



# ኤች.አይ.ቪ./ኤድስ

## የት አደጋው አለ

## የት ደግሞ የለም

### መረጃ ለሴቶች

**ኤድስ አደገኛ የሆነ በሽታ ነው ... እስከሣራ ድረስ የማይድን በሽታ ነው።**  
ኤድስ በዓለም ሁሉ የተስፋፋ ሲሆን በስዊዘርላንድም እንዲሁ ችግር ነው።  
የኤድስ መንስዔ ኤች.አይ.ቪ. ቫይረስ ነው (ባጭሩ **ኤች.አይ.ቪ.** ይባላል)።  
ኤች.አይ.ቪ. በረጅም ዓመታት ውስጥ የሰውነት በሽታን የመከላከል አቅም  
ያዳክማል። እናም ወደፊት አንድ ወቅት ላይ ሰውነት ለብዙ በሽታዎች  
ይጋለጣል። በዚህ ምክንያት በኤች.አይ.ቪ. የተያዙ ሰዎች ሕመማቸው ከጊዜ  
ወደ ጊዜ እየጠና ይሄዳል። ይህም ኤድስ ይባላል።

**መከላከያ:** ኤች.አይ.ቪ. ወደ እስዎ ሊተላለፍ የሚችለው በምን ሁኔታ  
እንደሆነ ይህ ጽሑፍ ያብራራልዎታል። በተጨማሪም ጽሑፉ እራስዎንና  
እንዲሁም የወንድ ወይም የሴት የፍቅር ንደኞችዎን ለኤች.አይ.ቪ./ኤድስ  
እንዳይጋለጡ እንዴት አድርገው ሊከላከሉ እንደሚችሉ ያስረዳዎታል!

**ኤድስ አይድንም፣ ... ነገር ግን ኤች.አይ.ቪ. በሰውነት ውስጥ የሚያደርገውን**  
የስርጭት ፍጥነት በጣም ለመቀነስ የሚረዱ መድሃኒቶች አሉ።  
ስዊዘርላንድ ውስጥ — አንድ ሰው የመኖሪያ ፈቃድ ይኑረው አይኑረው  
ምንም ሚና ሳይጫወት — ሁሉም ሰው ውጤታማ የሆነ ሕክምና  
የማግኘት መብት አለው።  
ሕክምና በጊዜው መጀመር ይኖርበታል። ነገር ግን በቫይረሱ መያዙን  
የማያውቅ ሰው፣ ሕክምና ቢጀመርበት በጣም አመርቂ ውጤት  
የሚያስገኘውን ትክክለኛውን ጊዜ ሳይጠቀምበት ያሳልፈዋል። ስለዚህ  
የቫይረሱ ተሸካሚ መሆንንና አለመሆንን ለይቶ ማወቅ እጅግ ጠቃሚ ነው።  
ለይበልጥ መረጃ በዚህ ጽሑፍ በስተጀርባ ያለውን ይመልከቱ።



# አደጋ

ኤች.አይ.ቪ ካለኮንዶም በሚፈጸም የግብረ ሥጋ ግንኙነት ይተላለፋል። ከኤች.አይ.ቪ/ኤድስና ከሌሎች ተላላፊ በሽታዎች ራስን ለመጠበቅ ዋናው መከላከያ ኮንዶም (ወይም Femidom®) ነው።

## በፊንጢጣ የሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ካለኮንዶም



- በጣም ከፍተኛ አደጋ
- ለሁለቱም የወሲብ ጓደኞች፣ የወንድ የዘር ፈሳሽ ባይኖርም እንኳን
- መከላከያው፦ ኮንዶምና ባቲ ማለሰለሻ

## በሴት ብልት የሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ካለኮንዶም



- ከፍተኛ አደጋ
- ለወንድም ለሴትም፣ የወንድ የዘር ፈሳሽ ባይኖርም እንኳን
- መከላከያው፦ ኮንዶም (ወይም ፌሚዶን/Femidom®)

## በአፍ የሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ካለመከላከያ



- አደጋው እንዳለ ነው
- መከላከያው፦
- የወንድ የዘር ፈሳሽ ወደ አፍ ውስጥ አለማስገባት!
- የወንድ የዘር ፈሳሽ አለመዋጥ!
- ከአንድ ሴት ጋር በወር አበባዎ ጊዜ ወሲብ ነክ ድርጊት አለመፈጸም።

(\* Femidom® ስለሚባለው የሴቶች ኮንዶም በእዚህ ጽሑፍ በስተጀርባ ያለውን መረጃ ይመልከቱ)

# የኮንዶም አጠቃቀም እንደዚህ ነው

እስምም እንደሴትነትዎ የወንድን ኮንዶም እንዴት በትክክል መጠቀም እንደሚቻል ቢያውቁ በጣም ይረዳል። አይታወቅም፣ ምንክልባት ሰውየው ኮንዶም ይዞ ላይሆን ይችላልና እርስዎ ኮንዶም ቢይዙ ይጠቅማል። «ok» የሚል የምርት ጥራት ደረጃን የሚያሳይ ምልክት ያለበትንና ልክኛውን ኮንዶም ብቻ ይጠቀሙ። ይህም በየሱፐር ማርኬቱ፣ ድርገሪዎች፣ ፋርማሲዎችና በእዚህ የኢንተርኔት አድራሻ ይገኛል፦ [www.mysize.ch](http://www.mysize.ch)

1. የኮንዶሙ ማሽጊያ ያልተቀደደና ያልተበላሸ መሆኑን ያረጋግጡ።



2. የኮንዶሙን ማሽጊያ በጥንቃቄ ትክክለኛው ቦታ ላይ ቀዶ መክፈት፣ ኮንዶሙን ማውጣት።

3. ሰውየው ያልተገረዘ ከሆነ የብልቱን ጫፍ የሚሸፍነውን ቆዳ ወደጎላ ስብሰብ ማድረግ።



4. የተጠቀለለውን ኮንዶም በአውራ ጣትና በሌላ ጣት በመያዝ ብልቱ ጫፍ ላይ ማስቀመጥ። የኮንዶሙ ቀለበት ወደ ውጭ ያሳያል።



5. ኮንዶሙን ወደታች መተርተር። ኮንዶሙ በቀላሉ መተርተር አለበት። በቀላሉ መተርተር ካልተቻለ ግን ስለጠበበ ወይም ስለሰፋ ነው ወይም ደግሞ የኮንዶሙ ቀለበት ወደ ውጭ ማሳየት ሲገባው ወደ ውስጥ ያሳያል።



6. ከእርካታ በጎላ፦ ብልቱ እንደገና ተመልሶ ከመተኛቱ በፊት (ሰውየው ራሱ ካላደረገው) ኮንዶሙ ተንሽራቶ እንዳይወልቅ ከብልቱ ጋር ከሥሩ ጠበቅ አድርገው በመያዝ ከነብልቱ ማውጣት።

# ተጨማሪ የቫይረሱ መተላለፊያ መንገዶች

ኤች.አይ.ቪ. ካለባት እናት ወደ ልጇ



በእርግጠና ወቅት፣ በወሊድ ጊዜና በጡት ማጥባት ወቅት ኤች.አይ.ቪ. ከእናት ወደ ልጅ ሊተላለፍ ይችላል።

●●● በጣም ከፍተኛ አደጋ

■ መከላከያው፦ 1) እርጉዛ ሴት የሚሰጣትን መድሃኒት ስትወስድና የሕክምና ክትትል ሲደረግላት፤ 2) ቀደ ማዋለድ፤ 3) ጡት አለማጥባት ሲያረግዡ ወይም ለማርገዝ ፍላጎት ካለዎት እንደምንም ብለው የምክር አገልግሎት ያግኙ እንዲሁም ምርመራ ያድርጉ። በእዚህ መንገድ ቫይረሱ ወደ ልጅዎ እንዳይተላለፍ ሊደረግ ይችላል።

ድራግ መውሰድ



ድራግ ለመውሰድ የመውጊያ መርፌ ጋንና መውጊያ መርፌ በጋርዮሽ መጠቀም።

●●● በጣም ከፍተኛ አደጋ

■ መከላከያው፦ ንጹህ የሆኑ መሣሪያዎች (የመውጊያ መርፌ ጋን፣ መውጊያ መርፌ፣ ማጥለያ፣ ጥጥ፣ ማንኪያና ውሃ)፤ እነዚህን መሣሪያዎች በጋርዮሽ አለመጠቀም። እነዚህ ጥንቃቄዎች ካልተደረጉ፣ በተጨማሪ በጣም ከፍተኛ በሆነ ደረጃ አደገኛ ለሆነው ሄፓቲቲስ ሲ ቫይረስ ተብሎ ለሚታወቀው የጉባት በሽታ (ኤች.ሲ.ቪ./HCV) መጋለጥን ያስከትላል።

ቀደ ሕክምና / ግርዛት

●●● በጣም ከፍተኛ አደጋ

ቀደ ሕክምና፣ ግርዛት፣ ንቅሳት ወዘተ. ለማክናወን ሥራ ላይ የሚውሉ መሣሪያዎች (የመድሐኒት መውጊያ መርፌ ጋንና መውጊያ መርፌ፣ ቢላዋ...) ጀርም አልባ ሆነው ሳይጸዱ ለብዙ ሰዎች መገልገያ ከሆኑ ኤች.አይ.ቪ. ሊተላለፍ ይችላል። ከኤች.አይ.ቪ. ነጻ ለመሆናቸው ተመርምረው ያልተረጋገጡ የደም ምርቶችን በመውሰድም እንደዚሁ ቫይረሱ ሊተላለፍ ይችላል።

○○○ አደጋ የለም

ስዊዘርላንድ ውስጥ እውቅና ባላቸው የሕክምና ባለሙያዎች በሚሰጡ የሕክምና አገልግሎቶች ቫይረሱ ተላልፎ አያውቅም።

# አደጋ የለም



በሥራ ቦታ — መጻዳኛና መታጠቢያ ክፍሎች



በማነጠስ፣ በመሳል



እጅ ለእጅ በመጨባበጥ፣ በመዳሰስ፣ በመተቃቀፍ



በጋርዮሽ በአንድ የምግብ ሰሃን በመብላት፣ በጋርዮሽ በአንድ ብርጭቆ በመጠጣት



በነፍሳት በመነክስ፣ በመዋኛ ቦታ፣ በሃውና



ይህ ዝርዝር የሚያሳየው በዕለታዊ ኑሮ ለቫይረሱ የመጋለጥ አደጋ አይኖርም። ስለእዚህ ኤች.አይ.ቪ. ያለባቸው ሰዎች ቫይረሱን ወደ ሌላ ሰው ያስተላልፋሉ ብሎ መፍራት ብሎም ከማህበራዊ ኑሮ ወይም ከሥራ ዓለም ለማግለል መሞከር ምንም ምክንያት የለውም።

በሚከተሉት ሁኔታዎችም እንደዚሁ አደጋው የለም፦



በመሳሪያ ወይም እርስ በርስ በእጅ ወሲብ ነክ ድርጊት በመፈጸም፣ ጥንቃቄ የተሞላበት የግብረ ሥጋ ግንኙነት በመፈጸም (በኮንዶም)

# ሌሎች በወሲብ የሚተላለፉ የአባላዘር በሽታዎች

የግብረ ሥጋ ግንኙነት በመፈጸም ከኢች.አይ.ቪ/ኤድስ በተጨማሪ ሌሎች በሽታዎች ሊተላለፉ ይችላሉ። ለምሳሌ ጨብጥ፣ ኸርፕስ፣ ቁጥኝ፣ ከላሚዲን ወይም ደግሞ ሄፓቲቲስ ቢ የሚባል የጉበት በሽታ።

ምልክቶችና ሕመሞች → ወደ ሐኪም ይሂዱ!

- እነዚህ በሽታዎች በአብዛኛው የተወሰኑ የሕመም ዓይነቶችን ያመጣሉ።
- ያልተለመደ ክብልት የሚወጣ በአብዛኛው በጣም የሚገጣ ፍሳሽ
- ማሳክ፣ እዥ ቋጠር፣ የቆየ ቀስል፣ ከሴት ብልት ከንፈር ላይ ወይም ከብልቱ ውስጥ እባጭ፣ በብልት አካባቢ በጣም መቅላት፣ ማበጥ፣ የሕመም ስሜት የመሳሰሉት ምልክቶች
- በሽንት ጊዜ የማመምና የማቃጠል ስሜት
- የግብረ ሥጋ ግንኙነት በሚፈጸምበት ወቅት የማመምና የማቃጠል ስሜት
- በጣም የቀላ ምላስ ወይም ጉሮሮ
- የወር አበባ ጊዜ ሳይደርስ በመሃሉ ደም መፍሰስ፣ የወር አበባ ዑደት መዛባት
- የታችኛው የሆድ ዕቃ አካባቢ ሕመም
- በመፀዳዳት ወቅት የሕመም ስሜት
- እራብን ጫን የሚያደርግ ሕመም፣ ከእራብ የሚወጣ ፍሳሽ
- ፊንጢባ ላይ እባጭ፣ እዥ ቋጠር

የእዚህ ዓይነት የጤና መታወክ ካለብዎት በአፋጣኝ ወደ ሐኪም ይሂዱ!

ልብ ይበሉ። ኢች.አይ.ቪ/ኤድስ ወደ እነዚህ ሕመሞች እያመራም! ነገር ግን በኢች.አይ.ቪ ምርመራ ብቻ ነው አንድ ሰው በቫይረሱ መያዙን ወይም አለመያዙን በአርግጠኝነት ማወቅ የሚችለው።

## የሚያስከትሉት መዘዝ

ብዙዎቹ እነዚህ በሽታዎች በጊዜ ከታወቁ በሕክምና ሊድኑ ይችላሉ። ሕክምና ካልተደረገ ግን የሚያስከትሉት መዘዝ (ካንሰር፣ ምክነት) ከባድ ከመሆኑም በላይ ለኢች.አይ.ቪ የመጋለጥ አደጋም እንዲሁ በጣም ከፍ ያለ ይሆናል።

## መከላከያ፡ በኮንዶም

ከእነዚህ ተላላፊ የአባላዘር በሽታዎች ራስን ለመጠበቅ፣ በሴት ብልት፣ በፊንጢባና እንዲሁም በአፍ ለሚፈጸም ወሲብ (ወይም Femidom® በሴት ብልት ለሚፈጸም የግብረ ሥጋ ግንኙነት) ኮንዶም መጠቀም እጅግ በጣም ጥሩ የሆነ መከላከያ ነው።

# FEMIDOM® በተመለከተ መረጃ

የወሲብ ንደኛም ኮንዶም እንዲጠቀም የሚያደርጉት መከራ ውጤት አልባ ከሆነ፣ እስከ Femidom® ይጠቀሙ። ብዙ ወንዶች ራሳቸው ኮንዶም ከመጠቀም ይልቅ ይህ ይቀላቸዋል።

Femidom® ተብሎ የሚጠራው የሴቶች ኮንዶም፣ ግብረ ሥጋ ግንኙነት ከመፈጸሙ በፊት — አንደ አስፈላጊነቱም ከሰዓታት በፊት — ከሴት ብልት ውስጥ የሚገባ ነው።

ይህም ልክ እንደ የወንዶች ኮንዶም ከማይፈለግ እርግዝና፣ ከኢች.አይ.ቪና ከሌሎች በወሲብ ከሚተላለፉ የአባላዘር በሽታዎች ለመከላከል ያገለግላል። እርግጥም ለመጀመሪያ ጊዜ Femidom® ለሚጠቀሙ ለብዙ ሴቶች የአንግዳ ስሜት ሊያደርግባቸው ይችላል። ብዙዎች ግን የሚሰጠውን አገልግሎት እያዩ እየተለማመዱት ይሄዳሉ።

Femidom® ለመግዛትም ይሁን እሱን አስመልክቶ መረጃ ወይም የምክር አገልግሎት ለማግኘት ወደ ድርጅታት ቤቶች ወይም ድርጅቶች ሄደው ይጠይቁ። ወደ እዚህ የኢንተርኔት አድራሻ ቢሄዱ በቅናሽ ቀጋ ለማዘዝ ይችላሉ። [www.shop.aids.ch](http://www.shop.aids.ch)

# ኮንዶም ማለስለሻን በሚመለከት መረጃ

## የአገልግሎት ጊዜው ያላለፈበት / የማስቀመጫ ቦታ

የሚጠቀሙበት ኮንዶም የአገልግሎት ጊዜው ያላለፈበት ለመሆኑ ማሻገያው ላይ የተጻፈውን ቀን አይተው ያረጋግጡ። ኮንዶሙን ከብርሃንና ሹል ከሆኑ ነገሮች ያርቁ።

## ማለስለሻ

እንደአስፈላጊነቱ በዛ አድርገው ቅባት አልባ፣ ከውሃ የተሰራ ማለትም በውሃ የሚግግሚ ማለስለሻ (ብልትን በቀላሉ ለማስገባት የሚረዳ፣ እርጥበት ሰጭ ጌል) ይጠቀሙ። ይህንንም ከሱፐር ማርኬቶች፣ ከድርጅቶችና ከፋርማሲዎች ማግኘት ይቻላል። ቫዘሊን፣ የሰውነት ቆዳ ማለስለሻ ማለትም ቦዲሎቭን፣ የመታሻና የምግብ ዘይት በፍጹም እንዳይጠቀሙ።

## ምን ማድረግ ይችላሉ ...

ወሲብ ሲፈጽሙ ኮንዶሙ በቀድሞ ወይም በፈነዳ እናም የወሲብ ንደኛም በእርግጠኝነት የኢች.አይ.ቪ ተሽካሚ ወይም ደግሞ የኢች.አይ.ቪ ተሽካሚ ለመሆን ያለው እድል በጣም ከፍተኛ ቢሆን? በጣም በዘገይ በሚቀጥለው ቀን ወደ አንድ የኤድስ ድጋፍ ሰጭ ድርጅት ወይም ሆስፒታል ሄደው የምክር አገልግሎት ያግኙ። በዚህ ሁኔታ ምን ማድረግ እንደሚቻል የመስኩ ባለሙያዎች ያብራሩልዎታል። ከአደጋው ለመዳን እድል ይኖርዎታል፤ ቀላልና ካለምንም ጥርጥር ፍቱን የሆነ ሕክምና ግን የለም።

# ያለብዎት ኅላፊነት!

ሴቶች ጠንካሮች ስለሆኑ ኅላፊነት መውሰድ ይችላሉ — ወንዶች ሁሉ ታማኞች አይደሉም። በወሲብ ጓደኛዎ ላይ ትንሽም እንኳን የሆነ ጥርጣሬ ካደረግዎት በግልጽ ያነጋግሩት፤ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም የሚፈልጉት በኮንዶም (ወይም በFemidom®) ብቻ መሆኑን ይግለጹለት። ከእሱ ጋር አብረው የኤች.አይ.ቪ ምርመራ ያድርጉ።

ካለኮንዶም በሚፈጸም የግብረ ሥጋ ግንኙነት ምክንያት በቫይረሱ የመያዝ አደጋ ከወንዶች ይልቅ ለሴቶች በጣም ከፍተኛ ያለ ነው። ኮንዶም (ወይም Femidom®) ሲጠቀሙ እራስዎንና እንዲሁም ከእስዎ ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚፈጸሙትንም ሰዎች ጭምር ከአደጋ ይጠብቃሉ።

## በነገራችን ላይ

የግብረ ሥጋ ግንኙነት ካለኮንዶም ሲፈጸሙ የቆዩ ከሆነና እስካሁን ድረስ ግን ኤች.አይ.ቪ/ኤድስ ካልያዘዎት፤ ሌላ ነገር ሳይሆን እድለኛ ስለሆኑ ብቻ ነው። ምን ሆኖም ቢሆን ኮንዶም ሳይጠቀሙ የግብረ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም፣ የሚያስከትለው በቫይረሱ የመጋለጥ አደጋ ትልቅ ነው!

ዝቅ ሲል የተጠቀሱት ሦስት መስፈርቶች ከተሟሉ ብቻ ነው ካለምንም አደጋ ኮንዶም ሳይጠቀሙ የግብረ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም የሚችሉት።

- ከፍቅር ጓደኛዎት ጋር በቋሚና በጽኑ ትስስር የሚኖሩ ከሆነ
- እስዎም ሆኑ ጓደኛዎት የምትፈጽሙት የግብረ ሥጋ ግንኙነት ከእርስ በርሳችሁ ጋር ብቻ ከሆነ
- ሁለታችሁም — በጣም የሚመረጠው አብራችሁ በአንድ ላይ — ምርመራ አድርጋችሁ፣ ሁለታችሁም ከኤች.አይ.ቪ ነፃ መሆናችሁ የተረጋገጠ ከሆነ ነው።

እስዎ እነዚህን መስፈርቶች ያሟላሉ? እርግጠኛስ ነዎት?

# ተጨማሪ መረጃና የምክር አገልግሎት

## የምክር አገልግሎት

በየትኛውም የኤድስ ድጋፍ ሰጭ ድርጅት፣ በግንባር ቀርበው ወይም ስልክ ደውለው ይጠይቁ። ፍላጎትዎ ከሆነም ስምዎን ሳይጠቅሱ የምክር አገልግሎት ማግኘት ይቻላል።  
 ወደ ሐኪም በመሄድ፣ ምንም ሳያመናቱ ስለ ኤች.አይ.ቪ/ኤድስ ያለዎትን ጥያቄዎች ለሐኪሙ ወይም ለሐኪሟ ያቅርቡ። ሐኪሞች ከታካሚዎቻቸው የሚያገኙትን መረጃ በምስጢር የመያዝ ጥብቅ ኅላፊነት አለባቸው።

## የቋንቋ ችግር

የምክር አገልግሎት በየትኛዎቹ ቋንቋዎች እንደሚሰጥ ያጣር። የሚያስተረጎምልዎን ሰው ራስዎ አፈላልገው ይዘው መምጣት ይኖርብዎት ይሆናል። (አስተርጓሚ ለማግኘት ወደ እዚህ የኢንተርኔት አድራሻ ሄደው ይመልከቱ፡- [www.eka-cfe.ch/d/Doku/vermittlungsstellen.pdf](http://www.eka-cfe.ch/d/Doku/vermittlungsstellen.pdf) ወይም ከኤድስ ድጋፍ ሰጭ ድርጅት መረጃ ማግኘት ይቻላል)።

## ተጨማሪ መረጃ

የእዚህን ጽሑፍ ተጨማሪ ቅጂዎችንም ይሁን ሌሎች ስዊዘርላንድ ውስጥ የጤንነት ነክ ጉዳዮች ላይ የተዘጋጁ ጽሑፎችን፣ ዝቅ ብለው በተጠቀሱት አድራሻዎች በኩል ማግኘት ይቻላል፡-  
 Aids-Hilfe Schweiz, Postfach 1118, 8031 Zürich  
 ጽሑፍ ለማዘዝ፡- ሥልክ፡- 044 447 11 13, ፋክስ፡- 044 447 11 14, ኢሜል፡- [shop@aids.ch](mailto:shop@aids.ch), የኢንተርኔት አድራሻ፡- [www.shop.aids.ch](http://www.shop.aids.ch)  
 ሌሎች መረጃዎች ለማግኘት፡- ሥልክ፡- 044 447 11 11, ፋክስ፡- 044 447 11 12, ኢሜል፡- [aids@aids.ch](mailto:aids@aids.ch), የኢንተርኔት አድራሻ፡- [www.aids.ch](http://www.aids.ch)

በእስዎ ቋንቋ መረጃ ይኖር እንደሆነ የኤድስ ድጋፍ ሰጭ ድርጅቶችን ይጠይቁ፤ ወይም ወደ እዚህ የኢንተርኔት አድራሻ ሄደው መጣጥፎችን ያፈላልጉ፡- [www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch).

ይህ ጽሑፍ ዝቅ ሲል በተዘረዘሩት ቋንቋዎች ተተርጎሞ ለገባበ ቀርቧል፡-

albanisch, albanais, albanese, Albanian	russisch, russe, russo, Russian
amharisch, amharique, amarico, Amharic	serbisch/kroatisch/bosnisch, serbe/croate/bosniaque, serbo/croato/bosniaco, Serbian/Croatian/Bosnian
arabisch, arabe, arabo, Arabic	somalisch, somalien, somalo, Somali
deutsch, allemand, tedesco, German	spanisch, espagnol, spagnolo, Spanish
englisch, anglais, inglese, English	suaheli, swahili, swahili, Swahili
französisch, français, francese, French	tamilisch, tamoul, tamil, Tamil
italienisch, italien, italiano, Italian	thai, thai, thai, Thai
portugiesisch, portugais, portuguese, Portuguese	türkisch, turc, turco, Turkish
rumänisch, roumain, rumeno, Romanian	

# በቫይረሱ ተይዣለሁ ወይስ ከቫይረሱ ነፃ ነኝ?

አንድ ሰው የኤች.አይ.ቪ ተሽካሚ መሆኑን ካወቀ ብቻ ነው ትክክለኛው ጊዜ ሳያመልጠው ሕክምና ሊጀምር የሚችለው።

## የኤች.አይ.ቪ ምርመራ

የኤች.አይ.ቪ ተሽካሚ መሆንዎንና አለመሆንዎን በእርግጠኛነት ለማወቅ የሚረዳዎት የኤች.አይ.ቪ ምርመራ ሲያደርጉ ብቻ ነው። ቫይረሱ ወደ ሰውነት ውስጥ ከገባ በኋላ፣ መጀመሪያ ወቅት ላይ በአብዛኛው የጤና መታወክ አይኖርም። ቫይረሱ ወደ ሰውነት ውስጥ መግባቱን በግልጽ የሚያመለክቱ የሕመም ምልክቶች የሉም፤ ኤች.አይ.ቪ መጀመሪያ ላይ አይታይም። ጥንቃቄ የጎደለው የግብረ ሥጋ ግንኙነት (ለምሳሌ ካለኮንዶም) ከተደረገ ከሦስት ወራት በኋላ የሚካሄድ ምርመራ ነው በመሠረቱ ትርጉም የሚኖረው። ከእዚህ የጊዜ ገደብ በኋላ የሚደረግ ምርመራ ግን በእርግጥ አስተማማኝ የሆነ ውጤት ይሰጣል። ቫይረሱ ከተገኘብዎት ግን በእነዚህ የመጀመሪያ ሦስት ወራት ውስጥም ቢሆን ወደ ሌላ ሰው ሊያስተላልፉት ይችላሉ።

## የምርመራው ምስጢራዊነት

ወደ አንድ ትልቅ ሆስፒታል ወይም ቀጥታ ወደ ላቦራቶሪ (የሽንት፣ የደም ወዘተ. ምርመራ የሚካሄድበት ተቋም) ሄደው ስምዎን ሳይጠቅሱ ሊመረመሩ ይችላሉ። በእዚህም ምክንያት መመርመርዎንም ይሁን ምን ዓይነት የምርመራ ውጤት እንዳገኙ ሊያውቅ የሚችል ማንም ሰው አይኖርም።

## ቅድመ ምርመራ የምክር አገልግሎት

ምርመራ ከማድረግዎ በፊት እንደምንም ብለው የምክር አገልግሎት ያግኙ። ከአንድ የኤድስ ድጋፍ ሰጭ ድርጅት፣ ከሆስፒታል፣ ከላቦራቶሪ ወይም ከራስዎ ሐኪም። ወይም ደግሞ እንደ ሁኔታው የእስዎን የስደተኛነት ጉዳይ የሚከታተለውን መሥሪያ ቤት ባልደረባ ያነጋግሩ።

(ማንነትዎን ሳይገልጹ) ስለ አድርሻዎች፣ ስለ ጽሑፎች፣ ስለ የምርመራ መዕከሎች ወዘተ. መረጃ ለማግኘት እንዲሁም እንዲላክልዎት ከፈለጉ ለማዘዝ፣ የስልክ ቁጥርና የኢንተርኔት አድራሻ እነሆ፦ **044 447 11 11 / [www.aids.ch](http://www.aids.ch)**

ወይም በቀጥታ፦