



التواصل والقبول:

مقالة علمية عن الصحة للطلاب الدوليين

مفهوم المصطلحات

التعاريف

الهوية الجنسية - هي المشاعر الداخلية والفردية العميقة التي يشعر بها الشخص تجاه تجربة الجنس،¹ والتي قد تتوافق أو لا تتوافق مع الجنس الذي تم تحديده عند الولادة. ويشمل الإحساس الشخصي بالجسد، والذي قد يتضمن - إذا تم اختياره بحرية - تعديل المظهر الجسدي أو الوظيفي بالوسائل الطبية أو الجراحية أو غيرها. الهوية الجنسية موجودة على الطيف، لذلك لا ترتبط بالضرورة بجندر واحد. ويمكن أن تكون مرنة انسيابية تتطور على مدار حياة الإنسان.

رهاب المثلية² - المواقف أو المشاعر السلبية أو النفور غير المنطقي أو الخوف أو الكراهية تجاه المثليين أو المثليات أو الأشخاص والمجتمعات أو السلوكيات النمطية لـ "مثلية الجنس". يتم استخدامه للدلالة على الحالة النفسية المعادية والتي تؤدي إلى التمييز، أو المضايقات أو العنف ضد المثليين أو السحاقيات.

العنصرية³ - الأفكار أو الممارسات التي تنشئ أو تحافظ على أو تديم عنصرية التفوق العنصري أو هيمنة مجموعة على أخرى.

الأقليات الجنسية والجنسانية هم الأفراد الذين لديهم توجه جنسي ليس من جنسين مختلفين حصرياً وله هويته الجنسية و/أو تعبيره الجنسي يختلف عن الجنس المحدد عند الولادة. قد تعرف الأقليات الجنسية والجندرية أو لا تعرف ضمن هوية أو مصطلح معين، مثل +LGBTIQ.

التوجه الجنسي - هو الانجذاب الجسدي، الرومانسي و/أو الجنسي لشخص (أو عدمه) الذي يتمتع به شخص تجاه الآخرين. ويتضمن ثلاثة عناصر: الانجذاب الجنسي والسلوك الجنسي والهوية الجنسية^{4,5}. بالنسبة للبعض، التوجه الجنسي مرن ويتغير مع مرور الوقت. بينما يراه آخرون أمراً فطرياً للغاية ولا يتغير بمرور الوقت. يختلف التوجه الجنسي عن الهوية الجندرية، ولا يمكن الاستدلال على أحدهما من الآخر.

العابرون جنسياً - (غالبا ما يتم اختصارهم إلى العابرون جنسياً) **والتنوعين بين الجنسين** مصطلحات شاملة للأشخاص الذين هويتهم الجنسية أو أدوارهم الجنسية أو تعبيرهم الجنسي لا يتوافق مع المعايير والتوقعات المرتبطة عادة بالجنس المحدد لهم عند الولادة. ويشمل الأشخاص المتحابرين جنسياً أو متنوعي الجندر. العابرين جنسياً قد يعرف الأشخاص على أنهم العابرين جنسياً، أنثى، ذكر، امرأة عابرة أو رجل عابرة جنسياً أو عابر جنسياً أو باستخدام مصطلحات أخرى. **التنوع الجندري** الأشخاص الذين يعرفون بأن جندريهم مرن أو لا ينتمون إلى أي من نوعي الجنس المتعارف عليهم. قد يعبر الأشخاص العابرون والتنوعون جندريا عن جندريهم بمجموعة متنوعة من الطرق الذكورية، الأنثوية و/أو المختة. هذا بغض النظر عما إذا كانوا قد خضعوا العبور بين الجنسين، عبر تدخلات هرمونية أو جراحية، لواءمة فسيولوجيتهم مع هويتهم الجندرية. بينما تزداد شهرة هذه المصطلحات في العديد من البلدان، إلا أنه قد يتم استخدام مصطلحات أخرى في عدة ثقافات.⁶

رهاب العبور الجنسي² - الاتجاهات والمشاعر السلبية والنفور، الخوف أو الكراهية أو عدم التسامح مع الأشخاص والمجتمعات العابرة. مثل غيره من التحيزات، فهو مبني على الصور النمطية والمفاهيم الخاطئة المستخدمة لتبرير التمييز والمضايقة والعنف تجاه الأشخاص العابرين جنسياً، أو أولئك الذين يُنظر إليهم على أنهم عابرون.

الاختصارات

- **ART** - العلاج المضاد للفيروسات القهريّة
- **LGBTQ+** - المثليات والمثليين ومزدوجي التوجه الجنسي العابرين جنسياً وأحرار الجنس
- **PrEP/PEP** - الإجراء الوقائي قبل التعرض للمرض/الإجراء الوقائي بعد التعرض للمرض
- **OHIP** - خطة التأمين الصحي في أونتاريو
- **TRS** - الجراحة المتعلقة بالمرحلة الانتقالية
- **UHIP** - خطة التأمين الصحي الجامعي

¹ يشير النوع الاجتماعي إلى المعايير للوضعية اجتماعياً والتي تفرض وتحدد السلطة والأدوار والعلاقات بين النساء والرجال والفتيان والفتيات والتحولين جنسياً للأشخاص المتنوعين جنسياً بما في ذلك الأشخاص ذوي الهويات الجنسية غير الثنائية. تنوع المعايير والأدوار والعلاقات بين الجنسين من مجتمع إلى آخر وتتطور عبر الزمن. ليريد من المعلومات، طالع <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/gender-and-health>. WHO's Q&A: Gender and Health, at: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/gender-and-health>. <https://www.rainbowhealthontario.ca/news-publications/glossary/> ² <https://www.ohcn.on.ca/action-plan-to-confront-anti-black-racism/> ³ Defining sexual health: report of a technical consultation on sexual health. Geneva: WHO; 2006 ⁴ <https://www.cesal.lu/perch/resources/whodefiningsexualhealth.pdf>, accessed 17 November 2022. ⁵ Born free and equal: sexual orientation, gender identity and sex characteristics in international human rights law, 2nd ed. Geneva: Office of the High Commissioner of Human Rights; 2019 https://www.ohchr.org/Documents/Publications/Born_Free_and_Equal_WEB.pdf, accessed 17 November 2022. ⁶ Specific indigenous terms include "hijra" (India), "meti" (Nepal), "skesana" (South Africa), "motsaale" (Lesotho), "kuchu" (Uganda), "waria" (Indonesia), "kawein" (Malaysia), "muxé" (Mexico), "fa'afafine" (Samoa), "fakaleiti" (Tonga), "tarajens" (Iran) and "two-spirit" (some North American indigenous peoples).



قائمة المحتويات

6

أنا طالب دولي وقد لا أبدو شخصاً مستقيماً مغايراً للجنس.

8

كان فضولي حول تقبل LGBTQ في كندا أحد أسباب مجيئي لها.

10

أشعر بأشياء كثيرة في وقت واحد. مع من يجب أن أتحدث؟

12

كنت أظن أن كندا متنوعة ثقافياً. لم أتوقع التعرض للعنصرية.

14

هل يمكنني الوصول إلى الخدمات الصحية في الحرم الجامعي بشأن احتياجاتي الجنسية الصحية؟

18

اعتقدت أن الجنس وللواعدة سيكونان ممتعين وغير معقدين. لكنه مرهق!

23

ساعدني على فهم ثقافة العقاقير الترويحية.

24

هل أنا معرض لخطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية (HIV)؟

25

هل يتم التحدث علناً عن الأمراض المنقولة جنسياً STIs وفيروس نقص المناعة البشرية HIV عندما يلتقي الرجال للمواعدة أو الجنس؟

26

هل يمكنني الحصول على العلاج الوقائي ضد فيروس نقص المناعة البشرية (PrEP) (HIV) كطالب دولي؟

28

هل يمكنني الحصول على التغطية لرعاية فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) والعلاج إذا كانت نتيجة فحصي إيجابية؟

31

ماذا لو كنت مصاباً بفيروس نقص المناعة البشرية وأريد البقاء في كندا بعد الانتهاء من دراستي؟

32

أريد أن أستكشف إمكانية التحول بين الجنسين. أين يمكنني الحصول على المزيد من المعلومات؟

للوصول إلى المواضيع الموجودة في هذه الصفحة، أو الروابط الموجودة على كل الصفحات، يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة الموجود بجانب رقم الصفحة.





أنا طالب دولي وقد لا أبدو شخصاً مستقيماً مغايراً للجنس.

قد يكون من المخيف التشكيك في هويتك الجنسية أو الجندرية. ربما تكون قد سمعت أشخاصاً يصفون أنفسهم بأنهم مثليين أو مزدوجي التوجه الجنسي أو شاذ أو عابر أو غير ثنائي أو مثلية، وقد لا تكون متأكدًا إذا كانت هذه المصطلحات مناسبة لك - ولا بأس بذلك. أن تكون مدركاً بأنك قد تكون مختلفًا عن معظم أصدقائك أو عائلتك أمر يحدث مع مرور الوقت. كشخص يفكر بذاته فيما يتعلق بهويتك الجنسية أو ميولك الجنسية، قد تخشى مما قد يعتقده أصدقاؤك أو عائلتك في الوطن. قد تشعر أيضًا بالقلق بشأن ما قد يخبره مستقبلك إذا قمت باتباع العلاقات المثلية أو تغيير هويتك الجندرية. قد تؤثر هذه المخاوف على قدرتك على التركيز أكاديميًا أو مدى تقبلك من قبل أصدقاء جدد.



يقضي العديد من الطلاب الدوليين وقتهم بعيدًا عن المنزل كفرصة لاستكشاف الذات. قد تشعر في هذه الرحلة بالوحدة في بعض الأحيان. هذا المورد عبارة عن دليل لمساعدتك في هذه الرحلة ويتضمن روابط إلى خدمات وموارد إضافية. يحدد هذا الدليل الأسئلة الشائعة التي يطرحها الطلاب الدوليون غالبًا حول المثليات والمثليين وثنائيي الجنس والعاشرين جنسياً وأحرار الجنس (LGBTQ+) والخدمات والدعم متوفر في أونتاريو، كندا، متبوعة بالإجابات التي نأمل أن تجدها مفيدة.



كان فضولي حول تقبل LGBTQ في كندا أحد أسباب مجيئي ها.

تتمتع كندا بسمعة دولية جيدة فيما يتعلق بقضايا LGBTQ+. يتاح الزواج من نفس الجنس في جميع أنحاء البلاد، والتمييز على أساس التوجه الجنسي أو الهوية الجندرية محظور، على عكس العديد من البلدان في العالم، ويشارك العديد من القادة السياسيين في فعاليات مسيرة الفخر بـ LGBTQ+. وهذا يعطي الكثير من الناس انطباعًا بأن كندا بلد مرحب جدًا ويتكون من فسيفساء ثقافية متناغمة. لكن، ربما تكون قد أدركت الآن أن ثقافتنا وتاريخنا أكثر تعقيدًا. كندا لديها تاريخ طويل من التمييز والعنف ضد الشعوب الأصلية. ويوجد هنا رهاب المثلية الجنسية ورهاب العبور الجنسي والعنصرية.

ومن المهم أيضًا معرفة أن القانون الكندي يحظر التمييز على أساس التوجه الجنسي والهوية الجنسية والحالة الصحية (والتي تشمل أن تكون مصابًا بفيروس نقص المناعة البشرية (HIV)، العرق، الجنسية أو الإثنية. إذا كنت تعتقد أنك تعرضت للتمييز، تحدث إلى سلطات جامعتك أو كليتك (إذا كنت تشعر بالراحة والأمان عند القيام بذلك) وفكر في طلب استشارة قانونية، وفكر في طلب المشورة القانونية، مثل الخط الساخن المجاني



على مركز الدعم القانوني لحقوق الإنسان في أونتاريو أو العيادة القانونية لفيروس نقص المناعة البشرية/الإيدز أونتاريو (إذا كنت تعاني من التمييز على أساس الحالة الإيجابية لفيروس نقص المناعة البشرية^{7,8} HIV) كما أنه من المخالف للقانون أن تتخذ أي مؤسسة أو منظمة أي إجراء ضدك، مثل إنهاء عملك أو حصولك على التعليم، إذا اتخذت تدابير لحماية حقوقك.

هناك الكثير من الناس هنا من خلفيات ثقافية متنوعة وهم جزء من مجتمع LGBTQ+ بشكل منفتح وبكل ثقة. ولكن، قد تسأل، أين هؤلاء الناس؟ أريد مقابلتهم! قد تجد أن هؤلاء الناس يكونون في مجموعات صداقة صغيرة ولا يرحبون دائماً بأشخاص جدد على الفور، وخاصة في المدن الكبرى. إنشاء شبكة من الأصدقاء ووجود مجتمع داعم أمر ممكن، ويستغرق وقتاً. قد يكون من الأسهل البدء في التواصل مع مجتمع أو مجموعات الحرم الجامعي التي تم تصميمها للأشخاص LGBTQ+ من جميع فئات المجتمع.

⁷ مركز الدعم القانوني لحقوق الإنسان (HRLSC)، مفتوح 9:00 - 17:00، من الاثنين إلى الجمعة، الخط الساخن للجاني: 1866-625-5179. معلومات إضافية عن الخدمات متاحة على: <https://hrlsc.on.ca/>.

⁸ العيادة القانونية HIV/AIDS في أونتاريو. معلومات إضافية متاحة على: <https://www.halco.org/>.



أشعر بأشياء كثيرة في وقت واحد. مع من يجب أن أتحدث؟

أولاً، دعنا نتفحص ما الذي يحفز مشاعرك الصعبة. وهنا بعض التجارب المشتركة للوافدين الجدد إلى كندا،^١ على وجه الخصوص، الطلاب الدوليين LGBTQ+:

- استبعادك من مجموعات أقرانك
- الشعور بالارتباك أو الحجل بشأن ميولك الجنسية
- الرغبة في استكشاف هويتك الجنسية ولكنك لا تشعر بالأمان
- عدم القدرة على التحدث باللغة الإنجليزية كما تريد
- عدم الحصول على نفس الدعم الذي كنت تتمتع به في وطنك
- الرغبة في الانتماء ولكنك تشعر بأنك لا تتناسب مع المجموعات المستقيمة العادية أو مجموعات LGBTQ+
- الشعور بالانفصال عن العائلة والأصدقاء
- الخوف من الرفض من أفراد الأسرة
- "الكشف" عن غير قصد للأشخاص الموجودين في حياتك من خلال الانتماء الجماعي أو وسائل التواصل الاجتماعي



- التعرض لضغوط ما بعد الصدمة بسبب شيء فظيع الذي حدث في الماضي
- التعرض لسوء المعاملة والبيئات المعادية (أي التمييز) نتيجة لثقافتك أو عرقك أو بلدك الأصلي أو اللغة أو الهوية الجنسية/الجنسانية
- عدم وجود ما يكفي من المال و/أو فقدان دخلك

قد تجعلك هذه المشاعر متردداً في الحديث عن التوتر والمشاعر الأخرى كالخجل، والخوف، والوحدة، وارتباك الهوية، والحزن. قد تعتقد أن مقابلة أحد المختصين ستكون محرجة أو تلك الخدمات محجوزة للأشخاص الذين ليسوا على ما يرام حقاً. غير أنه يمكنك الوصول إلى المتخصصين في الصحة النفسية (أي الأخصائيين الاجتماعيين والمستشارين وعلماء النفس والأطباء النفسيين، والكثير غيرهم) فهم الخبراء ومصادر الراحة عندما تواجه مشاعر مرهقة. والحقيقة هي أن الجميع يمكن أن يستفيد من التحدث إلى شخص ما!





كنت أظن أن كندا متنوعة ثقافيا. لم أتوقع التعرض للعنصرية.

في حين أن كندا هي موطن لأشخاص من ثقافات متنوعة، إلا أن الكثير من ذوي الأعراق المختلفة لا يزالون يعانون من العنصرية، والتي يمكن أن تتخذ شكل: شخص ما يرد عليك بطريقة غير لطيفة، يتجاهلك، يجعلك تشعر بالخجل بسبب هجتك، أو يدلي بتعليقات سلبية عليك بناءً على ذلك على خلفيتك العرقية أو العنصرية أو جنسيتك.

قد يكون من الصعب ملاحظة هذه الأشكال من الاستبعاد والتعرض لها.

إذا كنت من بلد تنتمي فيه إلى المجموعة العرقية أو الدينية السائدة، فمن المرجح أن تكون تجربة كونك أقلية أمر جديد ويمكن أن يكون غير مريح. يعتبر جعلك تشعر بأنك غير مرحب به بسبب ثقافتك أو لون بشرتك أو هجتك أو بلدك الأصلي نوعاً من العزل. من المهم أن تعرف أن هذا غير مقبول.



تحدث ضد العنصرية، عندما يكون القيام بذلك آمناً. لكن الأهم من ذلك، إذا كنت مرتاحاً للقيام بذلك، فتحدث إلى خدمات الطلاب في جامعتك أو الكلية لمعالجة هذا الأمر، والتواصل مع الأشخاص الذين يجعلونك تشعر بشكل جيد عن نفسك حتى تتمكن من البدء في بناء مجتمع.

"... تواصل مع الأشخاص الذين يجعلونك تشعر بالرضا عن نفسك حتى تتمكن من البدء في بناء مجتمع."



هل يمكنني الوصول إلى الخدمات الصحية بالحرم الجامعي لتلبية احتياجاتي الصحية الجنسية؟

نعم. إذا كنت نشطًا جنسيًا، فمن المهم إجراء فحص للعدوى المنقولة جنسيا بانتظام. يواجه معظم الطلاب تحدي قدرة التحدث مع شخص ما عن الخدمات الصحية التي يحتاجونها. هذا يعنى الكشف عن الشخص الذي تمارس معه الجنس ونوع الجنس الذي تمارسه. سيحدد هذا نوع الفحص والعلاج الذي يجب أن تتلقاه. على سبيل المثال، يتطلب التهاب الحلق بعد ممارسة الجنس الفموي مسحة من الحلق للفحص، في حين أن الانزعاج التناسلي مثل الألم عند التبول سوف يتطلب عينة بول. بعض الناس يفضلون الذهاب إلى متخصص عيادة الصحة الجنسية حيث سيتم طرح أسئلة محددة حول تاريخهم الجنسي. يشعر بعض الطلاب براحة أكبر عند الذهاب إلى عيادة الصحة الجنسية التي لا تستدعي ذكر الاسم بدلاً من الخدمات الصحية في الحرم الجامعي. اختر الخيار الذي يشعرك بالراحة.



والسؤال الذي لا يقل أهمية هو التغطية المالية للخدمات الصحية المتعلقة بالجنس.

إذا كنت تدرس في إحدى جامعات أونتاريو، فإن خطة التأمين الصحي الجامعي (UHIP) ستغطي جميع خدمات الطبيب المدرجة في جدول الفوائد المتضمنة حالياً في خطة التأمين الصحي في أونتاريو (OHIP)،¹⁰ والتي تشمل فحص الأمراض المنقولة جنسياً والعدوى المنقولة بالدم. UHIP ليست مجانية ولكن معظم الطلاب قاموا بالدفع للتغطية من ضمن الرسوم المدرسية. لا تغطي UHIP تكلفة الأدوية الموصوفة - على الرغم من أن بعض الرعاية الصحية ممتدة الخطط المقدمة من خلال الاتحادات الطلابية تفعل ذلك، ويمكن للطلاب الشراء خطط الأدوية الخاصة. وبالإضافة إلى ذلك، منظمات خدمة فيروس نقص المناعة البشرية/الإيدز المحلية قد تكون قادرة على مساعدتك في الوصول إلى الأدوية الرخيصة أو برامج الدعم المالي.

¹⁰ Community Resource Connections of Toronto (2007). التعرف على خدمات الصحة النفسية في تورونتو: دليل إرشادي لمجتمعات القادمين الجدد.

"إذا كنت نشطاً جنسياً من المهم إجراء فحص لانتقال العدوى جنسياً بانتظام. يعتبر التحدي بالنسبة لأغلبية الطلاب هو التحدث مع شخص ما عن الخدمات الصحية التي يحتاجونها."

إذا كنت ملتحقاً بكلية في أونتاريو، فمؤسستك التعليمية واتحاد الطلبة سيقومون بترتيب خطة رعاية صحية خاصة لك والتي على الأرجح ستكون ضمن الرسوم المدرسية الخاصة بك. الكليات في أونتاريو ليس لديها خطة موحدة مثل UHIP، لذلك ستختلف التغطية. ستغطي بعض الخطط الصحية كل من خدمات الطبيب/الفحص والأدوية الموصوفة، بينما لا تغطي بعضها الأدوية. كما أن ذلك ينطبق أيضاً على الطلاب الدوليين الملتحقين بالمدارس الثانوية ومدارس اللغات.

لعرفة ما تغطيه خطة الرعاية الصحية في مدرستك، قد يكون من الأفضل مراجعة خطط التغطية الخاصة بك عبر الإنترنت والتي يجب أن تكون متاحة على الموقع الإلكتروني للمنشأة التعليمية التي التحقت بها. طلاب المدارس الثانوية في تورونتو وأوتاوا قد يستفيدون بشكل خاص من الخدمات المجانية والسرية الملائمة للشباب التي تقدمها منظمة Planned Parenthood.

حدد موقع خدمات الفحص والعلاج السرية والمجانية بغض النظر عن نوع المؤسسة التي تدرس فيها. يمكنك العثور على عيادة قريبة لك عن طريق زيارة <https://hiv411.ca> و <https://sexualhealthontario.ca/>

إضافة إلى ذلك، فإن فحوصات فيروس نقص المناعة البشرية HIV دون حاجة لذكر الاسم مجانية في أونتاريو. لا تحتاج بطاقة أو رقم خطة التأمين الصحي في أونتاريو (OHIP) للحصول على فحص فيروس نقص المناعة البشرية مجهول الاسم. للعثور على عيادة فحص دون ذكر الاسم في أونتاريو، يمكنك الاتصال بمركز أونتاريو للإيدز والصحة الجنسية المجاني والسري خط المعلومات (ليس عليك ذكر اسمك أو معلوماتك):

اللغة الإنجليزية وعدد من اللغات الأخرى: 416-392-2437

أو الخط المجاني في أونتاريو 1-800-668-2437

باللغة الفرنسية: خط مجاني في أونتاريو 1-800-267-7432

الموقع الإلكتروني: <https://www.toronto.ca/community-people/health-wellness-care/sexual-health-infoline-ontario/>

احصل على بعض المعلومات السريعة عن الصحة الجنسية الآن:

• للرجال المنحيدون للرجال
• المقر الرئيسي لعبادة الصحة
• النفسية والجنسية
• عن الإنترنت PrEP

• للمتحولين الذكور
• للمتحولات الإناث
• للنساء المنحيدات للنساء







اعتقدت الجنس والمواعدة سيكونان ممتعين ودون تعقيد. لكن الأمر مرهق!

قد تعتقد ذلك في عالم يبحث فيه الجميع عن التواصل، فسيكون من السهل مقابلة شخص ما. قد ترغب لاستكشاف العلاقات من خلال مجموعات الطلاب LGBTQ - يوجد في بعض الجامعات مجموعات LGBTQ مرتبطة بتخصصات دراسية محددة مثل القانون أو الطب. المدن الكبرى لديها أيضا نطاق من مجموعات ومنظمات مجتمع LGBTQ. بالنسبة للبعض، يمكن أن يتم التعارف والمواعدة في كثير من الأحيان عبر الإنترنت، وتكون للمنصات الخاصة بها الثقافة الفرعية الخاصة باللغات والقواعد - خاصة بالنسبة للرجال. إذا كنت رجلاً مثلياً أو مزدوج التوجه الجنسي، فإليك بعض الأشياء التي يجب عليك وضعها بعين الاعتبار عندما تبحث عن التواصل عبر التطبيقات:



- قد تشعر أو لا تشعر بالارتياح عند مشاركة صورة الوجه. سيعبر بعض مستخدمي التطبيق عن إحباطهم إذا كان لديك فراغ الملف الشخصي ولا ترسل صورة مع رسالتك الأولى.
- يمكن للرجال المثليين أن يكونوا مباشرين للغاية فيما يتعلق بذكر موافقهم الجنسية عبر الإنترنت؛ كن مستعدًا لوضع نفسك في فئة التفضيلات: أعلى، أسفل، متعدد الاستخدامات، مقابل أعلى، مقابل أسفل. هناك أيضا الرجال الذين يهتمون بالجنس الفموي بدلاً من الجنس الشرجي. لا تشعر بالضغط لوضع أي شيء في ملفك الشخصي أو القيام بأي شيء يجعلك غير مرتاحا.
- الملفات الشخصية الفارغة تجعل التواصل أكثر صعوبة. إذا كنت تطلع إلى التواصل مع الآخرين، أكمل جوانب ملفك الشخصي التي تتحدث بقدر أكبر من المعلومات الديموغرافية (الطول والوضع) والأشياء المفضلة/غير المفضلة جنسيا، مثل ذكر اهتماماتك وأنشطتك.
- يمكن أن تكون الملفات الشخصية في تطبيقات المواعدة مربكة. على سبيل المثال، قد يقولون أنهم يبحثون فقط عن الأصدقاء بينما يعرضون صيغهم العارية كصورة ملفهم الشخصي. إذا أدرجوا اهتماماتهم على أنها البحث عن أصدقاء، الدردشات والمواعدة والعلاقات، وفي الوقت الحالي قد لا تعرف إلى أين ستصل محادثتك.

- قد تقابل أشخاصًا لديهم تخمينات حول ما تفضله في حياتك الجنسية ونمطك كحبيب عليه بناء خلفيتك الثقافية أو لون بشرتك، أو قد يتم رفضك كشريك جنسي أو رومانسي لنفس الأسباب. وهذا ما يسمى العنصرية الجنسية. يمكنك تحديها وتجاهلها و/أو الاستثمار في الرجال فقط ممن يحترمونك.
- في بعض الأحيان يتأثر اتخاذ اختياراتنا المتعلقة بالمخاطر الجنسية و/أو استخدام العقاقير برغبتنا في تقليل العزلة وتجنب الرفض. فكر في ذلك بعناية: يمكن أن يعني مبادلة التواصل البدني الآن للقلق في وقت لاحق. تحدث إلى شخص تثق به.
- عندما تقابل أشخاصًا عبر الإنترنت وتسعى إلى إقامة علاقات معهم، ستلاحظ بسرعة أن العديد من الرجال المثليين يفضلون العلاقات "المفتوحة". (أي العلاقات الجنسية مع أكثر من شريك أثناء نفس الفترة الزمنية). ثلاثة أشياء يجب وضعها في الاعتبار هي
 1. افتراض أن الزواج الأحادي هو النموذج الافتراضي للعلاقة الذي يمكن أن يؤدي إلى مخاطر جنسية و/أو إيذاء للمشاعر؛
 2. رغبة الشخص في أن يكون في علاقة مفتوحة لا تعني أنه لا يهتم بك؛ و مجرد رغبة الشخص في علاقة مفتوحة لا يعني أنه يريد ذلك فهم خراء في القيام بذلك بشكل جيد - ربما ما زالوا يطورون كلاً من مهاراتهم العاطفية ومهارات التواصل لديهم
- وأخيراً، من المهم أن نلاحظ أن هناك ثقافة جنسية تعاطي المخدرات (اقتران بين العقاقير والجنس) الذي قد لا تكون على دراية به معها قبل الوصول إلى كندا. ويشير إلى هذا باسم chemsex أو PnP، والتي تعني الاحتفال واللعب. تماماً مثلما قد يؤدي تعاطي الكحول، العقاقير الترويحية إلى العديد من الوظائف. يمكن استخدامهم لتعزيز المتعة، الحد من القلق، تخفيف الخجل، أو الشعور بالقرب أكثر من الآخرين. وقد يؤدي أيضًا إلى مشاعر الحزن أو القلق في الأيام اللاحقة.
- إذا كان لديك فضول بشأن المزاوجة بين الجنس والعقاقير، فاقرأ القسم التالي حتى تتمكن من فهم المخاطر واتخاذ قرارات مستنيرة.





ساعدني في فهم ثقافة الجنس والعقاقير الترويحية.

إذا كنت جديدًا في مشهد LGBTQ في كندا، فسوف تلاحظ ذلك بسرعة أن الناس يتحدثون عن العقاقير الترويحية باستخدام أحرف مثل E (النشوة)، K (الكيتامين)، أو GHB (غامما هيدروكسي بوتيرات)، و"تين"، "كريستال" أو "T" (الميثامفيتامين). ستلاحظ أيضًا تعاطي المخدرات (أو "الاحتفال") غالبًا ما يقترن بالجنس، خاصة بين بعض الرجال المثليين. يخبر الناس عن العديد من النتائج الإيجابية والمتعة لاستخدام العقاقير عندما تكون في حالات مغامرة للاستخدام المتعارف عليه. ولكن كقاعدة عامة: الذي يصعد للأعلى، لا بد أن يزل للأسفل.

تشمل الآثار اللاحقة (أو "دوار النملة") لمعظم العقاقير انخفاض الحالة المزاجية، والقلق، والتعب والجفاف وتشتت التركيز في اليوم (الأيام) التالي. المواد التي تدوم لفترة أطول تكون بشكل عام أقوى، مما يعني أن الآثار اللاحقة ستكون أكثر وضوحًا. ولا تنس أن حياة كل هذه المخدرات أمر غير قانوني في كندا ويمكن خلطها مع مواد مجهولة لزيادة آثارها. انتبه لما تشتريه وتحمله معك.

هناك تحديان رئيسيان غالبًا ما يتم الإبلاغ عنهما من قبل الرجال المثليين المنخرطون في تعاطي العقاقير ذات الطابع الجنسي (المعروفة أيضًا باسم "chemsex" أو "PnP"). كثيرًا ما يذكرون بأن:

1. تقديم تعاطي المخدرات لأول مرة أثناء اللقاء الجنسي لم يكن مصحوبًا بالكثير من المعلومات حول التأثيرات المرغوبة ومخاطر تناول مادة معينة.
2. قد يصبح من الصعب ممارسة الجنس الرصين إذا بدأ عقلك وبدنك في ربط الجنس بـ "كونك منتشيًا".
3. يزداد خطر الإصابة بمشكلة تعاطي المخدرات ذات التأثير السلبي على صحتك الجسدية والعقلية عند تكرار الاستخدام لفترات طويلة.

نصيحة: كن حذرًا بشكل خاص بشأن الميثامفيتامين (أو "تين"). بالنسبة للعديد من الأشخاص، كان من الصعب حقًا الإقلاع عن هذا العقار، وله آثار جانبية شديدة أكثر من غيره من العقاقير الترويحية الأخرى. قد تسمع الناس يتحدثون حول "تقليل الضرر". يتعلق الأمر باستخدام الجهود الإستراتيجية لتقليل النتائج السلبية الناجمة عن استعمال العقاقير (مثل تناول الدواء الوقائي PrEP إذا كنت تفكر في ممارسة الجنس بدون وقي ذكري، أو الخروج مع صديق أو التمتع في موقع يتم الإشراف عليه، أو حمل مجموعات من النالوكسون إلى المنزل، وغيرها من الاستراتيجيات). كن على علم حول ما تضعه في جسمك وحاول خلق مساحة لنفسك حيث يمكنك أن تشعر بالأمان إذا كنت تستخدم أي مادة. يمكنك العثور على المزيد من المعلومات هنا.





هل أنا معرض لخطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية (HIV)؟

يعتمد خطر إصابتك بفيروس نقص المناعة البشرية على ممارساتك الجنسية وتعاطي المخدرات. إذا كنت رجلاً معجباً بأشخاص آخرين، فمن المهم أن تعرف أن هذا المجتمع لديه عدد أكبر من الأشخاص المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية مقارنة بالمجتمعات الأخرى في أونتاريو. ينتقل فيروس نقص المناعة البشرية عن طريق الاتصال بسوائل معينة في الجسم، مثل الدم، والمخ، والسوائل المهبليّة، والسوائل الشرجية. الطريقة الأكثر احتمالاً للإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية تكون عن طريق ممارسة الجنس بدون استخدام الواقي الذكري (المهلي أو الشرجي) مع شخص مصاب بفيروس نقص المناعة البشرية، ولكن لا يتناول العلاج المضاد للفيروسات القهقرية أو أن الحم الفيروسي لفيروس نقص المناعة البشرية لدى الشخص منخفض إلى مستوى يكفي لمنع انتقال الفيروس إلى الآخرين.

إذا كان شريكك مصاباً بفيروس نقص المناعة البشرية، ويخضع للعلاويحمل فيروس نقص المناعة بمستوى منخفض يصعب اكتشافه، لا يمكنهم نقل الفيروس إليك. ولكن عليك أن تسأل لتعرف وغالباً ما تكون هذه الحادثة غير مريحة. وعلى صعيد الوقاية، لا يزال الواقي الذكري هو الطريقة الأفضل من الناحية الاقتصادية لمنع انتقال فيروس نقص المناعة البشرية. كما أن العلاج الوقائي قبل التعرض (PrEP) فعال للغاية إذا تم تناوله على النحو الذي تم وصفه.

هل يتم التحدث علناً عن الأمراض المنقولة جنسياً STIs وفيروس نقص المناعة البشرية HIV عندما يلتقي الرجال للمواعدة أو الجنس؟

في بعض الأحيان يذكر الرجال مواقفهم تجاه فيروس نقص المناعة البشرية (او مدى تفضيلهم لممارسة الجنس مع الرجال المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية أو الرجال غير المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية) كجزء من ملف تعريف المواعدة/اللقاء الخاص بهم. لكن الكثير منهم لا يتحدثون علناً عن فيروس نقص المناعة البشرية HIV أو غيره من الأمراض المنقولة جنسياً STIs، مما قد يؤدي إلى حدوث افتراضات غير صحيحة حول الصحة الجنسية وزيادة خطر الإصابة بالأمراض المنقولة جنسياً STIs وفيروس نقص المناعة البشرية HIV.

يوجد لدى الناس وجهات نظر مختلفة حول مدى أهمية الحديث عن الأمراض المنقولة جنسياً/STIs عند مقابلة رجال آخرين. يوجد المنظور الجماعي والمنظور الفردي

المنظور الجماعي: إذا قمت بإجراء الفحص بانتظام وسألت عن شريكك عن آخر فحص روتيني قام به، سوف تكتسب شعوراً بالطمأنينة بأن كلا منكما مهتم بصحته الجنسية وصحة الشخص الآخر الجنسية. كما أنه يفتح مجالات التواصل إذا ظهرت الأعراض على أحدهم بعد الجماع وتحتاج إلى إبلاغ الشخص (الأشخاص) الآخر.

الفردي: إذا كنت شخصياً مهتماً بصحتك الجنسية (أي تقوم بإجراء فحص روتيني كل 6 أشهر أو قبل ذلك إذا كانت هناك أعراض؛ أو كل 3 أشهر إذا كنت تتناول الدواء الوقائي PrEP أو إذا كنت نشطاً جنسياً مع شركاء مختلفين)، فلا داعي لسؤال الآخرين عن ممارساتهم. بالإضافة إلى ذلك، قد تفترض أن الأشخاص لن يمارسوا الجنس معك حين تظهر عليك أعراض نشطة أو أنك تقبلت أن نقل العدوى المنقولة جنسياً STI هو دائماً احتمال في أي لقاء جنسي.

يختلف فيروس نقص المناعة البشرية HIV عن الأمراض المنقولة جنسياً STIs الأخرى لأنه لا يوجد له علاج - على الرغم من إمكانية القدرة على إدارة التعامل مع فيروس نقص المناعة البشرية بشكل جيد باستخدام الأدوية - كما أنه يصاحبه درجة أعلى من وصمة العار. يتردد بعض الرجال في الكشف عن إصابتهم بفيروس نقص المناعة البشرية HIV لأنهم لا يريدون أن يتم رفضهم، خاصة إذا كانوا يتناولون أدوية العلاج والتي لا توقف خطر نقل فيروس نقص المناعة البشرية. بغض النظر عن حالة فيروس نقص المناعة البشرية، بعض الرجال يفضلون تجنب المحادثات حول فحص فيروس نقص المناعة البشرية والوضع لحوفهم من أن يتعارض مع التدفق ومزاج اللقاء الجنسي.



هل يمكنني الحصول على العلاج الوقائي ضد فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) (PrEP) كطالب دولي؟

يأتي العلاج الوقائي قبل التعرض (PrEP) في شكل حبوب وأكثرها غالبًا ما يتم تناوله يوميًا كوسيلة للوقاية من فيروس نقص المناعة البشرية. كطالب دولي، قد يكون من الصعب الوصول إلى PrEP. قد تضطر إلى استخدام تأمين مدرستك أو تغطية خاصة لتغطية تكلفة زيارتك للعيادة والدواء. إذا كان لديك تأشيرة طالب صالحة، فأنت كذلك قادر على طلب PrEP عبر الإنترنت من خارج البلاد بسعر تكلفة أقل بكثير مما هو متاح في كندا.

برنامج PrEP مجاني للأفراد الذين لديهم بطاقة OHIP صالحة والذين تقل أعمارهم عن 24 عامًا بدون تأمين خاص، أو أكبر من 65 عامًا أو هم على شكل من أشكال المساعدة الاجتماعية. فيما يلي الخطوات يمكن للطلاب الدولي أن يتخذها للحصول على PrEP:

1. حسب المخاطر الخاصة بك

حدد ما إذا كنت مرشحًا جيدًا لبرنامج PrEP بناءً على حالة نشاطك الجنسي باستخدام حاسبة المخاطر

2. برنامج البدء في الدواء الوقائي PrEP

تم إنشاء هذا البرنامج لمنح الأفراد إمكانية الوصول إلى برنامج PrEP بينما يكتشفون أي برنامج علاج خاص أو عام أفضل بالنسبة لهم.

3. قم بمراجعة التغطية الخاصة بك

يتكلف الدواء الوقائي PrEP حاليًا ما بين 250 دولارًا و280 دولارًا شهريًا في أونتاريو اعتمادًا على الصيدلية التي تتعامل معها. هذا هو المبلغ الذي سوف تدفعه للحصول على PrEP إذا لم يكن لديك أي تغطية تأمينية.

انظر إلى حزمة المزايا الصحية التي تقدمها مدارسك واتحادات الطلاب لمعرفة مقدار التغطية التي يمكنك الحصول عليها للأدوية العامة. في بعض الأحيان يمكن القيام بذلك عبر الإنترنت، ولكن غالبًا ما يتطلب الأمر إجراء مكالمات هاتفية مع شركة التأمين. اسم الدواء الذي تستفسر عنه يسمى تينوفوفير-إمتريسيتابين (TDF/FTC) أو إمتريسيتابين-تينوفوفير (FTC/TAF).

4. الرعاية الصحية المستمرة

إذا كانت لديك تغطية دوائية كاملة أو جزئية، فأنت بحاجة للحصول عليها من خلال إجراء محادثة مع الطبيب حول الحصول على وصفة طبية وإعادة التعبئة. يجب فحص جميع المرضى الذين يخضعون لبرنامج PrEP الوقائي كل ثلاثة أشهر للأمراض المنقولة جنسيًا STIs وفيروس نقص المناعة البشرية HIV والكرياتينين (لقياس مدى جودة تقوم الكلى بعملها في تصفية النفايات من دمك). ستشمل هذه المجموعة المنتظمة من الفحوصات الحلق أيضًا ومسحات المستقيم للأمراض المنقولة جنسيًا STIs. يتم إعادة ملء الوصفات الطبية الخاصة بـ PrEP كل ثلاثة أشهر بعد الانتهاء من الفحص المطلوب.

ضع في اعتبارك هذه العيادات عبر الإنترنت والعيادات الشخصية في بحثك لوصفي PrEP ذوي المعرفة:

- **HQ Sexual and Mental Health Clinic** (Greater Toronto and Hamilton Area)
- **Ontario Clinic finder**
- **The PrEP Clinic**
- **Ottawa Public Health Clinic**
- **غيرها من مراكز الصحة المجتمعية**

5. إذا كانت التكلفة لا تزال تشكل عائقًا

- a. تساعد عيادة **Blue Door Clinic** الطلاب الدوليين بشكل خاص القادمين الجدد. تواصل معهم لمعرفة ما إذا كان بإمكانهم المساعدة!
- b. وفقًا لوزارة الصحة الكندية وخدمات وكالة الحدود الكندية، يمكن لزوار كندا استيراد الأدوية الموصوفة طبيًا مباشرة إلى عنوان منزلهم في كندا، لعدم مقاطعة أي دورة علاج تم البدء فيها في بلدهم الأصلي. اقرأ دليل الزوار لكندا هذا عبر **Davie Buyers Club**.
- c. لمعرفة كيفية طلب PrEP عبر الإنترنت، تفضل بزيارة **The Sex You Want**، أو **PreP Online**.

6. طرق أخرى لمنع انتقال فيروس نقص المناعة البشرية HIV

- a. تذكر أنه يمكنك تقليل خطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية عن طريق:
 - i. استخدام الواقي الذكري؛ و
 - ii. إجراء محادثات مع شركائك حول ما إذا كانوا يتناولون أدويتهم أم لا بشكل مستمر (إذا كانوا مصابين بفيروس نقص المناعة البشرية) أو أدوية العلاج (إذا كانوا مصابين بفيروس نقص المناعة البشرية).
- b. إذا كنت تعتقد أنك تعرضت لخطر كبير للإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية (على سبيل المثال ممارسة الجنس الشرجي مع شخص مصاب بفيروس نقص المناعة البشرية ولا يتناول العلاج الفعال لفيروس نقص المناعة البشرية أو شخص غير معروف حالته فيما يتعلق بفيروس نقص المناعة البشرية ولم تستخدم الواقي الذكري ولم تتناول العلاج الوقائي قبل التعرض؛ مشاركة الإبر عند حقن المخدرات)، فقد تتمكن من الوصول إلى دورة مدتها 28 يومًا من العلاج الوقائي بعد التعرض (PEP).

ينبغي أن تؤخذ PEP في أقرب وقت ممكن بعد التعرض، ويفضل أن يتم ذلك خلال 24 - 48 ساعة، على الرغم من إمكانية توفيره ما يصل إلى 72 ساعة بعد التعرض. PEP متاح في المستشفى أقسام الطوارئ، حيث سيكون مقدمو الرعاية الصحية أولًا قم بتقييم خطر إصابتك بفيروس نقص المناعة البشرية قبل تحديد ما إذا كنت كذلك صالح. و يمكن دفع تكاليف PEP من خلال خطة التأمين الصحي الخاص أو من الجيب. عادةً ما يتم تقديمه مجانًا فقط في حالة التعرض من خلال الاعتداء الجنسي.





هل يمكنني الحصول على التغطية لرعاية فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) والعلاج إذا كانت نتيجة فحصي إيجابية؟

دفع ثمن أدوية فيروس نقص المناعة البشرية

على غرار برنامج PrEP، ابحث في تغطية المزايا الصحية الخاصة بك من خلال مدرستك حيث قد تتم تغطية أدوية علاج فيروس نقص المناعة البشرية بشكل كامل أو جزئي. إذا أكملت دراستك وتخطط للبقاء في كندا، سوف تحتاج إلى شراء تأمين صحي مستقل، أو الدفع من جيبك، أو العثور على عمل مع مزايا دوائية كافية لتغطية أو تغطية تكاليف العلاج دعم الأدوية الخاصة بك وتكاليف الدم الروتينية.



الوصول الرحيم إلى أدوية فيروس نقص المناعة البشرية (وتسمى أيضًا الوصول الموسع) قد يكون أيضًا خيارًا لبعض الطلاب. إلا أن كل شركة أدوية لديها برنامج الوصول الرحيم الخاص به. يمكنك الحصول على أكبر قدر ممكن من المعلومات المحدثة من خلال الأطباء أو عيادات الصحة الجنسية التي توفر الاختبار. عيادة Blue Door Clinic وعيادة HQ Sexual and Mental Health Clinic هما عيادتان تقدمان الدعم للطلاب الدوليين الذين ثبتت إصابتهم بفيروس نقص المناعة البشرية HIV.

ليس عليك أن تقوم بكل ذلك بمفردك

إذا كنت مصاباً بفيروس نقص المناعة البشرية HIV وقد أتيت إلى أونتاريو كمواطن دولي طالباً (سواء كنت مسجلاً أو متخرجاً حديثاً)، يمكنك الوصول إلى الخدمات التالية للحصول على المشورة والموارد الإضافية:

- منظمة خدمات HIV/AIDS الأقرب إليك
- طبيبك الحالي أو عيادة الصحة الجنسية التي أجريت فيها الفحص وكانت النتيجة إيجابية
- The Blue Door Clinic (GTA)
- عيادة HIV/AIDS القانونية في أونتاريو
- اطلع على هذا الدليل لزوار كندا عبر Davie Buyers Club
- HQ Sexual and Mental Health Clinic





ماذا لو كنت مصاباً بفيروس نقص المناعة البشرية وأريد البقاء في كندا بعد الانتهاء من دراستي؟

يفكر العديد من الطلاب الدوليين من مجتمع LGBTQ+ في البقاء في كندا بعد الانتهاء من دراستهم لأسباب عديدة - تتراوح بين فرص العمل، للحفاظ على صداقاتهم، والحاجة إلى الابتعاد عن عائلاتهم في بلدهم الأصلي. غالباً ما تزداد الرغبة في البقاء في كندا عند الأشخاص الذين كانت نتيجة فحصهم لفيروس نقص المناعة البشرية إيجابية أثناء إقامتهم.

معظم الأشخاص الذين يتقدمون بطلب ليصبحوا مقيمين دائمين في كندا يجب أن يخضعوا لفحص طبي خاص بالهجرة، والذي يتضمن فحص فيروس نقص المناعة البشرية إلا أنه نادراً ما يشكل الفحص الطبي مشاكل بالنسبة لمعظم المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية المتقدمين. إذا كانت تكاليف الرعاية الصحية السنوية لمقدم الطلب، بما في ذلك تكلفة أدوية فيروس نقص المناعة البشرية HIV الخاصة بهم، لا تتجاوز 24,057 دولاراً كندياً (اعتباراً من يناير 2022)، فلن يتم قبول الشخص طبيياً في كندا على أساس "الطلب الرائد". ومن الجدير بالذكر أن "الطلب المفرط" لا يؤثر على قرارات عدم القبول الطبية لطالبي اللجوء، الأشخاص المحميون، وبعض الأشخاص تحت فئة كفالات أفراد الأسرة.

يمكن لطالبي اللجوء المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية أيضاً الحصول على الدواء دون الحاجة إلى ذلك تم تقييمه بسبب "الطلب المفرط". قد تكون مؤهلاً أيضاً للحصول على وضع اللجوء في كندا إذا كنت قادراً على إثبات أنك ستخضع لذلك الاضطهاد على أساس التوجه الجنسي والهوية الجنسية و/أو التطرف الوصمة المرتبطة بفيروس نقص المناعة البشرية في بلدك الأصلي. معلومات إضافية عن عملية التقديم متاحة على:

[The Law Foundation of Ontario](https://www.lawfoundationofontario.ca/)

قد تكون هناك أيضاً طرق أخرى متاحة للإقامة الدائمة لك اعتماداً على الظروف الفردية الخاصة بك. أفضل طريقة لتحديد ما إذا كنت مؤهلاً بموجب أحد هذه المسارات هو التحدث مع محامي الهجرة. قد تكون قادراً لتلقي مشورة قانونية مجانية في [العيادة القانونية](#). [اجتمعك المحلي](#).





أريد أن أستكشف إمكانية العبور بين الجنسين. أين يمكنني الحصول على المزيد من المعلومات؟

إن التساؤل حول هويتك الجنسية أو التفكير في تغييرها يمكن أن يكون مثيرًا ومخيفًا. تتوفر مجموعات الدعم الاجتماعي مثل Gender Journeys إلى جانب مجموعات الشباب الأخرى (على سبيل المثال، **Supporting Our Youth**) بأشكال مختلفة في جميع أنحاء المقاطعة.

يمكن أن تشمل تغييرات الهوية الجنسية كل من العبور الاجتماعي العبور الطبي. قد يشمل العبور الاجتماعي تغييرات في التعبير عن الجنس، مثل طريقة لباسك، طريقة تسطيح الصدر، ووضع مساحيق التجميل، وتغيير اسمك أو الضمائر التي تعود عليك. **عبادة عبور الهوية الجنسية** توفر المساعدة القانونية المجانية للأفراد العابرين جنسياً والأفراد ذوي الروحين وغير الثنائيين فيما يتعلق بتقديم طلبات تحديد الهوية وتغيير الأسماء وتغييرات العلامات الدالة على الجنس وغيرها من



الاحتياجات ذات الصلة. يتضمن التحول الطبي العلاج الهرموني والتدخلات الجراحية. يتم تغطية العديد من العمليات الجراحية بواسطة OHIP وبالتالي، سيتم تغطيتها بواسطة UHIP وغيرها من خطط الرعاية الصحية. من المرجح أن يغطي برنامج UHIP العلاج الهرموني أكثر من الخطط الأخرى (أي وصفات التستوستيرون والإستروجين ومضادات الأندروجين)؛ لكن، من الصعب الحصول على تغطية الجراحة المرتبطة العبور (TRS).

غالبًا ما يتطلب العبور الطبي إجراء مشاورات مع مختلف الجهات الصحية مقدمو الرعاية الذين قد يشملون المرضى الممارسين والأطباء وعلماء النفس أو الأطباء النفسيين، والفرق الجراحية. إذا كان هذا يهكم، فابدأ الرحلة من خلال مراجعة بعض هذه الموارد:

Women's College Hospital •

Rainbow Health Ontario •

OHIP on Sex Reassignment Surgery •

Sherbourne Health •

إذا كان لديك المزيد من الأسئلة حول TRS، راجع هذه الروابط:

• **الجراحة المتعلقة بالانتقال: الأسئلة المتداولة للأشخاص في أونتاريو تفكر في إجراء عملية جراحية والأشخاص الذين يدعمونها من خلال**

• **تقييم TRS وعملية الإحالة للحصول على موافقة الوزارة على تمويل OHIP من قبل**

Rainbow Health Ontario

• **رعاية ما بعد جراحة العبور بتمويل من Rainbow Health Ontario**

ليس كل مقدمي الرعاية الصحية في أونتاريو على دراية بالرعاية الصحية العابرين جنسياً، على الرغم من امتلاكهم أوراق الاعتماد لإجراء الإحالات لإجراء الجراحة ووصف أدوية الهرمونات. في بعض الأحيان يكون المريض هو من يقدم المعلومات لمقدمي الرعاية الصحية، مثل دليل صحة المتحولين العابرين جنسياً **Trans Health Guide**.





ONTARIO
HIV TREATMENT
NETWORK

تم تطوير هذا المورد من خلال التعاون بين مجموعة واسعة من المجتمع الممثلين والمنظمات والشبكات
المخصصة للصحة الجنسية والعقلية احتياجات الطلاب الدوليين في أونتاريو.