

ከ ኤችአይቪ ጋር በደንብ መኖር ይችላሉ

የ SAYFSM አገልግሎቶች መመሪያዎችን እና ተስፋን እንዲያገኙ ይረዱዎታል። እነዚህ ፕሮግራሞች እና አገልግሎቶች በ SAYFSM ለእርስዎ ተደራሽ ይሆናሉ

- በ ኤችአይቪ ለተያዙ አፍሪካውያን የስሜታዊ እና መንፈሳዊ ድጋፍ ቡድን
- የ ኤችአይቪ ምክር እና ምርመራ
- ኤችአይቪ፣ ኤድስን የመከላከል ትምህርት
- በ ኤችአይቪ ለተያዙ የሚሰጥ የመከላከል ጣልቃ ገብነት እና የጤና ትምህርት
- በባህል እና በቋንቋ የሚቆራኙ የትምህርት ቁሳቁሶች
- የሕክምና ጉዳይ አያያዝ
- የህክምና ተሟጋቾች • የአእምሮ ጤና ማማከር
- ለቤቶች ፣ ለቅጥር ፣ ለህዝብ ድጋፍ ፣ ለምግብ መደርደሪያ ፣ ለልብስ ፣ ለትምህርት ፣ ለህጋዊ ፣ ለቤት ቁሳቁሶች እና ለሌሎችም ፍላጎቶች የሚሆኑ ግብአቶች እና ሪፈራል።

ይመርመሩ!

ሁሉም የምርመራ እና ተዛማጅ አገልግሎቶች በ SAYFSM ጽ/ቤት በነፃ የሚሰጡ ናቸው።

SAYFSM የደም ምርመራን የሚያከናውነው በደንብ በሰለጠኑ እና የምስክርነት ወረቀት ባላቸው ሰራተኞች የሚከናወነውን መደበኛ ፈጣን የ ኤችአይቪ ምርመራ ኪት / አራኪዊክ ኪት በመጠቀም ይሆናል።



ቀጠሮ ለመያዝ ለ SAYFSM ይደውሉ እና የሠራተኛ አባላትን ጋር ይነጋገሩ።

የምርመራ ውጤቶች በ 15 ደቂቃዎች ውስጥ።

አድራሻችን:
SAYFSM
2395 University Avenue, #200,
St. Paul, MN 55114

ስልክ ቁጥራችን (651) 644-3983
ኢሜይል: info@sayfsm.org
ድረ ገፅ: www.sayfsm.org

ልገሳዎች በደስታ ይስተናገዳሉ!
አዎ! ለ SAYFSM ማበርከት እፈልጋለሁ:

_____ \$25 _____ \$10 _____ \$5 _____ ሌላ

እባክዎ ልገሳዎን ለ:
SAYFSM
2395 University Avenue W, #200
St. Paul, MN 55114

አናመሰግናለን!!

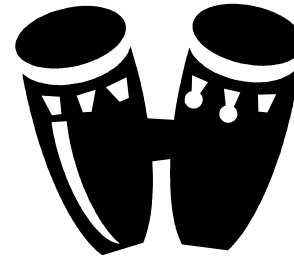
ነፃ የ ኤችአይቪ ምርመራ ጣቢያዎች

- SAYFSM-----651-644-3983
- Rainbow Health-----612-341-2060
- Red Door-----612-543-5555

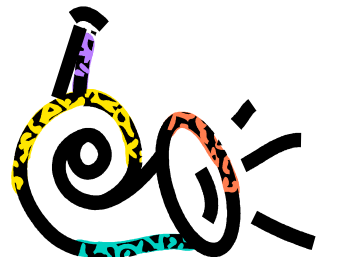
ባህላዊ ተስማሚ የሆኑ አገልግሎቶችን ማቅረብ



በሚኒሶታ ውስጥ ከሰሃራ በታች ያሉ የአፍሪካ ወጣቶች እና የቤተሰብ አገልግሎቶች (SAYFSM) ሚኒሶታ ውስጥ ላሉት አፍሪካውያን ሁሉ በባህላዊ ስሜት እና በቋንቋ ተስማሚ የ HIV/AIDS ትምህርት እና ማህበራዊ አገልግሎቶችን ይሰጣል።



Mbiu



የ SAYFSM መፅሔት

Issue 23/January 2023 የታተመ

651-644-3983

www.sayfsm.org

info@sayfsm.org

ኤችአይቪ/ኤድስ የሞት ፍርድ አይደለም



የሴፍ ገለታ

ኤችአይቪ/ኤድስ የሞት ፍርድ ተደርጎ ይወሰድ የነበረ ቢሆንም፣ የዛሬው ዘመናዊ ሕክምና ከኤችአይቪ ጋር የሚኖሩ ሰዎች ረጅም ዕድሜ እንዲኖሩና ጤናማ ሕይወት እንዲኖራቸው ያደርጋል። ሕክምና ለመጀመር አልረፈደም፣ ህክምናን በጥብቅ መከታተል እና እራስዎን በደንብ መንከባከብ አስፈላጊ ነው።

ኤችአይቪ እና ኤድስ አንድ አይነት አይደሉም፣ ኤችአይቪ በሽታን የመከላከል አቅምን የሚያዳክም ቫይረስ ሲሆን ይህም በሰውነት ላይ

እብጠት እና ጉዳት ያስከትላል። ይህም የሰውነት በሽታ የመከላከል ስርዓት ሌሎች በሽታዎችን ለመቋቋም አስቸጋሪ እንዲሆንበት ያደርገዋል። ሕክምና ካልተደረገለት፣ ኤችአይቪ ከጊዜ በኋላ ወደ ኤድስ ሊያመራ ይችላል። ይህም አኳየርድ ኢሚዩኖ ዲፊሽን ሲንድረም ይባላል። ከኤችአይቪ ጋር መኖር ወደ ኤድስ መሻገር አለበት ማለት አይደለም፣ ህክምና ጋር መጣበቅ ረጅም እና ጤናማ ህይወት ለመኖር ይረዳል።

የኤችአይቪ ሁኔታዎን ለማወቅ ብቸኛው መንገድ መመርመር ነው። ሁኔታዎን ማወቅ እርስዎን እና አጋርዎን ጤናማ ለማድረግ ኃይለኛ መረጃ ይሰጥዎታል።

የበሽታ መቆጣጠሪያ ማዕከል (CDC) ከ13 እስከ 64 ዓመት የሆናቸው ሰዎች የኤችአይቪ ምርመራን እንደ መደበኛ የጤና እንክብካቤ ቢያንስ አንድ ጊዜ እንዲያደርጉ ይመከራል እንዲሁም ለኤችአይቪ የመጋለጥ እድልዎን ከፍተኛ የሚያደርጉ ነገሮችን የሚያደርጉ ብዙ ጊዜ እንዲያደርጉ ይመከራል። በአንድ ነጠላ የጋብቻ ግንኙነት ውስጥ ብትሆኑም እርስዎ ወይም የትዳር ጓደኛዎ ኤችአይቪ እንዳለዎት በእርግጠኝነት ማወቅ አለብዎት።

የምርመራ ውጤት በደም ውስጥ ኤችአይቪ እንዳለዎት ካሳየ ሻይረሱን ለማከም መድሃኒት መውሰድ ይችላሉ። የኤችአይቪ ሕክምና በደም ውስጥ ያለውን የኤችአይቪ ቁጥር (የሻይረሱ ብዛት) ይቀንሳል። የኤችአይቪ ሕክምና በታዘዘው መሰረት መውሰድ የሻይረሱን ብዛት ዝቅተኛ ያደርገዋል ይህም ምርመራው እንዳያገኘው ያደርጋል(የማይታወቅ)። በምርመራ የማይገኝ የሻይረሱ ሁኔታን ጠብቆ መቆየት (የሻይረሱ ቁጥር መውረድ) ጤናን ለመጠበቅ እና ሌሎችን ለመጠበቅ ምርጫ መንገድ ነው። ቀደም ባሉት ጊዜያት አዎንታዊ (positive) የምርመራ ውጤት ሲኖርዎ የፈተናዎ ውጤት ምላሽ ወደ አሉታዊ (negative) ከተለወጠ ሻይረሱ አጅግ ዝቅ ብሎአል ማለት ነው። ይህ ማለት የኤችአይቪ ምርመራ በደም ውስጥ ሻይረሱን ላያገኝ ይችላል። ነገር ግን እንደታዘዘዎት መሰረት መድሃኒትዎን መውሰድዎን መቀጠል አለብዎት።

የኤችአይቪ ምርመራን ማስተናገድ ፈታኝ ሊሆን ይችላል። አሁንም ስሜትዎን አስተናግዶ መቅረፍ እና ስለ ኤችአይቪ እና ስላሉት የሕክምና አማራጮች መማር አስፈላጊ ነው-ከዚያም ለሕክምና ቅድሚያ ይሰጡ።

ብዙ ስሜቶች ሊሰማዎት ይችላል - ሀዘን፣ ተስፋ መቁረጥ ወይም ቁጣ። ስለዚህ እነዚያን ሀሳቦች እና ስሜቶች አስተናግዶ መቅረፍ በጣም አስፈላጊ ነው። በተቻለ ፍጥነት ሕክምና መጀመር አስፈላጊ ነው ምክንያቱም ኤችአይቪ/ኤድስ በዛሬው ዘመናዊ ሕክምና ውጤታማ በሆነ መንገድ ሊታከም ይችላል።

ኤችአይቪ ን እንዋጋ - ከ ኤችአይቪ ጋር የሚኖሩትን ሳይሆን

ሰዎች በ ኤችአይቪ የተያዙ እንደሆነ ማወቅ አይፈልጉም ፣ ምክንያቱም ቤተሰቦቻቸው እና ማህበረሰባቸው እንዳይፈረዱባቸው እና እንዳያገሉባቸው ስለሚፈሩ ነው። ኤችአይቪ / ኤድስ ያለባቸው ቢሆንም እንኳ ሁሉም ሰው ሁልጊዜም እንደሚወደድ እና እንደሚደገፍ ማወቅ አለበት።

ኤድስ ን የሚያስከትለው ሻይረስ በንክኪ ፣ በምራቅ ፣ በእንባ ፣ በማስነጠስ ፣ በሳል ወይም በማንኛውም ዓይነት ተራ የሆነ ንክኪ አይሰራጭም ። ኤችአይቪ በዋነኝነት የሚተላለፈው ኤችአይቪ ሻይረስ ካለበት ሰው የዘር ፈሳሽ ፣ የሴት ብልት ፈሳሽ ፣ የፊንጢጣ ፈሳሽ ፣ ደም ወይም የጡት ወተት ነው።



ስለ ኤችአይቪ መወቅ ያለብዎት ነገር ምንድን ነው?

“እውቀት ከሀብት ይሻላል።” የካሜሩንያን አባባል

ኤችአይቪ / ኤድስ ምንድን ነው?

- ኤችአይቪ / ኤድስ ን የሚያስከትል ሻይረስ ነው። ሰውነታችንንም ከበሽታዎች እና ኢንፌክሽኖች የሚከላከለው የሰውነት ተፈጥሯዊ የመከላከያ ዘዴ የሆነውን በሽታ የመከላከል ስርዓትን ይጎዳል ።
- በበሽታው ከተያዙ በኋላ፣ የበሽታ ምልክት ሳይኖርብዎት ወይም በ ኤችአይቪ መያዝዎን ባለማወቅ ለብዙ ዓመታት መኖር እና ለሌሎች ማስተላለፍ ይችላሉ ።
- ለዓመታት በ ኤችአይቪከተያዙ በኋላ በሽታ የመከላከል ስርዓትዎ በጣም ይጎዳል እናም ኢንፌክሽኑም ወደ ኤድስ ያድጋል ።
- ኤድስ ማለት የ ኤችአይቪ የመጨረሻ ደረጃ ነው።
- ኤድስ ን ለይቶ ማወቅ የሚችለው ዶክተር ብቻ ነው።
- ለ ኤችአይቪ / ኤድስ ምንም አይነት ክትባት ወይም መድኃኒት የለም።
- ምንም እንኳን የደህንነት እርምጃዎች ስራ ላይ ካልዋሉ ወይም መርፌ ያጋሩ እንደሆነ አሁንም ኤችአይቪን ወደ ሌሎች ሊያስተላልፉ ቢችሉም፤ በ ኤችአይቪ የተያዙ ብዙ ሰዎች ጤናማ እና ረጅም ህይወት እንዲኖሩ ለመርዳት ህክምና ይሰጣል ።
- ከህክምናዎቹ ተጠቃሚ ለመሆን ቀደም ብለው የ ኤችአይቪ ውጤትዎን ማወቅ በጣም አስፈላጊ ነው። የ ኤችአይቪ ውጤትዎን ማወቅ የሚችሉት የ ኤችአይቪ ምርመራ በማድረግ ብቻ ነው።

ኤችአይቪ አይለይም!
ማንኛውም ሰው በ ኤችአይቪ ሊያዝ ይችላል!