

## Noaks Ark

Noaks Ark፡፡ ገምትሕልፋ፣ ኤች.አይ.ቪ.ገ ካልእ ብጾታዊ ርክብ ዘመሓላለፉ ሕግግትን ከምዚጉድል ኣብ ምግባር ይጽዕር ኣሎ። ነቶም ምስ ኤች.አይ.ቪ. ዝነበሩ ሰባትን ምስእም ጥቡቕ ርክባት ገዘለዎም ሰባትን ደገፍ ገህብ። ትምህርቲ፡ ሓበሬታን ምኽርን ድግግ ገህብ። ስሉጥ መርመራ ኤች.አይ.ቪ. ገህብ፡ ውልቃዊ ደገፍ ገህብን ማሕበራዊ ገጥፊታት ገሰርዕን። ብክብረትኩም ተወክሉና!

ገሰርሓና ገምድጋፍ - ኣባላት ኩኑ!

[www.noaksark.org/medlem](http://www.noaksark.org/medlem)

Tigrinja



## Noaks Ark፡፡ ዝርከበሉ ቦታታት

- Luleå - ተሌ፥ 0920-23 06 50
- Umeå - ተሌ፥ tel: 076-776 18 88
- Sundsvall - ተሌ፥ 070-239 39 65, 076-298 01 60
- Gävle - ተሌ፥ 026-18 33 01
- Stockholm\* - ተሌ፥ 08-700 46 00
- Norrköping\* - ተሌ፥ 011-443 37 00
- Växjö\* - ተሌ፥ 0470-193 81
- Göteborg - ተሌ፥ 031-361 46 00
- Malmö\* - ተሌ፥ 040-611 52 15

ኣብ ኢንተርኔት ርኽቡና  
[www.noaksark.org/vi-finns-har](http://www.noaksark.org/vi-finns-har)

\* ስሉጥ መርመራ ኤች.አይ.ቪ. ዘለዎን ኪ.ሊ.ኒ.ካት እየን (ውጽኢት፡ ኣብ ውሽጢ 15 ደቐይቕ ይህባ)።

## ኤች.አይ.ቪ. ከምዘለኩም ብኸመይ ትፈልጡ?

እቲ ክትፈልጥሉ እትክእሉ እገኑ መገዲ፡ መርመራ ኤች.አይ.ቪ. ምግባር እዩ። እዚ መርመራ ብዘይ-ክፍሊት ኮይኑ፡ መገነትኩም ከይተፈልጠ ድግግ ኪግበር ይከኣል እዩ። ኣብ ኖክስ ኣርክ (Noaks Ark)፡ ክሊኒካት ተመሓላለፍቲ ሕግግት፡ “ክሊኒካት ሰላም” (“Sesam clinics”)፡ ክሊኒካት መገእሰዮት፡ ክሊኒካት ሕክምና ቆርበት፡ ክሊኒካት ጾታዊ ጥዕና፡ ከምኡውን ወይ ማእከል ጥዕና ብክኢላ ሕግግት ደቀ-ኣገስትዮን መሕረስትን ክትመርመሩ ይከኣል እዩ።

ኣብ Noaks Ark ዝግበር መርመራታት ሓደላ ካብ ማሕበራትና፡ ስሉጥ መርመራ ኤች.አይ.ቪ. ይገብራ እየን (ውጽኢት፡ ኣብ ውሽጢ 15 ደቐይቕ ይውጥብ)።  
[www.noaksark.org/hivtest](http://www.noaksark.org/hivtest)

እትርኣይሉ ክሊኒክ መርመራ ኤች.አይ.ቪ. ርኽቡ ኣብ መላእ ሰዊድን ዝርከባ ክሊኒካት፥ [www.hivtest.nu](http://www.hivtest.nu)

## ብዛዕባ ኤች.አይ.ቪ. ዘምልከት ሕቶታት ኣለኩም'ዶ?



ብ020-78 44 40 ገይርኩም ናብ Noaks Ark ደውሉ  
[www.noaksark.org](http://www.noaksark.org)

## ኤች.አይ.ቪ እንታይ እዩ?

ኤች.አይ.ቪ፡ ሕዳር ለበዳ ዜምጽእን ገዜውሃብ ሕክምና ድግ ጸቡቅ ግብረ-መልሰ. ዚህብን ቫይረስ እዩ። ኣብዚ ግዜ'ዚ፡ መድሃኒት ኤች.አይ.ቪ ዘይብሉ እኳ እንተ'የን፡ እቲ ኣብ ሰዊድን ዚውሃብ ሕክምናን ክንክንን፡ እቲ ምስ ኤች.አይ.ቪ ዚነብር ሰብ፡ ከም ካልእ ገቡር ሰብ ዝነብር ዕምሪ ህይወት ኪነብር ዘክእል ውጽኢታዊ እዩ። እንተ'የን ግን፡ ዘይተሓከመ ለበዳ ኤች.አይ.ቪ፡ ገህይወት ኣብ ሓደጋ ዜእቱ እዩ። መርመራ ምግባር ኣገዳሲ ዚኾነሉ ምክንያት፡ እቲ ዚውሃብ ሕክምና ብዘተኻእለ መጠን ኣብ ዝቐልጠፈ ግዜ ኪጀመር መታን ኪክእል እዩ።

ኣብ ኢንተርኔት ገዚርኩብ ገጻት ሓበሬታና ክፈትኩም ርኣዩ።

[www.noaksark.org/omhiv](http://www.noaksark.org/omhiv)

## ኤች.አይ.ቪ ብኸመይ ኪመሓለፍ ይክእል?

ለበዳ ምስ ኣጋጠመ ኣብ ዘለዎ ናይ መጀመርታ ውሑዳት ኣዋርሕ፣ ሕክምና ቅድግ ምጀጣሩ ኣብ ዘሎ ግዜ፡ ሓደጋ ምትሕልላፍ ኤች.አይ.ቪ ካብ ሓደ ሰብ ናብ ካልእ ሰብ ኣዝዩ ልዑል እዩ። እቲ ኣዝዩ ብዙሕ ዓቕን ቫይረስ ዝህልዎሉ ግዜ ድግ ኣብዚ ግዜ'ዚ እዩ። እቲ ኤች.አይ.ቪ ዘለዎ ሰብ ድግ ብዛዕባ'ዚ ኣይፈልጥን እዩ።

ኤች.አይ.ቪ፡ መከላኸሊ ከይተጠቐምካ ብዚግበር ናይ መሃንቲስ፡ ርሕምን ኣፍን ስጋዊ ርክብ ወይ ናይ ዕጹ-ፋርስ መውጊኢ መርፍኦ፡ ኤች.አይ.ቪ ምስ ዘለዎ ሰብ ብሓባር ብምጥቃም ኪመሓለፍ ይክእል። እቲ ቫይረስ ድግ ኣብ ግዜ ጥንሲ፡ ሕርሲ ወይ ምጥባው ናብ ቆልዓ ኪመሓለፍ ይክእል።

ኤች.አይ.ቪ፡ ብጣሕበራዊ ምትገኻፋት ኪመሓለፍ ኣይክእልን እዩ።

## ሕክምና ዝግበረሉ ለበዳ ኤች.አይ.ቪ

ኣብዚ እዋን'ዚ ዚውሃብ ዘሎ ሕክምና ኤች.አይ.ቪ፡ ኣዝዩ ውጽኢታዊ ኮይኑ፡ ገዓቕን ቫይረስ ናብ ኪቑጸር ዚክእል መጠን ከውርዶ ዚክእል እዩ። ኣብዚ ግዜ'ዚ ድግ ብሰንኪ ጸታዊ ምትገኻፋት ዜጋጥም ሓደጋ ምትሕልላፍ ኤች.አይ.ቪ ዳርጋ የለን።

ሕክምና፡ ቀልጢፉ ከምዚጀምር እንተተገይሩ፡ ኣብ ግዜ ጥንሲ ወይ ሕርሲ ካብ ኣደ ናብ ቆልዓ ኤች.አይ.ቪ ናይ ምትሕልላፍ ሓደጋ፡ ኣዝዩ ውሑድ እዩ። ኣብዚ ግዜ'ዚ ዝህሉ መጠን ሓደጋ ኤች.አይ.ቪ ናይ'ቶም ሰሪገጋ ብሓባር ዝጥቀሙ ሰባት፡ ገጹር ኣይኮነን። ሕክምና ኤች.አይ.ቪ፡ ገሓደጋ ምትሕልላፍ ቫይረስ ብዓቢ ደረጃ የጉድል'ዩ ተባሂሉ ግን ይቑጸር እዩ።

## ገገዛእ-ርእሰኹምን ካልኦትን ተኸላኸሉ

ሓደ ሰብ፡ ከይፈለጠ ኤች.አይ.ቪ ኪህልዎ ይክእል እዩ። ኮንዶም ምጥቃም ድግ ገገዛእ-ርእሰኹምን ካልኦትን ካብ ኤች.አይ.ቪን ካልእ ብሰጋዊ ርክብ ዝመሓለፈ ሕግግትን ገምክልኻል ዚበለጸ ኣገባብ እዩ። ሰሪገጋ ድግ ምስ ካልእ ሰብ ብፍጹም ብሓባር ኣይትጠቐሙ።

ርግጽኛታት እንተዘይኮንኩም ተመርመሩ፤ መጻምድትኹም መርመራ ገይርኩም እንተኾይኖም ድግ ገክትሓትዎም ኣይትፍርሁ።

ብጸታዊ ርክብ ዚመጽእ ተወሳኺ ለበዳ ዘጋጠመኩም እንተኾይኑ፡ ሓደጋ ምትሕልላፍ ኤች.አይ.ቪ ናብ ካልእ ሰብ ወይ ገሰኹም ብኤች.አይ.ቪ ገክትልኩፉ ዘሎ ተክእሎ ኪልዕል ይክእል።