

## Unaweza kuishi vizuri na Virusi Vya Ukimwi

Huduma za SAYFSM zitakusaidia kupata mwelekeo na matumaini.

Programu na huduma hizi zinapatikana kwako katika SAYFSM:

- Kikundi cha msaada wa kihemko na kiroho kwa Waafrika wanaoishi na Virusi Vya Ukimwi.
- Ushauri nasaha na upimaji wa Virusi Vya Ukimwi.
- Elimu ya kuzuia Virusi Vya Ukimwi / Ukimwi
- Uingiliaji wa kinga na elimu ya afya kwa chanya za Virusi Vya Ukimwi.
- Vifaa vya elimu nyeti kitamaduni na kiisimu
- Usimamizi wa kesi za kimatibabu
- Utetezi wa utunzaji
- Ushauri wa Afya ya Akili
- Rasilimali na rufaa kwa nyumba, ajira, msaada wa umma, rafu ya chakula, mavazi, shuleni, sheria, vitu vya nyumbani, na mahitaji mengine.

### Maeneo ya Kupima Virusi Vya Ukimwi ya Bure

SAYFSM ----- 651-644-3983

Clinic 555----- 651-266-1255

Red Door----- 612-543-5555

## Pimwa!

Huduma zote za upimaji na zinazohusiana ni za bure na zinapatikana katika ofisi ya SAYFSM.

SAYFSM inachunguza damu kwa kutumia vifaa vya kupima virusi vya ukimwi vya haraka /Vifaa vya Oraquick ambavyo hufanywa na wafanyikazi waliofunzwa vizuri na waliohibitishwa.



Piga simu SAYFSM na uzungumze na mfanyikazi kupanga miadi.

Matokeo ya kipimo kwa muda wa kama dakika 15.

### Anwani yetu:

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

Nambari ya Simu: (651) 644-3983  
Barua pepe: [info@sayfsm.org](mailto:info@sayfsm.org)  
Tovuti: [www.sayfsm.org](http://www.sayfsm.org)

### MICHANGO YAKUBALIWA KWA FURAHA!

Ndio! Ningependa kuchangia SAYFSM:  
\_\_\_\$100 \_\_\_\$50 \_\_\_\$25 \_\_\_ Nyingine

Tafadhali tuma mchango wako kwa:

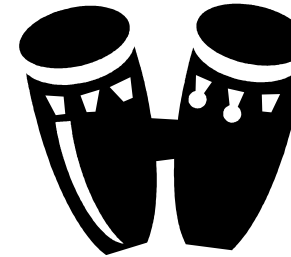
SAYFSM  
2395 University Avenue W, #200  
St. Paul, MN 55114

*Asante!!*

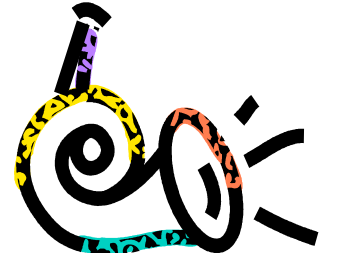
Kutoa huduma zinazofaa  
kitamaduni



Huduma za Vijana na Familia za Kiafrika Kusini mwa Jangwa la Sahara nchini Minnesota (SAYFSM) hutoa elimu ya Virusi Vya Ukimwi / Ukimwi na huduma za kijamii zinazofaa kitamaduni na kiisimu kwa Waafrika wote nchini Minnesota.



# Mbiu



Jarida la SAYFSM

Toleo la 24 / February 2023

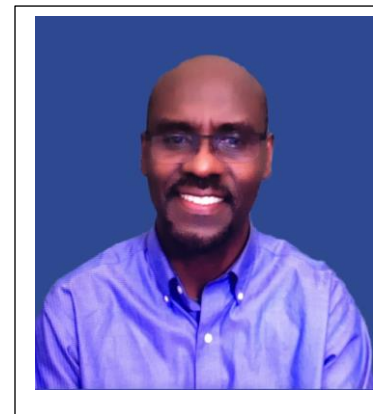
St. Paul, MN

651-644-3983

[www.sayfsm.org](http://www.sayfsm.org)

[info@sayfsm.org](mailto:info@sayfsm.org)

## Si zawadi wala laana



Pastor Fikru Eticha

Ingawa virusi vya ukimwi umekuwepo kwa zaidi ya miongo minne, utafiti zinaonyesha kuwa watu wengi bado hawajaelewa kikamilifu ukweli wa kimsingi wa virusi vya ukimwi.

Baadhi ya mambo haya ya msingi ni, tofauti kati ya virusi vya ukimwi na ukimwi, njia ya maambukizi ya virusi vya ukimwi, hatua za kuzuia virusi vya ukimwi, na matibabu na matunzo yanayopatikana kwa wale ambao tayari wameambukizwa virusi vya ukimwi.

Ukosefu wa kuelewa ukweli huo wa kimsingi wa virusi vya ukimwi bila shaka hupelekea baadhi ya watu kuwanyanyapaa na kuwabagua wale wanaoishi na virusi hivyo. Ingawa hakuna tiba madhubuti ya virusi vya ukimwi kwa sasa, virusi vya ukimwi si hukumu ya kifo.

Teknolojia za kisasa zimeleta dawa mbalimbali za kuongeza muda wa maisha na huduma kwa wale ambao tayari wameambukizwa. Hivi sasa watu wanaoishi na virusi vya ukimwi, ambao walizingatia matibabu na matunzo yanayopatikana wanaishi maisha yenye tija na wanayo fursa ya maisha ambayo kila mtu anayo. Wakati huo huo rasilimali za kuzuia na kupunguza madhara zinapatikana pia.

Kulingana na utafiti wa tathmini ya maarifa ya jamii katika Afrika Kusini mwa Jangwa la Sahara kwa Vijana na huduma za familia kuhusu ukweli wa virusi vya ukimwi, idadi kubwa ya watu wanaamini kuwa virusi vya ukimwi ni laana kutoka kwa Mungu na wale wanaoishi na virusi vya ukimwi wanapaswa kuhisi aibu. Kutokuelewana huko na dhana potofu bila shaka hupelekea baadhi ya watu kuwanyanyapaa na kuwabagua watu wanaoishi na virusi hivyo. Virusi vya ukimwi si zawadi wala laana kutoka kwa Mungu kwa binadamu, bali ni virusi vinavyoambukiza mwili wa binadamu na kusababisha ugonjwa uitwao ukimwi.

Unyanyapaa na ubaguzi daima huwakatisha tamaa wale watu wanaoishi na virusi vya ukimwi kutoka nje na kueleza uzoefu wao kwa umma. Tunapozungumzia maambukizi ya virusi vya ukimwi, tuisahau magonjwa mengine ya zinaa ambayo yana uhusiano wa karibu zaidi na maambukizi ya virusi vya ukimwi.

Kuwa na magonjwa mengine ya zinaa kunaweza kurahisisha kupata virusi vya ukimwi na kinyume chake. Kila mtu anahimizwa kupima virusi vya ukimwi na kuchunguzwa magonjwa mengine ya zinaa.

Ni muhimu sana kuwa na taarifa za kutosha kuhusu ukweli wa kimsingi kuhusu virusi vya ukimwi, kinga na matunzo yake yanayopatikana kwa wale walioambukizwa virusi. Nyenzo za kinga na matunzo za virusi vya ukimwi zinaweza kupatikana kwa kuwauliza watoa huduma wako wa afya ya msingi, jumuiya ya Kiafrika. -wakala za msingi zinazoshughulikia virusi vya ukimwi na maambukizo yanayohusiana; mashirika ya kidini na vituo vya jamii ambavyo vinatoa elimu ya afya kikamilifu.

### **Tupige Vita Virusi Vya Ukimwi – Sio wale wanaoishi na Virusi Vya Ukimwi**

Watu hawataki kujua ikiwa wana Virusi Vya Ukimwi, kwa sababu wanaogopa familia zao na jamii watawahukumu na kuwakataa. Kila mtu anahitaji kujua atapendwa na kuungwa mkono kila wakati hata kama ana Virusi Vya Ukimwi / Ukimwi.

Virusi vinavyosababisha Ukimwi haienei kwa kugusa, mate, machozi, kupiga chafya, kukohoa, au aina yoyote ya mawasiliano ya kawaida. Virusi Vya Ukimwi huenezwa haswa kupitia mfiduo wa shahawa, giligili ya uke, giligili ya mkundu, damu, au maziwa ya mama kutoka kwa mtu ambaye ana Virusi Vya Ukimwi.



**Virusi Vya Ukimwi haibagui!**

**Mtu yeyote anaweza kupata Virusi  
vya Ukimwi!**

### **Je! Unahitaji kujua nini kuhusu Virusi Vya Ukimwi?**

"Ujuzi ni bora kuliko utajiri."  
Mithali ya Kameruni

#### **NI NINI VIRUSI VYA UKIMWI / UKIMWI?**

- Virusi Vya Ukimwi ni virusi vinavyosababisha Ukimwi. Inaharibu mfumo wa kinga, ambayo ni utaratibu wa mwili wa kinga ya asili ambayo inalinda miili yetu kutoka kwa magonjwa na maambukizo.
- Baada ya kuambukizwa, unaweza kuishi kwa miaka kadhaa bila kuwa na dalili au kujua una Virusi Vya Ukimwi na unaweza kuipitisha kwa wengine.
- Baada ya kuambukizwa Virusi Vya Ukimwi kwa miaka kadhaa, kinga yako inaharibiwa sana na maambukizo yako yanaendelea na Ukimwi.
- UKIMWI ni hatua ya mwisho ya Virusi Vya Ukimwi.
- Daktari tu ndiye anayeweza kugundua Ukimwi.
- Hakuna chanjo au tiba ya Virusi Vya Ukimwi / Ukimwi.
- Tiba inapatikana ili kusaidia watu wengi walio na maambukizo ya Virusi Vya Ukimwi kuishi maisha yenye afya na marefu, ingawa bado wanaweza kupitisha Virusi Vya Ukimwi kwa wengine ikiwa kinga haitumiwi au wanashiriki sindano.
- Ili kufaidika na matibabu, kujua hali yako ya Virusi Vya Ukimwi mapema ni muhimu.  
Unaweza kujua hali ya Virusi Vya Ukimwi yako tu kwa kupima Virusi Vya Ukimwi.