HIV waliin jiraachuu dandeessu

Tajaajilawwan kan SAYFSM, qajeelfamaa fi abdii akka argattaniif isin gargaaru.

Sagantaawwanii fi tajaajilaawwan kunneen SAYFSM –tti isiniif argamu:

- Afirikaanota HIV waliin jiraataniif gumii deggersaa miiraa fi kan hafuuraa
- Gorsaa fi Qorannoo HIV.
- Barnoota ittisa HIV/AIDS.
- HIV posatiivii warra ta’aniif kan kennamu gidduu seenuu kan dhibee ittisuu fi barumsa fayyaa.
- Aadaa fi afaaniin kan wal qabatan. meeshaalee barnootaa.
- To’annoo dhimma fayyaa.
- Abukaatoo kan yaalii fayyaa.
- Gorsa Fayyummaa Sammuu.
- Mana jireenyaatiif, miindeffamuudhaaf, deggersa hawaasaatiif, dulaaba sooorataatiif, uffannaadhaaf, barnootaaf, seeraaf, meeshaalee mana keessaatiif, akkasumas fedhiiwwan kan biroof kan oolan, maddaa fi refiraala.

FREE HIV Testing Sites

SAYFSM	651-644-3983
Clinic 555	651-266-1255
Red Door	612-543-5555

Qorannoo Fayyaa Taasisaa!

Qorannoon hundinuu fi tajaajilawwan wal fakkaatoo ta’an kaffaltii kan hin qabnee fi waajjira SAYFSM kanatti kan kennamanii dha.

SAYFSM kun karaa miseensa hojjetoota sirriitti leenjifamanii fi waraqaa ragaa qabaniitiin kan geggeeffamu meeshaa qorannoo HIV sadarkaa isaa eeggateen qorannoo dhiigaa taasisa.

Beellama qabachuudhaaf gara SAYFSM –tti bilbiluudhaan miseensa hojjetootaa waliin haasa’aa.

Bahiin qorannoowwanii daqiiqaa 15 keessatti.

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

Lakkoofsa Bilbilaa: (651) 644-3983
E-meeyilii: info@sayfsm.org
Marsariitii: www.sayfsm.org

KENNAAWWAN ADDAA GAMMACHUUDHAAN KEESSUMMEEFFAMU!

Eeyyee! SAYFSM kanaaf kennuu nan barbaada:
____$25 ____$10 ____$5 ____kan biraa

Maaloo, kennaa keessan gara kanatti ergaa:

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

! !

Tajaajilawwan akka aadaatti Sirrii ta’an dhiheessuu

Sub-Saharan African Youth & Family Services in Minnesotaa keessatti sahaaraa gaditti kan jiraatan Tajaajila Dargaggootaa fi Maatii Afiriikaanotaa (SAYFSM), Afiriikaanota Minnesotaa keessa jiraatan hundumaaf, miira aadaa fi afaaniifis mijataa ta’een barnoota HIV/AIDS fi tajaajilawwan hawaasummaa

Mbiu

A newsletter of SAYFSM Issue 31/February 2024 St. Paul, MN

651-644-3983 www.sayfsm.org info@sayfsm.org

Itti fayyadama tamboo hawaasaa godaantota Afiriikaa gidduu jiru to’achuu

Yooseef Galataa

Hawaasa keenya qormaata guddaatu isa mudate: Saaxilamummaan itti fayyadama tamboo, keessumaa godaantota Afiriikaa gidduutti dabalaa jira. Akka dhaabbata to’annoo tamboo irratti hojjetuutti, dhimmi kun hangam walxaxaa akka ta’e hubachuun fala itti gochuuf jabaannee hojjechaa jirra.

Tamboo elektroonikii dabalatee, omishaaleen tamboo baayyeedha, godaantota Afiriikaa hedduufis haaraadha. Haaraa itti ta’uun isaa kun ammoo saaxilamuummaa tamboo jiru ni dabala,; keessumaa, dargaggoota miseensa hawaasichaa ta’an keessatti. Hawaasa irraa dhufne keessa hubannoon tamboo fayyadamuun badii hin qabu jedhu jiraachuun ammoo rakkoo kana ittuu walxaxaa godha. Hubannoon kun itti fayyadamni fi to’annoon tamboo daldalaa maatii keessatti akka itti ilaalamurratti dhiibbaa ni uuma.

Dabalataan ammoo rakkoon hubannoo afaanii fi barnoota waliigalaa fayyaa argachuurra jiru miidhaa tamboon geessisu hubachuurratti danqaa uuma. Kuni keessumaa omishaalee tamboo haaraa bahan kan akka e-sigaareet(tamboo elektirooniksii) kan miidhaa isaan geessisan ammatti adda hin baafamne irratti ni mul’ata. Aadaa haaraatti baaruun, rakkoo maallaqaa fi jijjiirama hawaasummaatti dabalamee miseensotni hawaasaa gariin akka mala dagachiisaatti tamboo xuuxuu akka eegalan dhiibbaa ni taasisu.

Rakkoo kana dura dhaabachuuf duula fayyaa hawaasaa dhimma kanarratti xiyyeefatee fi fedha hawaasa gidduugaleeffate eegalleerra. Sagantaaleen keenya waayee gosoota tamboowwan daldalaafi miidhaa fayyaa isaan qaban barsiisuudha. Kunis tarsiimoo mala ittisaa aadaa keesssa jiruuf xiyyeeffannaa guddaa kennuun ta'a.

Hawaasaa fi abbootii amantaa hirmaachisuun adeemsa hojii keenyaa keessatti qaama murteessaadha. Iddoon hawaasa keessatti qaban odeeffannoo waa'ee miidhaa tamboon qabuu sirriitti waliin gahuuf isaan gargaara; jireenya fayyaa- qabeessa akka qabaatanis ni jajjabeessa. Ergaalee fayyaa waltajjiiwwan hawaasummaafi amantaarratti qooduun ergaaleen barbaachisoon kun bakka barbaadame gahuu ni mirkaneessina.

Tattaaffiin keenya hubannoo uumuun gamatti; hariiroo hawaasummaa fi kabajamuu tamboo xuuxuutti duudhaa cimsuun filannoolee jireenya fayyaa-buleessa qabaachuu jajjabeessaaniif haala mijataa uumuuf ni tattaafanna.

Waliin taanee, miidhaa tamboon hawaasa keenya irraan gahu xiqqeessuun, fayyaa waloo keenyaa eegna, dhaloota dhufuufis fakkeenya taana.

Ragaa haaraan maatii HIV waliin jiraatan deggara.

Harma hoosisuun daa'imman akka guddatani fi misooman gargaaara. Ammaan dura harma hosiisuudhaan HVI'n ni darba yaadni jedhu yaaddoo ture. Kuni jijjiiramaa jira. Dhabbileen Fayyaa gurguddoon kan akka Dhaabbata Fayya Addunyaafi HHS haadholiin waldhaansa antaayritiroovaayiraal fudhachaa jiraniifi vaayiraal loodii adda hin bane qaban harma akka hoosisan ni gorsu.

Qajeelfamoonni haaraan haadholii HIV waliin jiraataniif bahan jiru. Duulaa fi qorannoolee barootaaf gaggeefamaniif galanni haa ta'uutii Muummeen Fayyaafi Tajaajila Namaa(HHS) doktarootni dhukkubsattoota isaanii waliin harma hoosisuurratti akkamiin dubbachuu akka qaban seera haaraa qoodeera. Qajeelfamoonni haaraan:

- Jechoota harma hoosisuu laaffisan balleessuu
- Haati yoo waldhaansa HIV akka gaariitti hordofaa jiraatte harma hoosisuun carraan HIV dabarsuu xiqqaa ta'uu qorannooleen ni calaqqisuu
- Fayidaalee harma hoosisuun qaburratti mariyachuu
- Doktooriifi Dhukkubsattuun waliin ta'anii murtee akka dabarsan jajjabeessuu

Yeroo duraaf haadha yoo taate ykn garaatti baattee jirta yoo ta'e adaraa waayee odeeffannoo kanaa doktoora kee waliin dubbadhu. Odeeffannoo dabalataaf Well Piroojekt daawwadhu (www.thewellproject.org). dhaabbati kun bu'aa irratti hin hundoofne yoo ta'u qorannoolee harma hoosisuu fi HIV irratti hojjetan jajjaabeessuun hojjeta. Marsariitiin isaanii suursagaleewwan, barjaalee qorannoolee fi faaktishiitii haadholii HIV waliin jiraataniif ta'u qaba.

Long COVID: Mallattoolee Itti Fufiinsa Qaban Hubachuu

Dhukkubsattoota COVID-19 kan ta'an 10 keessaa tokko tilmaamaan mallattoolee itti fufiinsa qaban kan yeroo baay'ee **Long COVID** jedhamuun beekamu ni mudata.

Mallattoolee Ciccimoo

- Hafuura baafachuu dadhabuu
- Qufaa
- Dhibee Myalgias
- Miira dhandhamaa fi foolii irratti jeequmsi uumamuu
- Miira dadhabbii
- Dhaqna gubaa
- Qorrisiisuu
- Mallattoowwan baay'ee hin mul'anne kanneen akka dhibee garaachaa (rhinitis and gastrointestinal) of keessatti haammata.

Faallaa kanaatiin, Long COVID, jechi dhukkubsattoonni ofuma isaaniitiin qopheessan, mallattoolee ciccimoo kan boodaa (torbanoota sadii ol kan turuu) fi mallattoolee yeroo dheeraa torbanoota 12 oliif turu of keessatti hammata. Haalli kun dhukkuba sirna hedduu walxaxaa sababoonni isaa hin beekamne kan bakka bu'u yoo ta'u, ibsi isaas gar-tokkoon rakkoo cimaa COVID-19 waliin kan wal-qabatuudha.

Qabxiilee Ijoo Waa'ee Talaallii COVID-19 kan Yeroo Ammaa:

Karaa Toora Interneetii hin Gurguramu:

Talaalliin COVID-19 toora interneetii irraa bittaadhaaf hin argamu. Gurgurtaan talaallii kanaa kamiyyuu kan karaa interneetii, karaa manneen qorichaa toora interneetii dabalatee, seera qabeessa miti. Talaalliiwwan akkaataa idileetti karaa hayyamameen kan raabsamu yoo ta'u, giddu-gala talaallii ofiisaa keessatti kan kennamaniidha.

Afaaniin Hin Fudhatamu:

Talaalliin COVID-19 afaaniin kan kennamu miti, bifa kaapsulaa ykn taableetiin kan dhufus miti. Qooda isa kanaa, akkaataa idileetti karaa qoricha lilmootiin kan kennamaniidha.

Ogeessota Eegumsa Fayyaa Hayyama Qabaniin Kan Bulchamu:

Talaalliin COVID-19 kan kennamuu danda'u ogeessota eegumsa fayyaa hayyama qaban qofaan giddu gala talaallii murtaa'an irratti ta'a. Giddu-galli kun waajjiraalee Ogeessota fayyaa, manneen qorichaa hayyamaman, kilinika dhukkubsattoota karaa alaa deddeebi'anii yaalamanii, bakka talaallii addaa fi hospitaalota of keessatti qabachuu danda'u. Talaallii kana nageenyaafi bu'a-qabeessummaa isaa mirkaneessuuf ogeeyyii fayyaa gahumsa qaban irraa fudhachuun murteessaadha.