ENSAASAANA Y'AKAWUKA KA SILIIMU NGA KAYITIRA MU KWEGATTA

Bya Eleanor Turnbull. Bivvuunuddwa: Joseph KB Matovu

Akawuka akaleeta mukenenya (*HIV*) kasangibwa mu musaayi ne mu bitundu ebirala eby'omubiri gamba ng'amazzi agekyama. Akawuka kano bwe kayingira mu mubiri, kalumba obutoffaali obusangibwa mu musaayi obuyitibwa *CD4 cells* obutuyamba mu kulwanyisa endwadde. Akawuka kano kanafuya obutoffaali buno ne buba nga tebukyasobola kwezaala kusobola kukalwanyisa. Kino nno kyongera okunafuya amaanyi g'omubiri okutwalira awamu ne kireetera abantu abalina akawuka kano okufuna endwadde zi nnakigwanyizi. Endwadde zino bwe zeeyongera okwegazaanya mu mubiri gw'omuntu, ekivaamu atandika okunafuwa era n'akenena, anti olwo ng'afuuse mulwadde wa mukenenya (*AIDS*). Mukenenya tawona era talina ddagala limuvumula. Engeri esingira ddala era emanyiddwa ennyo mu kusaasaanya siliiimu ya kwegatta na muntu amulina nga tokozesezza kapiira ka-kalimpitawa oba kayite 'kondomu'. Ebintu ebisingira ddala okuvaako obuzibu era ebireetera akawuka kano okusaasaana nga kayitira mu kwegatta mwe muli eky'omuwendo gw'abaganzi omuntu be yeegatta nabo, oluusi mu kiseera kye kimu, nga muno mw'otwalidde n'enneeyisa y'abaganzi be abo mu nsonga ezikwata ku by'okwegatta. Obuzibu buno bweyongerera ddala singa abaganzi abo tebakozesa kondomu (mu kiseera eky'okwegatta), oba singa baba nga bakozesa ebidagaladagala ebikyusa ku bwongo, oba nga bakubi ba bwamalaaya. Okwegatta n'omuganzi omu yekka ye ngeri yokka omuntu gy'asobola okwekuumamu okukwatibwa akawuka ka siliimu, naddala singa buli omu aba amanyi munne bw'ayimiridde ku bikwata ku kawuka ka siliimu.

Ensaasaana y'akawuka ka siliimu nga kayitira mu kwegatta okw'omusajja n'omukazi

Akawuka ka siliimu kasangibwa mu mazzi agajja mu bitundu ebyekyama mu kiseera eky'okwegatta (amazzi agekyama). N'olwekyo, akawuka kano kasangibwa mu mazzi agava mu bukyala wamu n'ago agava mu busajja mu kiseera eky'okweteekerateekera okwegatta ko ne mu kiseera eky'okwegatta kyennyini. Akawuka kano kakwatira mu mazzi gano singa gaba geegasse mu musaayi gw'omuntu omulala. Okugeza singa omusajja alina akawuka ka siliimu yeegatta n'omukazi atakalina nga takozesezza kondomu, amazzi agamuvaamu gasobola okuyingira mu musaayi gw'omukyala nga gayitira mu busalesale obutono ennyo oba obubwa obuli munda mu bukyala. Obusalesale oba obubwa buno ebiseera ebisinga buba tebulabika, sinakindi okuba nga butono nnyo nga n'omukazi tamanyi nti abulina. Okwongereza ku kino, singa omukyala alina akawuka ka siliimu yeegatta n'omusajja atakalina naye ng'omusajja takozesezza kondomu, akawuka ka siliimu kasobola okuyingira mu musaayi gw'omusajja ono nga kayitira mu bubwa oba obusalesale obuli ku busajja oba okuyingirira mu kaseke omuyita omusulo. Obuzibu bw'okusaasaana kw'akawuka bweyongera singa omukyala aba ali mu nsonga z'abakyala anti mu kiseera ekyo omusaayi guba mungi mu bukyala, ekyongera emikisa egy'okusaasaana kw'akawuka nga kayitira mu musaayi mu kiseera eky'okwegatta.

Omwami n'omukyala singa beegatta nga tebakozesezza kondomu, omukyala abeera n'enkizo mu kusaasaanya akawuka ka siliimu ko n'okukakwatibwa okusinziira ku butonde bwe. Kino kiri bwe kiti kubanga obukyala buwa akawuka ekyagaanya munda muli mwe kasobola okuyitira okuyingira mu mubiri gw'omukyala, ekintu ekitali mu butonde bw'abasajja; ekirala, kimanyiddwa nti akawuka kabeera kangi mu mazzi g'omusajja okusinga ku g'omukyala, so ng'ate omusajja ayiwa amazzi mangiko mu bukyala mu kiseera eky'okwegatta ng'ogageraageranyizza n'ago agava mu bukyala mu kiseera kino. Bino nno byonna byongera okussa omukyala mu katyabaga k'okukwatibwa akawuka ka siliimu ng'omugeerageranyizza n'omusajja. Enkola ezimu ezekinnansi gamba ng'okukomola abakyala zisobola okwongera ku katyabaga kano naddala singa ebikozesebwa mu kukomola kuno biba si biyonjo, oba singa omukyala addamu mangu okwegatta ng'ekiwundu tekinnawona. Abakyala batera okubeera n'endwadde ezekyama ezireeta amabwa mu bitundu ebyekyama; amabwa gano oluusi tegatera kujjanjabibwa. Amabwa gano g'ongera ku mikisa gy'akawuka okutuuka mu musaayi mu kiseera eky'okwegatta. Abakyala abato bo bali mu katyabaga kanene kubanga mu kiseera eky'okwegatta emibiri gyabwe gisobola okunuubuka engeri gye giba nga gikyali mito, ekintu ekiwa

akawuka ekyagaanya okufuna we kayitira okuyingira mu mibiri gyabwe. Okwegatta okw'empaka nakwo kwongera okuleeta obusalesale mu bitundu ebyekyama, ekintu ekireetera akawuka okufuna we kayitira okuyingira mu mubiri.

Ensaasaanya y'akawuka ka siliimu nga kayitira mu kwegatta okw'okuyitira mu 'bbuutu'

Okwegatta ng'omusajja ayingira mabega mu kifo ky'okuyingira mu bukyala, oba abantu kwebakazaako eky'okwegatta ng'oyitira mu bbuutu, mu basajja n'abasajja oba omusajja nga yeegasse n'omukazi mu ngeri eno kisuubirwa okuba eky'omutawaana mu kusaasaanya akawuka ka siliimu okusinga ku kwegatta kw'omusajja n'omukazi mu ngeri ey'okukozesa obukyala, naddala singa kondomu eba tekozeseddwa. Kino kiri bwe kiti olw'engeri nti olususu olubikka ekituli omufulumira obubi lunafu nnyo okusinga ku olwo oluli munda mu bukyala. N'olwekyo olususu luno kyangu kyakunuubuka mu kiseera eky'okwegatta. Kino nno kiwa akawuka akali mu mazzi g'omusajja akakisa ak'okufuna we kayitira okuyingira mu musaayi gw'oyo gw'aba yeegasse naye nga kayitira awo awaba wanuubuse.

Ensaasaana y'akawuka ka siliimu nga kayitira mu ngeri ey'okukozesa emimwa mu kwegatta

Akatyabaga ak'okufuna akawuka ka siliimu okuva ku oyo akalina nga kayitira mu kukozesa emimwa mu bitundu ebyekyama si kanene nnyo ng'okageraageranyiza n'ako akali mu kwegatta okw'omu bukyala oba okw'okuyitira mu bbuutu, wadde ng'era kikyasobokera ddala omuntu okukwatibwa akawuka mu ngeri eno. Mu nkola ey'okukozesa emimwa, akatyabaga k'okukwatibwa kasinga ku ba eri oyo akozesa emimwa okukomberera ebitundu bya munne ebyekyama; akatyabaga kano keeyongerera ddala singa amazzi ag'ekyama gamuyingira mu kamwa oba singa agamira. Naye okunoonyereza kulaga nti omuntu akozesa emimwa mu kwegatta asobola okufuna akawuka ka siliimu ka kibe nti oyo gwe yeegasse naye tatuuse ku ntikko yaakumumaliramu mu kamwa. Amazzi agalimu akawuka bwe gatuuka mu kamwa, akawuka kaba kasobola okugavaamu ne kayingira mu musaayi nga kayitira mu busalesale obutonotono oba obubwa obubeera mu kamwa. Awo nno, akatyabaga k'okufuna akawuka mu ngeri eno keeyongera singa omuntu aba alina amabwa mu kamwa, oba ebibuno bye nga bivaamu omusaayi, oba ng'omuntu gw'akozesaako emimwa gye alina amabwa mu bitundu ebyekyama oba endwadde endala ez'obukaba. Wabula, ensaasaana y'akawuka nga kayitira mu ngeri eno erabika ntono ddala, so ng'ate waliwo n'ebintu ebiwerako abantu abeegattira mu ngeri eno bye basobola okukola okwekuuma okukwatibwa oba okusaasaanya akawuka kano nga muno mw'otwalidde okukozesa akapiira (eri oyo aba akozesebwako emimwa – singa aba nga musajja) oba eri abakyala, okukozesa akaveera akakolebwa mu masanda ng'ago agakozesebwa mu kukola kondomu ne babikka obukyala; olwo kino ne kiremesa akawuka okuva mu oyo akalina okukwata omulala nga kayitira mu kamwa.

Akatyabaga k'abakyala mu kukwatibwa n'okusaasaanya akawuka ka siliimu

Abakyala bali mu katyabaga kanene ak'okukwatibwa akawuka ka siliimu ng'obageraageranyizza n'abasajja olw'ensonga ezitali zimu nga muno mwotwalidde ezikwata ku butonde bwabwe ng'abakyala, ensonga ezikwata ku mbeera z'abantu, kko n'ensonga ezeekuusa ku byenfuna. Obuzibu obuva ku butonde bw'abakyala twabwogeddeko dda mu kiwandiiko kino, era ne tugamba nti waliwo engeri omuntu gy'ayinza okukendezaamu ku buzibu buno gamba ng'okukozesa obupiira (kondomu) buli kiseera ate mu ngeri entuufu, ko n'okwekebeza wamu n'okwenjanjabisa endwadde ez'obukaba. Ensonga ezikwata ku mbeera z'abantu (*social factors*), naddala ezo eziva ku ngeri abakyala gye batwalibwamu okuba nti tebeenkana na basajja, zo nzibu za kukolako kubanga okukwatibwa kw'akawuka nga kayita mu ngeri nga zino tekiva ku nneeyisa y'abakyala ng'abakyala wabula ziva ku neeyisa z'abaami baabwe. Okugeza, abakyala basuubirwa okunywerera ku baami baabwe buli kiseera sso ng'ate bo abasajja bakubirizibwa okusajjalaata nga beegatta n'abaganzi abasukka mu omu oba okwegatta ne bamalaaya. Olw'okuba abakyala batya okuleeta obutabanguko mu maka, okusuulibwawo, oba okummibwa obuyambi obw'ensimbi, beesanga nga tebalina busobozi nandiki buyinza kwanganga baami baabwe ku nsonga nga zino, oba okuteesa nabo ku nsonga ezikwata ku by'okwekuuma oba okukozesa kondomu. N'olwensonga eyo, abakyala bangi beesanga nga bali mu katyabaga kanene ak'okukwatibwa akawuka akaleeta siliimu okuva ku baami baabwe. Mpozzi ate

n'ekirala, ebbula lya ssente erikudde ejjembe mu bakyala abawerako ate libaleetedde okwesanga mu buzibu bw'okusaasaanya akawuka ka siliimu. Abakyala abamu beesanga ng'embeera eno ebasindise mu kukuba obwamalaaya oba okwegatta n'abasajja abasukka mu omu mu ngeri y'okukozesa obutonde bwabwe okwefunira ekigulira magala eddiba, oba okwefunira eky'okuzza eri omumwa, aw'okwegeka oluba oba n'okufuna obukuumi. Abakyala abakuba obwa malaaya bo bali mu buzibu bunene nnyo obw'okukwatibwa oba okusaasaanya akawuka ka siliimu naddala abo abali mu mbeera etasobola kugaana kwegatta na basajja ababa bagaanyi okukozesa kondomu.

Engeri ez'okwekuumamu okukwatibwa oba okusaasaanya akawuka ka siliimu

Okukozesa obupiira bu-kalimpitawa (Kondomu)

Obupiira bu-kalimpitawa bwe buba bukozeseddwa bulungi ng'amateeka bwe galagira, busobolera ddala okuziyiza ensaasaanya y'akawuka ka siliimu ko n'endwadde endala ez'obukaba. Akapiira kano kabikka obusajja kino ne kiremesa akawuka ka siliimu oba endwadde endala ez'obukaba gamba ng'enziku, nkumuunye, oba ekyalaalo okukwata oyo aba akakozesezza oba okuva ku oyo azirina okukwata oyo gw'aba yegasse naye. Akapiira kano era kayamba ne mu kuziyiza endwadde endala ez'obukaba naddala ezo ezikuba amabwa mu bitundu ebyekyama gamba nga kabotongo, *chancroid* oba *human papillomavirus* ezitera okusaasaanyizibwa nga ziyitira mu lususu olugonvu gamba ng'olwo olusangibwa mu kaseke akaleeta omusulo mu basajja, oba mu bukyala, oba ku nsingo ya nnabaana mu bakyala. Kyazuulibwa dda nti singa omuntu abeera alina endwadde endala ez'obukaba, kyangu okusaasaanya oba okufuna akawuka ka siliimu. Kale nno kondomu we zibeeredde ez'enkizo mu kulwanyisa akawuka ka siliimu engeri gye ziyamba mu kuziyiza akawuka okukwata omuntu nga kayitira mu kikolwa eky'okwegatta ate era ne ziyamba ne mu kuziyiza endwadde ez'obukaba. Wabula kirina okujjukirwa nti kondomu zirina okukozesebwa ng'amateeka bwe galagira ate buli kiseera kubanga omuntu asobola okukwatibwa akawuka ka siliimu essaawa yonna singa yeegatta n'omuntu akalina ate nga takozesezza kondomu. Mpozzi era kirina okujjukirwa nti tewaliwo nkola eziyiza kawuka ka siliimu eri kikumi ku kikumi (100%) so ng'ate n'akapiira kennyini tekasaanye kweyinuza bantu kubanga okukakozesa tekitegeeza nti omuntu tasobolerako ddala n'akamu kukwatibwa ndwadde ya bukaba nga ne siliimu mw'omutwalidde.

Okujjanjaba endwadde ez'obukaba

Nga bwe tugambye emabegako, kimanyiddwa nti endwadde ez'obukaba naddala ezo ezireeta amabwa mu bitundu ebyekyama zongera ku katyabaga k'okusaasaanya kko n'okukwatibwa akawuka akaleeta siliimu. Okukozesa obupiira ng'amateeka bwe galagira era buli kiseera kiyamba mu kuziyiza endwadde zino wabula era kyetaagisa abantu abali mu nsiike y'okwegatta, abo abalina abaganzi abasukka mu omu, oba abo abeegatta ne bamalaaya bakeberebwe era bwe kiba kyeetagisizza bajjanjabibwe endwadde ez'obukaba mu bulwaliro obukola ku ndwadde zino oba obulwaliro obulala bwonna.

Okukomola abasajja

Okukomola abasajja kitegeeza okujjako akaliba akabikka omutwe gw'obusajja. Oluvannyuma lwa bakakensa okwekenneenya ennyo ensonga ezikwata ku kukomola abasajja, kimaze okukakasibwa nti singa okukomola kuba kukoleddwa bulungi era nga kukoleddwa abasawo abatendeke, kusobola okukendeeza ku katyabaga k'omusajja okukwatibwa akawuka ka siliimu ebitundu ataano ku buli kikumi (50%) singa aba yeegasse n'omukyala akalina. Ensonga nnyingi lwaki okukomola kusobola okuleetawo ekintu kino: ekisooka, wansi w'akaliba akabikka obusajja wabeerawo engeri y'oluzizzi akawuka mwe kasobola okubeera okumala ekiseera ekiwerako nga bwe keekulukuunyuza ku lususu olugonvu olubikiddwa akaliba kano, so ng'ate olususu luno lulimu obutoffaali obutera okwettanirwa ennyo akawuka ka siliimu. Ekirala, engeri gye kiri nti omuntu asobola okufuna obusalesale obutonotono ku kaliba kano oba ku mutwe gw'obusajja mu kiseera eky'okwegatta, kiba kyangu nnyo akawuka okuyitira mu busalesale buno ne kayingira mu musaayi. Kale nno bw'oddira akaliba kano n'okajjako, omubiri oguli ku mutwe gw'obusajja guguba ne guba nga si mwangu gwakuyingirwamu kawuka mu ngeri eno.

Wabula waliwo okutya ku biyinza okuddirira singa okukomola abasajja kusaasaanira ebitundu n'amawanga. Ekisooka, singa abantu bakitwala nti ke babakomodde bafuuse 'ba-kibojjera-kulwazi', bayinza okwenyigira mu bikolwa eby'omutawaana gamba ng'okwegatta nga tebakozesezza kondomu oba okwegatta ne ba malaaya, ate kino ne kibaleetera okukwatibwa akawuka ka siliimu bwe baba nga babadde tebakalina. Kondomu bwe ziba nga zikozeseddwa bulungi okumala ebbanga eriwerako zisobola okuziyiza ensaasaanya y'akawuka ka siliimu ebitundu kinaana ku buli kikumi (80%) so ng'ate okukomola kuziyiza ebitundu ng'ataano ku buli kikumi (50%) byokka. Ekirala, singa okukomola kukolebwa bubi, kino kisobola okuleeta obuzibu obwamaanyi gamba ng'okuvaamu omusaayi omungi ennyo si nakindi n'okuleeta obulemu ku busajja; kino ate kisobola n'okwongera ku katyabaga k'okusaasaanya oba okukwatibwa akawuka ka siliimu. Ebyo nga bikyali awo, okujjako ng'abasajja balinzeeko ekiwundu ne kimala okuwona olwo ne balyoka baddamu okwegatta, okukeera okwegatta ng'ekiwundu tekiwannawona kyandyongera abasajja obuzibu obw'okukwatibwa akawuka ka siliimu nga kayitira mu kiwundu ekitannawona. Okutwalira awamu, okukomola kulungi era kujja kuyamba mu kukendeeza ku katyabaga k'okukwatibwa akawuka ka siliimu singa kunaaba kukoleddwa mu bitundu ebitatera kwetanira kukozesa kondomu, era ne mu bitundu gye kiri nti okukomola tekulina mutawaana, era ng'abantu bakwagala, ate nga kusoboka.

Mu kumaliriza

Wadde ng'akawuka ka siliimu akasaasaanyizibwa nga kayitira mu kwegatta katonoko ng'okageraageranyizza ku bungi bw'endwadde endala ez'obukaba ezisaasaanyizibwa mu kikolwa eky'okwegatta, olw'okuba nti akawuka kano kaleeta siliimu, tusaanye okukaziyiza mu ngeri yonna esoboka okulaba nga tekatukwata. Obubaka obusinga obukulu bwe tusaanye okuba nabwo buli kiseera kwe kumanya nti singa kondomu eba teyeeyambisiddwa mu buli lwe twegatta – si nsonga oba mu kwegatta okwo tukozesezza mimwa, oba tugenze mu bbuutu, oba twegatidde mu bukyala – tuba tuwa akawuka ka siliimu akakisa ak'okusaasaana. Akatyabaga k'okusaasaana kw'akawuka kano keeyongera singa twegatta n'abantu abalina abaganzi abangi gamba nga ba malaaya oba abo abanywa ebidagaladagala ebikyusa ku bwongo naye nga tetukozesezza kondomu. Ekisembayo, engeri gye kiri nti endwadde ez'obukaba, naddala ezo ezireeta amabwa mu bifo ebyekyama ziyambako mu kusaasaanya akawuka ka siliimu kko n'okukakwatibwa, eky'okwekebeza ko n'okufuna obujjanjabi bw'endwadde z'obukaba tetusaanye kukyerabira.