Leqephe la dintlha tsa motswadi tlo bang

HIV. Kemaro le *YKgetho ya Hao!*

Haeba o tla ba motswadi,o tshwanela ho hopola hore wena kapa molekane wa hao a ka nna a ba le HIV. Moimana a ka fitisetsa HIV ho lesea pele, nakong ya ho beleha kapa ka morao ho ho pepa.

Haeba o na le HIV ho na le dintho tseo o ka di etsang ho fokotsa kotsi hore sena se etsahale.

Dotleleniki naha ka bophara di fana ka ditshebeletso tse fokotsang kotsi ya hore bomme ba ka fitisetsa vaerase ho bana ba bona.

Leqephe lena la dintlha le tla o thusa ho utlwisisa HIV le kemaro. Hape le tla o thusa ho utlwisisa hore o ka etsa eng ho tshireletsa bophelo bo botle ba hao le ba ngwana.

Jwalo ka motswadi:

- O ka fumana teko ya HIV le tataiso ya maikutlo. Tleliniki ya hao e bitsa sena BTT, e leng kgutsufatso ya Boithaopo ba tataiso le teko.
- Haeba o na le HIV, o ka fumana meriana e bitswang diARV (antiretrovilals) ho o thusa ho phela nako e telele, o phela hantle.
- O ka etsa thobalano e bolokehileng ka ho sebedisa kgohlopo ka dinako tsohle.

Haeba o moimana:

- O ka kgetha ho dula o imile kapa wa fedisa kemaro.
- O tshwanela ho ya tliliniking ya setjhaba ya boimana, eo eleng tliliniki e ikgethang sebakeng sa baimana,ho etsa ditlhahlobo tsa kgafetsa.

Haeba o le ntate:

- O tshwanela ho tshehetsa molekane wa hao le dikgetho tsa hae.
- O tshwanela ho thusa ho hodisa ngwana wa hao.

Jwalo ka ya tlang ho ba nkgono/ntatemoholo:

- O tshwanela ho tshehetsa moradi wa hao kapa mora le kgetho ya hae.
- O tshwanela ho kgothalletsa moradi kapa mora wa hao ho dula a phetse hantle.
- O tshwanela ho ithuta ka HIV.

Ke eng se teng sebakeng sa baimana ba nang le HIV?

Hiv ke vaerase e bakang AIDS. O seke wa ipeha molato kapa wa ba le ditlhong haeba o tshwaeditswe ke HIV. Baimana ba bangata ba na le HIV. Haeba o tseba boemo ba hao o ka hlokomela bophelo bo botle ba ngwana wa hao le ba hao.

- Tliliniki ya hao e fana ka tataiso ya maikutlo le teko (BTT). E tshwanela ho fana ka meriana ya tlhokomelo eo wena le ngwana wa hao le e hlokang.
- Tlhokomelo ena ya meriana e kenyelletsa Thibelo ya ya Mme ho fetisetsa ngwaneng (TMFN).

TMFN e sebetsa ka tsela ena:

- O tshwanela ho newa moriana o bitswangAZT (zidovudine) ho tloha dibekeng tse 28 tsa kemaro hofihlela o pepa.
- Hape o tshwanela ho newa moriana o bitswang nevirapine ha ose o pepa.
- Lesea le qetang ho tswalwa le tshwanela ho fumana mokedikedi wa nevirapine. Ena ke kalafo ya hanngwe fela e tshwanelang ho fanwa dihoreng tse 72 tsa ho tswalwa.
- Ke tokelo ya hao hore o fumane TFMN.

Tleliniking ya hao o ka etsa le se latelang hape:

1. O ka etsa teko e bitswang palo ya CD4. Sena se tla bolella wena le mosebeletsi wa bophelo bo botle hore bokgoni ba mmele wa hao ho lwantsha mafu bo matla ha ka kang.
2. Haeba palo ya hao ya CD4 e le faufi kapa ka tlase ho 200, kapa haeba o kula ka lebaka la HIV, o tshwanela ho newa kalafo ya diARV sebakeng sa bophelo ba hao bo botle. Meriana ya hao e tla kenyelletsa meriana e mararo ya diARV e bitswang d4T (stavudine), 3TC (lamivudine) le nevirapine.Meriana ena e ka tla e le mmoho pidiseng e le nngwe kapa e le dipidisi tse pedi tseo o di nwang letsatsi le leng le le leng bophelo bohle ba hao. Meriana ena e tla o thusa ho phela halelele, bophelo bo botle.
3. TAC e letsholong la hore mmuso o qale ho fa batho ba nang le HIV diARV ha palo ya bona ya CD4 e le ho 350 e seng 200. Sena se bohlokwa haholo ho thusa batho ba phelang le HIV, e le ho tshireletsa bophelo bo botle le ho thibela mekenella ya ditshwaetso. Kamehla hopola, se molemo ho wena se molemo hape ho ngwana wa hao. Ka hoo bua le mosebeletsi wa hao wa tlhokomelo ya bophelo bo botle ka diARV haeba palo ya hao ya CD4 e le ka tlase ho 350 empa ka hodimo ho 200.
4. TAC e tsitlallela hore Lefapha la Bophelo bo botle le kenyelletse 'mohatla' ho kalafo ya TFMN. Lebaka mabapi le sena ke hore kgato e le nngwe ya nevirapine ka nako ya ho mahloko le ho pepa e ka baka ho se amohelehe hwa nevirapine mading a mme le ngwana le ho fokotsa dikgetho tsa hao tsa kalafo nakong e tlang. Ho nka AZT (zidovudine) le 3TC (lamuvidine) nako ya beke ka morao ho ho pepa ho ka fokotsa kotsi ya hore mmele o se amohele nevirapine.
5. Haeba o se na moputso o lekaneng,o ka fumana tshehetso ya kabelo ya ngwana wa hao hang ha a hlahile, eo o ka etsang kopo ya yona ho Ofisi ya SASSA (South African Social Security Agency) e haufi le wena kapa lekgotla la Makgisterata.

Haeba o eya kerekeng, kereke ya hao e tshwanela ho o tshehetsa.

Moruti Teboho Klaas wa Lekgotla la Dikereke la Aforika Borwa o re:

Re tshwanela ho ntlafatsa bophelo bam me le ho thibela tshwaetso ho fitiswa ho tloha ho mme ho ya ngwaneng. Bibele e re *'Ha ho hlole ho eba le ka hara yona ho eba le ngwana ya phelang empa matsatsi a mmalwa' (Isiah 65:20 NIV)*

Ke eng se teng sebakeng sa ngwana wa hao haeba o na le HIV?

- Tlikiniki e tshwanela ho etsa ngwana wa hao teko ya HIV ha a ena le dibeke tse 6 kapa ka hodimo. Tleliniki e tshwanela ho sebedisa teko e bitswang PCR (polymerase chain reaction). Sena se tla hlwaya hore ho na le HIV mading kapa tjee.
- Tleliniki ya hao e tshwanela ho fana ka tlhahiso leseding e nepahetseng ya tsela ya ho fepa ngwana wa hao. Ke kgetho ya hao hore o fa ngwana wa hao lebese la phoofo kapa o a mo nyantsha. Ha o a tshwanela ho mo fa ka bobedi hobane sena se phahamisa monyetla wa hore ngwana a fumane HIV.

Ha o kgetha ho nyantsha:

- Lebese la letswele le na le dihahammele sebakeng sa ngwana wa hao ho feta lebese la phoofo, empa hona le kotsi ya hore e ka tshwaetsa ngwana wa hao ka HIV hobane ho na le HIV lebeseng la letswele ho mme ya nang le HIV.
- O tshwanela ho fa ngwana wa hao lebese la letswele fela eseng dijo dife kapa dife kapa mekedikedi hofihlela o mokgusa ha a na le dikgwedi tse tsheletseng.
- Tleliniki e tshwanela ho etsa ngwana wa hao diteko tsa HIV hape ha a ena le dikgwedi tse 18.

Ha o kgetha lebese la phoofo:

- Tleliniki e tshwanela ho of ditaelo tsa phepo ka lebese la phoofo.
- O tshwanela ho sebedisa fela lebese la phoofo haeba o kgona sena mme o ka etsa sena ka polokeho. Tleliniki ya hao e tshwanela ho o fa lebese la lphoofo ntle le tefo nakong ya dikgwedi tse tsheletseng.
- O tshwanela ho isa ngwana wa hao tleliniking ha a ba le letshollo.
- Haeba ngwana wa hao a ena le HIV, tliliniki ya hao e tshwanela ho mo fa kalafo ya diARV. Sena se ka thusa ngwana wa hao ho phela nako e telele a phela hantle.

Molaotheo o ofa tokelo ya ho etsa diqeto ka pelehi.

E ofa le tokelo ya ho fihlella ditshebeletso tsa tlhokomelo ya bophelo bo botle ba pelehi.O ka sebedisa ditokelo tsena ho etsa diqeto tse ntle sebakeng sa hao le ngwana

O tshwanela ho tseka ditshebeletso tsa TMFN,meriana e meng ya bohlokwa le ditshebeletso tsa bophelo bo botle tsa hao le ngwana wa hao ho tshireletsa maphelo a lona.

TAC
TREATMENT ACTION CAMPAIGN

National Office 021 422 1700
Khayelitsha District 021 364 5489
Ekurhuleni District 011 873 4130
Mopani District 015 307 3381
Umgungudlovu District 033 394 0845
Gert Sibande District 017 811 5085
Lusikisiki District 039 253 1951/2
www.tac.org.za

Designs4development, www.d4d.co.za