



**ከንደም በመጠቀም ከምን አራሳችንን
ጠብቅ እንችላለን?**

- የሚተካክፉ የአባካዘር በሽታዎች መከላከል እንችላለን
- ከአቶ አይቪ ኤድስ ቫይረስ አራሳችንና ጎደኞችን መከላከል እንችላለን።
- ከአካላዊ አገልግሎት በመከላከል ቤተሰብን መመገብ እንችላለን።

**ከንደም ስንጠቀም ምን ጥንቃቄዎች
ሚደረግ ይገባናል?**

- የኮንዶምን አገልግሎት ጊዜው አክሚክፍን ማረጋገጥ
- ከንደሙን ጠብቆ ስንጠቀም አክሚክፍን ማረጋገጥና በጥንቃቄ መጠቀም
- ከንደሙን ከተጠቀምን በኋላ በተገቢው ሁኔታ ማሰወገድ ይገባናል።

ኤች አይቪ ኤድስ ምንንድን ነው?

ኤች አይ ቪ ኤድስ የሰውን ጤንነት በሽታ የመከላከል አቅም በመቀነስ ከኤች በሽታዎች ማደጋገፍ በሽታ ነው።

- ጥንቃቄ በጎደካው ያከመከላከያ ጤንነት ሲፈጸም
- ምክንያት እና ኤች አይቪ በጋራ በመጠቀም
- በደም ንጥረት
- የወርሱ ጋብቻ እና ከአንድ በካይ ሚስት ማግባት
- ምክንያት ስኬትን በጋር በመጠቀም ሰውነትን መተካተካ፤ አንጥል መቁረጥ እና የሴት ጤንነት ግርዛት
- በከብት ዝቅያኔ ወቅት ሴቶችን በጤን ሁኔታ መግለጽ
- በወኪል ጊዜ በበሽታው ከተያዙት አካል ወደ ጤንነት

ኤች አይ ቪ ኤድስ ከተካከለ ይቻላል።



EPaRDA



EPaRDA 2013

Tel: 251-11-65-10-507

P.O.BOX: 30807 ADDIS

ABABA, ETHIOPIA

eparda@ethionet.et



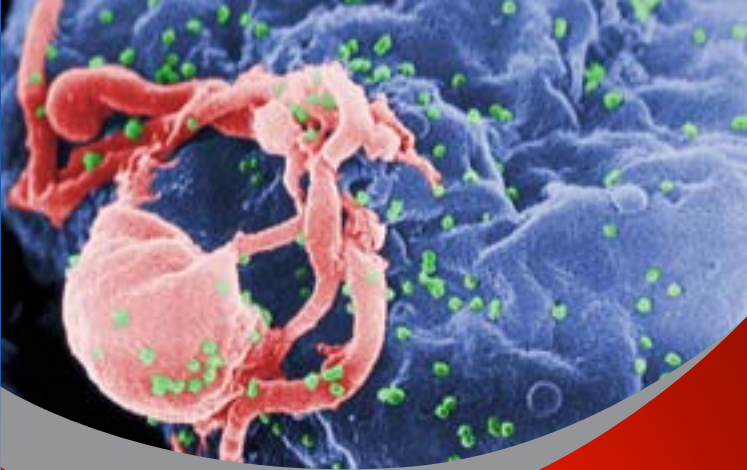
**ኤች አይቪ ኤድስ እንዴት
መከላከል እንችላለን?**



EPaRDA



አንድም ሰው በኤች አይቪ እንዳይያዝ፣ አንዳይሞት፣ መገለልና መድልዎ አንዳይደርስበት ኃላፊነታችንን እንወጣ!



ከኤች አይቪ ቫይረስ ጋር የተዛመዱ የህምም ምልክቶች በጥቂቱ

- ኢንፍሎዌንሳ መሰከር የበሽታ ምልክት
- ከባድና የማይቋረጥ የድካም ስሜት
- በአንግት ከይ፣ በብት ስር አካባቢ ያበጠ አጢ
- በአፍ አካባቢ ነጭ ነጠብጣብ ወይም በአፍ ውስጥ ያከተከመደ ምልክት

አንድ ሰው ኤች አይ ቪ አንዳከበት ምልክቶች ከብዙ ጊዜ ካያሳይ ይችላል። በፍቃድኝነት በአካባቢዎችን ካከው ጤና ጣቢያ በመሄድ መርመራ በማካሄድ በደማችን ውስጥ ቫይረሱ አንዳከ ማረጋገጥ ይቻላል።

ከኤች አይቪ ኤድስ አንድን አራሳችንን ጨንከነን አንችላለን?

- ከኤች አይቪ ኤድስ ከመከላከል የተከያዩ ዘዴዎች ጨንጠቀም አንችላለን።
- አንድ አና ዋናው መተካከፊያ መንገድ ጌታ የሆነ ግብረሰጋ ገዢነት ያከ ከህይወት ማድረግ ነው። ስከዚህ ከንደምን በመጠቀም አራሳን ከኤድስ ቫይረስ መከላከል ይቻላል።
- ከተቻለም ከአንድ ሰው ጋር መታቀብ ከካ አማራጭ ነው።
- በፍቃድኝነት ወደ ጤና ጣቢያ በመሄድ የኤች አይቪ ምርመራ በማካሄድ ውጤቱን በማግኘት አራሳችንን መውሰድ
- ኤች አይቪ ኤድስ በደማችን ውስጥ ከተገኘ ጤና ማሰከር በመሄድ አራሳችንን ህክምና መከታተል
- በህክምና ባከሞዎች የሚታዘዙ መድሃኒቶችን በአግባቡ አና ያከማቋረጥ መውሰድ



ከነደምን በመተቀም እራሳን ከኤድስ መከላከል ይቻላል።



አንድም ሰው በኤች አይቪ እንዳይያዝ፣ አንዳይሞት፣ መገለልና መድልም አንዳይደርስበት ኃላፊነታችንን እንወጣ።