Kwa nini kupima virusi vya ukimwi ni muhimu kwako!

Je, mbona nipimwe virusi vya ukimwi?

- Ikiwa una virusi vya ukimwi, daktari anaweza kuchunguza uharibifu ambao virusi vya ukimwi vinasababisha kwenye kinga yako mwilini. Anaweza kukusaidia kuishi kwa afya kwa muda mrefu NA kukusaidia kuamua wakati bora wa kuanza matibabu.
- Ikiwa wewe ni mjamzito au uwe mjamzito, unaweza kupunguza hatari ya kumwambukiza mtoto wako virusi vya ukimwi.
- Ikiwa unajua una virusi vya ukimwi, unaweza kumkinga mwenzi ambaye unashiriki ngono naye kwa kutomwambukizwa.
- Ikiwa una virusi vya ukimwi ni muhimu kuwasaidia watu ambao unashiriki nao ngono au watu ambao mmeshiriki nao kwa kutumia dawa za kulevya kupimwa virusi vya ukimwi Mshauri wa kupima pia anaweza kukusaidia kuamua ikiwa watoto wako wanahitaji kupimwa.
- Wakati mwingine walio katika ndoa wanashiriki ngono nje ya ndoa. Ikiwa kuna uwezekano kuwa mwenzi wako ameshiriki ngono nje ya ndoa, iwapo unajua kwa uhakika au la, unapaswa kupimwa virusi vya ukimwi.
- Ikiwa ulikuwa na utaratibu wa kung'olewa meno au matibabu katika nchi nyingine, huenda isingewezekana kusafisha kifaa ambacho kilikuwa na damu ya mtu mwingine kabla kutumiwa kwako.
- Kupimwa kwa virusi vya ukimwi kunaweza kukupumzisha nafsi. Ndiyo njia pekee ya uhakika tu ya kukuonyesha ikiwa una virusi vya ukimwi.

Je, virusi vya ukimwi ni nini?

VVU ni Virusi vinavyopunguza Kinga Mwilini. Ni virusi vinavyosababisha UKIMWI. Kwa muda, virusi vya ukimwi vinadhoofisha pole pole uwezo wa mwili wa kukabiliana na magonjwa. Virusi vya ukimwi hurahisisha zaidi kupata maambukizo na saratani ambayo sio rahisi kutokea katika afya ya kawaida ya mtu. Virusi vya ukimwi vinatisha maisha.

Je, ni jinsi gani virusi vya ukimwi vinasambazwa kutoka kwa mtu hadi mwingine?

Virusi vya HIV vinaweza kuenezwa katika njia mbali mbali:

- Kushiriki ngono bila kondom
- Kushiriki vifaa vya madawa ya kulevya kwa kudunga sindano.
- Utoaji damu
- Upandikizaji wa kiungo cha mwili
- Kushiriki nyembe, miswaki ya meno, sindano za kujichora au vifaa vingine ambayo huenda vina damu.
- Ikiwa mama ana virusi vya ukimwi, vinaweza kusambazwa kwa mtoto, aidha wakati wa kujifungua au kupitia kunyonyesha

Je, UKIMWI ni nini?

Upungufu wa Kinga Mwilini (UKIMWI) ni awamu ya mwisho ya maambukizo ya virusi vya ukimwi. Ikiwa mtu ana UKIMWI, inamanisha kuwa virusi vya ukimwi vimesababisha uharibifu mkubwa kwenye kinga mwilini.

Huwezi kupata virusi vya ukimwi kwa:

- Kusalimiana
- Kukumbatiana
- Kubusu
- Kushiriki vyombo vya vyakula
- Chakula au vitu vingine ambavyo vimeguswa na watu walio na VVU au UKIMWI
- Kukalia choo
- Kuumwa na mbu

Unaweza kuwa na virusi vya ukimwi na usiwe na dalili zozote kwa miaka mingi.

Je, jinsi gani virusi vya ukimwi vinaweza kuzuiwa?

Unaweza kuchagua kwenye orodha hii mambo ambayo ni sawa kwa hali yako.

- Jiepushe na shughuli za ngono.
- Ikiwa utafanya ngono ya mkundu au kuma, tumia kondom wa lateksi au sandarusi. Hii inakusaidia kukuepusha kuambukizwa virusi vya ukimwi, Hapatiti B na magonjwa mengine ya zinaa.
- Shiriki ngono na mtu mmoja tu ambaye hana virusi vya ukimwi na anashiriki ngono na wewe tu. Ikiwa mtu unayeshiriki naye ngono ana virusi vya ukimwi, kila wakati tumia kondom.
- Ikiwa wewe ni mjamzito na una virusi vya ukimwi, kuna dawa ambazo unaweza kutumia ili kusaidia kumkinga mtoto wako kuepukana na virusi.
- Kamwe usishiriki sindano za kudunga za madawa ya kulevya

Nitatarajia nini ikiwa nina Pimwa virusi vya ukimwi?

Daktari wako au mshauri wa kupima virusi vya ukimwi atazungumza na wewe kuhusu kupima na hiyo itafanyika baada ya kupimwa. Watachukua sampuli ya damu yako ya kupimwa. Wakati mwingine unaweza kupata matokeo siku hiyo. Lakini kwa kawaida inachukua siku 7 hadi 10. Unaweza kurudi kwenye zahanati ili kupokea matokeo yako.

Watu wengine wanajali sana kuhusu fedheha ambayo wakati mwingine inahusiana na virusi vya ukimwi na UKIMWI. Wanaogopa kuwa wengine watajua kuwa wanapimwa virusi vya ukimwi au iwapo wana virusi vya ukimwi Ikiwa hii inakuogofya, mwuulize daktari wako au mshauri wa kupima kuelezea jinsi ufaragha wako utalindwa. Upimaji na matokeo yako ni siri. Wewe na daktari au mshauri wa kupima tu mtajua matokeo. Utaweza kujadili matokeo yako na daktari au mshauri,
iwapo una au huna virusi. Pia watakusaidia kupata msaada wowote na utegemezi ambao unaweza kuhitaji.

Je, itakuwaje ikiwa matokeo ni chanya?

Ikiwa matokeo yako ya kupimwa ni chanya, inamaanisha kuwa una virusi vya ukimwi Kuna mambo mengi unaweza kufanya ili kuwa na afya na kuishi maisha marefu. Hatua ya kwanza ni kumwona daktari ambaye ana uzoefu wa kuwatibu watu walio na virusi vya ukimwi au UKIMWI. Daktari huyu atatathmini afya yako na kukusaidia kuelewa matibabu ambayo yanapatikana katika kutibu virusi vya ukimwi.

Hata ikiwa hakuna tiba ya virusi vya ukimwi, matibabu mapya yameboresha pakubwa afya na ubora wa maisha ya watu wengi ambao wana virusi vya ukimwi na UKIMWI.

Je, itakuwaje kwa watu ambao nimeshiriki ngono nao?

Upimaji wako wa virusi vya ukimwi ni WAKO tu. Haielezi kuhusu mke wako, mume, mwenzi wa kiume, mwenzi wa kike au mtu mwingine yeyote. Watu hawa wanaweza tu kujua ikiwa wana virusi vya ukimwi kwa kupimwa hali yao ya virusi vya ukimwi wenyewe.

Katika Jimbo la Washington, kuna programu nyingi za kusaidia kugharamia gharama ya matibabu. Ikiwa unataka kujua mengi kuhusu vituo vya afya vya bila malipo na gharama ya chini kwa watu walio na virusi vya ukimwi au UKIMWI, zungumza na daktari wako au piga simu:

Programu ya Virusi vya Ukimwi/Magonjwa ya Zinaa

Kuhitimu, sharti:
- Uwe na virusi vya ukimwi au UKIMWI
- Uishi katika Washington
- Uwe na mapato ya chini

Kwa taarifa zaidi, piga simu **(206) 263-2000**

Je, ni wapi nitapimwa virusi vya ukimwi?

Kupimwa kunaweza kuwa kwa siri (wewe tu na zahanati mtajua kuhusu kupimwa kwako) au kutojulikana (unaweza kuchagua kutotumia jina lako halisi).

Piga simu (206) 263-2000

Zahanati ya Magonjwa ya Zinaa ya Afya ya Umma katika Kituo cha Matibabu cha Harborview inatoa upimaji wa siri na usiojulikana wa virusi vya ukimwi kwenye kiwango kinachopunguzwa cha ada.

Piga simu **(206) 744-3590** ili kujua kuhusu siku ya matembezi au kuratibisha miadi. Ikiwa unahitaji mkalimani, julisha zahanati angalau siku moja kabla ya miadi yako.

Pia unaweza kupimwa virusi vya ukimwi kutoka kwa daktari wako au zahanati ya afya. Gharama itatofautiana.

Kwa maswali mengine kuhusu virusi vya ukimwi au kupimwa virusi vya ukimwi piga simu: Programu ya virusi vya Ukimwi/Magonjwa ya zinaa (206) 263-2000

www.kingcounty.gov/health/hiv

Public Health
Seattle & King County

Inapatikana katika maumbizo mbadala
Iliangaliwa Julai 2012