



ኤች.አይ.ቪ/ኤድስ

እቲ ሓደጋ ኣበይ ኣሎ

እቲ ሓደጋ ኣበይከ የለን

ሓበሬታ ንደቂ ተባዕትዮ

ኤድስ ሓደገኛ ዝኾነ ሕማም እዮ ... ክሳብ ሎሚ ፈውሲ ዘይተረኽበሉ ሕማም እዮ። ኤድስ ኣብ ዓለምኩሉ ዘተሰፋ-ሕፈሐ ኾይኑ ከምኡውን ኣብ ስዊዘርላንድ ከቢድ ፀገም እዮ።

ናይ ኤድስ መበገሲ ኤች.አይ.ቪ. ቫይረስ እዮ። (ብሓፂር ኤች.አይ.ቪ ይበሃል)። ኤች.አይ.ቪ. ቀስ ብቐስ ድሕሪ ነዊሕ ጊዜ ናይ ኣካልና ሕማም ምምካት ዓቕሚ የዳኽም። በዚ ምኽንያት እውን ድሕሪ ዓመታት ኣብሓደ እዋን ኣካልና ብዝተፈላለዩ ሕማማት ይጥቃዕ። እዚ ብምዃኑ ድማ ብኤች.አይ.ቪ. ዝተትሓዙ ሰባት ካብ ጊዜ ናብ ጊዜ ሕማም እንዳፀንገም ይኸይድ። እዚ ኹነታት'ዚ ኤድስ ይበሃል።

መከላኸል፡- እዚ ዕሑፍ ኤች.አይ.ቪ. ናባኹም ከመይ ኢሉ ከምዝተሓለለፍ የብራህርህ። ብተወሳኺ እዚ ዕሑፍ እዚ ንባዕሎም ከምኡውን ድማ ንል ኦንስተይቲ ወይ ወዲ ተባዕታይ ናይ ፍቅሪ መሓዛኹም ንኤች.አይ.ቪ/ኤድስ ንኸይቃልዑ ከመይ ገይርም ከምዝከላኸሉ የርድኦም!

ኤድስ ኣይድሕንን፣ ... እንተኾነ ግና ኤች.አይ.ቪ. ኤድስ ኣብ ውሽጢ ኣካልና ንዝገብር ቅልጡፍ ምስርጫው ዝንክዩ ፈውስታት ኣለው። ነበርቲ ስዊዘርላንድ ፍቓድ መንበሪ ሃለዎም ኣይሃለዎም ብዘየገድስ ውዕሊት ዘለዎ ሕክምና ናይ ምርካብ መሰል ኣለዎም።

እቲ ሕክምና ኣብ እዋኑ ክጀመር ኣለዎ። ቦቲ ቫይረስ ከምዝተትሓዘ ዘይፈለጠ ሰብ ሕክምና እንተተጀመረሉ እውን ብሕክምና ዕቡቕ ውዕሊት ክረኽበሉ ዝክእለሉ ጊዜ ከይተጠቕመሉ የሕልፍ። ነዚውን እዩ ቦቲ ቫይረስ ምትሓዝናን ዘይምትሓዝናን ምፍላጥ ኣገዩ ኣገዳሲ ዝኾውን። ንዝበለፀ መረድኢ ብድሕሪዚ ገዕ ዘሎ ዕሑፍ ምርኣይ ይካኣል።



ሓደጋ

ኤች.አይ.ቪ፣ ብዙይ ኮንዶም ብዝፍፀም ናይ ግብረ-ሥጋ ርክብ ይተሓላለፍ፡፡ ካብ ኤች.አይ.ቪ/ኤድስን ካብ ካልኦት ብግብረ-ሥጋ ርክብ ንዝመሓላለፍ ሕማማት ንባዕልኻ ንምክልኻል እቲ ቀንዳ መከላኸሊ ኮንዶም እዩ።

ኣብ ሞንጎ ደቂ ተባዕትዮ ዝግበር ግብረ-ሰዶማዊ ርክብ ብዙይ ኮንዶም



- ኣዝዩ ዝኸበደ ሓደጋ
- ኣብ ሞንጎ ኸልተ ናይ ወሲብ መሓዘት፣ ዝግበር ርክብ ፈሳሲ ዘርእኒ ወዳ ተባዕታይ እንተዘይሃለዎ'ውን
- ነዚ መከላኸሊ፡- ኮንዶም ምስ እኹል መለስሲ.



ብብልዕቲ እታ ሰበይቲ ዝፈፀም ግብረ-ሰጋዊ ርክብ ብዘይኮንዶም



- ከቢድ ሓደጋ
- ንሱብኣይን ንሰበይቲን-ፈሳሲ ዘርእኒ ወዳ ተባዕታይ እንተዘይሃለዎ'ውን
- መከላኸሊኡ፡- ኮንዶም

ብአፍ ዝግበር ግብረ-ሰጋ ርክብ ብዘይመከላኸሊ



- እቲ ሓደጋ ሕዘውን ኣሎ
- መከላኸሊኡ፡- ኣብ እዋን ወርሓዊ ዕግዖት ዝኸነ ያታዊ ርክብ ዘይምግባር።
- ፈሳሲ ዘርእኒ ወዳ ተባዕታይ ናብ ኣፍኻ ዘይምእታው!
- ፈሳሲ ዘርእኒ ወዳ ተባዕታይ ዘይምውሐጥ!

ኣጠቓቕማ ኮንዶም ከምዚ እዩ

1. መእሸኒ ኮንዶም ዘይተቀደደን ዘይተበላሸዎ ምዃኑ የረጋግፀ።



2. ነቲ መእሸኒ ብጥንቃቄን ኣፍቲ ትክክለኛ ቦታ ቐዳደካ ምኽፋትን፣ ነቲ ኮንዶም ምውፃእ።

3. ዘይተገረዙ እንተደኣ ኸይኖም ነቲ ጫፍ ብልዕኦቶም ዝኸፍን ቁርቡት ንድሕሪት ምስብሳብ።



4. ነቲ ዝተጠቅለለ ኮንዶም ብዓባይቶን ብመመልከቲቶን ኣባብዕቶም ሒዞም ኣብ ጫፍ ብልዕኦቶም ምቕማጥ። ቀለበት እቲ ኮንዶም ንደገ የርኢ ማለት'ዩ።



5. ነቲ ኮንዶም ንታሕቲ ምዝርጋሕ። እቲ ኮንዶም ብቐሊሉ ኸዝርጋሕ ኣለዎ። ብቐሊሉ ኸዝርጋሕ ተዘይተኸኢሉ ግና ስለዝፀበበ ወይ ስለዝሰፍሐ እዩ ወይ ድማ ቀለበት እቲ ኮንዶም ንደገ ከርኢ እናተገበኦ ናብ ውሽጢ የርኢ ማለት'ዩ።



6. ድሕሪ ርወዮት፡- ብልዕትኹም ኸም እንደገና ተመሊሱ ቕድሚ ምድቃሱ ምስኮንዶሙ ምውፃእ፤ ኣብዚ እዋን እቲ ኮንዶም ሽታሕታሕ ኢሉ ከይሞልቕ ምስ ብልዕትኹም ካብ ስፍ ኣጥቢቅካ ምሓዝ የድሊ።

ኣብ ነገርና፡- ርክብ ግብረ-ሰጋ ቅድሚ ምፍፃምኩም ናብ ውሽጢ ብልዕቲ ኣንስተይቲ ዝኣቱ ነንስተይቲ ዝኸውን ፈሚዶን (Femdom®) ዝበሃል ኮንዶም ኣሎ። እንተኸነ ግና እቲ ንወዳ ተባዕታይ ዝኸውን ኮንዶም ኣጠቓቕምኩ ቀሊል ምስምዃኑ ዋግኡውን ይሓር።

ተወሳኝ ናይቲ ቫይረስ መተሓላለፊ መንገዳታት

ኤች.አይ.ቪ ካብዘለዎ ኣይ ናብ ውሉድ (ቆልዓ)



ኣብ እዋን ጥንሲ፣ ኣብ እዋን ሕርሲን ኣብ እዋን ጡብ ምጥባብ ኤች.አይ.ቪ. ካብ ኣይ ናብ ውሉድ (ቆልዓ) ክመሓላለፍ ይክእል።

- ኣዝዩ ዝከበደ (ክብ ዝበለ) ሓደጋ
- መከላኸሊ፡- ናይ ኤች.አይ.ቪ ምርመራ ገይራ ተስካሚት እቲ ቫይረስ ምዃና ዝተረጋገጸ ጥንስቲ ኣንስተይቲ ዝስማዕማዕ ክትትል ሕክምና ተገይሩላ እቲ ቫይረስ ናብ ውሉዳ ከይመሓላለፍ ምግባር ይካኣል።

ድራግ ምውሳድ



ድራግ ንምውሳድ ገንኪ መውግኪ መርፍእን መውግኪ መርፍእን ብሓባር ምጥቅም።

- ኣዝዩ ዝከበደ (ክብ ዝበለ) ሓደጋ
- መከላኸሊ፡- ዕሩዮት ዝኾነ መሳርሕታት (ገንኪ መውግኪ መርፍእን፣ መውግኪ መርፍእን፣ መፀንፈፊ ጡጥ፣ ማንካን ማይን)፤ ከዛም መሳርሒታት ብሓባር ዘይምጥቅም። እዛም መጠንቀቕታታት እንተዘይተገይሮም፣ ብተወሳኝ ኣዝዩ ክብ ብዝበለ ደረጃ ነቲ ሓደገኛ ንዝኾነ ሄፓቲቲስ ሲ ቫይረስ ተጥሂሉ ንዝፍለጥ ሕጻን ጉበት (ኤች.ሲ.ቪ/HCV) ምቅላዕውን ይክክልዮ።

መጥባሕቲ / ግርዘት

- ኣዝዩ ዝከበደ (ክብ ዝበለ) ሓደጋ
- መጥባሕቲ፣ ግርዘት፣ ውቃጦ ወዘተ ንመግቢ ኣብ ስራሕ ዝውዕሉ መሳረሒታት (ናይ መድሓኒት ገንኪ መውግኪ መርፍእን፣ መውግኪ መርፍእን፣ ኻራ...) ጀርሚ ዘይብሎም ኹይኖም ከይዕረዩ መገልገሊ ብዘሉት ሰባት እንተኹይኖም ኤች.አይ.ቪ ክተሓለፍ ይክእል። ካብ ኤች.አይ.ቪ ናብ ንምዃኖም ተመርሚርም ዘይተረጋገጹ ናይ ደም ምህርቲታት ብምውሳድውን እቲ ቫይረስ ክመሓላለፍ ይክእልዮ።

- ሓደጋ የለን
- ኣብ ውሽጢ ስዊዘርላንድ ኣፍልጦ ብዘለዎም ሰብ መ-ያ ሕክምና ብዝገሃቡ ናይ ሕክምና ግልጋሎት እቲ ቫይረስ ተመሓላለፉ ኣይፈልጥን።

ሓደጋ የለን



ኣብ መስርሒ ቦታ፣ ናይ ሽቓቕን ክፍልታት



ብምሕንግብ፣ ብምስዓል



ኢድ ንኢድ ብምጭብባጥ፣ ብምድህሳስ ብምትሕቓቓ



ብሓባር፣ ኣብ ሓደ ናይ ምግብ ሸሓን ብምብላዕ፣ ብሓባር ብሓደ ብርጭቆ ብምስታይ



ብክፍሳት ብምንኻስ፣ ኣብ ሳውና

እዚ ዝርዝር ከምዘሪእ ኣብ ዕለታዊ ናብራ፣ ነቲ ቫይረስ ናይ ምቅላዕ ሓደጋ ኣይህሉን። ስለዝኾነ ኤች.አይ.ቪ ዘለዎም ሰባት ነቲ ቫይረስ ናብ ካሊእ ሰብ በዚ መንገዲዚ የመሓላልፉ እዮም ብምባል ምፍራሕ፣ ኢሎውን ካብ ምሕበራዊ ናብራ ወይከኣ ካብ ስራሕ ዓለም ንምግላል ምፍታን ምንም ምክንያት የብሉን።

እቲ ሓደጋ ኣብ ዝበዕቡ ኩነታትውን የለን፦



ብምስገም ወይኻኣ ንስንሳትካ ወሲባዊ ተግባር ብኢድካ ብምፍጻም ጥንቃቄ ዝተመልኡ የታዊ ርክብ ብምፍጻም (ብኮንዶም)

በቴ ቫይረስ ተታሒዘ ድዩ ወይስ ካፍቲ ቫይረስ ናዓ እዩ?

ሓደ ሰብ ተሰካሚ ኤች.አይ.ቪ ምዃኑ እንትፈልጥ ጥራሕ እዩ ትክክለኛ ዝብሉ ክይሓለፍ ሕክምንኡ ዝጅምር።

ናይ ኤች.አይ.ቪ ምርመራ

ተሰካሚ ኤች.አይ.ቪ ምዃኖምን ዘይምዃኖምን በርግፀኝነት ንምፍላጥ ዝረደአም ናይ ኤች.አይ.ቪ ምርመራ ክገብሩ ኸለው ጥራሕ እዩ። እቲ ቫይረስ ናብ ውሽጢ ኣካልና ምስ ኣተወ ፈላግይ እዋን ብኣብዝሓ ህውከት ጥዓና ኣይህሉን። እቲ ቫይረስ ናብ ውሽጢ ኣካልና ምእታው ብግልፃዊ ዘራኡና ምልክታት ሕማም የለውን፤ ኣብ ፈላግይ እዋን ኤች.አይ.ቪ ኣይረከይን። ጥንቃቄ ዝገንደሎ (ንኣብነት ብዘይኮንዶም) ግብረ-ሥጋዊ ርክብ ምስተፈፀመ ድሕሪ ሰለስተ ኣዋርሕ ዝተኸየደ ምርመራ'ዩ ብመሰረቱ ትርጉም ዝህልዎ። ድሕሪ'ዚ ናይ ጊዜ ገደብ ዝግበር ምርመራ ግና ብርግፀ ኣታኣማሚ ገኸነ ውዕኢት ይህብ እዩ። እቲ ቫይረስ እንተደኣ ተረኺብዎም ግና በዛም ቀዳሞት ሰለስተ ኣዋርሕ ውሽጢውን እንተኸነ ከመሓላልፋ ይክእሉ።

ምስጢራዊነት እቲ ምርመራ

ናብ ሓደ ዓብዩ ሆስፒታል ወይ ድማ ብቐጥታ ናብ ላባራቶሪ (ናይ ሽንቲ፣ ደም፣ ወዘተ. ምርመራ ዝክየደሉ ትካል) ክይደም ሽግም ክይነገሩ ክምርመሩ ይክእሉ። እንትኸነግና ምምርማሮምን ይኹን እንታይ ዓይነት ውዕኢት ምርመራ ከምዝረኽቡ ክፈለጥ ዝክእል ማንም ሰብ ኣይህሉን።

ቅድሚ ምርመራ ዝግበር ግልጋሎት ምክሪ

ቅድሚ ምርመራ ምግባሮም ዝገበሩ ገርም ግልጋሎት ምክሪ ይርከቡ። ካብ ሓደ ናይ ኤድስ ግብረ-ሰናይ ትካል፣ ካብ ሆስፒታል፣ ካብ ላባራቶሪ ወይ ካብ ሓኪምም ወይ ድማ ናትኩም ጉዳይ ስደተኝነት ንዝከታተል ቤተ-ዕሕፈት ሠራሕተኛ የዘራርቡ።

(መን ምዃኖም ኸይገለፁ) ብዛዕባ ኣድራሻታት፣ ዕሉፋት፣ ናይ ምርመራ ማእከላት ወዘተ. መረዳኣታ ንምርካብ፣ ብኣድራሻኡም ንክላክሎም እንተደልዩም ንምእዛዝ፣ ናይ ስልክቛዕሪናን ናይ ኢንተርኔት ኣድራሻና እነሆ፡- [044 447 11 11/www.aids.ch](http://044.447.11.11/www.aids.ch)

ወይ ኻእ ብቐጥታ፡-

ካልኣት ብግብረ-ስጋ ዝመሓላለፉ ናይ ወሲብ ሕማማት

ዶታዊ ርክብ ብምፍገም ካብ ኤች.አይ.ቪ/ኤድስ ብተወሰኺ ካልኣት ሕማማት ከመሓላለፉ ይክእሉ፡- ንኣብነት ሕማም ጅግል፣ ሀርቲስ፣ ፍንጣጣ፣ ክላሚዲኒ ወይ ድማ ሄፓቲትስ ቢ ዝበሃል ናይ ጉበት ሕማም።

ምልክታትን ሕማማትን → ናብ ሓኪም ይኺዱ!

- እዞም ሕማማት ብኣብዘሓ ዝተወሰኑ ናይ ሕማም ዓይነታት የምዕኡ።
- ዝተፈለለዩ መጠንን ሕብሪን ዘለዎ ፈሳሲ ካብ መሽኒቶ/ካብ ብፈሳሳ ወዲ ተባዕታይ ይወዕኡ
- ኣብ እዋን ሽንቲ ናይ ምቅፃል ስምዒት፣ ኣብ ከባቢ መሸኒቶ ምሕኻኽ
- ኣብ ከባቢ ፍረንብሲ ምሕማምን ሕብጠትን
- ኣብ ከባቢ ብልዕቲ ወይ ፍረንብሲ ዝህንሑ ቁስለ፣ ሕባጥ፣ ዝተቋፀረ-ፈሳሲ፣ ዘሕክኽ ሽፍታ
- ኣብ ከባቢ ታሕተዋይ ውሽጢ ኸብድና ሕማም
- ኣብ እዋን ሽቑቕ ስሚዒት ሕማም
- መሃንቱስ ፅዕን ዝገብር ሕማም፣ ካብ መሃንቱስ ዝወዕኡ ፈሳሲ
- ኣብ መሃንቱስ ሕብጥ፣ ዝተቋፀረ ፈሳሲ

ከምቢ ዓይነት (ዝእምሰል) ናይ ጥዒና ምትህዋኽ እንተሃልይዎም ብቐልጡፍ ናብ ሓኪም ይኺዱ!

ልቢ ይበሉ፡- ኤች.አይ.ቪ/ኤድስ እኒዚኦም ምልክት ለየርእይን!
ሓደ ሰብ በቲ ቫይረስ ምትሓዝ ዘይምተሓዘን ብርግፀኝነት ክፈልጥ ዝክእል ብኤች.አይ.ቪ ምርመራ ጥራሕዩ።

ዘስዕብዎ መዘዛት

እዞም ሕማማት መብዛሕቶኦም ብእዋኑ እንተተፈለጡም ብሕክምና ክሓውዩ ይክእሉ። ሕክምና እንተዘይተገደሩ ግና ዘስዕቦ መዘዝ (ካንሰር፣ ምምካን) ከበድ ካብ ምዃኑ ንላዕሊ ንኤች.አይ.ቪ. ናይ ምቅላዕ ሓደጋውን ከምኡ ኣገዩ ሓፍ ዝበለ ይኸውን።

መከላኸሊ፡- ብኮንዶም

ብብልዕቲ ኣንስተይቲ፣ ብመሃንቱስና ኸምኡውን ብኣፍ ብዝፍፀም ወሲብ፣ ካብዞም ተመሓላለፍቲ ናይ መወሲብ ሕማማት ንባዕልትና ንክንሕሉ ኮንዶም ምጥቃም ኣገዩ ብጣዕሚ ዕቡቕ ዝኸነ መከላኸሊ እዩ። ብፍላይ ብዝመጡ ምስ ዝመሓዳደሩ ኣንስቲ ብኣፍ ኣብዝፍፀም ወሲብ ኹሉ ጊዜ ኮንዶም ምጥቃም ብጣዕሚ ኣድላይ እዩ።

ኮንዶምን መለስለሲን ብዝምልከት መረዳኢታ

መከላኸል፦

ኮንዶም ካብ ኤፕ.አይ.ቪን ካብ ካልኦት ተመሓለፍቲ ሕማማት ወሲብ ይከላኸል። ኮንዶም ከም መከላኸሊ ጥንሲ ኸይኑውን ኸገልግል ይክእል።

ዕርዮት ዘለዎ ኮንዶም / ዕቅኖም ይምረፁ።

«ok» ናይ ምህርቲ ዕርይት ደረጃ ዘርእይ ምልክት ዘለዎ ኮንዶም ጥራይ ይጠቐሙ እዚውን ብብሊፐር-ማርኬት፣ ድሮገሪታትን ፋርማሲታት ይርከቡ።



ዝተፈላለዩ መጠንን መልክዕን ዘለዎም ኮንዶማት ይርከቡ።

ንባዕሎም ዕቅኖም ዝኾነ ኮንዶም ይምረፁ። ፀቢብ እንተኹይኑ ይነቱግ ወይ ይቕደድ፣ገራሕ እንተኹይኑ ድማ ስለዘይሕገ ይወዕኑ። ነቲ ንግድ ልክዎም ዝኾነ ኮንዶም ንምርካብ፣ ንኣብነት ናብዚ ናይ ኢንተርኔት ኣድራሻ ኸይደም ይርእዩ www.mysize.ch

እዋን ገልጋሎቱ ዘይሓለፎ / መቀመጢ ቦታ

ዝጥቀሙሉ ኮንዶም እዋን ግልጋሎቱ ዘይሓለፎ ንምጥንታ ነቲ ኣብ ልዕሊ መካሸጊቲ ዝተዕሓፈ ዕለት ሪኦም የረጋግፁ። ነቲ ኮንዶም ካብ ብርሃንን ቢሊት ካብ ዝኾነ ነገር የርሕቑ።

መለስለሲ

ኣድላይ እንተኹይኑ ብርክት ኣቢሎም ቅብኣት ዘይብሉ ካብ ማይ ዝተሰርሐ ማለት ድማ ብማይ ዝሓቕቕ መለስለሲ (ብቐለሉ ብልዕቲ ንምእታው ዝረድኡ፣ ራሕሲ ዝህብ ጌል) ይጠቐሙ። ነዚውን ኣብ ስፐርማርኬታት፣ ድሮገሪታትን ፋርማሲታት ምርካብ ይክእል። ቫገሊን፣ ቆርቦት ኣክልና መለስለሲ ማለት ድማ ቦዲሎቭን፣ መድረዘን ዘይቲ ብልዒ ፈገግኡም ከይትጥቀሙ።

ክልተ ኮንዶም ሓዲ ኣብ ልዕሊ እቲ ሓዲ ደረቦም ብሱሩ ኸይጥቀሙ!

እንታይ ምግባር ይክእሉ ...

ግብረ-ስጋ እንክፍዕሙ እቲ ኮንዶም እንተተቐዳዱ ወይክኣ እንተነቲ፣ እሞኻኣ ናይ ወሲብ ዓርኮም ኣንስተይቲ ወይ ተባዕታይ ብርግፀኝነት ናይ ኤፕ.አይ.ቪ ተስካሚ ወይድማ ናይ ኤፕ.አይ.ቪ ተስካሚ ንምጥንታ ዘለዎ/ዎ ዕድል ብጣዕሚ ናብዚ እንተኾነ?

ኣዝዩ እንተደንገዮ ኣፍቲ ዝቐፅል ዕለት ናብ ሓዲ ናይ ኤድስ ግብረ-ሠናይ ትኣል ወይ ሆስፒታል ኸይደም ግልጋሎት ምክሪ ይርከቡ፤ በዚ ኹነታት'ዚ እንታይ ምግባር ከምዝክእል በቲ መዳይ ዝተጠፈሩ ሰብ መያ ክብራ-ሀርሁሎም እዮም። ካፍቲ ሓዲጋ ንምድሓኝውን ዕድል ይህልዎም፤ ቀሊልን ብዘይ ምንም ጥርጥር ፍቱን ዝኾነ ሕክምና ግና የለቦን።

ዘለኩም ሓላፍነት!

ወሲብ ኣብ ዝፍፀሙሉ እዋን ኮንዶም ምጥቃም ናይ ግድን ይኸውን። ኮንዶም ንባዕሎምን ከምኡውን ምስኦም የታዊ ርክብ ንዝፍፀሙ ሰባት'ውን ካብ ሓዲጋ ይሕሉ። በጃኹም ሓላፍነት ይሰማዕኩም። ኩሉ ጊዜ ኮንዶም ይሃልወኩም። የታዊ ርክብ ኣብ ዝፍፀሙሉ እዋን ይጠቐሙሉ!

ሓዲ ሰብ ብሸለል መለል ኮንዶም ብዘይምጥቐሙ ምክንያት ናብ ኣንስተይቲ ዓርኮ ኤፕ.አይ.ቪ እንተተሓላለፈ፣ ብወንጀል ተክሲሱ ምናልባት'ውን ንብዙሕ ዓመታት ናይ ቤት ማእሰርቲ መቐጻባቲ ክፍረደሉ ይክእል!

ኣብ ነገርና

የታዊ ርክብ ብዘይ ኮንዶም ክፍፀሙ ዝፀንሑ እንተኾይኖምን ክሳብ ሕዚ እዋን ግና ኤፕ.አይ.ቪ/ኤድስ እንተዘይተታሊዞም፣ ካለኡ ነገር ኸይኮነስ ዕድለኛ ስለዝኾኑ ጥራሕዮ። ኣብ ዝዘነ እዋን'ውን እንተኾነ ኮንዶም ከይተጠቐሙ የታዊ ርክብ ምናዩም፣ ዘስዕቦ ነቲ ቫይረስ ናይ ምቕላዕ ሓዲጋ ዓብይ እዩ!

ነዞም ትሕት ኢሎም ዝተጠቐሱ ሰለስተ መዐቀቲታት እንተተማሊኦም ጥራይ እዩ ብዘይ ምንም ሓዲጋ ኮንዶም ከይተጠቐሙ ርክብ ግብረ-ሥጋ ክፍፀሙ ዝክእሉ፦

- ምስ ናይ ፍቕሪ መሓዘኦም ብቐጥሚነትን ብዕነፅ ምትእስሳር ዝነብሩ እንተኾይኖም
- ንሶም'ውን ኹኑ ኣንስተይቲ ወይ ተባዕታይ ዓርኮም እትፍፀምዎ የታዊ ርክብ ምስገሊ ንስኻትኩም ጥራይ እንተኾይኑ
- ክልቲኹም እቲ ብጣዕሚ ዝምረፅ ሓብርኩም ብሓዲ-ምርመራ ጌይርኩም፣ ክልቲኹም ካብ ኤፕ.አይ.ቪ ናብ ምጥንታውኩም ዝተረጋገፀ እንተኾይኑ እዩ።

ንሶም ዝዞም መዐቀቲታት የማልኡ ድዮም? ርግፀኛ ድዮም?

ተወሳኝ ምረዳኝታን ግለጋሎት ምክሪ

ግለጋሎት ምክሪ

አብ ዝኾነ ትካል ግብረ-ሠናይ ኤድስ፡ ብካካል ቐሪቦም ወይድማ ብስልኪ ደዌሎም ምሕታት ይኸኝሉ። ድልዎቶም እንተኾይኑውን ሽምም ከይጠቐሱ ግለጋሎት ምርካብ ይኸኝሉ።

ናብ ሓኪም ብምኻድ፡ ምንም ከይተዘናግዑ ብዛዓባ ኤች.አይ.ቪ/ኤድስ ዘለዎም ሕቶታት ነቲ/ታ ሓኪም የቐርቡ ሓኻይም ካብ ተሓከምቶም ዝረኽብዎ መረዳኝታ ብሚሰጢር ናይ ምሓዝ ጥብቂ ሓላፊነት ኣለዎም።

ናይ ቋንቋ ፀገም

ግለጋሎት ምክሪ በዩናይት ቋንቋታት ከምዝወሃብ የፃርዩ። ዝትርጉሙሎም ሰ ብውን ባዕሎም ኣደላልዮም ሒዞም ክመፁ የድልዮም ይኸውን። (ተርጓሚ ንምርካብ ናብዚ ናይ ኢንተርኔት አድራሻ ኸይዶም ይርኣዩ www.inter-pret.ch ወይ ድማ ካብ ግብረ ሠናይ ትካል ኤድስ መረዳዕታ ምርካብ ይካኣል።)

ተወሳኝ መረዳኝታ

ናይዚ ዕሑፍን ካልኦት ዕሑፍትን ተወሳኝ ኮፒታት ትሕት ኢሎም ብዝተጠቐሱ ኣድራሻታት ጌሮም ክራኽቡ ይኸኝሉ፡-

Aids-Hilfe Schweiz, Postfach 1118, 8031 Zürich

ዕሑፍ ንምእዛዝ፡ ሥልኪ፡ 044 447 11 13፣ ፋክስ፡ 044 447 11 14፣

ኢሜል፡ shop@aids.ch፣ ናይ ኢንተርኔት አድራሻ፡ www.shop.aids.ch

ካልኦት መረዳኝታት ንምርካብ፡ ሥልኪ፡ 044 447 11 11፣

ፋክስ፡ 044 447 11 12፣ ኢሜል፡ aids@aids.ch፣

ናይ ኢንተርኔት አድራሻ፡ www.aids.ch

ብናይ ባዕልኩም ቋንቋ መረዳኝታ ይህሉ እንተኾይኑ፡ ንትካላት ግብረ ሠናይ ኤድስ ይሕተቱ ወይ ድማ ናብዚ ናይ ኢንተርኔት አድራሻ ኸይዶም ዕሑፍት ይደለዩ፡ www.migesplus.ch

እዚ ዕሑፍብ ትሕት ኢሎም ብዝትዘርዘሩ ቋንቋታት ተተርጊሙ ንምግባብ ቀሪቡዩ፡

Albanisch, albanais, albanese, Albanian	Rumänisch, roumain, rumeno, Romanian
Amharisch, amharique, amarico, Amharic	Russisch, russe, russo, Russian
Arabisch, arabe, arabo, Arabic	Serbisch/Kroatisch/Bosnisch, serbe/croate/bosniaque, serbo/croato/bosniaco, Serbian/Croatian/Bosnian
Deutsch, allemand, tedesco, German	Somalisch, somalien, somalo, Somali
Englisch, anglais, inglese, English	Spanisch, espagnol, spagnolo, Spanish
Farsi, farsi, farsi, Farsi	Suaheli, swahili, swahili, Swahili
Französisch, français, francese, French	Tamilisch, tamoul, tamil, Tamil
Italienisch, italien, italiano, Italian	Thai, thai, thai, Thai
Kikongo, kikongo, kikongo, Kikongo	Tigrinya, tigrinya, tigrina, Tigrinya
Kurdisch, kurde, curdo, Kurdish (Kurmanci)	Türkisch, turc, turco, Turkish
Lingala, lingala, lingala, Lingala	Ungarisch, hongrois, ungherese, Hungarian
Portugiesisch, portugais, portoghese, Portuguese	