amharisch
amharique
amarico
Amharic

ኤች.አይ.ቪ/ኤድስ

የት አደጋው አለ

የት ደግሞ የለም

መረጃ ለሴቶች

ኤድስ አደገኛ የሆነ በሽታ ነው … እስከዛሬ ድረስ የማይድን በሽታ ነው። ኤድስ በዓለም ሁሉ የተስፋፋ ሲሆን በስዊዘርላንድም እንዲሁ ችግር ነው። የኤድስ መንስዔ ኤች.አይ. ቫይረስ ነው (ባጭሩ **ኤች.አይ.ቪ** ይባላል)። ኤች.አይ.ቪ በረጅም ዓመታት ውስጥ የሰውነት በሽታን የመከላከል አቅም ያዳክማል። እናም ወደፊት አንድ ወቅት ላይ ሰውነት ለብዙ በሽታዎች ይጋለጣል። በዚህ ምክንያት በኤች.አይ.ቪ የተያዙ ሰዎች ሕመማቸው ከጊዜ ወደ ጊዜ እየጠና ይሄዳል። ይህም ኤድስ ይባላል።

መከላከያ: ኤች.አይ.ቪ ወደ እስዎ ሊተላለፍ የሚችለው በምን ሁኔታ እንደሆነ ይህ ጽሑፍ ያብራራልዎታል። በተጨማሪም ጽሑፉ እራስዎንና እንዲሁም የወንድ ወይም የሴት የፍቅር ጓደኞችዎን ለኤች.አይ.ቪ/ኤድስ እንዳይጋለጡ እንዴት አድርገው ሊከላከሉ እንደሚችሉ ያስረዳዎታል!

ኤድስ አይድንም፣ … ነገር ግን ኤች.አይ.ቪ በሰውነት ውስጥ የሚያደርገውን የስርጭት ፍጥነት በጣም ለመቀነስ የሚረዱ መድሃኒቶች አሉ። ስዊዘርላንድ ውስጥ — አንድ ሰው የመኖሪያ ፈቃድ ይኑረው አይኑረው ምንም ሚና ሳይጫወት — ሁሉም ሰው ውጤታማ የሆነ ሕክምና የማግኘት መብት አለው።
ሕክምና በጊዜው መጀመር ይኖርበታል። ነገር ግን በቫይረሱ መያዙን የማያውቅ ሰው፣ ሕክምና ቢጀመርበት በጣም አመርቂ ውጤት የሚያስገኘውን ትክክለኛውን ጊዜ ሳይጠቀምበት ያሳልፈዋል። ስለዚህ የቫይረሱ ተሸካሚ መሆንንና አለመሆንን ለይቶ ማወቅ እጅግ ጠቃሚ ነው። ለይበልጥ መረጃ በዚህ ጽሑፍ በስተጀርባ ያለውን ይመልከቱ።

LOVE LIFE STOP AIDS

www.lovelife.ch

አደጋ

ኤች.አይ.ቪ. ካለኮንዶም በሚፈጸም የግብረ ሥጋ ግንኙነት ይተላለፋል። ከኤች.አይ.ቪ./ኤድስና ከሌሎች ተላላፊ በሽታዎች ራስን ለመጠበቅ ዋናው መከላከያ ኮንዶም (ወይም Femidom®*) ነው።

በፊንጢጣ የሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ካለኮንዶም

●●● በጣም ከፍተኛ አደጋ

ለሁለቱም የወሲብ ጓደኞች፣ የወንድ የዘር ፈሳሽ ባይኖርም እንኳን

■ መከላከያው፦ ኮንዶምና በቂ ማለስለሻ

በሴት ብልት የሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ካለኮንዶም

●●○ ከፍተኛ አደጋ

ለወንድም ለሴትም፣ የወንድ የዘር ፈሳሽ ባይኖርም እንኳን

■ መከላከያው፦ ኮንዶም (ወይም ፌሚዶን/Femidom®*)

በአፍ የሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ካለመከላከያ

●○○ አደጋው እንዳለ ነው

■ መከላከያው፦

የወንድ የዘር ፈሳሽ ወደ አፍ ውስጥ አለማስገባት!
የወንድ የዘር ፈሳሽ አለመዋጥ!
ከአንድ ሴት ጋር በወር አበባዋ ጊዜ ወሲብ ነክ ድርጊት አለመፈጸም።

(* Femidom® ስለሚባለው የሴቶች ኮንዶም በእዚህ ጽሑፍ በስተጀርባ ያለውን መረጃ ይመልከቱ)

የኮንዶም አጠቃቀም እንደዚህ ነው

እስዎም እንደሴትነትዎ የወንዱን ኮንዶም እንዴት በትክክል መጠቀም እንደሚቻል ቢያውቁ በጣም ይረዳል። አይታወቅም፣ ምንአልባት ሰውዬው ኮንዶም ይዞ ላይሆን ይችላልና እርስዎ ኮንዶም ቢይዙ ይጠቅማል። «ok» የሚል የምርት ጥራት ደረጃን የሚያሳይ ምልክት ያለበትንና ልከኛውን ኮንዶም ብቻ ይጠቀሙ። ይህም በየሱፐር ማርኬቱ፣ ድሮገሪዎች፣ ፋርማሲዎችና በእዚህ የኢንተርኔት አድራሻ ይገኛል፦ www.mysize.ch

1. የኮንዶሙ ማሸጊያ ያልተቀደደና ያልተበላሸ መሆኑን ያረጋግጡ።
2. የኮንዶሙን ማሸጊያ በጥንቃቄ ትክክለኛው ቦታ ላይ ቀዶ መክፈት፤ ኮንዶሙን ማውጣት።
3. ሰውዬው ያልተገረዘ ከሆነ የብልቱን ጫፍ የሚሸፍነውን ቆዳ ወደኋላ ሰብስብ ማድረግ።
4. የተጠቀለለውን ኮንዶም በአውራ ጣትና በሌባ ጣት በመያዝ ብልቱ ጫፍ ላይ ማስቀመጥ። የኮንዶሙ ቀለበት ወደ ውጭ ያሳያል።
5. ኮንዶሙን ወደታች መተርተር። ኮንዶሙ በቀላሉ መተርተር አለበት። በቀላሉ መተርተር ካልተቻለ ግን ስለጠበበ ወይም ስለሰፋ ነው ወይም ደግሞ የኮንዶሙ ቀለበት ወደ ውጭ ማሳየት ሲገባው ወደ ውስጥ ያሳያል።
6. ከእርካታ በኋላ፦ ብልቱ እንደገና ተመልሶ ከመተኛቱ በፊት (ሰውዬው ራሱ ካላደረገው) ኮንዶሙ ተንሸራቶ እንዳይወልቅ ከብልቱ ጋር ከሥሩ ጠበቅ አድርገው በመያዝ ከነብልቱ ማውጣት።

ተጨማሪ የቫይረሱ መተላለፊያ መንገዶች

ኤች አይ.ቪ. ካለባት እናት ወደ ልጇ

በእርግዝና ወቅት፣ በወሊድ ጊዜና በጡት ማጥባት ወቅት ኤች.አይ.ቪ. ከእናት ወደ ልጅ ሊተላለፍ ይችላል።

●●● በጣም ከፍተኛ አደጋ

■ መከላከያው፦ 1) እርጉዟ ሴት የሚሰጣትን መድሃኒት ስትወስድና የሕክምና ክትትል ሲደረግላት፤ 2) ቀዶ ማዋለድ፤ 3) ጡት አለማጥባት

ሲያረግዙ ወይም ለማርገዝ ፍላጎት ካለዎት እንደምንም ብለው የምክር አገልግሎት ያግኙ እንዲሁም ምርመራ ያድርጉ። በእዚህ መንገድ ቫይረሱ ወደ ልጅዎ እንዳይተላለፍ ሊደረግ ይችላል።

ድራግ መውሰድ

ድራግ ለመውሰድ የመውጊያ መርፌ ጋንና መውጊያ መርፌ በጋርዮሽ መጠቀም።

●●● በጣም ከፍተኛ አደጋ

■ መከላከያው፦ ንጹህ የሆኑ መሣሪያዎች (የመውጊያ መርፌ ጋን፣ መውጊያ መርፌ፣ ማጥለያ፣ ጥጥ፣ ማንኪያና ውሃ)፤ እነዚህን መሣሪያዎች በጋርዮሽ አለመጠቀም።

እነዚህ ጥንቃቄዎች ካልተደረጉ፣ በተጨማሪ በጣም ከፍተኛ በሆነ ደረጃ አደገኛ ለሆነው ሄፓቲቲስ ሲ ቫይረስ ተብሎ ለሚታወቀው የጉበት በሽታ (ኤች.ሲ.ቪ./HCV) መጋለጥን ያስከትላል።

ቀዶ ሕክምና / ግርዛት

●●● በጣም ከፍተኛ አደጋ

ቀዶ ሕክምና፣ ግርዛት፣ ንቅሳት ወዘተ. ለማከናወን ሥራ ላይ የሚውሉ መሣሪያዎች (የመድሐኒት መውጊያ መርፌ ጋንና መውጊያ መርፌ፣ ቢላዋ...) ጀርም አልባ ሆነው ሳይጸዱ ለብዙ ሰዎች መገልገያ ከሆኑ ኤች.አይ.ቪ. ሊተላለፍ ይችላል። ከኤች.አይ.ቪ. ነጻ ለመሆናቸው ተመርምረው ያልተረጋገጡ የደም ምርቶችን በመውሰድም እንደዚሁ ቫይረሱ ሊተላለፍ ይችላል።

○○○ አደጋ የለም

ስዊዘርላንድ ውስጥ እውቅና ባላቸው የሕክምና ባለሙያዎች በሚሰጡ የሕክምና አገልግሎቶች ቫይረሱ ተላልፎ አያውቅም።

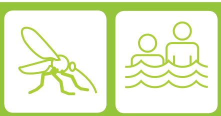
አደጋ የለም

በሥራ ቦታ — መጸዳጃና መታጠቢያ ክፍሎች

በማነጠስ፣ በመሳል

እጅ ለእጅ በመጨባበጥ፣ በመዳሰስ፣ በመተቃቀፍ

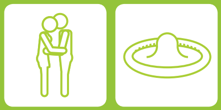
በጋርዮሽ በአንድ የምግብ ሰሃን በመብላት፣ በጋርዮሽ በአንድ ብርጭቆ በመጠጣት



በነፍሳት በመነከስ፣ በመዋኛ ቦታ፣ በዛውና

ይህ ዝርዝር የሚያሳየው፦ በዕለታዊ ኑሮ ለቫይረሱ የመጋለጥ አደጋ አይኖርም። ስለእዚህ ኤች.አይ.ቪ. ያለባቸው ሰዎች ቫይረሱን ወደ ሌላ ሰው ያስተላልፋሉ ብሎ መፍራት ብሎም ከማህበራዊ ኑሮ ወይም ከሥራ ዓለም ለማግለል መሞከር ምንም ምክንያት የለውም።

በሚከተሉት ሁኔታዎችም እንደዚሁ አደጋው የለም፦



በመሳሳም ወይም እርስ በርስ በእጅ ወሲብ ነክ ድርጊት በመፈጸም፣ ጥንቃቄ የተሞላበት የግብረ ሥጋ ግንኙነት በመፈጸም (በኮንዶም)

በቫይረሱ ተይዤለሁ ወይስ ከቫይረሱ ነፃ ነኝ?

አንድ ሰው የኤች.አይ.ቪ. ተሸካሚ መሆኑን ካወቀ ብቻ ነው ትክክለኛው ጊዜ ሳያመልጠው ሕክምና ሊጀምር የሚችለው።

የኤች.አይ.ቪ. ምርመራ

የኤች.አይ.ቪ. ተሸካሚ መሆንዎንና አለመሆንዎን በእርግጠኛነት ለማወቅ የሚረዳዎት የኤች.አይ.ቪ. ምርመራ ሲያደርጉ ብቻ ነው። ቫይረሱ ወደ ሰውነት ውስጥ ከገባ በኋላ፣ መጀመሪያ ወቅት ላይ በአብዛኛው የጤና መታወክ አይኖርም። ቫይረሱ ወደ ሰውነት ውስጥ መግባቱን በግልጽ የሚያመለክቱ የሕመም ምልክቶች የሉም፤ ኤች.አይ.ቪ. መጀመሪያ ላይ አይታይም። ጥንቃቄ የጎደለው የግብረ ሥጋ ግንኙነት (ለምሳሌ ካለኮንዶም) ከተደረገ ከሦስት ወራት በኋላ የሚካሄድ ምርመራ ነው በመሠረቱ ትርጉም የሚኖረው። ከእዚህ የጊዜ ገደብ በኋላ የሚደረግ ምርመራ ግን በእርግጥ አስተማማኝ የሆነ ውጤት ይሰጣል። ቫይረሱ ከተገኘብዎት ግን በእነዚህ የመጀመሪያ ሦስት ወራት ውስጥም ቢሆን ወደ ሌላ ሰው ሊያስተላልፉት ይችላሉ።

የምርመራው ምስጢራዊነት

ወደ አንድ ትልቅ ሆስፒታል ወይም ቀጥታ ወደ ላቦራቶሪ (የሽንት፣ የደም ወዘተ. ምርመራ የሚካሄድበት ተቋም) ሄደው ስምዎን ሳይጠቅሱ ሊመረመሩ ይችላሉ። በእዚህም ምክንያት መመርመርዎንም ይሁን ምን ዓይነት የምርመራ ውጤት እንዳገኙ ሊያውቅ የሚችል ማንም ሰው አይኖርም።

ቅድመ ምርመራ የምክር አገልግሎት

ምርመራ ከማድረግዎ በፊት እንደምንም ብለው የምክር አገልግሎት ያግኙ፦ ከአንድ የኤድስ ድጋፍ ሰጭ ድርጅት፣ ከሆስፒታል፣ ከላቦራቶሪ ወይም ከራስዎ ሐኪም። ወይም ደግሞ እንደ ሁኔታው የእስዎን የስደተኛነት ጉዳይ የሚከታተለውን መሥሪያ ቤት ባልደረባ ያነጋግሩ።

(ማንነትዎን ሳይገልጹ) ስለ አድርሻዎች፣ ስለ ጽሑፎች፣ ስለ የምርመራ መዕከሎች ወዘተ. መረጃ ለማግኘት እንዲሁም እንዲላክልዎት ከፈለጉ ለማዘዝ፣ የስልክ ቁጥርና የኢንተርኔት አድራሻ እነሆ፦ 044 447 11 11 / www.aids.ch

ወይም በቀጥታ፦

ሌሎች በወሲብ የሚተላለፉ የአባለዘር በሽታዎች

<u>የግብረ ሥጋ ግንኙነት በመፈጸም ከኤች.አይ.ቪ./ኤድስ በተጨማሪ ሌሎች በሽታዎች ሊተላለፉ ይችላሉ፦ ለምሳሌ ጨብጥ፣ ኸርፐስ፣ ቂጥኝ፣ ክላሚዲን ወይም ደግሞ ሄፓቴትስ ቢ. የሚባል የጉበት በሽታ።</u>

ምልክቶችና ሕመሞች → ወደ ሐኪም ይሂዱ!

እነዚህ በሽታዎች በአብዛኛው የተወሰኑ የሕመም ዓይነቶችን ያመጣሉ።

- → ያልተለመደ ከብልት የሚወጣ በአብዛኛው በጣም የሚገማ ፍሳሽ
- → ማሳከክ፣ እኸ ቋጠሮ፣ የቆየ ቁስል፣ ከሴት ብልት ከንፈር ላይ ወይም ከብልቱ ውስጥ እባጭ፤ በብልት አካባቢ በጣም መቅላት፣ ማበጥ፣ የሕመም ስሜት የመሳሰሉት ምልክቶች
- → በሽንት ጊዜ የማመምና የማቃጠል ስሜት
- → የግብረ ሥጋ ግንኙነት በሚፈጸምበት ወቅት የማመምና የማቃጠል ስሜት
- → በጣም የቀላ ምላስ ወይም ጉሮሮ
- → የወር አበባ ጊዜ ሳይደርስ በመሃሉ ደም መፍሰስ፣ የወር አበባ ዑደት መዛባት
- → የታችኛው የሆድ ዕቃ አካባቢ ሕመም
- → በመፀዳዳት ወቅት የሕመም ስሜት
- → እሬብን ጫን የሚያደርግ ሕመም፣ ከእሬብ የሚወጣ ፍሳሽ
- → ፊንጢጣ ላይ እባጭ፣ እኸ ቋጠሮ

የእዚህ ዓይነት የጤና መታወክ ካለብዎት በአፋጣኝ ወደ ሐኪም ይሂዱ!

<u>ልብ ይበሉ፦ ኤች.አይ.ቪ./ኤድስ ወደ እነዚህ ሕመሞች አያመራም!</u>
ነገር ግን በኤች.አይ.ቪ. ምርመራ ብቻ ነው አንድ ሰው በቫይረሱ መያዙን ወይም አለመያዙን በእርግጠኝነት ማወቅ የሚችለው።

የሚያስከትሉት መዘዝ

ብዙዎቹ እነዚህ በሽታዎች በጊዜ ከታወቁ በሕክምና ሊድኑ ይችላሉ። ሕክምና ካልተደረገ ግን የሚያስከትሉት መዘዝ (ካንሰር፣ ምክነት) ከባድ ከመሆኑም በላይ ለኤች.አይ.ቪ. የመጋለጥ አደጋም እንዲሁ በጣም ከፍ ያለ ይሆናል።

መከላከያ፦ በኮንዶም

ከእነዚህ ተላላፊ የአባለዘር በሽታዎች ራስን ለመጠበቅ፣ በሴት ብልት፣ በፊንጢጣና እንዲሁም በአፍ ለሚፈጸም ወሲብ (ወይም Femidom®በሴት ብልት ለሚፈጸም የግብረ ሥጋ ግንኙነት) ኮንዶም መጠቀም እጅግ በጣም ጥሩ የሆነ መከላከያ ነው።

FEMIDOM® በተመለከተ መረጃ

የወሲብ ጓደኛዎ ኮንዶም እንዲጠቀም የሚያደርጉት ሙከራ ውጤት አልባ ከሆነ፣ እስዎ Femidom® ይጠቀሙ። ብዙ ወንዶች ራሳቸው ኮንዶም ከመጠቀም ይልቅ ይሄ ይቀላቸዋል።
Femidom® ተብሎ የሚጠራው የሴቶች ኮንዶም፣ ግብረ ሥጋ ግንኙነት ከመፈጸሙ በፊት — እንደ አስፈላጊነቱም ከሰዓታት በፊት — ከሴት ብልት ውስጥ የሚገባ ነው።
ይሄም ልክ እንደ የወንዶች ኮንዶም ከማይፈለግ እርግዝና፣ ከኤች.አይ.ቪና ከሌሎች በወሲብ ከሚተላለፉ የአባለዘር በሽታዎች ለመከላከል ያገለግላል። እርግጥም ለመጀመሪያ ጊዜ Femidom® ለሚጠቀሙ ለብዙ ሴቶች የእንግዳ ስሜት ሊያድርባቸው ይችላል። ብዙዎች ግን የሚሰጠውን አገልግሎት እያዩ እየተለማመዱት ይሄዳሉ።
Femidom® ለመግዛትም ይሁን እሱን አስመልክቶ መረጃ ወይም የምክር አገልግሎት ለማግኘት ወደ መድሃኒት ቤቶች ወይም ድሮገሪዎች ሄደው ይጠይቁ። ወደ እዚህ የኢንተርኔት አድራሻ ቢሄዱ በቅናሽ ዋጋ ለማዘዝ ይችላሉ፦ www.shop.aids.ch

ኮንዶምና ማለስለሻን በሚመለከት መረጃ

የአገልግሎት ጊዜው ያላለፈበት / የማስቀመጫ ቦታ

የሚጠቀሙበት ኮንዶም የአገልግሎት ጊዜው ያላለፈበት ለመሆኑ ማሸጊያው ላይ የተጻፈውን ቀን አይተው ያረጋግጡ። ኮንዶሙን ከብርሃንና ሹል ከሆኑ ነገሮች ያርቁ።

ማለስለሻ

እንደአስፈላጊነቱ በዛ አድርገው ቅባት አልባ፣ ከውሃ የተሰራ ማለትም በውሃ የሚሟሟ ማለስለሻ (ብልትን በቀላሉ ለማስገባት የሚረዳ፣ እርጥበት ሰጭ ጄል) ይጠቀሙ። ይህንንም ከሱፐር ማርኬቶች፣ ከድሮገሪዎችና ከፋርማሲዎች ማግኘት ይቻላል። ቫዘሊን፣ የሰውነት ቆዳ ማለስለሻ ማለትም ቦዲሎሽን፣ የመታሻና የምግብ ዘይት በፍጹም እንዳይጠቀሙ።

ምን ማድረግ ይችላሉ …

ወሲብ ሲፈጽሙ ኮንዶሙ ቢቀደድ ወይም ቢፈነዳ እናም የወሲብ ጓደኛዎ በእርግጠኝነት የኤች.አይ.ቪ ተሸካሚ ወይም ደግሞ የኤች.አይ.ቪ ተሸካሚ ለመሆን ያለው እድል በጣም ከፍተኛ ቢሆን? በጣም ቢዘገይ በሚቀጥለው ቀን ወደ አንድ የኤድስ ድጋፍ ሰጭ ድርጅት ወይም ሆስፒታል ሄደው የምክር አገልግሎት ያግኙ፤ በዚህ ሁኔታ ምን ማደረግ እንደሚቻል የመስኩ ባለሙያዎች ያብራሩልዎታል። ከአደጋው ለመዳን እድል ይኖርዎታል፤ ቀላልና ካለምንም ጥርጥር ፍቱን የሆነ ሕክምና ግን የለም።

ያለብዎት ኀላፊነት!

ሴቶች ጠንካሮች ስለሆኑ ኀላፊነት መውሰድ ይችላሉ — ወንዶች ሁሌ ታማኞች አይደሉም። በወሲብ ጓደኛዎ ላይ ትንሽም እንኳን የሆነ ጥርጣሬ ካደረብዎት በግልጽ ያነጋግሩት፤ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም የሚፈልጉት በኮንዶም (ወይም በFemidom®) ብቻ መሆኑን ይግለጹለት። ከእሱ ጋር አብረው የኤች.አይ.ቪ ምርመራ ያድርጉ።

ካለኮንዶም በሚፈጸም የግብረ ሥጋ ግንኙነት ምክንያት በቫይረሱ የመያዝ አደጋ ከወንዶች ይልቅ ለሴቶች በጣም ከፍ ያለ ነው። ኮንዶም (ወይም Femidom®) ሲጠቀሙ እራስዎንና እንዲሁም ከእስዎ ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚፈጽሙትንም ሰዎች ጭምር ከአደጋ ይጠብቃሉ።

በነገራችን ላይ

የግብረ ሥጋ ግንኙነት ካለኮንዶም ሲፈጽሙ የቆዩ ከሆነና እስካሁን ድረስ ግን ኤች.አይ.ቪ/ኤድስ ካልያዘዎት፣ ሌላ ነገር ሳይሆን እድለኛ ስለሆኑ ብቻ ነው። ምን ጊዜም ቢሆን ኮንዶም ሳይጠቀሙ የግብረ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም፣ የሚያስከትለው ለቫይረሱ የመጋለጥ አደጋ ትልቅ ነው!

ዝቅ ሲል የተጠቀሱት ሦስት መስፈርቶች ከተሟሉ ብቻ ነው ካለምንም አደጋ ኮንዶም ሳይጠቀሙ የግብረ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም የሚችሉት፦

- → ከፍቅር ጓደኝዎት ጋር በቋሚና በጽኑ ትስስር የሚኖሩ ከሆነ
- → እስዎም ሆኑ ጓደኛዎት የምትፈጽሙት የግብረ ሥጋ ግንኙነት ከእርስ በርሳችሁ ጋር ብቻ ከሆነ
- → ሁለታችሁም — በጣም የሚመረጠው አብራችሁ በአንድ ላይ — ምርመራ አድርጋችሁ፣ ሁለታችሁም ከኤች.አይ.ቪ ነፃ መሆናችሁ የተረጋገጠ ከሆነ ነው።

እስዎ እነዚህን መስፈርቶች ያሟላሉ? እርግጠኛስ ነዎት?

© Bundesamt für Gesundheit, Aids-Hilfe Schweiz, 2006, 2007
ጽሑፍ/ዝግጅት፦ L. Meyer ትርጉም፦ Mesfin Ayalew, www.amharic-company.de
ግራፊክ ዲዛይን፦ DVISIONS Herrmann Germann Bienz / www.alscher.ch
ኅትመት፦ Mengis Druck und Verlag AG, Visp ሁለተኛ ዕትም፦ 2000

ተጨማሪ መረጃና የምክር አገልግሎት

የምክር አገልግሎት

በየትኛውም የኤድስ ድጋፍ ሰጭ ድርጅት፦ በግንባር ቀርበው ወይም ስልክ ደውለው ይጠይቁ። ፍላጎትዎ ከሆነም ስምዎን ሳይጠቅሱ የምክር አገልግሎት ማግኘት ይችላሉ።
ወደ ሐኪም በመሄድ፦ ምንም ሳያመናቱ ስለ ኤች.አይ.ቪ/ኤድስ ያለዎትን ጥያቄዎች ለሐኪሙ ወይም ለሐኪሟ ያቅርቡ። ሐኪሞች ከታካሚዎቻቸው የሚያገኙትን መረጃ በምስጢር የመያዝ ጥብቅ ኀላፊነት አለባቸው።

የቋንቋ ችግር

የምክር አገልግሎት በየትኛዎቹ ቋንቋዎች እንደሚሰጥ ያጣሩ። የሚያስተረጉምልዎን ሰው ራስዎ አፈላልገው ይዘው መምጣት ይኖርብዎት ይሆናል። (አስተርጓሚ ለማግኘት ወደ እዚህ የኢንተርኔት አድራሻ ሄደው ይመልከቱ፦ www.eka-cfe.ch/d/Doku/vermittlungsstellen.pdf ወይም ከኤድስ ድጋፍ ሰጭ ድርጅት መረጃ ማግኘት ይቻላል)።

ተጨማሪ መረጃ

የእዚህንና የሌሎች ጽሑፎችን ተጨማሪ ቅጅዎች ከፈለጉ፣ ዝቅ ብለው በተጠቀሱት አድራሻዎች በኩል ማግኘት ይችላሉ፦
Aids-Hilfe Schweiz, Postfach 1118, 8031 Zürich
ጽሑፍ ለማዘዝ፦ ሥልክ፦ 044 447 11 13, ፋክስ፦ 044 447 11 14,
ኢሜል፦ shop@aids.ch, የኢንተርኔት አድራሻ፦ www.shop.aids.ch
ሌሎች መረጃዎች ለማግኘት፦ ሥልክ፦ 044 447 11 11, ፋክስ፦ 044 447 11 12,
ኢሜል፦ aids@aids.ch, የኢንተርኔት አድራሻ፦ www.aids.ch

በእስዎ ቋንቋ መረጃ ይኖር እንደሆነ የኤድስ ድጋፍ ሰጭ ድርጅቶችን ይጠይቁ፤ ወይም ወደ እዚህ የኢንተርኔት አድራሻ ሄደው መጣጥፎችን ያፈላልጉ፦ **www.migesplus.ch**.

ይህ ጽሑፍ ዝቅ ሲል በተዘረዘሩት ቋንቋዎች ተተርጉሞ ለንባብ ቀርቧል፦

albanisch, albanais, albanese, Albanian	russisch, russe, russo, Russian
amharisch, amharique, amarico, Amharic	serbisch/kroatisch/bosnisch, serbe/croate/bosniaque,
arabisch, arabe, arabo, Arabic	serbo/croato/bosniaco, Serbian/Croatian/Bosnian
deutsch, allemand, tedesco, German	somalisch, somalien, somalo, Somali
englisch, anglais, inglese, English	spanisch, espagnol, spagnolo, Spanish
französisch, français, francese, French	suaheli, swahili, swahili, Swahili
italienisch, italien, italiano, Italian	tamilisch, tamoul, tamil, Tamil
portugiesisch, portugais, portoghese, Portuguese	thai, thaï, thai, Thai
rumänisch, roumain, rumeno, Romanian	türkisch, turc, turco, Turkish