die toets wat

ALMAL

moet doen

Dis beter om te weet

TAC
TREATMENT ACTION CAMPAIGN

treat
200 000
by 2006

“As jou toets positief is, beteken dit dat jy MIV het.”

John Vollenhoven

Dit kan moeilik wees om uit te vind dat jy MIV het. Aan die begin mag jy vrees, woede en skuldgevoelens ervaar. Dit is normaal. Maar sekerheid oor jou MIV-status kan jou help om jou gesondheid te verbeter.

Baie jare mag verbygaan tussen die tyd dat jy MIV-positief word en die tyd dat jy eintlik VIGS ontwikkel.

- *Jy moet meer uitvind omtrent die virus en hoe dit jou liggaam affekteer. Probeer om genoeg te eet en oefening te doen.*
- *Jy moet ‘n kondoom gebruik wanneer jy vaginale of anale seks het.*
- *As jy swanger is en MIV het, behoort jy antiretrovirale medikasie by jou kliniek te kan kry om die risiko te verminder dat jou baba MIV kry.*

VIGS kan behandel word:

- *Mense met MIV kry siektes wat as opportunistiese infeksies bekend staan. Alle klinieke moet behandelings vir opportunistiese infeksies aanbied.*
- *Antiretrovirale medikasies kan baie mense wat VIGS ontwikkel, help om lang, gesonde lewens te lei. Die medikasie is ‘n lewenslange behandeling, en nie ‘n geneesmiddel nie.*
- *Die meeste mense met MIV hoef eers na baie jare antiretrovirale middels te gebruik. Vra jou kliniek vir ‘n CD4-toets. Dit sal vir jou sê hoe gesond jou immuunstelsel is. As jou CD4-telling naby aan of laer as 200 is, moet jy met antiretrovirale behandeling begin.*

“As jou toets negatief is, beteken dit dat jy nie MIV het nie.”

Ntombozuko Khwaza

- *Jy moet ‘n kondoom gebruik as jy vaginale of anale seks het om te voorkom dat jy die virus opdoen.*
- *As jy onlangs sonder ‘n kondoom vaginale of anale seks gehad het, moet jy drie maande later vir nog ‘n toets gaan, omdat die virus miskien nie in die eerste toets opgemerk is nie.*
- *Bied ondersteuning aan mense in jou gemeenskap wat MIV het.*

Skakel die TAC vir meer inligting:

Nationale kantoor:	021 788 3507
Johannesburg:	011 339 8421
Polokwane:	015 291 5448
Nelspruit:	013 755 2298
Kaapstad:	021 447 2593
Khayelitsha:	021 364 5489
Durban:	031 304 3673
Pietermaritzburg:	033 394 0845
Mandeni/Stanger:	083 474 8449
Oos-London:	043 722 2645
Lusikisiki:	039 253 1951

t r e a t
200 000
by 2006

Die naaste kliniek waar jy 'n MIV-toets en behandeling kan kry, is:

Die regering het die teiken gestel om teen Maart 2006 meer as 200 000 mense met MIV te behandel. Jy kan die regering help om dit te bereik deur jou vir MIV te laat toets, en jou vriende en familie aan te moedig om ook getoets te word. As jy van iemand weet wat aan VIGS siek is, kan jy hom of haar help om by 'n kliniek of hospitaal behandeling te kry.

TAC
TREATMENT ACTION CAMPAIGN