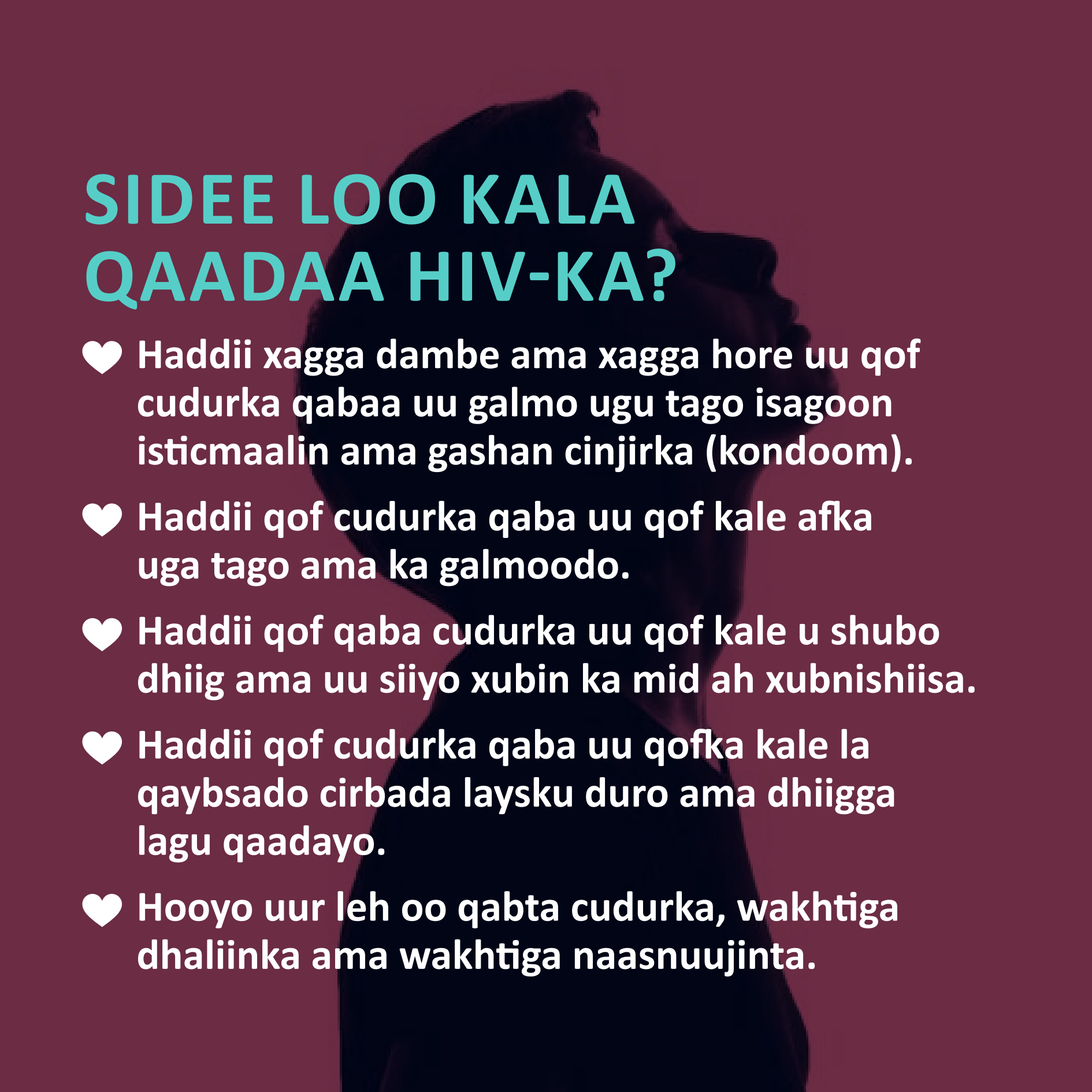
JAWAABO LA HUBO OO KU SAABSAN HIV-KA

NoaksArk

WAA MAXAY HIV-KU?

HIV-KU WAA FAYRAS sababa caabuq (infekshan) joogto ah. Weli majirto daawo cudurka hiv-ka baa-bi'inaysa, laakiin wadanka Iswiidhan daaweyntu si wanaagsan ayey ugu shaqaysaa markaa dadka cudurka hiv-ka qabaa waxay noolaan karaa ilaa iyo inta ay dadka kaleba noolaan karaan. Daaweynta waa in la bilaabaa wahkti hore, sida ugu macquulsan, haddii aan caabuqa (infekshanka) hiv-ka la daaweyn waxay u horseedi kartaa dhibaatooyin khatar ah, mustaqbalka dambena waxay ku noqon kartaa mid nolosha halis ku ah. Sidaa daraadeed waa muhiim inuu qofku iska baaro si uu isaga hubiyo inuu qabo cudurka hivka.

Cudurka hiv-ka weligiis laguma kala qaadi karo la kualanka dadka ee joogta ah.



SIDEE LOO KALA QAADAA HIV-KA?

- Haddii xagga dambe ama xagga hore uu qof cudurka qabaa uu galmo ugu tago isagoon isticmaalin ama gashan cinjirka (kondoom).
- Haddii qof cudurka qaba uu qof kale afka uga tago ama ka galmoodo.
- Haddii qof qaba cudurka uu qof kale u shubo dhiig ama uu siiyo xubin ka mid ah xubnishiisa.
- Haddii qof cudurka qaba uu qofka kale la qaybsado cirbada laysku duro ama dhiigga lagu qaadayo.
- Hooyo uur leh oo qabta cudurka, wakhtiga dhaliinka ama wakhtiga naasnuujinta.

GOORMA AYAA CUDURKA HIV-KA LA DAAWEEYAA

DAAWEYNTA MAANTA LA daaweynayo cudurka hiv-ku waa mid wax ku ool ah oo caddadka fayrasku wuxuu hoos ugu dhacaa heer aan la cabbiri karin. Hiv-ka marka la daaweeyo galmada laguma kala qaado.

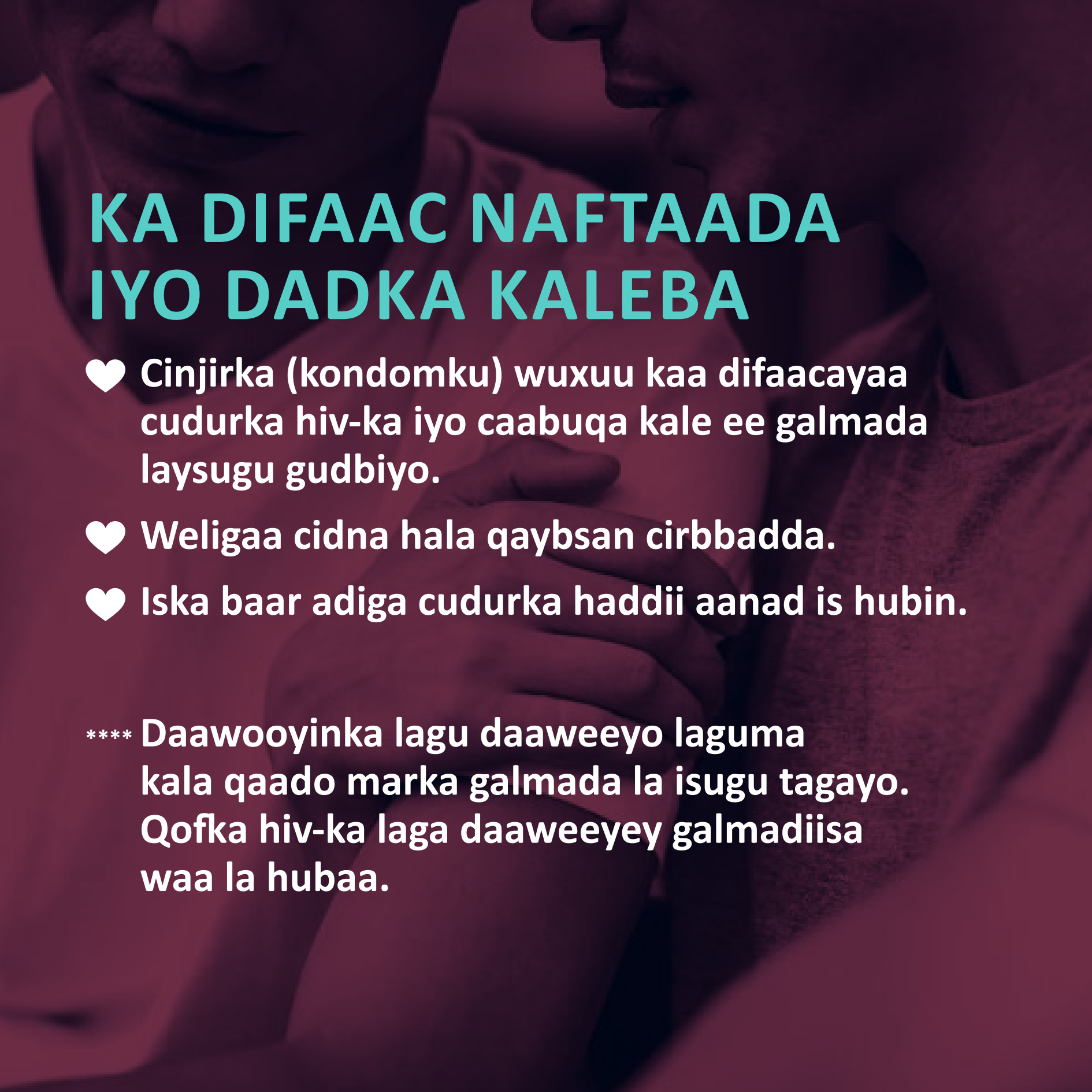
Khatarta ah in hiv-ka ay qaado hooyo uurka leh ama marka ay dhalayso aad ayey u yar tahay haddii hooyada wakhti hore daawada loo bilaabo.

Wakhtigan xaadirka ah waa goor hore in laga hadlo inay khatartu yaraanayso haddii la wadaago cirbadaha laysku duro.

Naasnuujinta, dhiig ku shubida iyo in xubin qofka la siiyo waxaa weli loo arkaa inay khatar tahay xitaa haddii cudurka hiv-ka daawadiisa la qaato.

NoaksArk
DIREKT

020-78 44 40 – JAWAABO LA HUBO OO KU SAABSAN HIV-KA



KA DIFAAC NAFTAADA IYO DADKA KALEBA

- Cinjirka (kondomku) wuxuu kaa difaacayaa cudurka hiv-ka iyo caabuqa kale ee galmada laysugu gudbiyo.
- Weligaa cidna hala qaybsan cirbbadda.
- Iska baar adiga cudurka haddii aanad is hubin.

**** Daawooyinka lagu daaweeyo laguma kala qaado marka galmada la isugu tagayo. Qofka hiv-ka laga daaweeyey galmadiisa waa la hubaa.

SIDEE AYUU QOFKU KU OGAAN KARAA INUU CUDURKA QABO?

SIDA KELIYA EE aad ku ogaan karto in aad cudurka qabto waa in aad iska baarto cudurka hiv-ka. Waa muhiim in aad iska baarto adigu haddii aad u malaynayso in aad cudurka halis ugu jirto. Haddii aad ogaato in aad qabto cudurka waxaad heleysaa fursad ah in lagaa daaweeyo, kaasoo kuu ilaalinaya difaacaya adkaysiga jirka waxaanad noqonaysaa qof markuu galmada samanayo aan cudurku gudbin karin.

Waxaad isaga baari kartaa rugta caafimaadka, qaybta qaabilaadda Haragga/maqaarka iyo xubnaha hoose ee taranka. Rugta qaabilaadda dhallinyarada, qaybta dumarka ee adiga ku qaabilsan ama umulisooyinka. Stockholm, Göteborg iyo Malmö waxa jira qaybo gaar u ah ragga galmada la sameeya ragga kale. Marka hiv-ka lagaa baarayo waa lacag la'aan waxaanad noqonaysaa qofa aan sirtiisa la sheegin oo la qariyo.

URURRO BADAN OO NOAKS ARK AH WAXAY BIXIYAAN BAARITAANO JAWAAB DHAKHSO LEH LAGUNA SIINAYO (15 DAQIIQO).

NOAKS ARK

NOAKS ARK WAXAY KA shaqeeyaan sidii looga hortegi lahaa hiv-ka iyo cudurrada kale ee ku dhaca dhiigga iyo kuwa laysugu gudbiyo galmadaba. Waxa-anu bixinaa waxbarasho, wacyigelin iyo talo bixin. Waxaanu samaynaa baaritaano jawaab deg deg ah lagu siinayo iyo sidoo kale taageero aanu siino shakhsiga iyo hawlgelin dhinaca bulshada ku aadan. Noaks Ark waxay ka shaqeeyaan sidii ay kor ugu qaadi lahaayeen una wanaajin lahaayen nolol maalmeedka qofka qaba cudurka hiv-ka iyo dadka la nool. Anagoo u sii marayna ra'yiga dadka oo aanu rabno in aanu dhisno waxaan kor u qaadaynaa ka warqabida cudurka hiv-ka iyo in la yareeyo ceebayn-ta ay leedahay in galmada cudurka laysugu gudbiyo.

KA RAADI MEESHA KUUGU DHOW NOAKS ARK

Riksförbundet Noaks Ark waxay soo ururisaa isku xirka urur goboleeddada ka hawgala waddanka Iswiidhan.

Warbixin intaa dheer oo ku saabsan hiv-ka iyo ururka Noaks Ark oo kuu dhow waxaad ka heleysaa:

WWW.NOAKSARK.ORG

SOMALI