Somaliska

Waa maxay HIV?

HIV waa fayras hujuuma jidhka nidaamkiisa difaaca. Nidaamkaaga difaacu wuxu kaa ilaaliyaa jirrada. Haddii uu waxyeeloobo, waad jirranaysaa.

Infekshanka HIV waa hab qunyar socod ah. Waxa laga yaabaa inaad dareento caafimaadqab dhawr sannadood. Laakiin infekshanka HIV ee aan la daaweyn wuxu keenaa AIDS.

AIDS waa jirro dilaaya. Marka qof qabo HIV waxay ku keentaa AIDS, nidaamkooda difaaca ayaa si ba'an uu daciifa.

Taasi waxay keentaa infekshano iyo jirrooyin nafta halis geliya.

HIV waxay ku faaftaa galmada iyo dhiigga sumaysan. Kondhomyada ayaa ah sida ugu fiican ee aad naftaada uga ilaalin karto HIV.

Sida lagu garto HIV?

Calaamaduhu waa tilmaamayaasha jirrada. Calaamadaha HIV waxay la mid yihiin kuwa infekshan caadi ah. Dadka qaar waxay soo maraan muddo gaaban oo leh qansho khafiifa, dhuun xanuun, qanjo barar iyo finan kadib marka infekshanku ku dhaco. Qaarna maba arkaan calaamadu gebi ahaanba mana arkaan tilmaamaha infekshanka dhawr sannadood.

Waxa suurtagal ah inaad qabto infekshanka HIV oo aad dad kalena qaadsiiso adiga oo aan ogayn inaad qabto. Sida keliya ee lagu ogaan karaa hubaal ahaan waa haddii lagu baadho!

Ma u malaynaysaa inaad qabto? Ha lagu baadho. Baadhitaanka HIV waa bilaash waxaanu ku siinayaa jawaab sax ah!

Asturnaanta

Iswidhan gudaheeda, qof kasta oo ka shaqeeya daryeelka caafimaadka waanu raaco asturnaanta. Taas macnaheedu qofna xaq uma laha inuu qof kale kaala sheekaysto adiga, xaaladaada ama daaweyntaada. Asturnaantu waxa kale oo qabataa af-celiyayaasha iyo turjubaanada.

Aqoonsi La'aanta

Xaq ayaad u leedahay inaan lagu aqoonsan marka lagaa baadhayo HIV. Taas macnaheedu waa in aanad dhiibin magacaaga ama tusin aqoonsigaaga bukaanimo. Haddii aad qabto in Meesha aad tagayso fekshanka HIV, dhakhtar ayaa kuu samayn doona jaarto (xaashi) oo kaa codsan doona macluumaadkaaga qof ahaaneed.

Meesha aad tagayso

Waxaad isku baadhi kartaa:

- Xarumaha caafimaadka.
- Xarumaha caafimaadka dhalinyarada.
- Meelaha infekshanka, maqaarka iyo jirrooyinka ku fida galmada (STD) ee cisbitaalada.
- Meelaha jirrooyinka dumarka.
- Xarunta daryeelka caafimaadka Flyktinghälsan ee Malmö.

Baadhitaanka HIV waa muhiim!

Qaadashada baadhitaanka HIV waa bilaash oo waxaad helaysaa jawaab waadix ah.

Daryeelka iyo daaweyntu qiimo kuguma joogaan.

Waxaad ahaan kartaa qof aan la garanayn (aqoonsanyn).

Kondhomyada ayaa ah sida ugu fiican ee la isaga ilaalin karo HIV.

Sidee HIV iyo AIDS loogu daweeyaa Iswidhan gudaheeda?

HIV lama bogsiin karo. Laakiin waxa jira daawooyinka “anti-retroviral” oo kobcin kara nidaamkaaga difaaca oo hakiya infekshanka. Iswidhan daawooyinkaasi waa bilaash.

Ilaali naftaada!

Kondhomku waa sida ugu fiican ee naftaada kaga ilaalin karto HIV. Kondhomyadu waxa kale oo ay kaa ilaalin karaan jirroyinka ke ee lagu kala qaado galmada. Kondhomku waa inuu dhammaado oo la isticmaalo muddada galmadu socoto oo dhan!

Smittskyddslagen (Sharciga Jirrooyinka La Kala Qaado)

Iswidhan waxay leedahay sharci lagu yaraynayo faafitaanka jirroyinka infekshanka leh, Smittskyddslagen (Sharciga Jirrooyinka La Kala Qaado). Sida uu sharcigu farayo, waa inaad raadsataa daryeel caafimaad haddii aad u malaynayso inaad qabto HIV. Waa inaad qaadataa baadhitaanada oo aad bixisaa sambalada uu dhakhtarku rabo. Taasi waxay muhiim u tahay kahortagga faafitaanka HIV.

Haddii aad qabto HIV, waa naad u sheeg qofka aad la galmooto. Waa mas’uuliyadaada in aanad cid kale qaadsiin.

Jirrada kuma Qaadi kartid:

- Taabshada maqaarka, hab-siinta, salaaxa ama taabashada.
- Wadaagga alaabta jikada, cuntada ama cabbitaanka.
- Wadaagga qubayska ama dabaasha isla meel keliya.
- Isticmaalka musqul keliya ama xamaam.

Siduu ku -faafaa HIV?

- Galmo aan is-ilaalin lahayn.
- Taabasho toos ah dhiig infeshan leh.
- Wadaagga irbado infekshan leh.
- Hooyo ilaa ilmahaheeda wakhtiga dhalashada ama naasnuujinta.

Ku noolaanshaha HIV

Qofka qaba HIV wuu caafimaad qabi karaa sannooyin badan. Siyaabo badan ayaad u sii noolaan kartaa si caadi ah oo xataa aad yeelan kartaa xidhiidh galmo oo caadi ah. Hase ahaatee, waa muhiim inaad isticmaasho kondhom oo aad u sheegto qofkaas aad is-arkaysaan inaad qabto HIV. Dawooyinka “anti-retroviral” waa bilaash Iswidhan gudaheeda.

Qaado baadhitaanka HIV si aad u hubiso

- Dhakhtarka ayaa kaa qaadi saambal yar oo dhiig ah.
- Natiijada ayaa ku soo noqon toddobaad gudaheed.
- Helitaanka baadhitaanka HIV waa bilaash Iswidhan gudaheeda.
- Qiimo kuma joogto helitaanka daryeel iyo daaweyn haddii aad qabto HIV

Xaggeen u aadaa macluumaad, talo iyo taageero

Meelo badan ayaa bixin kara macluumaad iyo jawaabaha su’aalahaaga. Qof kasta oo ka shaqeeya daryeel caafimaad waxa la gudboon asturnaan oo waxaad xaq u leedahay inaad ahaato qof aan la garanyn.

1177 – Khadka-garaagaarka ee daryeelka caafimaadka lambarka tooska ah 1177 | www.1177.se

Khadka gargaarka iyo bogga inter-netku waxay bixiyaan macluumaad 24-saac haddii adiga ama qofaad jecehshay jirrado. Waxaad la hadlaysaa kalkaaliso waayo-arag ah. Waxaad ahaan kartaa lama yaqaanaan. Waxaad ka wici kartaa 1177 meel kasta dalka gudihiisa. Xaaladaha degdega ah ee nafta halis gelinaya, garaac 112.

Flyktinghälsan i Malmö
040-623 97 00
www.skane.se/vardcentralenflyktinghalsan

Xarunta caafimaadka Flyktinghälsan waxay siisaa baadhitaan caafimaad dadka magangelyo doonka ah iyo dadka qaarabada u ah soo-gleetiga (qaxootiga), iyo daryeel caafimaad dadka magangelyo doonka ah. Qof kasta oo daryeel u yimaad waxa loo qabtaa turjubaan.

Daryeelka koowaad – xarumaha caafimaadka iyo xarumaha caafimaadka dhalinyarada gudaha Skåne
www.skane.se/primarvarden

Daryeelka koowaad waa magac guud oo ay wadaagaan dhammaan meelaha daryeelka caafimaadka ee gudaha Skåne. Goobtan waxa ku taxan dhamaan cinwaanada, lambarada telefoonada iyo URLs xarumaha caafimaadka ee dadka waaweyn iyo da'yarta.

Centrum för sexuell hälsa (Xarunta Caafimaadka Galmada) ee Malmö
040-33 17 47
www.sexuellhalsa.umas.se

Xarunta waxay bixisaa talo, baadhitaan iyo daaweynta jirroyinka galmada lagu kala qaado. Waxa kale oo ay leeyihiin umulisooyin bixiya talooyinka la xidhiidha xakamaynta dhalmada. Xarunta waxa uga yimaad bukaano dhammaan Skåne.

Xarumaha caafimaadka dhalinyarada
www.umo.se | www.skane.se/ungdomsmottagningen

Xarumaha caafimaadka dhalinyaradu waxa loogu talogalay dadka da'da 12–23 ee degmadooda. Waxay bixiyaan talo, baadhitaan iyo daweynta HIV iyo jirroyinka lagu kala qaado galmada.

Ururada iskaa-wax-uqabso uga shaqeeya kahortagga HIV gudaha Skåne

Noaks ark
040-611 52 15/042-24 31 00
www.noaksark.org/skane

Positiva Gruppen Syd
040-791 61 | www.pgsyd.nu

Projekt HBTre
042-28 13 99 | www.hbtre.se

RFSL Rådgivningen Skåne
040-611 99 51 | www.rfslradgivningen.se

RFSL Kristianstad
044-10 65 90 | www.rfsl.se/kristianstad

RFSU
040-30 57 00
www.rfsu.se/malmo

Studiefrämjandet
046-211 77 50
www.studieframjandet.se/mittskane

Internationella kvinnoföreningen
040-79 474
www.ikf.se

Projekt sex P6
046-13 63 63
www.projekt6.se

U-n-I You and I
www.karen.mah.se/uni

REGION SKÅNE

Nationella Hivrådet