

Jireenya Fayyaalessa Dargaggummaa

Jireenya fayyaaleessa Dargaggummaa

Seensa

Harkaa fuune akkam jirtuu dargaggoota? Walitti dhufeenya gammachiisaa jaalallee, hiriyaafi maatii keessanii wajiin qabachuu ni barbada? Waa'ee jaalala dhugaa illaalchiisee odeeffannoo sirrii qabachuu ni filattuu? HIV irraa of eeguu ni barbadduu? Hiriyoonna keessaan waa'ee jireenyaa ilaalchisee gaafii isaan gaafataniif deebii sirri warraa deebisuu danda'anitti makamu ni feetuu? Egaa kitaabni gaafii fi deebii kun harka keessaan galuu isaati gammadaa!

Kitaabni gaafii fi deebii lakk. Lammaffaa kun kan qophaa'ee gaafiiwwaan fayyaafi sirnaa hormaata waliin walqabatan, kan gargaggoota hedduudhaan irraa deddeebi'amanii gaafataman walitti-qabuudhaafii deebii ogummaafi amanamummaadhaan gonfaman kenuufiidhaani. Kaayyoo isaas gaafiiwwaan sirna hormaata dargaggoonni ofiif

dhiyyeessaniifis ta'e hiriyoota isaaniitiin dhyaatanii deebii sirrii akka kenaan isaan dandeesisuudha.

Akkaataa itti-fayyadama kitaaba kan ilaalchisee jalqaaba gaaffiiwwaanii fi deebiiwwaan deebiiwwaan tartibaaan dubbisuudhaan qabiyyee kitaabicha akka hubattan isin gorsina. Itti aansuudhaan gaaffiiwwaaniifi deebiiwwaan qalbii keessaan hawwatan duubatti deebitanii tokko tokkoon xiyyeeffannaa kennuudhaan dubbisuutu isinirraa jiraata.

Yaadachisa:- kitaabolee deebii lakkofsa 1^{ffaa} fi 3^{ffaa} utuu dubistanii gariidha. Tarii kitaabolee kanniin argachuu hin dendeessaan yoo ta'e teessoo dugda kitaabichaarra jiruun yoo nuu barreessitan ykn yoo nuu bilbiltaan furmaata isinii kennu dandeenya.

Dhukkubooni Saalquunnamtiidhaan daddarban isaan kami? Akkamitti daddarbu?

Dhukkubooni saalquunnamtiidhaan daddarban irraa caalaatti quunnamtii saalaa of-eeggannoo hin qabneen dhukkubsataa tokkoo irraa gara isa biraatti kan darbanidha. Dhukkuboota kanniin keessaa baay'ee beekamoo cobxoo, fanxoo, baambullee, jeeniitaal heerpas, qormaddee, heppataayitas-bii, heppataayitas-sii fi Echii Aya Vii (HIV) dha.

Dhukkuboonni saalquunnamtiidhaan namatti dabran warraa quunnamtii saalaa keessumaa karaa qaama saalaa dubartii, afaan ykn munneedhaan godhamuutiin darbanidha. Dhukkuboonni kuniin qaaama hormaata hubuu, dhabduu taasisuu (maseensuu), dhukkuba garaa namatti fiduu, kaansarii ulaa gadameessaa nama qabsiisuufi nama ajjeessuu (fakkenyaaf HIV yoo ta'e) danda'u.

Dhuma kitaaba kanaa irratti bakkeewwaan duwwaa yaadaannoo irratti qabachuu qophaawan jiru. Gaaffiiwwaan sanniniifi deebiiwwaan isaanii dubbisuudhaan yaadafi ibsamoonni hin taane yoo isiin mudatan, akkasumas gaaffiiwwaan haaraa sammuukeessatti wayita uumamaan fuula duwwaa kanniin irratti yaadannoo qabadhaa. Gaaffiiwwaan qabattan kanniin irratti hiriyoota keessaniifi warraa keessaan waliin mari'adha. Kana malees wiirtuu odeeffannoo eedsii naannoo keessanitti arganuu dhaaquudhaan dhimmoota ba'uudhaan ibsaa gaafachuu keessaan dhaabbta keenyatti dhiyyeeffachuu dandeessuu.

Mallatooleen dhukkuboota saalquunnamtiidhaan daddarbanii maal fa'i?

Namoota dhukkuba saalquunnamtiitiin qabaman hedduu i9saanii irratti mallattoo dhukkuboota dafee hin mul'atu mallattoon yoo jiraatan illee sabaaba maaliitiin akka mul'atan adda baafachuun yeroo baay'ee nama rakkisa. Hlli kun keessumaa dubartoota irratti bal'inaan mul'ata sabaabni qaamni hormaata dubartoota qaama isaanii gara keesaatti waan argamuuf salphatti kan hin mul'annee waan taa'eefi. Dubartoonni quunnamtii saalaa goadhaan yeroo yerootti mana yaala deemani akka isaan qortamaniif kan gorfamaniifis kanumaafii.

Gabatee itti aanee jiru keesstti mallattoo tarreeffaman keessaa tokkollee yoo isaanirratti mul'ate gara kilinikaa ykn hospiitaala deemuudhaan qoratama.

Dubartootaaf	Dhiirotaaf
Dhangala’aan foolii addaa ykn foolii gadhee qabuu saalaa keessaa yoo yaa’e	Yeroo fincaa’an yii isaan dhukkube
Naannoo qaama saalaa kan hooqsiisuu ykn kan gubu yoo ta’e	Naannoo qaama saalaa munnee fi afaaniitti madaa ykn dhitti wayii yoo ba’e
Dhiigni kanaan dura hin turree yoo jiate	Qaama saalaa keessaa dhngalaa’aan addaa yoo yaa’ee/bahe
Haandhuura gaditti dhuukubni yoo itti dhaga’amee	Cinaan keessatti dhukkubiin yoo itti dhagahamee
Wayita saalquunnamtti saalaa, munnee fi afanii madaa ykn dhitti wayii yoo ba’e	
Yeroo fincaa’an yii isaan dhukkube	

Dhukkuboota saalquunnamtiidhaan daddarbaan irraa akkamittan of eega?

Dhukkuboota saalquunnamtiidhaan daddarbaniin akka hin qabamneef mallattoon filatamoo armaan gadii hordofuu qabna.

- Quunnamtii saalaa rawwaachuu dhiisuu
- Namoota biro waliin walquunnamtii saalaa nama hin gooneefi dhukkba saalquunnamtiidhaan darbuu irraa bilsa ta'uu ishhe/isaa raga mana yaalaatiin nama mirkanaffatee wajjiin tokko fi tokkoon jiraachuudhaan
- Quunnamtii saalaa wayita goonu yeroo dura koondomii sirritti fayyadamuudhaan

HIV/AIDS Maali ?

HIV jechuun vaayirasii human qaamni keenya uumamaan dhukkuba ittisuuf qabu (madiinummaa) kan dadhabsiisuu (isa afaan ingiiliziitiin human immunodeficiency virus jedhamu) kan ibsuudha. Humni uumamaa dhukkuba ittisu (madiinummaan) kun vaayirasii kanaan garmalee inni hubbamu immoo Eedsii (Acquired immunodeficiency Syndrome) tuu dhalata (ummama).

Karaalee Gurguddoo HIV itti darbuu isaan kami?

- Walqunnamtii saalaa of eegannoo hin qabneen ;koondomii utuu hin fayyadamiin karaa qaama saalaa dubartii karaa munneetiin saalaa rawwachuu HIV namatti darbuu dnda'a.
- Haadha irraa gara mucaatti ; HIVn yeroo ulfaa, yeroo da'umsaa fi yeroo harmaa hoosisaan haadha vayirasicha qabdu irraa gara mucaatti isheetti darbuu danda'a. haa ta'uu malee hospitalaa fi kiliniika irraa tajaajila darbu sadarkaa guddaadhaan hir'isuu ni danda'ama.
- Wantoota qara qbanatti waliin fayyadamuu:-lilmoo, qara ykn burushii ilkaanii namni HIV dhiiga isaa keessa jiruu itti fayyadametti namni biraa yoo fayyadamee itti darbuu danda'a.

Haaloni carraa HIVn namaa namtti darbuu Babal'insaan maal fa'i?

HIVn si'uma nuttii saaalqunnamtii gooneen nuttii hin darbu. Carraa vaayirasichi ittiu darbu danda'u kan murteessa haalota garaa garaatu jiru. Isaan keessattis kaneen gadiitu argama.

- Dhukkuboota qunamtti salaam darbaan jiraachuu: dhukkubooni kunniin nama tokkoo keessaa jiraachuun isaanii carraa HIV namatti darbuu guddisu.
- Hama vaayirasiin qaama nama keessattii argamuu: dhiiga nama HIV qabu tokkoo keessaa hammii vaayirasichaa hedduu yoo ta'e carra namichi vaayirasichaa nama biratti dabarsuu guddisa. Hamaa vaayirasii dhiiga namicha keessaa jiruu baruun abbichaaf rakkisadha.
- Vaayirasichaan dhiyootti qabamuu: namni torbaan inni vaayirasichaan qabamee keessaa hammi vaayirasicha dhiiga isaa keessaa jiru olaanaadha. Halli kuniis carraa vaayirasichi nama tokko irraa gara nama biraatti darbu ni guddisa.

- Akkata itti-fayyadama kondoomii: akkata itti fayyadama kondomi isaa sirrii isaa beekuu dhabuunifi wayita quunnamtii saalaa rawwatan koondomiitti dhimma bahu dhisuun carraa daddarba HIV ni guddisa.
- Irraa deddeebi'anii saalquunnamtii rawwachuun :namni HIV hin qabnee tokko irraa deddeebi'ee nama HIV qabu waliin walquunnamtii saalaa yoo raawwatee carraa inni vaayirasichaan qabamuu ni guddata.
- Akaakuu saalquunamtichaa: karaa munneetiin quunnamtii saalaa rawwachuun caarraa HIV qabamuun ni bal'ata
- Inni lammaffaa qaama saalaa dhiiraa gara qaama saalaa dubartii seensisuudhaan quunnamtii rawwatamuudha. Carraan HIVn kara saalquunnamtii afaanittin darbuu danda'u xiqqaadha.

Dargaggoonni quunnamtii saalaa eegallee HIV irraa of eeguuf maal goochuu nurra jira?

Dargaggoonni saal quunnamtii eegalan HIVn qabamuu isaanii hir'isuu kan isaan dandeessisan filannoowwaan armaan gadiii qabu.

- Koondomii fayyadamu: quunnamtii saalaa wayita rawwannu mara koondomii sirritti fayyadamuu
- Tokkoo fi tokkoo ta'aniii jiraaachuu: nutis taane namni nti quunnamtii saalaa wajiin rawwannuu nama biraa wajiin saalquunnamtii gochuu ykn lama keenyaa waliif amanamuu
- Wajiin qoratamuu: nama wajiin saalquunnamtii rawwachuuf murteessine qortamuufi laman keenyaa vaayirasicharraa bilisa ta'u

Koondomii osoo hin fayyadamii karaa munnee saalquunnamtii rawwachuun isaa karaa qaama saalaa dubartii rawwatamu caalaa HIVf nama saaxila?

Koondomii utuu hin fayyadamiin saalquunnamtii karaa munnee rawwatamu akaakuuwwan saalquunnamtii biro caalaa namni tokko HIVn qabamu garmalee guddisa. Karaa munneetiin wayita nuti walquunnamtii goonu qaamni keenyaa salphatti miidhamuu fi dhiiguu danda'a. bakki dhiige kun immoo dhangaa'aa ykn dhiiga nama HIVn qabuutii yoo wal argaatuu vaayirasichi salphaatti gara qaamatti seenu danda'a.

Shakkala Tokkoffaa

Hammaman of eega?”

Gaaffiiwwaan armaan gadii sirritti dubbisuudhaan “Eyyee” ykn “lakkii” kan jeedhuu jala mallattoo “right “ kaa’uudhaan deebii kennaa.

Eddoo	Eeyyee	Lakkii
Koondomii utuu hin fayyadamiin saalquunnamtii rawwadhee beekaa?		
Dhukkubni saalqunnamtiidhaan darbu na qabe beeka?		
Hiriyaa ani koondomii utuu hin fayyadamiin wajjiin saalquunnamtii rawwadhee wajjiin haa qoratamnu jechuuf ijaa jabinni natty hir’taa?		
Dhiigaa koo qoratamee beeka?		
Aal tokkotti hiriyoota wal qunnamtii saalaa wajjiin rawwadhu hedduu qabamee beekaa?		
Echi Aay Vii irraa bilisa ta’uu isaa qoratamee nama hin mirkkanneeffannee wajjiin machiidhaan koondomii utuu hin fayyadamin saalquunnamtii rawwadhee beekaa?		
Koondomii lama al tokkicha walirratti keewwachuudhaan saalquunnamtii rawwadhee beekaa?		

Sadarkaalee : HIV”f Saaxilamuun

sadarkaa gochaalee saalquunnamtii keessatti namni”HIV”f saaxilamnee, sadarkaa xiqqaatiin saaaxilu,kan sadarkaa olaanaatiin saaxilamuu fi kan sadarkaa baay’ee olaanaatiin nama saaxiluu

Kanneen “HIV”f nama hin saaxille

- Seeggaa gochuu
- Waldhungannaa saiphaa
- walhammatanii wal sussukkumuu
- Walitti rigachuu

Kanneen sadarkaa gadi-aanaatiin “HIV”f nama saaxilan

- Qunnamtii saalaa karaa afaanii raawwatamu
- Qunnamtii saalaa kondomiin karaa qaama saalaa dubartii raawwatamu
- Qonnamtii saalaa kondoomiin karaa munnee raawwatamu
- Arraba afaan keessa galchani kan waldhungaatan

Sadarkaa Ol'aanaatiin kan nama saaxilu

- Kondomii malee qunnamtii saalaa karaa qaama saalaa dubartii raawwatamu
- Dhangala'aa sanyii dhiiraa qaama qunnamtii dhalaa keessatti keessatti dhangala'u

Sadarkaa Baay'ee Ol'aanaatiin kan Nama Saaxilu

- Kondomii malee qunnamtii saalaa karaa munnee raawwachuu
- Kondomii malee qunnamtii saalaa karaa qaama saalaa dhalaa raawwachuudha.

Faayidaaleen qorannoo dhiigaa HIV taasisuun argman maalidha?

Faayidaaleen qorannoo Dhiigaa HIV taasisuun argaman keesaa muraasani isaan armaan gaditti:-

- “HIV” irraa bilisa ta’uu baaekuuf
- Shakkirraa bilisa ta’anii nagaa sammuu argachuuf
- Yoo “HIV”n nu keessaa kan jiru ta’ee namoota birootti akka hin dabarsine ofeeggannoo taasisuuf
- Daa’ima gara fuula duratti dhalatu “HIV” irraa bilisa ta’ee akka dhalatu ofeeggannoo gochuuf
- Dawaa farra”HIV” fudhachuuf/hordoofuuf

Qorannoo dhiigaa “HIV: taasisuu kan qabu nama akkamidha?”

Namni namni quunnamtii saalaa rawwachuu jalqabee kammiyyuu qorannoo dhiigaa taasisuu kan qabu/ kan qabduu yoo ta’u, yoo hiriyaawaliin qunnamtii saalaa rawwachuu qabatus/qabachuu dhabduus qorannoo taasisuutu irraa eegama. Walumaa galatti namni HIV irraa bilisa ta’uu isaa hin mirkaneeffannee, haadhooliin ulfaa fi abbaan warraa isaanii, kaneen jaalala haaraa keessaa gala akkasumas kaneen wal fuudhuuf murteessaan qorannoo HIV taasisuutu isaan irraa jira.

Qorannoo dhiigaa”HIV” taasisee yeroof firiin isaa naagatiinii ta’e vaayirasichi dhiiga koo keessaa hin jiru jechuudhaa?

Meeshaaleen qorannoo dhiigaa heedduun dhiiga keenya keessaa barbaadani kan danda’an vaayirasii “HIV” osoo hin taane farraa dhibee /antibody? Qaamni keenya omishaanidhaa. Yeroo vaayirasiin “HIV” dhiigaa keenyaa keessaa seenuu eegale farri dhukkubaa qaamni keenyaa omishu yerooma sanatti argamuu dhiisuu waan danda’aniif ergaa vaayirasichi dhiigaa keenyaa keessaa seenee eegalee hangaa ji’a 3tti kan turu yoo ta’u kun yeroo kana qorannoo dhiigaa taasifnus vaayirasichi osooma dhiiga keenyaa keessaa seenee jira ta’ellee qorannoo dhiigaa argamuu dhiisuu danda’a. yeroon kunis ‘window period’ jeedhamee waamama. Yeroon wiindoo preeedii kunis namaraa namatti adda addaa yoo ta’u walumagalatti torbaan lama hangaa ji’a sadii ta’u danda’a. kan bu’aan qorannoo dhiigaa yeroo wiindoo preeedii hin mul’aneefis ammo waan qaamni keenyaa farra dhibee kana keessatti omishuu hin jlaqabneefiidha. Kanafuu irraa deebinee ji’aa sadii eegnee qorannoo taasisuu qabna.

Nama “HIV” qabu ijaan ilaalanii beekuun ni danda’amaa?

Namni tokkoo “HIV” qaba jeechuu kan danda’amuu yoo qorannoo dhiigaa taasisee qofadha. Namoota ijaan ilallee “HIV” qaba jechuun tasumayyuu hin danda’amu. Namni “HIV” qabu kamiyyuu akkuma nama kamiyyuu fayyaa fakkatee mul’achuu kan danda’uu yoo ta’u, hangaa waggaa kudhanitti osoo mallattoo dhukkubaa kamiyyuu hin mul’isiin jiraachuu danda’a. kana ma’ees vaayirasicha gara nama biraatti dabarsuu akka danda’anu hubachuun barbachiisaa dha.

Bu'aan qorannoo dhiigaa abbaa waraafii haadha warraa adda addaa ta'uu danda'a?

Eyyeen! bu'an qorannoo abbaa warraa fi haadha warraa adda addaa ta'uu ni danda'a. osoo qunnamtii saalaa waliisaanii waliin hin rawwatiin tokkoon isaanii HIV dhaan kan qabaman ta'umalu. Kna ta'ees jireenya jaalala ykn bultiidhaan yoojiraatan bu'aan qorannoo HIV isaa tokkoo negetiiviis ta'e pozativii ta'uun isaa bu'aan nama isaa hafees kanaan wal fakkaata jechuu miti. Waan kana ta'eef nama tokko waliin qunnamtii saalaa rawwachuu keenyaa dura qorannoo HIV taasisuu qabna.

Namoota hedduu waliin qunnamtii saalaa rawwachuun miidhaa maalii qabaa?

Nama tokko ol wajjiin qunnamtii saalaa rawwachuun carraa :HIV” dhibeewwaan adda addaa karaa qunnamtii saalaa daddarbaniif saaxilmuu keenya haalaan bal’isa. Nama qorannoo dhiigaa “HIV” tasiisuu hin beekne waliin quunnamtii saalaa rawwachuun keenyaa carraa “HIV” of saaxiluu keenyaafi namichattis carraa dabarsuu keenyaa haalan dabala. Haala kanaan koondomitii osoo hin fayyadamiin namoota kana waliin qunnamtii saalaa rawwachuun keenyaa carraa “HIV” fi dhibbeewwaan kanneen biro karaa qunnamtii saalaa addarbaniif akkasumas ammo ulfa barbaachisaa hin taaneef carraa saaxilamuu keenyaa haalaan abala.

Hiriyaa keenyaa ala nama biro waliin qunnamtii saalaa rawwachuu irraa of qusachuun “HIV” irraa of bararuu/eeguu dandeenya. Yoo hiriya hin amannu taanees ykn immoo hiriya keenyaa dhiiras ta’e dubartii biro waliin qunnamtii saalaa ni rawwata/ni rawwatti jennee kan shakkii qabnu taane qunnamtii saalaa kondomii fayyadamnee rawwachuu qabna.

Hiriyaa salqunnamtii waliin raawwatan yoo baay'isaan balaa maalii qaba?

Namni tokko yeroo tokkotti nama lamaan olii waliin saalqunnamtii yoo raawwate/raawwatte namooni kunneenis immoo akkasuma yeroo tokkotti keessatti namoota adda addaa waliin saalqunnamtii raawwachuu malu. Haala kanaan qunnamtii saalaatiin namoonni heeduun walkeessaa hidhannoo akka qaban beekama. Haala kaananis immoo amni tokkoo yoo “HIV” tiin qabamee al tokkotti naamoonni hedduun osoo hin beekamiin “HIV” f saaxilamu jechuudha.

Raawwileen kondomii dhiiraa akka sirriitti fayyadamnu nu gargaaran isaan kamidha?



Jalqaba erga kondomicha paakkoosaa keessaa baafne booda ergaa omishaamee kaasee hangaa yoomitti tajaajila akka kennu dubbisuu qabna. Yoo yeroo tajaajila kondomichaa kan darbee yokn immoo kan baqaqe ta'e faayyadamuu hin qabnu.



Kondomii saamsamee manneesaa keessaa jiru gar tokkotti dhibuun suutaan harkaa baqaqsanii siixeesaa qabani baasuu. Manneesaa saamsame baqaqsinee kondoomii baasuuf ilkaan keenyaa ykn immoo qeensa keenya fayyadamuu hin qabnu.



Fiixeen kondoomicha jabeessinee qabuun qilleensi akka keessatt hin hafne gachuu

Yeroo qaamni saalqunnamtii dhiiraa sirritti dhabbatu hangaa dhumatii itti huwwisuu.



Ergaa qunnamtii saalaa rawwataan booda kondomicha duubasaqabuun qaama dubartii keessaa baasuu.

Osoo dhangaala'aa sanyii dhiiraa kondomichaa keessaa hin dhangala'in suuta jennee kaachoo kosii keessatti gatu.

Abbaan warraa fi haati warraa “HIV” Pozatiivii ta’an yeroo waliin saalqunnamtii rawwatan kondomii fayyadamuu qabuu?

Eeyyen, fayyadamuu qabu! Abbootiin warraafi haati warraa “HIV” qabanis ta’e namooni hin qabne dhibeewwaan daddarboo saalqunnamtiin darbanirraa jaalalleessaanii eeguuf akkasumas “HIV”n bifa harawaatiin isaa birootti akka hin dabarreef kondoomii fayyadamu qabu.

Mucaan ollaakoo tokkoo tokko kondomii keessaa “hiv” jira jedhee yoo odeessu dhaga’een jira kun dhugaadhaa?

Oduun akkasii dogongooradha. Kondomiin gara biyyaa keenyaa itoophiyaatti yeroo seenuu jalqaba qaama sadarkaa qorichaa to’atuutiin ergaa sadarkaa qulqullinnisaa mirkana’ee boodadha. Kan kan kondomii irratti argamuu dibaata qaama saalaa dhiiraa laaffisuuf gargaaru qofadha. Dibatni kunis immoo yeroo qunnamtii saala raawwatan qaamni qunnamtii saalaa dhiiraa salphatti akka barbaachisutti qaama dubartitti keessaa sochao’uu danda’uuf fayyada.

Nama “HIV” qabu waliin yoo kubbaa tabanee vaayirasichi nutti darbuu danda’aa?

Yeroo taba ispoortii “HIV” akka namatti darbuu odeeffannoo mul’isee hin jiru. Osoo tabataa jiruu tabataan tokko akka yoo rukkututamee dhiigee taba keessaa gadii bahee dhignisaa akka dhaabbatuuf faashaadhaan hidhamuufi qaba.

Opporchunistik infeekshinii kanneen jeedhaman dhukkuboota akkamiidhaa?

Opporchunistik infeshini/dhukkuboota walqabattoo/ kanneen jedhaman dandeettin dhibee ittisuu nama tokko (madinummaan) dhadhabuusaa hordofanii/fakkenyaaf dhukkubsattoota “HIV” irratti kenneen uumamanidha. Dhibeewwaan kunneen baakteeriyaa, vaayiraasii ykn immoo fangasii dhaan dhufuu kan danda’aniidha. Dhibeewwaan kanneen keessaas michiin/dha’icha /sonbaa ykn immoo dhibeen daranyoo sonbaafi dhibeen busaafi dhibeen busaa kanneen eeramanidha.

Dawwaan /qorichi farra “HIV” maaliidha?

Faayidaaleen dawaa/qorichaa farra “HIV” miidhaa “HIV” qaamarraa gessisuu hir’isuudha. Dawaaaleen/ qoricoonni kunneen “HIV” ykn immoo Eedsii fayyisuu kanneen danda’an miti. Dawaaaleen /qorichoonni kunneen walhormaata “HIV” qaama keenyaa keessaatii akka baay’inaan wal hin horre hir’isuuf gargaaru. Namni vaayirasiin dhiigaa isaa keessaa jiru tokko dawaaalee ykn qorichoota kanneen fudhachuuf jalqaba sadarkaa siidiifooriisaa ykn immoo vaayirasii dhiigaa keessaatii argamaan ilaalcha keessaa galchuun ogeessi fayyaa fudhachuu akka qabuu yoo ajajjeef qofa fudhachuu qaba.

Dawaaalee/qorichoonni farra “HIV” fudhachuu cinaatti dhibeewwaan walqabatoo ittisuu ykn immoo wallaanamuu /yaalamuu, fayyaasaa hangaa danda’amekunuunsuu, nyaata madaalamee naachuu, jajjabina qaama hojeechuufi yaadasaa /shee cimachuun “HIV” Eedsii to’achuun jireenya fayyaa haala gaariin gaggeessuu dandeessisa.

Namooni Dawaa /qorichaa farra “HIV” fudhataa jiran vaayirasii namatti hin dabarsaan jechuun dhugaadhaa?

Farra “HIV” fudhachuun namni vaayirasiin dhiigaa keessatti argamuu nageenyasaa eegee akka jiartuuf gargara malee vaayirasicha qaamasaa keessaa dhabamsiisuu ykn immoo guutumman guututti fayyisuu hin danda’u. waan kana ta’efis carraa vaayirasichaa namoota birootti dabarsuu ni qabaata.

Namni “HIV” dhiigaasaa keessaa jiru yoo irraa deddeebi’ee saalqunnamtii rawwate vaayirasichi dhiigaasaa keessaa ba’ee hin dhumuu?

Kun tasuma dogongoradha! Yeroo dheeraafi irraa deddeebi’anii saalqunnamtii rawwachuun vaayirachas hin hir’isu ykn dhibee Eedsii irraa nama hin fayyisuu. Vaayirasiin dhangala’aa saanyii dhiiraa keessa qofa osoo hin taane aannan harmaa, dhiigaa dhangala’oo qaama keenyaa keessaa baha’an biro keessatti ni argaama.

Osoo akkas hin taane irraa deddeebi’anii saalqunnamtii rawwachuun kan caalu vaayirasichi dhiigaa keenyaa keessatti akka baay’atuu taasisa akkasumas vaayirasii haaraan gara qaama keenyaatti akka seenuu karaa saaqa.

“HIV” Eedsiin xabalaan ni fayyaa jedhanii yeroo odeessaan dhaga’a. kun dhugaadhaa?

Hangaa Ammatti dawaa “HIV” eedsii fayyisee hin argamnee /hin jiru . dawaan /qorichi yeroo jira jedhamuu qoricha/dawaa farra “HIV” qofadha. Isaan kuniyyuu taanaan akka vaayirasichi qaama/dhiigaa keessatti hariitiin wal hin horre taasisa malee vaayiraasichi hin dhabamsiisuu.

Haati “HIV” qabdu daa’ima da’uu ni dandeessii?

Namooni “HIV” qaban daa’ima da’uu kan danda’aan yoo ta’u murteen daa’ima da’uu garuu sirritti itti yaadamuu qaba. “HIV” n yeroo ulfaa,ykn yeroo da’umsaa fi da’uumsaa booda yeroo harmaa hoosisaan haadha irraa gara mucaatti darbuu danda’a. yeroo ammaa “HIV” n yeroo ulfaas ta’ee teroo da’umsaa ykn da’umsaa boodaas yeroo harmaa hoosisan haadhaa irraa gara daa’imatti hin darbinee kanneen taasisaan tajaajiloonni mana yaala ni jiru. Dubartiin “HIV” poozetivii taate tokko daa’ima “ hiv” irraa bilisa ta’e/ taate da’uuf akka dandeessu ogeessa fayyaa mariisuu qabdi.

ጤናማ ሕይወት

ስለ ኤች.አይ.ቪ. እና በወሲብ ስለሚተላለፉ

በሽታዎች ጠቃሚ መረጃዎች

መግቢያ

ታዲያስ ወጣቶች እንዴት ናችሁ? አሰደሳች የሆነ ግንኙነት ከፍቅረኛ፤ ከጓደኛና ከቤተሰብ ጋር እንዲኖራችሁ ትሻላችሁ? ስለእውነተኛ ፍቅር ትክክለኛ መረጃ እንዲኖራችሁ ትመርጣላችሁ? ራሳችሁን ከ ኤች.አይ.ቪ መጠበቅ ትፈልጋላችሁ? በዕድሜ እኩዮቻችሁ ስለሕይወት ለሚያነሷቸው ጥያቄዎች ትክክለኛ መልስ መስጠት ከሚችሉት ውስጥ መሆን ትፈልጋላችሁ? እንግዳያውስ እነዚህ 3 ተከታታይ የጥያቄና መልስ መጽሐፎች እጃችሁ በመግባታው ደስ ይበላችሁ!

ይህ ቁጥር 2 የጥያቄና መልስ መጽሐፍ የተዘጋጀው በበርካታ ታዲያ ወጣቶች በተደጋጋሚ የሚጠየቁ የስነተዋልዶ ጤና-ነክ ጥያቄዎችን በማሰባሰብና ሙያዊ ተአማኒት የተላበሱ መልሶችን በመስጠት ነው። ዓላማውም ታዲያ ወጣቶች ለራሳቸውም ሆነ ከጓደኞቻቸው ለሚቀርቡላቸው ዋና የስነተዋልዶ ጤና ጥያቄዎች ትክክለኛ መልስ እንዲሰጡ ማስቻል ነው።

የዚህን መጽሐፍ አጠቃቀም በተመለከተ በቅድሚያ ሁሉም ጥያቄዎች መልሶች በመደዳ በማንበብ የመጽሐፉን ይዘት መረዳት ይመከራል። በመቀጠልም ትኩረታችሁን ይበልጥ የሳቡትን ጥያቄዎችና መልሶች ወደ ኋላ ተመልሳችሁ አንድ በአንድ በጥምና ማንበብ ይገባችኋል።

ማሽታሻ፡ ቁጥር አንድ እና ቁጥር ሶስት የጥያቄና መልስ መጽሐፎችንም ብታነቧቸው መልካም ነው። ምናልባት መጽሐፍቱን ማግኘት ካልቻላችሁ በጀርባ ገጽ ላይ ይለውን አድራሻ በመጠቀም ብትጽፉልን ወይም ብትደውሉልን መፍትሄ ልንሰጣችሁ እንችላለን።

በወሲብ የሚተላለፉ በሽታዎች የትኞቹ ናቸው?

እንጌትስ ነው የሚተላለፉት?

በወሲብ የሚተላለፉ በሽታዎች በዋነኛነት ጥንቃቄ ባጎደለው የወሰለብ ግንኙነት ወቅት ከህመምተኛ ሰው ወደ ሌላ ሰው የሚተላለፉ ናቸው። ከእነዚህ በሽታዎች ነጣም የሚታወቁት ጨብጥ፣ ቂጥኝ፣ ባምቡሌ፣ ጄኒታል ሄርፐስ፣ ኪንታሮት፣ ሄፕታይተስ-ቢ፣ ሄፕታይተስ-ሲ እና ኤች.አይ.ቪ. ናቸው።

በወሲብ ተላላፊ በሽታዎች በሴት የወሲብ ብልት፣ በአፍ ወይም በፈንጢጣ በኩል በሚፈጸሙ የወሲብ ግንኙነቶች በዋነኛነት የሚተላለፉ ናቸው። እነዚህ በሽታዎች የስነተዋልዶ አካላት ኢንፌክሽን፣ መሆንነት፣ የሆድ ሕመም፣ የማሕጸን በር ካንሰርና ሞት (ለምሳሌ ኤች፣አይ.ቪ. ከሆነ) ሊያስከትሉ ይችላሉ።

በዚህ መጽሐፍ መጨረሻ አካባቢ ለምስታወሻ መያዣነት ጸዘኃጁ ባዶ ገጾች አሉ። ጥያቄና መልሶቹን በማንበብ ሃደት ግልጽያልሆኑ ሐሳቦችና አገላለጾች ሲያጋጥሟችሁ፣ እንዲሁም አዳዲስ ጥያቄዎች በአእምሯችሁ ሲፈጠሩባችሁ በእነዚህ ገጾች ላይ ማስታወሻ ያዙ። በያዘችኋቸው ማስታወሻዎች ላይ ከጓደኞቻችሁና ከወላጆቻችሁ ጋር ተወያዩባቸው። በተጨማሪም በአካባቢያችሁ ወደሚገኘው የኤድስ መረጃ ማዕከል በመሄድ ወይም በጀርባ ገጽ ላይ የሰፈሩትን አድራሻዎች በነጠቀም ማብራሪያ መጠየቅና ጥይቆቻችሁን ለድርጅታችን ማቅረብ ትችላላችሁ።

በወሲብ የሚተላለፉ በሽታዎች ምልክቶች ምንድናቸው?

ብዙ ሰዎች በወሲብ የሚተላለፉ በሽታዎች የሚያሳዩዋቸውን ምልክቶች በቀላሉ ለይተው አይገነዘቡም። ይህ ሁኔታ በተለይ በሴቶች ጎልቶ ይታያቱ ደግሞ የሴቶች የሰነተዋልዶ አካላት በሰውነታቸው ዉስጥ የሚገኙ በመሆናቸው ነው። ቀጥሎ ባለው ሠንጠረዥ ውስጥ ከተዘረዘሩት ምልክቶች ውስጥ አንዱ እንኳን ካጋጠማችሁ ወደ ክሊኒክ ወይም ሆስፒታል በመሄድ የሕክምና ምርመራ እድርጉ።

ለሴቶች	ለወንዶች
ያልተለመደ ወይም መጥፎ ሽታ ያለው ፈሳሽ ከወሲብ ብልታቸው መፍሰስ	ሽንት ሲሸኑ ህመም መሰማት
በወሲብ ብልት አካባቢ የማሳከከ ወይም የማቃጠል ስሜት መኖር	በወሲብ ብልት፣ በፊንጢጣ ወይም በአፍ አካባቢ ቁስል ወይም ኪንታት መከሰት
ያልተመደ የመድማት ሁኔታ	ከወሲብ ብልት ያልተለመደ ፈሳሽ መውጣት
ከእንብርት ዝቅ ብሎ ህመም መሰማት	በቆለጦች ውስጥ ህመም መሰማት
በመሲብ ብልት፣ በፊንጢጣ ወይም በአፍ አካባቢ ቁስል ወይም ኪንታት መከሰት	
ሽንት ሲሸኑ ህመም መሰማት	

ከፍቅር ወይም ከትዳር ጓደኞች ውስጥ አንደኛው ግለሰብ እነዚህ በሽታዎች እንዳሉበት ከታወቀ የተቀረው ጓደኛም ምርመራ ማካሄድ ይኖርበታል። አለበለዚያ የአንደኛው ግለሰብ ብቻ ታክሞ መዳን ዋስትና የለውም።

በወሲብ ከሚተላለፉ በሽታዎች ራሴን እንዴት መጠበቅ እችላለሁ?

በወሲብ በሚተላለፉ በሽታዎች ላለመያዝ የሚከተሉትን ምርጫዎች መከተል ይቻላል፡-

- በወሲብ አለመፈጸም
- ከሌላ ሰው ጋር የወሲብ ግንኙነት በማያደርግ ወይም በማታደርግና ከወሲብ ተላላፊ በሽታዎች ነጻ መሆኑን ወይም መሆኗን በህክምና ባረጋገጠች ወይም ባረጋገጠ ጓደኛ መጽናት
- ወሲብ በምንፈጽምባቸው አጋጣሚዎች ሁሉ ከንድም በትክክል መጠቀም

ኤች.አይ.ቪ/ኤድስ ምንድነው?

ኤች.አይ.ቪ የሚለው ቃል ጠሰውነትን ተፈጥሯዊ በሽታን የመከላከል አቅም የሚያዳክመውን. ቫይሰ (ሂዩማን ኢሚውኖዶፊሽንሲ ቫይረስ) የሚገልጽ ነው። የሰውነት በሽታን የመከላከል አቅም በዚህ ቫይረስ በከፍተኛ ደረጃ ሲዳከም ደግሞ ኤድስ (አካየርድ ኢሚውኖዶፊሽንሲ ሲንድሮም) ይከሰታል።

ኤች.አይ.ቪ የሚተላለፍባቸው ዋናዎና መንገዶች የትኞቹ ናቸው?

ኤች.አይ.ቪ በእነዚህ ዋናና በእነዚህ ዋና መንገዶች ከሰው ወደ ሰው ሊተላለፍ ይችላል።

- በልቅ ወሲባዊ ግንኙነት፡- ያለኮንዶም በሴት የወሲብ ብልት እና በፊንጢጣ በኩል በማደረግ የወሲብ ግንኙነት ኤች.አይ.ቪ ሊተላለፍ ይችላል።
- ከእናት ወደ ልጅ፡- ኤች.አይ.ቪ በእርግዝና፤ በወሊድ ጊዜ እና ጡት በማጥባት ወቅት ቫይረሱ ካለባት እናት ቀደ ልጇ ሊተላለፍ ይችላል። ነገር ግን ከሆስፒታል ወይም ከክሊኒክ የምክር አገልግሎትና የሕክምና ክትትል በማግኘት ቫይረሱ ከእናት ወደ ልጅ ሊተላለፍ የሚችልበትን ዕድል በከፍተኛ ደረዳ መቀነስ ይቻላል።
- ስለታም ነገሮችን በጋራ በመጠቀም፡- ኤች.አይ.ቪ በደሙ ውስጥ ያለበት ሰው የተጠቀመበትን መርፌ፤ ምላጭ ወይም የጥርስ ብሩሽ ሌላ ሰው በሚጠቀምበት ወቅት ቫይረሱ ሊተላለፍ ይችላል።

የኤች.አይ.ቪን ከሰው ወደ ሰው የመተላለፍ እድል የሚያስፋ ሁኔታዎች ምንድናቸው?

የ ኤች.አይ.ቪ የመተላለፍ ዕድል የሚወሰንባቸው የተላያዩ ሁኔታዎች አሉ።

ወሲብ መፈጸም የጀመርን ወጣቶች ራሳችንን ከ ኤች.አይ.ቪ ለመጠበቅ ምን ማድረግ አለብን ?

- በወሲብ የሚተላለፍ በሽታዎች መኖር፡- የእነዚህ በሽታዎች በአንድ ሰው ላይ መኖር የኤች.አይ.ቪን የመተላለፍ እድል ከፍ ያደርገዋል።
- በሰውነት ውስጥ ያለው የቫይረስ መጠን፡- ኤች.አይ.ቪ ፖዘቲቭ በሆነ ግለሰብ ሰውነት ውስጥ ያለው የቫይረስ መጠን ብዙ መሆን የግለሰቡን ወደ ሌላ ሰው ቫይረሱን የማስተላለፍ ዕድል ከፍ ያደርገዋል።
- በቫይረሱ በቅርቡ የተያዙ መሆን፡-አንድ ሰው በኤች.አይ.ቪ በተያዘበት ሰዎን በሰውነቱ ሌላ ሰው የመተላለፍ እድል ከፍ ያደርገዋል።
- ኮንዶም አጠቃቀም፡- የኮንዶምን ትክክለኛ አጠቃቀም አለማወቅና ወሲብ በሚፈጽሙበት አጋጣሚ ሁሉ ሳይጠቀሙ መቅረት የኤች፣አይ፣ቪን የመተላለፍ ዕድል ከፍ ያደርገዋል።
- የወሰለብ ግንኙነት ተዘውታሪነት፡- ኤች.አይ.ቪ የሌለበት ሰው ቫይረሱ ካለበት ሰው ጋር በተደጋጋሚ
- ወሲብ የሚፈጽም ከሆነ በቫይረሱ የመያዝ ዕድሉ ከፍ ያላል።
- የወሲብ ግንኙነቱ ዓይነት፡- በፊንጢጣ የወሲብ ግንኙነት የኤች.አይ.ቪ የመተላለፍ ዕድል እጅግ ከፍተኛ ነው።

ወሲብ መፈጸም የጀመርን ወጣቶች ራሳችንን ከ ኤች.አይ.ቪ ለመጠበቅ ምን ማድረግ አለብን ?

ወሲብ መፈጸም የጀመሩ ወጣቶች በኤች.አይ.ቪ የመያዝ ዕድላቸውን ለመቀነስ የሚያስችሏቸው የሚከተሉት አማራጮች አለሏቸው፡፡

- ኮንዶም መጠቀም፡-ወሲብ በምብፈጽምባቸው አጋጣሚዎች ሁሉ ደንዶም በትክክል መጠቀም
- አንድ ለአንድ መጽናት፡- እኛም ሆነን አብረነው ወሲብ የምንፈጠጽመው ሰው ከሌላ ሰው ጋር የወሲብ ግንኙነት አለማድረግ ወይም አንዳችን ለሌላኛችን ታማኝ መሆን
- አብሮ መመርመር፡ አብረነው ወሲብ ለመፈጸም ከወሰነው ሰው ጋር በጋራ የኤች. አይ.ቪ ደም ምርመራ ማካሄድና የሁለታችንም ከቫይረሱ ነጻ መሆን

ያለኮንዶም በፊንጢጣ በኩል የሚደረግ ሴክስ በሴት ብልት በኩል ከሚደረገው የበለጠ ለኤች.አይ.ቪ ያጋልጣል?

ያለኮንዶም በፊንጢጣ በኩል የሚደረግ አንድን ግለሰብ ለኤች.አይ.ቪ የማጋለጥ እንድ ከሌሎች የወሲብ ግንኙነት እጅግ ከፍተኛ ነው። በፊንጢጣ በኩል ወሲብ በምንፈጸምበት ወቅት ፊንጢጣችን በቀላሉ ሊጎዳና ሊደም ይችላል። ይህ የደማው ክፍልም በውስጡ ኤች.አይ.ቪ ካለበት የሌላ ሰው የዘር ፈሳሽ ወይም ደም ጋር ከተነካካ ቫይረሱ ወደ ሰውነተው በቀላሉ ይገባል።

መልመጃ አንድ

“ምን ያህል ጠንቃቃ ነኝ ?”

የሚከተሉትን ጠያቂዎች በደንብ አንብቡና “አዎን” ወይም “አይደለም” በሚለው ሰር “ራይት” (/) ምልክት በመስቀመጥ መልስ ስጡ

ጥያቄ	አዎን	አይደለም
ያለኮንዶም ወሲብ ፈጽሜ አወቃለሁ?		
በወሲብ ተላላፊ በሽታ ይዟኝ ያወቃል?		
ያለኮንዶም አብሬው ወሲብ የፈጸምኩትን የፍቅር/የወሲብ ጓደኞቼን አብረን ኤች.አይ.ቪ እንመርመር ለምለት ድፍረት አንሰኛል?		
የኤች.አይ.ቪ ደም ምርመራ አላደረግሁም?		
በአንድ ጊዜ በርካታ የወሲብ ጓደኞች ነበሩኝ?		
ከኤች.አይ.ቪ ነጻ መሆኑ በምርመራ ካልተረጋገጠ ሰው ጋር በሰካር መነረፈስ ያለኮንዶም ወሲብ ፈጽሜ አወቃለሁ?		
በተደረገ ኮንዶም ወሲብ ፈጽሜ አወቃለሁ?		

ከላይ ለቀረቡት ጥያቄዎች “አዎን” የሚለል መልስ ከሰጡን ለኤች.አይ.ቪ የመጋለጥ ዕድል እንደነበረን ያመለክታል።

የኤች.አይ.ቪ ተጋላጭነት ደረጃዎች

ቀጥሎ ያለው ፕራሚድ ለኤች.አይ.ቪ የማያጋልጡ፤ በአነስተኛ ደረጃ የሚያጋልጡ፤ በከፍተኛ ደረጃ የሚያጋልጡ እና እጅግ በከፍተኛ ደረጃ የሚያጋልጡ ወሲብ-ነክ ድርጊቶችን ያሳያል።

➤ ለኤች.አይ.ቪ የማያጋልጡ

- ሲጋ ማድረግ
- በደረቁ መሳሳም
- መደባበስና መተቃቀፍ
- መተሻሽት (ማላጅ)

➤ በአነስተኛ ደረጃ የሚያጋልጡ

- በአፍ በኩል የሚፈጸም ወሲብ
- በኮንዶም በሴት የወሲብ ብልት በኩል የሚፈጸም ወሲብ
- በኮንዶም የሚፈጸም የፊንጢጣ ወሲብ
- ምላሽን በሌለው ሰው አፍ ውስጥ አሰገብቶ መሳሳም

➤ በከፍተኛ ደረጃ የሚያጋልጥ

- ያለኮንዶም በሴት የወሲብ ብልት በኩል ወሲብ በመፈጸም ላይ ሳሉ የወንድ የዘር ፈሳሽ ከሴት ብልት ውጪ መረጨት

➤ እጅግ በከፍተኛ ደረጃ የሚያገልጡ

- ያለኮንዶም በፊንጢጣ በኩል የሚፈጸም ወሲብ
- ያለኮንዶም በሴት የወሲብ ብልት በኩል የሚፈጸም ወሲብ

የኤች.አይ.ቪ ደም ምርመራ በማድረግ የሚገኙ ጥቅሞች ምንድናቸው ?

የኤች.አይ.ቪ ደም ምርመራ ማድረግ ከሚያስገኛቸው ጥቅሞች ወሲብ ውስጥ ጥቂቶቹ የሚከተሉት ናቸው፡-

- ከኤች.አይ.ቪ ነጻ መሆንን ወይምም አለመሆንን ሞወቅ
- ከጥርጣሬ ነጻ በመሆን የአዕምሮ ሰላም ማግኘት
- ኤች. አይ.ቪ ካለብን ወደ ሌሎች ሰዎች እንዳናስተላልፍ ለመጠንቀቅ
- ከኤች.አይ.ቪ ነጻ የሆነ ልጅ እንዲኖረን አሰፈላጊውን ቅድመ ዝግጅት ለማረጋገጥ
- የጸረ-ኤች.አይ.ቪ ሕክምና ለመከታተል

የኤች.ዩ.አይ.ቪ ደም ምርመራ ማድረግ ያለበት ምን አይነት ሰው ነው?

ወሲብ መፈጸም የጀመረ ሰው የኤች.አይ.ቪ ደም ምርመራ ማድረግ የሚገባው ሲሆን አዲስ ጓደኛ በያዘ ቁጥርም አብሮ መመርመር ይኖርበታል። በአጠቃላይ ከኤች.አይ.ቪ ነጻ መሆናቸውን እርግጠኛ ያልሆኑ፤ ያረገዙ ሴቶችና ባሎቻቸው ወይም ፍቅረኞቻቸው፤ በአዲስ የፍቅር ጓደኝነት ውስጥ ሊገቡ የወሰኑ ወይም የገቡ እንዳሁም ጋብቻ ሊመሰርቱ የወሰኑ ጥንዶች የኤች.አይ.ቪ ደም ምርመራ ማድረግ ይኖርባቸዋል።

የኤች.አይ.ቪ ምርመራ አድርጎ ውጤቱ ነገቲቭ ቢሆን ከቫይረሱ ነጻ ነኝ ማለት ነው?

አብዛኛዎቹ የኤች.አይ.ቪ መመርመራያ መሳሪያዎች በደም ውስጥ ፈለገው የሚያገኙት ኤች.አይ.ቪን ሳይሆን ሰውነታችንን ቫይረሱን ለመዋጋት የሚያመርታቸውን ፀረ-ተህዋስያን (አንቲቦዲስ) ነው። ኤች.አይ.ቪ ወደ ደም ከገባበት ቅጽበት ጀምሮ ቫይረሱን የሚዋጉ ፀረ-ተህዋስያን በደም ዊስጥ እስኪታዩ ድረስ ያለው ጊዜ “ዊንዶው ፔሬድ” ይባላል። የጊዜው ርዝመት እንደግለሰቡ ሁኔታ ከሁለት ሳምንት እስከ ሶስት ወር ሊሆን ይችላል። ስለዚህም በዚህ የጊዜ ገደብ ውስጥ የኤች.አይ.ቪ ደም ምርመራ ብናደርግ ውጤታችን ነገቲቭ የሚሆንበት እድል አለ። ምክንያቱ ደግሞ ሰውነታችን ኤች.አይ.ቪን የሚዋጉ ፀረ-ተህዋስያን (አንቲቦዲስ) ገና ማምረት ባለመጀመሩ ነው። ስለሆነም የምርመራ ውጤታችንን ጥክክለኛነት ለሚረጋገጥ ሶስት ወር እስኪሞላን ጠብቀን በድጋሚ የደም ምርመራ ማድረግ ይኖርብናል።

ኤች.አይ.ቪ ያለበትን ሰው በዓይን በማየት ብቻ ለይቶ ማወቅ ይቻላል?

አንድ ሰው ኤች.አይ.ቪ ያለበት መሆን አለመሆኑን ማወቅ የሚችለው በደም ምርመራ ነው። ሰዎችን በማየት ብቻ ቫይረሱ እንዳለባቸው ወይም እንደሌለባቸው ማወቅ አንችልም። ኤች.አይ.ቪ ያለባቸው ሰዎች እንደማንኛውም ሰው ጤነኛ መስለው ሊታዩ እና እስከ አስር ዓመት ድረስ ምንም ዓይነት የበሽታ ምልክት ላይታባቸው ይችላሉ። ይህም ሆኖ ቫይረሱን ወደ ሌላ ሰው ሊያስተላልፉ እንደሚችሉ መረዳት አስፈላጊ ነው።

ባለትዳር የሆኑ ሰዎች የኤች.አይ.ቪ ምርመራ ውጤት ሊለያይ ይችላል?

አዎን! ባለትዳር ወይም ፍቅር ግንኙነት ውስጠ ያሉ ጠይንዶች የኤች.አይ.ቪ ደም ምርመራ ውጤታቸው ሊለያይ ይችላል። የጋራ ግንኙነት ከመጀመራቸው በፊት ከሁለት አንዳቸው በኤች.አይ.ቪ የተያዙ ሊሆኑ ይችላሉ። ይህም ሆኖ ባለትዳር ወይም በፍቅር ነገቲቫ መሆን የሌላውን ውጤት ተመሳሳይ መሆን አያመለክትም። ስለዚህም ከሆነ ሰው ጋር የወሲብ ግንኙነት ከመጀመራችን በፊት ከግለሰቡ ግር አብረን የኤች.አይ.ቪ ደም ምርመራ ማድረግ ይኖርብናል።

በርካታ የወሲብ ጓደኛ ወያዝ ጉዳቱ ምንደነው?

በርካታ የወሲብ ጓደኛ ወያዝ ጉዳቱ ምንደነው?

ከአንድ በላይ ከሆኑ ሰዎች ጋር የወሲብ ግንኙነት መፈጸም በኤች.አይ.ቪ እና በወሲብ በሚተላለፉ በሽታዎች የመያዝ ዕድላችንን እጅግ ከፍተኛ ያደርገዋል። የኤች.አይ.ቪ ደም ምርመራ አድርጎ ለቫይረሱ ነጻ መሆኑን ከማናውቀው ሰው ጋር ያለኮንዶም ወሲብ መፈጸም በቫይረሱ የመያዝ ወያዝ ወደ ግለሰቡ ቫይረሱን የማስተላለፍ ዕድላችንን እጅግ ከፍተኛ ያደርገዋል። ወሲብ አብረን የምንፈጽማቸው ሰዎች በበዙ ቁጥር በኤች.አይ.ቪ የመያዝ ዕድላችንም ሰፊ ይሆናል።

ከእኛ ውጪ ከሌላ ሰው ጋር የወሲብ ግንኙነት በማያደርግ ወይም በማታደርግ የፍቅር ጓደኛ ለይ በመጽናት በኤች.አይ.ቪ በወሲብ በሚተላለፉ በሽታዎች የመያዝ ዕድላችንን መቀነስ እንችላለን። በጓገኛችን ላይ ዕምነት ጥርጣሬ ከለን አብረነው ወይም አብረናት ወሲብ በምንፈጽምበት አጋጣሚ ሁሉ ራሳችንን ለመጠበቅ ኮንዶም መጠቀም ይገባናል።

የወሲብ ጓደኛ መደረብ የሚያስከትለው አደጋ ምንድነው ?

አንድ ሰው በአንድ ጊዜ ሁለት ወይም ከዚያ በላይ አብረውት ወሲብ የሚፈጽሙ ጓደኞች ሊኖሩት ይችላል። እነዚህ ጓደኞችም በተመሳሳይ ጊዜ ከሌሎች ሰዎች ጋር የወሲብ ጓደኝነት ሲመሰርቱ ይችላሉ። እናም ሁኔታው በዚህ መልክ እየሰፋ ሲሄድ በርካታ እርስ በእርስ የማይተዋወቁ ሰዎችን በተዘዋዋሪ መንገድ የሚያገናኝ ሰፊ የወሲብ መረብ ይፈጠራል። በዚህ መረብ ውስጥ ለሚገኙ ሰዎች ውስጥ አንድ ሰው በ ኤች.አይ.ቪ ከተያዘ ያለኮንዶም በሚፈጸም ወሲብ ምክንያት በወሲብ መረቡ ውስጥ ወደሚገኙ ሰዎች የቫይረሱ የመተላለፍ እድል በጣም ከፍተኛ ይሆናል።

የወንድ ኮንዶም በትክክል ለመጠቀም የምንከተላቸው ተግባሮች ምንድናቸው ?



ኮንዶም ከፓኬት ዉስጥ ካወጣን በኋላ ከተመረተበት ዚዜ ጀምሮ እስከመቼ ድረስ የማገልገል ብቃት እንዳለው የሚገልጸውን ጽሁፍ ማንብብ:: የኮንዶሙ የአገልግሎት ጊዜ ያለፈ ከሆነ ወይም የተቀደደ ከሆነ አለመጠቀመው ::

በእሽጉ ዉስጥ ያለውን ኮንረዶም ወደ አንድ ጎን በመግፈት ቻፋን በእጅ ቀዶ በእሽጉ ዉስጥ ማውጣት:: እሽጉን ለመቅደድ ጥርሳችንን ወይም ጥፍራችንን መጠቀም የለብንም::

ኮንዶሙን ብልት ለይ ከመሰካት በፊት የኮንዶሙን ቻፍ ችግር አድርጎ በመያዝ በውስጡ አየር እንዳይኖር ማድረግ::





የወንድ ብልት ቀጥ ብሎ ሲቆም የኮንዶምን ጫፍ ሳይለቁ ብልቱ ሙሉ በሙሉ እስኪሰፈን ድረስ ኮንዶምን ወደ ታች መተርተር።

ወሲብ ፈጽመው እንደጨረሱ ከኋላ ያለውን የኮንዶምን ጫፍ በመያዝ የወንድን ብልት ወዳያውኑ ከሴቷ የወሲብ ብልት ውስጥ መገባት።



በኮንዶም ውስጥ ያለው ፈሳሽ እንዳይፈስ ኮንዶምን መቋጠርና በጥንቃቄ ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ውስጥ መጣል።

ኤች.አይ.ቪ ፖዘቲቭ የሆኑ ባለትዳሮች ሴክሰስ ሲያደርጉ ኮንዶም መጠቀም አለባቸው ?

አዎን! ኤች.አይ.ቪ ያለባቸው ባለትዳሮችም ሆኑ ፍቅረኞች ራሳቸውንና ጓደኛቸውን በወሲብ ለሚተላለፉ በሽታዎች መጠበቅና ኤች.አይ.ቪ በአዲስ መልክ ከአንዱ ወደ ሌላው እንዳይተላለፍ ለመከላከል ኮንዶም መጠቀም አለባቸው።

አንድ የፊሬ ልጅ በኮንዶም ውስጥ ኤች.አይ.ቪ አለ ብሎ ሲያወራ ሰማሁት። እውነት ነው ?

ይህ ዓይነቱ ወሬ ስህተት ነው። ኮንዶም ወደ ኢትዮጵያ የሚገባው የመድሃኒቶችን ጥራት ከሚቆጣጠር መስረያ ቤት የጥራት ማረጋገጫ ካገኘ በኋላ ነው። በኮንዶም ላይ የሚገኘው የማለሰለሻ ቅበት ብቻ ነው። ቅባቱም በወሲብ ወቅት የወንዱ ብልት በሴቷ ብልት ውስጥ በቀላሉ መንቀሳቀስ እንዲችል የሚረዳ ነው።

ኤች.አይ.ቪ ካለበት ሰው ጋር አብረን ኳስ ብንጫወት ቫይረሱ ሊተላለፍብን ይችላል ?

በስፖርት ጨዋታ ወቅት ኤች.አይ.ቪ የተላለፈበት ሰው መኖሩን የሚያሳዩ ጥናቶች የሉም። በስፖርት ጨዋታ ላይ አንድ ተጫዋች ከደማ፤ ደሙ እስኪቆም ከሜዳ ወስቶ የተጎደው የሰውነት ክፍሉ በፋሻ መታሰር ይኖርበታል። ኤች.አይ.ቪ የሚተላለፈው በገጽ 7 ላይ በተገለጹት መንገዶች መሆኑን ልብ ማለት ይገባል።

ተጓዳኝ በሽታዎች የሚባሉት ምን ዓይነት በሽታዎች ናቸው ?

ተጓዳኝ በሽታዎች (አፖርቹኒስቲክ ኢንፌክሽን) የአንድ ግለሰብ ተፈጥሯዊ በሽታን የመከላከል አቅም መዳከሙን ተከትለው (ለምሳሌ የኤች.አይ.ቪ ህመምተኞች) የሚከሰቱ ናቸው። በሽታዎቹ በባክቴሪያ፣ በቪይረስ ወይም በፈንገስ አማካኝነት ሊመጡ ይችላሉ። ከእነዚህ በሽታዎች ውስጥ የሳንባ ምች፣ የሳንባ በሽታ እና የወባ በሽታ የሚጠቀሱ ናቸው።

የጸረ- ኤች.አይ.ቪ መድሃኒት ምንድነው ?

የጸረ- ኤች.አይ.ቪ መድሃኒቶች ጠቀሜታ ኤች.አይ.ቪ በሰውነት ለይ የሚያደርሰውን ጉዳት መቀነስ ነው። መድሃኒቶቹ ቫይረሱን ማጥፋት ወይም ኤድስን ማዳን የሚችሉ አይደሉም። መድሃኒቶቹ ኤች.አይ.ቪ በሰውነት ውስጥ የሚርባበትን ፍጥነት የሚቀንሱ ናቸው። አንድ ኤች.አይ.ቪ ፖዘቲቭ የሆነ ሰው እነዙህን መድሃኒቶች ጀመረው ጀምረው በቅድሚያ የሲዳፎር ምርመራ ማካሄድና በደሙ ውስጥ ያለውን የቫይረሱ መጠን ከግምት ውስጥ በማስገባት የህክምና ባለሙያ መድሃኒቶቹን መውሰድ እንዲምር ማዘዝ ይኖርበታል።

ጸረ-ኤች.አይ.ቪ መድሃኒቶች ከማሸድ ጎን ለጎን ተጓዳኝ በሽታዎችን መከላከል ወይም መታከም፤ ጤንነትን መንከባከብ፤ የተመጣጠኑ ምግቦችን መመገብ፤ የአካል እንቅስቃሴ መስራትና ቀና አስተሳሰብ ማበር ኤች.አይ.ቪ/ኤድስን ተቆጣጥረን ጤነኛ ሕይወት እንድንመራ ያስችሉናል።

የጸረ- ኤች.አይ.ቪ መድከኒት የሚጠቀሙ ሰዎች ኤች.አይ.ቪን ወደ ሌላ ሰው አያስተላልፉም የሚባለው እውነት ነው ?

የጸረ- ኤች.አይ.ቪ መድከኒቶች ጠቀሜታ ኤች.አይ.ቪ ያለበት ሰው ጤናው ተጠብቆ እንዲኖር ማስቻል እንጂ ቫይረሱን ከሰውቱ ዊስጥ ማጥፋት ወይም መፈወስ አይደለም። ቫይረሱ ያለበት ሰው የጸረ-ኤች.አይ.ቪ መድከኒት ቢጠቀምም ከቫይረሱ ነጻ መሆን ግን አይቻልም። ስለዚህም ቫይረሱ ወደ ሌላ ሰው ሊያስተላልፍ የሚችልበት እድል አለ።

ኤች.አይ.ቪ ፖዘቲቭ ሰዎች በተገጋጋሚ ሰከሰ ቢያደረጉ ቫይረሱ ከሰውነታቸው ውስት ወጥቶ ሊያልቅ አልችልም ?

በተደጋጋሚ ወይም ለብዙ ጊዜ ወሲብ መፈፀም በሰውነት ውስጥ ያለውን የቫይረስ መጠን ሊቀንስ ወይም ሊያጠፋ አይችልም። ኤች.አይ.ቪ ወሲብ በምንፈፅምበት ወቅት ከብልታችን በሚወጣው የዘር ፈሳሽ ውሲብ ብቻ ሳይሆን በደምና በጡት ወተት በመሳሰሉት ፈሳሾች ውስጥም ይገኛል። ይልቁንም በተደጋጋሚ የሚደረግ ጥንቃቄ የጎደለው ወሲብ ተጨማሪ ቫይረስ ወደ ሰውነት እንዲገባ መንገድ ይከፍታል።

ኤች.አይ.ቪ/ኤድስ ነፀበል ይደናል ሲባል እሰማለሁ። እውነት ነው ?

ኤች.አይ.ቪ/ኤድስ የሚያድን መድሀኒት የለም። ለጊዜው። ለጊዜው ያለው ሕክምና የጸረ-ኤች.አይ.ቪ መድሀኒቶችን መጠቀም ነው። እነዚህም መድሀኒቶች ቢሆኑ ቫይረሱ በሰውነት ወስጥ የሚራባበትን ፍጥነት ለመቀነስ የሚያግዙ እንጂ ኤች.አይ.ቪ/ኤድስን የሚያድኑ አይደሉም።

ኤች.አይ.ቪ ያለበት ሰው ለጅ መውለድ ይችላል ?

ኤች.አይ.ቪ ያለባቸው ሰዎች ለጅ መውለድ የሚችሉ ሲሆን የምለድ ውሳኔው ግን ሊታሰብበት የሚገባው ነው።
ኤች.አይ.ቪ በእርግዝና፣ በወለድ ወይም ጡት በሚያጠባብቅበት ወቅት ቫይረሱ ካለባት እናት ወደ ልጇ ሊተላለፍ ይችላል። በአሁኑ ጊዜ በእርግዝና፣ በወለድ ወቅትና ከወለድ በኋላ ቫይረሱ ከእናት ወደ ልጅ ሊተላለፍ የሚችልበት ዕድል በከፍተኛ ደረጃ ለመቀነስ የሚያስችሉ የሕክምና አገልግሎቶች ይገኛል። አንዲት ኤች.አይ.ቪ ፖዘቲቭ የሆነች ሴት ለጅ መውለድ ከፈለገች ከቫይረሱ ነፃ የሆነ ልጅ የመውለድ ዕድሏን ከፍ ለማድረግ ከሕክምና ጋር መመካከር ይጠበቅባታል።

በአዳማ የኤች አይ ቪ ኤድስ የምርመራ ቦታዎች

- ❖ አዳማ ረፈራል ሆስፒታል ኮሌጅ (022- 111- 24-24)
- ❖ አዳማ ጤና ጣብያ (022-112-65-90)
- ❖ ገዳ ጤና ጣብያ (022-112-97-72)
- ❖ አዳማ ጆንራል ሆስፒታል (022-112-65-90)
- ❖ ቤተሰብ መምርያ ክሊኒክ(022-111-13-03)
- ❖ ሜሪሰቶፕስ ክሊኒክ:- (022-112-09-52)
- ❖ ቢፍቱ ጤና ጣቢያ:- (022-811-85-20)
- ❖ አኖሌ ጤና ጣቢያ:- (022-211-31-02)

ስለዚህ : ተመርመረን እራሳችንን እንወቅ !!



አድራሻ:

ቀበሌ 05 የአዳማ ወጣቶች ማዕከል ጊቢ ውስጥ

ፖስታ ቁጥር: 1401

ስልክ: 022-111-79-08/06

ፋክስ: 022-111-79-07

ኢሜል: admin@aarc.gov.et

ዌብ ሳይት: <http://www.aarc.gov.et>

ጤናማ ሕይወት