

HIV

Warbixinta bukaan socodka, xuquuqda iyo xeerarka ku dhaqanka

Waa maxay hiv?

Hiv waa cudur uu fiirus keeno kaas oo raad ku yeesha nidaamka difaaca. Qaar badan ma dareemaan in ay qaadeen, halka qaarna ku xanuusadan 1-4 todobaad ka dib xilliga qaadista oo yeeshaan muddo xummad leh oo muddo gaaban ku eg, cuno xanuun, qanjidho bararsan iyo finan, waa ta lagu sheego xanuunka aasaasiga ah. Marka nidaamka difaaca dhowr sano uu sii daciifo waxa bilaabma calaamado kale iyo tartiib tartiib cuduro infekshano ah oo kala duwan ama kansar, taas oo ah in cudurka aids uu weynaaday. Ku daaweynta dawooyin waxay yareeyaan tirada fiiruska ku jira jidhka waxayna dib u dhigaan/baajiyaan u gudbida aids. Infekshanka hiv ma bogsato. Qofka u bukooday wuxu sidaa fiiruska nolosha oo dhan oo faafin karaa xanuunka xitaa inta ay socoto daaweyntu.

Hababka faafinta

Hiv wuxu ku faafaa galmo, dhiiga hooyo qabta infekshanka hiv oo u gudbay ilmaheeda xilliga uurka, ummulida iyo naas-nuujinta. Faafinta galmada waxay u dhacdaa marka wasmada siilka iyo futada labadaba. Faafinta dhinaca dhiiga waxay ku dhici kartaa dhiig lagu shubo qof, irbad ka timi qof uu ku faafay ama wadaagida qalabka durida. Khatarta faafinta waxa kale oo ay jirtaa haddii dhiig qabaa uu soo gaadho xuubka jilicsan ee ama afka ama nabar maqaarka ah. Daaweyntu waxay yareysaa faafinta, laakiin ma kaxayso khatarta faafinta gebi ahaanba.

Goorma ayaanu faafin hiv?

Hiv ma ku faafo isku qabashada laabta, dhunkashada ama ilmada. Sidoo kale saxarada, kaadida, mataga ama duufka aanu ku dhex jirin dhiig ma faafiyo. Dhiig gaadhay maqaar bilaa dhaawac ah isna sidoo kale ma keeno wax khatar oo faafin ah.

Xuquuqda

Iyadoo la raacayo sharciga ilaalinta faafinta waxa bukaan socodka hiv bilaa kharash u ah baadhitaanka, booqashada iyo daaweynta.

Waxa kale oo aad adigu xaq u leedahay taageerada bulsho ee nafsiga ah ee loo baahan karo si loo maareeyo xanuunka. Dhakhtarkaaga ayaa ku siinaya talada ku saabsan sida aad uga taxadarasyo in aad dad kale dhib ugu geysato khatar ah faafin.

Hawlaha xirfadeed

Infekshan hiv ma keento caadiyan xad u yeelida hawshaada xirfadeed ama waxbarashadaada. Waxa si dhif ah kugu dhici karta in ay ku taabato xadeyn marka ay khuseyso shaqo, tababar ama ka qayb-qaadashada hawl kale hadii ay jirto khatar ah in faafin dhici karto

Uurka iyo naas-nuujinta

Waxad awooda adigoo ah nin ama haweenay hiv qaba helitaanka kaalmo si adiga iyo lamaanahaagu aad u awoodaan uur qaadid ay khatartu aad u yar tahay u gudbinta xanuunka ilmahaaga iyo lamaanahaaga aan xanuunka lahayn. Haweenka leh hiv ma loo oggola naas-nuujinta.

Caruurta leh hiv

Caruurta, kuwa leh cudurka hiv, waxay xaq u leeyihiin xannaanada caruurta iyo dugsiga sida caruurta kale laakiin waxay yeelan karaan baahiyo gaar ah oo tixgelin mudan. Dhaktarka daweyaha ah ayaa ay tahay inuu ku wargeliyo waalidka ama qof kale oo haysta mas'uuliyadda ilmaha wixi ku saabsan tub loo raaco oo khuseysa caruurta leh hiv dhinaca dugsiga xannaanada/dugsiga. Warbixinta ku aadan shaqaalaha dugsiga xannaanada/dugsiga ee ku saabsan infekshanka ilmo ee hiv waxay u baahantahay oggolaanshaha waalidka/dadka haysta mas'uuliyadda ilmaha. Waalidka/dadka haysta mas'uuliyadda ilmaha iyo ilmaha waxay dhakhtarka daaweynta si joogto ah uga helaan warbixinta ilaalinta faafinta ee da'daas ku haboon.

Smittskydd Skåne

Rabadhka ka hortaga uureysiga ee dhinaca wasmada afka, siilka ama futada

Rabadhka ka hortaga uureysiga waa difaac wanaagsan oo ka hortaga hiv iyo xanuunada kale ee ku faafa galmada waana in markasta la isticmaalo dhamaan xilliga wasmada/xidhiidhka dhow. Waa macquul in loo qaato in rabadhka ka hortaga uureysiga ee siilka sidoo kale shaqeeyo laakiin habkan maaha mid loo qiimeeyay si cilmiyaysan.

Daryeelka dawada ka hortaga

Haddii qof agagaarkaaga ay dhici karto in uu ku faafay, dhinaca xidhiidh galmo oo rabadhku aanu wax ilaalin, dhinaca xidhiidhka dhiigaaga ama qaab kale, waxa suurto ah in la siiyo daryeelka dawada ka hortaga ee lagu magacaabo postexpositionsprofylax (PEP). Tan waa in la bilaabaa sida ugu dhakhso badan ee suurto ah. Sida ugu dhakhso badan la xidhiidh dhakhtarkaaga daryeelka ama isbitaalka infekshanka/heeganka.

Raad raaca faafinta

Maadaama qofku hiv lahaan karo isaga oo aan lahayn wax calaamado ah waxa aad muhiim u ah in la helo kuwa uu ku faafay. Waxa adiga waajib kugu ah la shaqaynta dhinaca raad raaca faafinta. Tani waa si loo yareeyo khatarta waxyeelo iyo si aan infekshanku ugu sii fidin dad kale oo intaas dheer. Raad raaca faafinta waxay tahay in adigu aad raad raacaha faafinta mas'uulka ka ah u sheegtid dadka, kuwa ay dhici karto inay adiga kugu faafiyeen – ama ay dhici karto in adigu aad ku faafisay. Waxay khuseyn kartaa dadka aad la samaysay galmo ama xidhiidh kale oo wasmo, dadka aad la wadaagtay qalabka irbadda iyo mararka qaarkood xubno ka tirsan qoyska. Ujeeddadu waa in la helo dhamaan dadka ay dhici karto inuu ku faafay. Qarsoodi buuxi ayaa shaqaynaya dhinaca raad raaca faafinta. Aqoonsigaaga ma loo sheegayo xidhiidhyadaaas. Raad raaca faafinta waa la soo celinayaa haddii aad lahayd xidhiidhyo cusub oo khatar ugu jira in uu ku faafay.

Talada nadaafadda, ee ay tahay inaad raacdo si aan loogu fidin qof kale

- Feejignaan u yeelo in balastar la duubo xitaa nabarada wax yar ah.
- Haddii qof kaa caawinayo duubitaanka nabar waa in qofkaas isticmaalo gacmo gashi balaastiig ah.
- Alaabta dhiig qariyay si feejigan u xidh-xidh ka hor intaan la tuurin.
- Dharka dhiig ku daatay ku dhaq mashiin.
- Baraha dhiig ku yaalo tusaale ahaan dhulka waxa lagu nadiifinayaa maro mar keliya la isticmaalo taas
- oo kadib la tuurayo. Kadib si fiiro badan ugu dhaq biyo iyo maaddooyinka nadiifinta.
- Haddii dhiigaagu gaadho maqaar qof oo nabar leh, indhaha, sanko ama afka si degdeg ah ugu dhaq
- biyo. Ku wargeli qofkaas in dhiigaas uu leeyahay cudur lays qabadsiiyo iyo in isaga/iyada sida ugu
- dhakhso badan ula xidhiidho isbitaalka infekshanka/heeganka ugu dhow.

Xeerarka ku dhaqanka, kuwaas oo aad ka helayso dhakhtarkaaga daryeelka si aanad ugu faafin qof kale

- Waa inaad timaadaa la kulanka dhakhtarka iyo dhiig qaadisyada uu dhakhtarkaagu u arko lagama maarmaan
- Waa inaad lamaanahaaga wasmada ku wargeliso inaad leedahay infekshanka hiv ka hor nooc kasta oo xidhiidh galmo ah oo leh khatar weyn (eeg hoos) taas oo hiv uu ku gudbi karo (“waajibka wargelinta”).
- Khatarta gudbinta hiv waxay jirtaa dhinaca galmada afka, siilka iyo futada.
- Dhinaca wasmada uu gusku ku jiro gudaha siilka, malawadka qaybtiisa hoose ama afka waa in rabadhka galmada la isticmaalo dhamaan xilliga galmada.
- Haddii aad isku durtid mukhaadaraad waa inaad haysataa irbada gaar kuu ah iyo tuumbooyin oo aanad u oggolaan in dad kale isticmaalaan kuwan. Maaha inaad

Smittskydd Skåne

isticmaasho koobab isku dar oo la wadaago ama qalab kale. Qalabka durida waa in loo kaydiyo qaab ah in aanay wax khatar oo faafin u yeelan dadka kale.

- Maaha in aad bixiso dhiig, ku deeqdo shahwad, ugkun, xubin ama xubin loogu talagalay xubno jir ku tallaaid.
- Waa inaad sheegto in dhiigaagu uu qabo cudur lays qabadsiiyo marka aad booqato dhakhtarka ilkaha ama daryeelka caafimaadka.
- Haddii aad doonaysid inaad jidhka sawirro ku samaysid, dhegaha daloolisid ama samaynaysid daryeel kale oo qalab fiiqan la isticmaalayo oo dhiigid iman karto, tusaale ahaan daloolin, waa inaad sheegto in dhiigaagu uu qabo cudur lays qabadsiiyo ka hor intaan la samayn wax ka qabashada.
- Ha la wadaagin dadka kale qalabka faya-dhawrkasida sida qalabka lagu xiirto ama caday.
- Waxa ku khuseyn kara xadeyn markay noqoto shaqo ama ka qayb-qaadashada hawl kale taas oo uu jiro khatar ah in faafin ay dhici karto.

Hiv waxa lagu sheegaa cudur dadweynaha khatar u ah marka loo eego sharciga ilaalinta faafinta. Sidaas darteed waxa waajib kugu ah ka ilaalinta dadka kale ee khatarta faafinta iyadoo la raacayo xeerarka ku dhaqanka ee dhakhtarkaagu ku siinayo.

Xeerka ku dhaqanka ee kor ku xusan kuna saabsan waajibka wargelinta waxa la isticmaalaa fikrada "khatar weyn", taas oo sidoo kale ku jirta sharciga ilaalinta faafinta. Taas macnaheedu waa khatar faafin oo run ah taas oo aan ahayn mid wax yar ah. Haddii Adigu aad haysato daryeel wanaagsan oo aanay jirin wax duruufo kale ah oo kordhinaya khatarta faafinta waxa dhakhtarkaaga daryeelku awooda ku qiimaynta khatarta faafinta mid aad u hooseysa oo ka fog ahaanshaha khatar weyn. Xeerka ku dhaqanka ee ku saabsan waajibka wargelinta waxa dib u fiirinaya dhakhtarkaaga daryeelka. Waxa kale oo adigu aad dhaktarka ilaalinta faafinta ee gobolkaaga ka codsan kartaa dib u fiirinta xeerarka ku dhaqanka ee aad haysato. Inta aan baaritaan noocaas ah aanu diyaar ahayn waa inaad raacdo xeerarka aad heshay.

Iyada oo fiiro gaar ah la siin xeerarka ku dhaqanka ee aad heshay waa in markasta aad qofka ay khuseyso ku wargelisid haddii ay yimaadeen ama ay jirto khatar ah in ay timaado xaalad ay khatarta faafintu tahay mid ahmiyad leh. Dhakhtarkaaga kala hadal duruufahaas.