

Macluumaad Dheeraad ah

www.aids.ch

Wax kasta oo ay tahay inaad ka ogaato HIV iyo halka aad ka heli karo talo.

www.drgay.ch

Macluumaadka iyo tallada raga raga u galmooda.

www.lovelife.ch

Tallooyinka shakhsi ahaaneed ee ku salaysan nooca rabitaanka galmada qofka.

Waraaqahan waxaa sameeyay **Swiss AIDS Federation** iyaga oo kala kaashanaya **NAM Aidsmap UK**. Waxa aanu ku tallinaynaa inaad kala hadasho macluumaadka ku jira waraaqahan xirfadle daryeelka caafimaad.

Deeq bixintaada waxay noo suurtagelinaysaa inaan ku sii dadaalno shaqadeena – aad ayaad u mahadsan tahay! Aids-Hilfe Schweiz, Zürich, PC 30-10900-5, ama khadka internetka ee spenden.aids.ch

Kahortaga HIV

Iska baarida HIV



Baaritaanada HIV waa sir, ikhtiyaar oo mana aha qaali. Iyada oo ku xiran qaabka aad isku baarayso, waxa aad ku ogaan kartaa natiijadaada 20 daqiiqo ama saddex maalmood.

Baaritaanada joogtada ahi waxa uu kaa caawinayaa in aad caafimaad qabto. Baaritaanada waxaa kamid noqon kara baaritaanada HIV.



1

Waxa aad iska baari kartaa xarumaha kaalmada AIDS-ka ee deegaanka, dhakhtarka qoyskaaga, isbitaalka ama Istabaha. Kharashka baaritaanka HIV wuxuu ku kacaa ilaa iyo CHF 60.-.



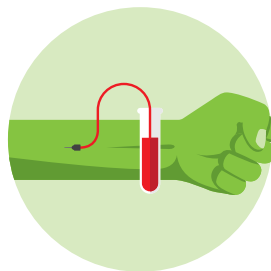
2

Baaritaanka HIV mar kasta waa sir: oo lagaagama baahna inaad sheegto magacaaga, oo natiijadana looma gudbin doono qoyskaaga, cida aad u shaqayso ama maamulka.



3

Cid aad kala tashato diyaarso baaritaanka oo waxa aad waydiisaa wax kasta.



4

Hadii dhiiga laga baarayo HIV lagaa qaado gacanta, waxa aad ku heli doontaa natiijada ilaa sadex maalmoo. Hadii lagaa qaado faraha, waxa aad ku heli doontaa ilaa 20 daqiiqo.



5

Hadii dhawaanahan aad samayso hawlo khatar ah, tusaale ahaan inaad galmo ku samaysay bilaa kondhom, waa inaad baaritaanka mar kale martaa, si markaa aad u xaqiijiso.



6

Ka waayida HIV waxa ay ka dhigan in aanad qabin HIV. Ka helitaanka HIV waxay ka dhigan tahay inaad qabto HIV oo aad markaa heli doonto taageero iyo caawimaad daawayn.