gyulladt bőr formájában lehet felismerni, ami néhány nap alatt elmúlik. Fontos azt tudni, hogy bőrünk nem felejt, az ismételt sugárártalmak összeadódnak és évtizedek múlva jelentkeznek az esetleges késői károsodások. A napfény ellen védelmet nyújt a bőr festéktartalma, ami ernyőként védi a mélyebben lévő szöveteket. Annak alapján, hogy a bőr milyen mértékben képes festéket termelni, négyféle bőrtípust különböztetünk meg.

- 1 típus: fehérbőrű, napon mindig megpirosodik a bőre, nem barnul le,
- 2 típus: könnyen leég, nehezen barnul,
- 3 típus: csak ritkán ég le a napon, könnyen megbarnul a bőre,
4. típus: nem pirosodik meg a bőre, gyorsan barnul.

Évek óta a napsütötte, barna bőr a divat, ma azt mondanánk, hogy státusz szimbólum.

A napfény által okozott leggyakoribb ártalmak: száraz, ráncos, korán öregedő bőr, barna színű foltok, rosszindulatú daganatok. A napon való tartós tartózkodás miatt károsodott bőr jellemzésére alkották meg a földműves bőr, tengerész bőr fogalmát. A szem és a haj károsodására is kell gondolni és napozásnál azok védelméről is kell gondoskodni.

Kiknek kell különösen óvatosan napozniuk: az 1-2 bőrtípusba tartozóknak, bizonyos gyógyszereket szedőknek (a gyógyszerek fokozhatják a nap hatását),



azoknak akiknek bőrén barna foltok, anyajegyek vannak, bőrbetegeknek, akiknek a családjában bőrdaganat fordult elő. Tekintettel arra, hogy az utóbbi 20 évben megtízszereződött a bőrdaganatok száma, ez arra utal, hogy mindenkinek felül kell bírálnia a napozási szokásait. Tévhit az is, hogy a fényvédőkkel (12-es faktor felett) korlátlanul lehet napozni. A fényvédők csak ahhoz segítenek hozzá, hogy meghosszabbítják azt az időt, amit az egyébként egészséges ember a napon tölthet. Használatuk ezért javasolt.

Mit tanácsolhat a bőrgyógyász a napozáshoz: ne napozzon senki évente 50 óránál többet, beleértve a szoláriumban töltött időt is². Napozáskor javasolt bőségesen folyadékot fogyasztani (vizet, gyümölcslevet), mert a szövetek hidratálása és a vérkeringés egyensúlyához ez fontos. Napozáskor nem javasolt alkohol tartalmú italt inni. A bőr bekenése test szerte hidratáló zsírozó krémekkel, fényvédőkkel mindig szükséges, mert a hámsejtek rugalmasságát és védekezését ez fokozza. Vizes bőrrel nem tanácsos a napozás, mert a vízcseppek apró nagítóként működnek és fokozzák a napégés veszélyét. Vannak fényvédő ételek is, melyek festék és karotin tartalmuknál fogva fokozzák a napfénytűrést. Ilyen ételek a sárga-piros gyümölcsök, zöldségek: sárgarépa, paradicsom, paradicsompaprika, sárgadinnye, görögdinnye, tök (téli napozáskor sütőtök). Nem ajánlatos fűszeres ételek fogyasztása.

Milyen bőrbetegségek gyakoribbak nyáron?

Miliaria: a verejték valamilyen ok miatt (túlzott verejtékezés, a kijárat nyílás elzáródása) nem tud a bőrfelszínre jutni és a pangó váladék körül gyulladás alakul ki. Kicsiny pirosas színű papulák láthatók a bőrön, elsősorban kisgyerekeknél.

Kezelés: hintóporos szárítás, gondos bőrtisztítás

Akut napégés: A helytelen napozási szokások vagy gondatlanság miatt nem ritka. Általános tünetek is kísérhetik: hányás, láz, fejfájás, centrális neurológiai tünetek. Kezelés: folyadékpótlás, bőrnyugtatók: Azulenol kenőcs, Panthenol spray, Phlogosam hab. Általános tünetek esetén kórházi kezelés

Phytophotodermatitis: (növény + napfény = hólyagos) fény hatására akkor alakul ki, ha olyan növények érintkeznek a bőrrel (1. ábra), melyek furokumarint tartalmaznak (pl. zeller, paszternák). Phototoxikus reakció következtében jön létre. Pigmentációval gyógyul. Kezelés: borogatás, hólyagmegnyitás, fényvédelem

Phototoxikus reakció: kiváltásában szerepet játszik a napfény ultraibolya sugárzása és valamilyen gyógyszer, kozmetikum vagy vegyszer (pl. permetező-szer, növényápoló szer). A kémiai anyag bejuthat a szervezetbe szájon át, belégzéssel, intravénásan vagy a bőrrel való érintkezéssel, kontakt úton. Leggyakoribb provokáló gyógyszerek: doxycyclin, furosemide, sulfonamid, thiazid, phenothiazin, salicylanilid. A diagnózis felállításában fontos a gondos anamnézis,



a bizonyításban a phototest. A klinikai képet jellemzi:

erythema, ödéma, ekcéma, hólyagok.

Két fő reakció típus különböztethető meg:

1. Phototoxikus reakció (bárkinél előfordulhat, gyógyszer+ napfény = hólyagos bőrtünet). Kezelés: tüneti, gyógyszer elhagyása, kiváltó szer kiküszöbölése
2. Photoallergiás reakció _ immunológiai reakció. Kezelés: gyulladáscsökkentés, szisztémás kortikoszteroid adása is szóba jöhet. Allergiás kivizsgálás szükséges.

Összefoglalás:

Az akut bőrgyógyászati tünetek a nyári hónapokban gyakran készítetik arra az érintetteket, hogy családorvosukat, vagy ha szabadságukat lakóhelyüktől távol töltik, akkor az ügyeleteket keressék fel panaszaikkal.

A leggyakoribb szezonális bőrpanaszok és bőrtünetek helyes kezeléséhez helyi bőrgyógyászati szerek alkalmazása általában elegendő. A napfény hatására megjelenő bőrtünetek nem ritkán jelzik bőrbetegség kezdetét (fényérzékenység, ekcéma, elszarusodási zavar, stb.) ezért az akut ellátás után tanácsos azt javasolni a betegnek, hogy mielőbb keresse fel a bőrgyógyászati szakrendelőt!

Kormányzati intézkedések a lakáshitelek érdekében

A magyar lakosság lakáshitel állományának mértéke, azon belül is a deviza adósság drámai mértéke, és ebből adódóan a bajba jutott hitelek egyre növekvő száma hazánk egyik legsúlyosabb gazdasági, pénzügyi, és társadalmi problémája.

Orbán Viktor miniszterelnök “modernkori istencsapásnak” nevezte a devizahitelek problémáját.

2004 előtt a lakosság teljes lakáshitel-állománya 1220 milliárd forint volt és ennek mindösszesen 1,3%-át (20 milliárd forint) tette ki a ma legnagyobb problémákat okozó devizahitelek aránya. Mára a magyar lakosság több mint 6300 milliárd forint értékű lakáshitelt nyög, 2002 és 2010 között a devizahitelek összege a 140-szeresére emelkedett!

A Pénzügyi Szervezetek Állami Felügyelete adatai szerint 2011. június végén 1.225.419 lakossági jelzálog-fedezettű szerződés volt, ezek negyedénél már van valamilyen késedelmi probléma, több mint egytizedüknél (kb. 142 ezer) pedig 90 napon túli az elmaradás. A PSZÁF becslései szerint a több mint 301 ezer késedelmes tartozás közül mintegy 262 ezer, a mintegy 142 ezer 90 napon túl tartozóból pedig 123 ezer devizaalapú hiteltartozás.

2010. november 27-én életbe lépett a lakáshiteleket segítő törvénycsomag.

- a bankoknak kötelező a deviza középárfolyam vagy a Magyar Nemzeti Bank hivatalos devizaárfolyamának alkalmazása,
- az adósoknak ingyenesen, illetve minimális díj ellenében rendelkezésre áll az előtörlesztés lehetősége,
- a futamidő alatt egy alkalommal díjmentessé vált a futamidő legfeljebb öt évvel történő meghosszabbítása is, ha a fogyasztó legalább kilencven napos késedelemben van.

A kormányrendelet meghatározza, hogy lakáscélú hitel-, kölcsön- és pénzügyi lízingszerződéseknél a pénzügyi intézmény milyen feltételek esetén emelheti a kamat mértékét.

Az Otthonvédelmi Akcióterv öt pillére:

- 1. Árfolyamrögzítés**
- 2. Kamattámogatási program**
- 3. Nemzeti Eszközkezelő**
- 4. Kilakoltatási moratórium feloldása**
- 5. Devizahitelezés engedélyezése**

További információk: www.hitelsegitseg.hu



A nyári méregtelenítés leghatékonyabb módszerei

A sok tartósító szerrel, színezőanyaggal és más szintetikus szerekkel ellátott élelmiszerek fogyasztása miatt benned is több káros anyag halmozódik fel. Ezért néha testünkben is nagytakarítást kell tartani. Ne aggódj, ehhez nincs szükség porszívóra és mosószerekre, csupán a kitartásodra, ugyanis a méregtelenítésről van szó.

A méregtelenítő kúra megtisztítja a szervezetedet a lerakódott káros anyagoktól, ugyanakkor fogyókúrához is tökéletes, hiszen gyorsítja az anyagcserét és segíti az emésztést.

Amit tudnod kell a méregtelenítésről

A méregtelenítésnek sok fajtája létezik, végezhetsz gyümölcs vagy zöldség kúrát, tarthatsz folyadék napot és még sorolhatnám. A legkedveltebb az ivólé böjt, amikor meghatározott ideig csak folyadékot viszel be a szervezetedbe. Ez lehet 1-3, de akár 10 napos kúra is, attól függően, hogy vélhetően mennyi mérgezőanyag halmozódott fel benned, és mennyire bírod ezt a fajta terhelést.

Fontos azonban felkészíteni a szervezeted az előtted álló tisztító kúrára, legyen az bármilyen típusú, így az előtte lévő napokon már csak könnyű ételeket fogyassz, kis mennyiségben. A fokozatosság a kúra után is szükséges, folyamatosan szoktasd vissza testedet a normál étrendhez. A méregtelenítést ajánlott évente kétszer elvégezni, ősszel és tavasszal, azonban a nyár is alkalmas időpont lehet az idénygyümölcsöknek és zöldségeknek köszönhetően. Ez idő alatt az 1-1,5 liter folyadékmennyiséget növelni kell (körülbelül 2-2,5 literre), a tisztítás hatásosságának érdekében.

A méregtelenítés hatásai

A tisztító kúra után az anyagcseréd javul, a bőröd feszesebbé válik, és a zsíros bőrre is jótékonyan hat. A hajad fényesebb lesz, továbbá segít az ideális testsúly kialakításában és javítja a testi, szellemi erőnlétedet. Méregtelenítő kúrád hatékonyságát fokozhatod szaunázással, így az izzadás révén a bőrön át is távoznak a mérgezőanyagok, a masszázs pedig fokozza a nyirokeringést, ezáltal javítva a kúra hatását. Egészséges táplálkozással hosszabb ideig is fenntarthatod a tisztító kúra utáni állapotot.

A méregtelenítés kellemetlen mellékhatásai lehetnek a bőrkiütések, a hasmenés vagy a hasfájás, de ilyenkor se hagyd abba a kúrát, mert ezek a mérgezőanyagok távozását jelzik. Ebben az esetben igyál még több folyadékot, és pár nap alatt megszűnnek a tünetek.

Három napos ivóléböjt kúra

Ennek a méregtelenítésnek a lényege, hogy a kúra során nem fogyasztasz szilárd ételt,



csupán folyadékot viszel a szervezetedbe. Ihatsz vizet, szénsavmentes ásványvizet, gyógyteákat, gyümölcsök, valamint zöldségek kifacsart levét és zsiradék nélkül elkészített leveket. A lényeg, hogy legalább 2 és fél, de még jobb, ha 3 liternyi folyadékot fogyasztasz.

Gyümölcs- és zöldséglevelek

Présgép vagy gyümölcscentrifuga segítségével otthon is elkészítheted ezeket az italokat, de kizárólag bio alapanyagokat használj! Ha nincs otthon ilyen géped, akkor bio boltokban kapható, tartósítószer-mentes, 100%-os leveket vásárolj. Íme, néhány zöldség és gyümölcs, melyek kiválóak az ivólébjt kúra alatt:

Cékla: Serkenti a májsejtek működését, ezáltal a méregtelenítési folyamatokat is. Enyhe hashajtó hatású.

Sárgarépa: Illóolajai fokozzák a gyomor és a belek vérellátását; segíti az emésztést.

Savanyú káposzta: Serkenti a bélműködést, béltisztító, gyulladáscsökkentő és vérképző hatású.

Uborka: Alacsony energiatartalmú, kiváló bőrtisztító hatású.

Zeller: Szabályozza a szervezet vízháztartását, hasznos alapanyaga a méregtelenítő kúráknak.

Narancs: Serkenti az anyagcserét, sok vitamin található benne.

Grapefruit: Béltisztító, gyulladáscsökkentő, valamint baktérium és gombaölő hatása van.

Alma: Serkenti az emésztést és nyugtató hatású.

Ananász: Fokozza az emésztést és a zsírégetést.

Méregtelenítő teák

A zöldség- és gyümölcsleveken kívül fogyaszthatsz teákat is. A teafüveket gyógynövény boltban vásárolj, és mindig frissen készítsd el. Ha keveréket szeretnél készíteni, tájékozódj a boltban (vagy az interneten), hogy mely gyógynövények egészítik ki egymás hatását, és milyen arányban kell keverni őket.

Hasznos gyógynövények: bodzavirág, csalánlevél, feketeribizli-levél, zsurló.

A kúra idején mellőzd a kávé, az alkohol és az energia ital fogyasztását. Ha pedig dohányzol, lehetőleg méregtelenítés idejére mellőzd a cigarettát, vagy csökkentsd minimálisra az adagot.

Ennek a kúrának az ajánlott időtartama 3 nap, azonban végezheted kevesebb vagy hosszabb ideig is, egészségi állapotodtól függően. Amennyiben valamilyen betegségben szenvedsz, kérd ki háziorvosod tanácsát a méregtelenítés előtt.



Erdélyi József: nyári dal
Csakhogy itt van,itt a nyár:
csakhogy engem itt talál:
csakhogy a tél s a tavasz,-
nem vitt el az a ravasz.

Itt a nyár,itt a nyár:
egy üveg sör egy pohár,
itt van az asztalomon,
s iszok,mint bölcs Salamon.

Vadgesztenyefa alatt
írom ezt a dalomat,
míg leírok egy pár sort
megiszok egy pohár sört.

Itt a nyár,itt a nyár,
Örülök,hogy itt talál,
a Márványmenyasszonyban,
hol annyi szép asszony van.

Örülök,hogy itt a nyár,
s,hogy engemet itt talál:
vadgesztenyefa alatt,
jól találom magamat.

Itt a nyár,itt a nyár,
ha kiürül a pohár,
töltök bele új italt,
s folytatom a nyári dalt.

**Egyesületünk ingyenes weboldalszerkesztő és blogíró
tréninget szervez, ha szeretnél Te is
részlet venni ezen, akkor jelentkezz
a 06-20-334-52-10-es telefonszámon Földi Ágnesnél.**

Sürgősségi fogamzásgátlási ambulanciák
Intim Zóna • Tel: 06-30-30-30-456

Szűrővizsgálat

A prostituáltak részére kiadandó orvosi igazoláshoz kapcsolódó Szűrővizsgálat. A szűrővizsgálat a szexuális úton terjedő megbetegedések vizsgálatát végzi (Chlamydia, Hepatitis B, HIV, Szifilisz, Tripper). A vizsgálatok térítési díj kötelesek (mint más foglalkozás egészségügyi vizsgálatok), ára: 23.000 Ft, azaz huszónháromezer forint és 3 hónapig érvényes.

**További információk, időpontegyeztetés:
Dr. Mlinkó Éva 06-30-97-13-781**



Az újságot kiadja a Szexmunkások Érdekvédelmi Egyesülete
Elnök: Földi Ágnes
1114 Bp. Bocskai út 17.
Webcím: www.szexmunka.hu
Email: info@szexmunka.hu • foldi.agnes@t-online.hu
Tel: 06-20-334-52-10
Grafikai munkák: Bognár György
Az újságot szerkesztette: Bodzsár Marianna