

ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማትን ኤች.አይ.ቪን

ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፍ ርኽቦ/ሕማም እንታይ ማለት ኢዩ፤

ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ርኽቦታት ወይ ሕማማት፣ ጾታዊ ርክብ ብርሕሚ ወይ ብኣፍ ኣብ ዝፍጸመሉ ግዜ ክመሓላለፉ ዝኽእሉ ሕማማት ማለት ኢዩ። ገሊኡም እሞ ብጥቡቕ ኣካላዊ ምትንኻፍ ጥራሕ ክመሓላልፉ ዝኽእሉ ኢዮም።

መን ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት ክልከፍ ይኽእል፤

እቲ ኣዘዩ ኣገዳሲ ብዛዕባ ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት ክዝከር ዘለዎ ዝኹነ ጾታዊ ርክብ ዝፈጸመ ሰብ ክልከፍ ከም ዝኽእል ኢዩ። ኩሉ መንእሰይ ኩነ ዓቢ፣ ኣንስታይ ኩነ ተባዕታይ፣ ምስ ተቃራኒ ጾታ ጾታዊ ርክብ ዝፍጽሙ፣ ምስ ሓደ ዓይነት ጾታ ጾታዊ ርክብ ዝፍጽሙን ደቂ ተባዕትዮ ወይ ኣንስትዮን ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት ክልከፉ ወይ ክመሓላልፉ ማዕረ ዕድል ኣሎ። ግድን እውን ዝተፈላለዩን ብዙሓትን መጻምዲ ስለ ዘለካ ዝከሰት ኣይኩነን።

ኣዩኖት ኢዮም እቶም ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ዓይነት ሕማማት፤

ልዕሊ ዕሰራን ሓሙሽተን (25) ዝኹኑ ዝተፈላለዩ ዓይነት ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት ኣለዉ። ገለ ካብቶ ፍሉጣት ሕማማት ከኣ እዞም ዝሰዕቡ ኢዮም።

- Chlamydia (ጥላምይዲያ)
- Gonorrhoea (ጅግል)
- Genital Warts (ብልታዊ ጡብ ኣድጊ)
- Herpes (ሀርፕስ)
- Syphilis (ፍንጣጣ)
- HIV (ኤች.አይ.ቪ)
- Pubic Lice (ፓፕሊክ ሊስ)
- Hepatitis B (ሀፐታይትስ ቢ)

እቲ ጽቡቕ ነገር ብኣጋ እንተ ተፈሊጦም ብዘይካ ኤች.አይ.ቪ ካልኣት ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት ብቅልጡፍን ብቀሊሉን ክሕከሙ ዝኽእሉ ምዃኖም ኢዩ። ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፍ ሕማም ብሸለልትነት ተራእዩ እንተ ዘይተሓኪሙ ኣሰቃቕን ኣጸጋምን ኢዩ። ጠንቂ ዝነውሐ ጸገም ጥዕና ክኸውን ይኽእል ኢዩ። ንኣብነት ምምካን ደቂ ኣንስትዮ፣ ምድኻም ልብን ኣእምሮን ከምኡ እውን ሞት የሰዕብ። ከምኡ እውን ኣገዳሲ ክዝከር ዘለዎ ነገር ኣሎ። ሓደ ሰብ ንዘለዎ ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፍ ሕማም ብዘይምሕካሙ ንዘለዓለ ሓደጋ መልክፍቲ ኤች.አይ.ቪ ክቃላዕ ወይ ክመሓላፍ ይኽእል ኢዩ።

ጠንቂ ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት እንታይ ኢዩ፤

ደቀቆቲ ብቫይረስ፣ ባክተሪያን ፓራሳይትን ዝፍለጡ ህዋሳት ወይ ነፍሳት ጠንቂ ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት ኢዮም። ንኣብነት ሀርፕስን ብልዕታዊ ጡብ ኣድግን ዝብሃሉ ሕማማት ብቫይረስ ይመጹ። ጠንቂ ትላሚዲያ፣ ጅግልን ፍንጣታት ባክተሪያ ኢዮ። ሕማም ፓፕሊክ ሊስ ብባልዕ ወይ ፓራሳይት ይስዕብ።

ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፍ ሕማም ከም ዘለኒ ብኸመይ እፈልጥ፤

መልክፍቲ ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት እንተ ኣሎካ ገለ ጸገም ምህላወ ምልክታት ክትርኢ ትክእል ኢኻ። መብዛሕትኡ ግዜ ግና ምልክት ዝብሃል እውን ኣይርእን ኢዮ። ዝኸነ ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት ዘለዎ ሰብ ምልክት ይርኢ ማለት እውን ኣይከኑን። ገለ ረኽሰታት እውን ኣብ ቦትኦም ከለዉ ቅልቅል ጥፍእ ስለ ዝብሉ ዝኸነ ምክልት ኣየርእዩን። ስለዚ ኢዮ ከኣ ዘይውሑስ ጸታዊ ርክብ ኣብ ትፍጽመሉን ተለኽፍካ ከይትኸውን ኣብ ትጥርጥረሉን ዋላ እውን ምልክት ኣይትርኢ ብቐጥታ ሕክምናዊ ምክሪ ወይ ሓገዝ ክትረክብ ግድን ዝኸውን። እቶም ፍሉጣት ምልክታት ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት እዞም ዝስዕቡ ኢዮም።

- ዘይልሙድ ምውጻ ሓፊስ፣ ማያዊ፣ ደበናዊ፣ ሳዕዳ፣ ቀጠልያ ወይ ብጫ ፈሳሲ ብርሕሚ ወይ መትሉ ይርኢ። ሸታቲ ክኸውን ይክእል ኢዮ።
- ኣብ ግዜ ሸንቲ ምቅጻልን ቃንዛን
- ሰሓ፣ ዘሕክኽ ዕንፍፍር፣ ሕበጥ፣ ነድሪ ወይ ቁስሊ ኣብ ርሕምን መሃንቱስን ወይ ከባቢኡ
- ቃንዛ ኣብ ብልዕቲ
- ቃንዛ ኣብ ከብዲ ወይ ከባቢ ኅሎ
- መድመይቲ ድሕር ጸታዊ ርክብ
- ቃንዛ ወይ መድመይቲ ኣብ ግዜ ጸታዊ ርክብ
- ቃንዛ ኣብ ፍረ-ነብሲ

ዋላ እውን ምልክታት ኣብዘይረኣየሉ ኣብ ሕክምና ምውካስን ምክሪ ወይ ድማ መርመራ ምክያድ። ብፍላይ እንተ ደኣ፡

- ዘይውሑስ ጸታዊ ርክብ ምስ ሓዲሽ ዓርኪ ፈጸምካ/ኪ፤
- ባዕልኻ ወይ መጻምድኻ ብዘይ ከንዶም ምስ ካልእ ሰብ ጸታዊ ርክብ እንተ ፈጸሙን
- መጻምድኻ ዝኸነ ምልክታት እንተ ርእዩንን።

መብዛሕትኡ ግዜ ምልክታት ኣብ ውሽጢ ሰሙን ወይ ክልተ ሰሙን ይቅልቀሉ ኢዮም። ግና ክሳብ ኣርባዕተ ሰሙን ወይ ልዕሊኡ ዘሎ ግዜ ክወስዱ ይክእሉ ኢዮም። ኣብ መልክፍቲ ኤች.ኣይ.ቪ መጻእና ከኣ እሞ ንዓመታት እውን ምልክት ዘይክርኦ ይክእል ኢዮ። ድሕር መልክፍቲ፣ ኤች.ኣይ.ቪ ብመርመራ ንክረጋገጽ ጥራሕ ሰለስተ (3) ኣዋርሕ ይወስድ።

ከመይ ገርካ ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፍ ሕማም ትልክሰፍ፤

እቲ ልሙድ መንገዲ ጸታዊ ርክብ ኢዮ። ካብ ደቂ ተባዕትዮ ዝወጽእ ፈሳሲ፣ ካብ ርሕሚ ዝወጽእ ፈሳስን ደምን ተሰኪሞም ከመሓላፍዎ ይክእሉ።

ኣብ ጉንቦት 2007 ብሻሽ ካብቲራራችቺ ዝተዳለወ ሓበሬታዊ ሰነድ

ሓደ ወዲ ተባዕታይ ንመጻምዱ ክለክፍ ግድን ጸታዊ ጸግኡ ከፍሰስ የብሉን። እታ ዝወሓደት ቅድሚ ነጽጊ ካብ መትሉ ትነጥብ ፈሳሲ እውን ከተመሓላልፍ ትኸእል ኢያ። ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፍ ሕማም ንክትልከፍ ግድን ምሉእ ወሲባዊ ርክብ ምፍጻም እውን ኣገዳስነት የብሉን። ገለ ረክስታት ብልዕቲ ብምርኻብ ጥራሕ ካብ ሰብ ናብ ሰብ ክመሓላለፉ ይኸእሉ ኢያም። መትሉ ኣብ ርሕሚ ኣብ ዝተንከፈሉ ማለት ኢያ። ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት፣ ንኣብነት ከም ብሀርፕስ ዝፍለጥ ሕማም፣ ብኣፍ ብዝፍጸም ጸታዊ ርክብ ካብ ሰብ ናብ ሰብ ክመሓላለፉ ይኸእሉ ኢያም። እዚ ከኣ ብልዕቲ መጻምድኻ ኣብ ትስዕመሉ ወይ ኣብ ትመጽየሉ ኢያ። ከም ፓፕሊክ ሊስ ዝኣመሰሉ ረክስታ ወይ ብለመምታ ሓሳኹ ዝመስሉ ፍጡራት ዝክሰት ሕማም ምትንኻፍ ቆርቦት ጥራሕ እኹል ኢያ።

ልሙዳት ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማትን ሕክምነኦምን

ኤች.ኣይ.ቪን ኤይድስን

ኤች.ኣይ.ቪ ኣሕጽሮተ ቃላት እቲ ድኻሙተ ኣካላት ሰብ ኣብ ምክልኻል ሕማማት ዝህልዎ ዓቅሚ ዘቃልዕ ህዋስት ኢያ (ሁማን ኢ.ሙ.ኖደፊሸንሲ ቫይረስ)። እዚ ህዋስ ኣዚ ንስርዓተ ኣካላት ሰብነት ዘዳኽም ኢያ። ሰባት ንዘይተለምዱ ክሕከሙ ዘይክእሉ ሕማማትን መንሸሮን የቃልዕ። እዚ እም ዓይነት ረክስታት ድማ ዕድል ኣብ ዝረኽቡሉ ዝሰሱ (ኦፐርቲኒቲክ ኢንፈክሽንስ) ኢያም። ረኽሲ ኣብ ስርዓተ ምትንፋስ ዝፈጥሩ ከም ቲቢ፣ ረኽሲ መዓናጡ ዝፈጥሩ ከም ውጽኣት ወይ ሕማም ኣፍን ብለ.ምፎማ ዝፍለጥ መንሸሮ ኣእምሮን ኢያም።

ኤይድስ ኣሕጽሮተ ቃላት እቲ ድኻም ኣካላት ሰብ ሕማም ናይ ምክልኻል ዝህልዎ ዓቅሚ ምልክት ኢያ (ኣኳየርድ ኢ.ሙን ደፊያንስ ስይንድሮም)። ብኤች.ኣይ.ቪ ዝተለኸፈ ሰብ ዝጸንዑ ሕማማትን ረኽሰን ከማዕብል ይኸእል ኢያ። ንኣብነት እዞም ልዕል ኢሎም ተጠቂሶም ዘለዉ ምልክት ኤይድስ ኢልካ ክውሰዱ ይኸእሉ ኢኡኦም። ኣብ መወዳእትኡ ድማ እዞም ረኽሰታትን መንሸሮታትን እዚኦቶም ንሰብ የዳኽምዎን ናብ ሞት የብጽሑዎን።

ኤች.ኣይ.ቪ ኣብ ፈሰሰቲ ኣካላት ከም ደም፣ ዘርኢ ወዲ ተባዕታይ፣ ፈሰሰቲ ርሕሚ ጓል ኣንስተይትን ጸባ ጡብ ኣደን ኢያ ዝህሉ። እዞም ፈሰሰቲ እዚኦቶም ብቆርቦት ወይ ንፋጥ መሰል ሽፋን ረቂቕ ቆርቦት ናብ መትኒታት ደም ንኸዘርቁ ብዝሕግዝ ዝኹነ ንጥፊት ናብ ካልእ ሰብ ኤች.ኣይ.ቪ ክመሓላለፉ ይኸእሉ ኢያም። ኣብ ንቡር ኩነታት ቆርቦት ንከምዚ ዓይነት ስልኳ ዝከላኸል እኳ እንተ ኹነ ቐዳድ፣ ቁስለ፣ ነድሪ ቁስልን ፍሕፋሕን ክህሉ ይኸእል ኢያ።

ኤች.ኣይ.ቪ ብቀንዱ ብዘይውሑስ ብኣፍ ወይ ብርሕሚ ዝግበር ጸታዊ ርክብ ወይ ደም ብደም ይመሓላለፍ። ብደም ክብሃል ከሎ ብመርፍእ ሓሺሽ ዝጥቀሙ ሰባት መውግኢ መርፍእ ክማቃርሑ ከለዉ ኢያ። ሓደ ሓደ ግዜ እውን ብኣፍ ብዝፍጸም ጸታዊ ርክብ ኤች.ኣይ.ቪ ክመሓላለፍ ይኸእል ኢያ። ብፍላይ ድማ ሓደ ሰብ ዘይተሓከመ ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፍ ረኽሲ ምስ ዝህልዎ ኢያ። ዝተቀደደ፣ ዝቆሰለ ወይ ዝተፋሕፈሐ ነገር ኣብ ኣፍካ ወይ ግርጻንካ እንተ ኣልዩ፣ ነድሪ ዘስዕብ ረኽሲ ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት ኣብ

ጎረቤት ወይ አፍካ እንተ አሎካ፣ እሞ ውሑስ ብዘይኮነ አገባብ ብአፍ ጾታዊ ርክብ እንተ ፈጸምካ ኣብ ዝለዓለ ሓደጋ መልክፍቲ ምህላውካ ምፍላጥ አገዳሲ ኢዩ።

ተሰካሚት ኤች.አይ.ቪ ዝኹነት ንል ኣንስተይቲ፣ ቅድሚ ኩነ ድሕር ሕርሲ ብመዳሕንቲ ወይ እውን ኣብ ግዜ ምጥባው ናብ ውላዳ ከተመሓላልፍ ትኸእል ኢያ።

ምልክታት

ብመሰረቱ ኤች.አይ.ቪ ምልክታት ዝብሃል የብሉን። እንተ ተቀልቀሉ እውን ብቀሊሉ ከደናግሩኻ ዓቢ ዕድል ኣሎ። ምልክታት ጉንፋዕን ሰዓልን ዝኹኑ ከም ረስኒ፣ ሕቡጥ ጽክታት ወይ ቁስሊ ጎረቤ ይኸሰቱ ኢዮም። ብዙሕ ግዜ ኤች.አይ.ቪ ዘለዎም ሰባት ንነዊሕ ግዜ ጥዑያት ይመስሉን ኩይኑ ይስምዮምን። ሓደ ሓደ ግዜ ከኣ እሞ ንዓሰርተ ወይ ኩንኡ ዝነውሕ እዋን። በዚ ቫይረስ ከም ዝተለኸፉ እውን ዘይክፈልጡ ይኸእሉ ኢዮም። ብዘርኢ ወዲ ተባዕታይ፣ ደምን ፈሰስቲ ርሕምን ናብ ካልኣት ከመሓላፉ ይኸእሉ ኢዮም። ድሕር ቁሩን ግና ካልኣት ምልክታት ከም ቁስሊ ኣፍን ሰሓ ወጋሕ ለይትን እውን ክምዕብሉ ይኸእሉ ኢዮም።

ብዙሕ ግዜ እንዳ ሓለፊ ምስ ከደ ከኣ ቡቶም ተጸባይቲ ዕድል ረክሰታት ወይ ብኦፖርቲኒቲክ ኢንፈክሽንስ ዝፍለጡ ሕማማት ክምዕብሉ ተኸእሎ ኣሎ። ግና ሓደ ሰብ ክሳብ ቡቲ ኣዕናዊ ኤይድስ ዝወድቅ ዓመታት ክወስድ ይኸእል ኢዩ። እቲ ኣብ ሞንጎ ምሉእ ምዕባላ ኤይድስ ዝረኣየሉን ሞትን ዘሎ ግዜ ካብ 6 ኣዋርሕ እንተ ነውሑ ድማ 2 ዓመት ዘይሓልፍ ኢዩ። ደምዳሚ ውጽኢት መርመራ ኤይድስ ዝእምቱ ተርእዮታትን ምልክታትን እዞም ዝስዕቡ ክኹኑ ይኸእሉ ኢዮም።

- ካብ ውርሒ ንላዕሊ ዝቀጸለ ረስኒ፣
- ካብ ውርሒ ንላዕሊ ዝቀጸለ ውጽኣት፣
- መሪር ወይ ከቢድ ረክሲ ቆርቦት፣
- ካፓሲስ ሳርኮማ ዝተባህለ መንሸሮ፣
- ካብ ወርሒ ንላዕሊ ዝቅጽል ብልዕታዊ ቁስሊን
- ምስ ኤች.አይ.ቪ ዝተኣሳሰር ዕብዳን ወይ ስንክልና ኣእምሮን።

ወትሩ ሓደ ወይ ካብኡ ንላዕሊ ተጸባይቲ ዕድል ሕማማት ወይ ኦፖርቲኒቲክ ኢንፈክሽንስ ኣለዉ።

ሕክምና

ክሳብ ሕጂ ንኤች.አይ.ቪ ወይ ኤይድስ ዝኸውን ፈውሲ የለን። ጥዕናን ዕምርን ተሰከምቲ እዚ ቫይረስ ብቅጽበታዊ መንገዲ ዘማሓይሹን ዘናውሑን ክንክናት ኣለዉ። እዚኣቶም ከኣ ወይ ጎድናዊ ሳዕቤን ኣለዎም ወይ ድማ ንነብሲ ወከፍ ይሰርሕሉ ማለት ኣይከኑን።

ምክልካል

ኣብ ግዜ ኣፋዊ ጸታዊ ርክብ ግርጻናዊ ግድብ ምጥቃም። ምጥቃም ከንዶም ኣብ ብልዕቲ ወዲ ተባዕታይን ርሕሚ ንል ኣንስተይትን እውን ምምሕልላፍ መልከፍትን ንምክልካልን ከሕግዙ ይኸእሉ ኢዮም። ኣሽሰ ንምውሳድ መርፍእ ትጥቀም እንተ ኩይንካ፣ ዝነጽሀን ዝመኸነን እስትራጋ ወይ መርፍእ ምጥቃም ብኤች.ኣይ.ቪ ንክትልከፍ ዘሎ ኣድጋ የንድሎ ኢዮ። ኣደ ኣዳል ዝተረኸበ መረጋገጸ ከም ዝኣመሞ፣ ኣደ ሰብ ንዘለዎ ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፍ ሕማም እንተ ዘይተሓኪሙ ብኤች.ኣይ.ቪ ክልከፍ ኩነ ከመሓላልፍ ዝለዓለ ዕድል ኣሎ። እዚ ከኣ ብሰንኪ ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት ብዘፈጥርዎ ቁሰሊ፣ ምርካስ ቆርቦትን ሽፋን ቆርቦትን ክኸውን ይኸእል ኢዮ። እቲ ኣዝዩ ኣገዳሲ ድማ ኣደ ሰብ ዘይተሓኪሙ ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፍ ሕማም እንተ ኣለዎን ዘይውሑስ ጸታዊ ርክብ እንተ ፈጸሙን ኣብቲ ዝለዓለን ጥርዚ ኣድጋ መልከፍቲ ኤች.ኣይ.ቪ ምህላወ ዝሕብር ኢዮ።

ስሩዕ ወይ ምዱብ ንጸታዊ ርክብካ ትፍትሸሉ ሕክምናዊ ምውካስ ክህልወካ ከሎ በዚ ቫይረስ ክትልከፍ ዘሎ ኣድጋ የቃልል ኢዮ።

ችላምይዲያ

እዚ እቲ ኣዝዩ ፍሉጥን ልሙድን ዝኸነ ብደቂቕ ባክተርያ ዝመጽእን ንደቂ ተባዕትዮ ኩነ ደቂ ኣንስትዮ ዘጥቅዕ ረኸሲ ኢዮ። ኣብ ግዜ ብመቀመጫ፣ ኣፍ ወይ ርሕሚ ዝፍጸም ዘይውሑስ ጸታዊ ርክብ ከኣ ይመሓላለፍ። ንመቀመጫ፣ መትሉ፣ ማህጸን፣ ጎረሮን ኣዲንትን የጥቅዕ።

እዚ ሕማም እዚ እንተ ዘይተሓኪሙ ንተሰካሚ ኤች.ኣይ.ቪ ዝኸነ ሰብ ከቢድ ረኸሲ ይፈጥረሉ። ምኸንያቱ ኣብቲ ረቂቕ ሽፋን ቆርቦት ነቃዓት ስለ ዝፈጥርን ህዋሳት ኤች.ኣይ.ቪ ንክራብሑ ዝለዓለ ዕድል ስለ ዝፈጥርን ኢዮ። እዚ ረኸሲ እዚ እንተ ኣሎ ብኤች.ኣይ.ቪ ዘይተሰኸፈ ሰብ እውን ናብዚ ቫይረስ ኣብ ዝተቃላዓሉ ንክልከፍ ዝለዓለ ባይታ ዝፈጥር ኢዮ።

ኣብ ግዜ ወሊድ እውን ካብ ኣደ ናብ ውላድ ክመሓላለፍ ይኸል ኢዮ። ናይቲ ህጻን ኣዲንቲ ይሃስን ኒሞንያ ይፈጥረሉን።

ምልክታት

ከም ንቡር ምልክታት እዚ ሕማም እዚ ድሕር መልከፍቲ ካብ ኣደ ክሳብ ሰለስተ ሰሙን ዘሎ ግዜ ይኸሰቱ። ይኹን እምበር መብዛሕትኦም ሰባት በዚ ሕማም ምልካፎም ኣይፈልጡን ኢዮም። እዚ ሕማም ዘለዎም 50 ሚእታዊት ካብ ደቂ ተባዕትዮን 70 ሚእታዊት ካብ ደቂ ኣንስትዮን ዝኸነ ምልክት ከም ዘዩርእዩ ይፍለጥ። እቶም ምልክታት እውን ዘይጠቅሙ ክኸኑ ይኸእሉ ኢዮም። ንሰሙናት ከተሰተብህለሎም ኣይክኣልን። ዝረኣ ምልክታት እዞም ዝሰዕቡ የጠቃልል።

- ጸባ መሰል ፈሳሲ ብመትሉን ርሕምን ይፈሰስ።
- ኣብ ፍረ ነብሲ ቃንዛን ሕብጥን ይርኣ።
- ኣብ ግዜ ጸታዊ ርክብ ቃንዛ ይፈጥር።

ኣብ ጉንባት 2007 ብሻሽ ካስቲራራችቺ ዝተዳለወ ኣብሬታዊ ሰነድ

- ርሕማዊ መድመይቲ ኣብ ግዜ ጾታዊ ርክብ የስዕብ።
- መድመይቲ ኣብ መንጎ ወርሓዊ ጽግዖት ይርእ።
- ብፍላይ ኣብ ደቂ ኣንስትዮ ድማ ኣብ ታሕተዋይ ክፋል ከብድን ሕቆን ቃንዛ የስዕብ።
- እንተ ደኣ ሓደ ሰብ ኣብ መቀምጭኡ ረክሲ ኣጋጢምዎ፣ ኣብቲ ከባቢ ሓያለ ቁስልታትን ፈሰስትን የስዕብ።

እዚ ሕምም እዚ እንተ ዘይተሓኪሙ፣ ኣብ ደቂ ኣንስትዮ ዘስዕቦ ሕምም እቲ ብነድሪ ሕምም ጎሎ ዝፍለጥ ኢዩ። ዘይንቡርን ካብ ማህጸን ወጻእን ጥንሲ ከኣ ምምካንን የኸትል። ኣዝዩ ኣብ ዝጽንክረሉ ከኣ ሞት የስዕብ። ኣብ ደቂ ተባዕትዮ እኳ ጽንኩርን ዝተሓላለኸን ኩነታት ጥዕና ከስዕብ ዝተሓተ ዕድል ኢዩ ዘሎ። እንተ ዘይተሓኪሙ ግና ምምካን ከስዕብ ይኸእል ኢዩ። ብሰንኪ ዘይምሕካም ደቂ ተባዕትዮ ከኣ ደቂ ኣንስትዮ ሕምም ሪሕ ከማዕብሉ ይኸእሉ ኢዮም።

ክንክን

እዚ ሕምም እዚ ብጸረ ነፍሳት ወይ ኣንቲባዮቲክስ ዝብሃል መድሃኒት ብቀሊሉ ክሕከም ይኸእል ኢዩ። ብንቡር ኣገባብ ኣብ ውሽጢ ሸውዓተ መዓልቲ ዝውሰድ ዶክላይክሊን ወይ እውን ብሓንሳብ ዝውሰድ ኣዚትሮማይሲን ይፍወስ። ኣዚ ሕምም ፈጸሙ ካብ ኣካላትካ ምጥፍኡ ከተረጋግጽ፣ ዝተዋህበካ መድሃኒት ከኒና ኩሉ ክትጥቀመሉ ኣሎካ። ሕክምናኻ ክሳብ ትውድእ ዋላ ከንዶም ተጠቂምካ እውን ጾታዊ ርክብ ከይትፍጽም ምኽሪ ይወሃበካ ይኸውን። እዚ ከኣ ዳግማይ ረክሲ ንምክልኻል ኢዩ።

ምክልኻል

ካብዚ ሕምም እዚ ንምድሓን ብኣፍ፡ መቀምጫ ከኣ ብርሕሚ ኣብ ትፍጽሞ ጾታዊ ርክብ ከንዶምን ኣብ ግርጸን ዝውደ መከላኸልን ምጥቃም ውጽኢታዊ ኢዩ። እዚ ሕምም ናብ ካልእ ሰብ ከይመሓላለፍ እውን ሓጋዚ ኢዩ። እንተ ደኣ ኣብ ጾታዊ ርክብ ንጡፍ ኩይንካ ስሩዕ ጾታዊ ሕክምናዊ ምውካስ ክህሉ ግድን ኢዩ። ነዚ ከኣ ንካልኣት ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕምማት ትምርመርን ትክታተል ኣሎኻ ማለት ኢዩ።

ጅግል

ጅግል ረክሲ እዚ ሕምም ዘለዎ ዘርኢ ወዲ ተባዕታይን ፈሳሲ ርሕሚ ንል ኣንስተይቲን ዝርከብ ባክተሪያ ዝመጸ ሕምም ኢዩ። እዚ ባክተሪያ እዚ ኣብ ከም ጎረሮ ዘሎ ጥሉል ክፋል ኣካላት ሰብ፡ ርሕሚ፡ መቀምጫ፡ መትሉን ትቦ መትሉን እውን ክነብር ይኸእል ኢዩ። ጅግል ብዘይውሑስ ኣገባብ ብመቀምጫ፡ ርሕሚ ወይ ኣፍ ወይ እውን ኣፍን መቀምጫን ዝፍጸም ጾታዊ ርክብ ክመሓላለፍ ይኸእል። ንጎረሮ፡ መትሉ፡ መቀመጫን ጎሎን ድማ የጥቅዕ።

ከም ችላምይድያ፣ ዘይተሓከመ ጅግል ተስከምቲ ኤች.ኣይ.ቪ ዝኸኡ ወሃዮታት ተሰካሚ እዚ ቫይረስ ሰብ ከራብሕ ይኸእል ኢዩ። እዚ ምርባሕ ከኣ ኣብ ከባቢ ብልዕትን ልሰሉስ ሽፋን ቆርበት ኣፍን ጎረሮን ኢዩ። ተሰካሚ ኤች.ኣይ.ቪ ዘይኮነን ጅግል ዝሓመመን ሰብ ናብዚ ቫይረስ እንተ ተቃሊዑ ንክልከፍ ሰፊሕ ባይታ ዘጣጥሕ ኢዩ።

አብ ግዜ ወሊድ እውን ካብ አደ ናብ ውላድ ይመሓላለፍ ኢዩ። አብ ዓይኒ እቲ ህጻን ከአ ረኽብን ማህሰይትን የስዕብ። እንተ ዘይተሓኪሙ ድማ ናብ ዑረት የምርሕ።

ምልክታት

መብዛሕትኡ ግዜ ምልክታት ጅግል አብ ሞንጎ ክልተን ዓሰርተን ድሕር መልከፍቲ ዘሎ ዓመታት ክቅልቀል ይኸእል ኢዩ። ይኹን እምበር መብዛሕትኡ ግዜ ሰባት ከም እተለኸፉ ዘይክፈልጡ ይኸእሉ ኢዮም። እዚ ከአ ምልክታት ዘይክረአዩዎም ይኸእሉ። ወይ እውን አገደስቲ ዘይኮኑ ምልክታት ክኸኑ ይኸእሉ ኢዮም። ሓደ ካብ ዓሰርተ ደቂ ተባዕትዮን ሓንቲ ካብ ክልተ ደቂ አንስትዮን ፈጸሞም ምልክት ጅግል ኣይርእዩን። ሓደ ሓደ ግዜ ጅግል አብ ጎረሮ ምልክታት የርኢ ኢዩ። ምልክታታ አብ ዝረአዩሉ፣ መብዛሕትኡ ግዜ እዞም ዝስዕቡ ኢዮም።

- ሓያል ሽታ ዘለዎ ጸዕዳ፣ ብጫ ወይ ቀጠልያ ፈሳሲ ካብ ጫፍ መትሉ ወይ ርሕሚ ይወጽእ። ሓደ ሓደ ግዜ እዚ ፈሳሲ ደማዊ መልክዕ ክህልዎ ይኸእል ኢዩ።
- አብ ግዜ ሽንቲ ምቅጻል ወይ ቃንዛ ይህሉ።
- ቃንዛን ሕበጥን ፍረ-ነብሲ ከምኡ እውን ጽኪ ይህሉ።
- እቲ ረኽቢ አብ መቀመጫ እንተ ኩይኑ ነድርን ቀጭ-ቀጭን ይህሉ። ሓፊስ መመገልግ ዝብል ወይ ደማዊ ፈሳሲ ይወጽእ።
- ሕማም ጅግል አብ ጎረሮ እንተ ደአ ኩይኑ ጎረሮ ኢዩ ዝቆስል።
- አብ ደቂ አንስትዮ ከአ አብ ታሕተዋይ ክፋል ከብዲ ነድርን ቃንዛን የስዕብ።

ጅግል እንተ ዘይተሓኪሙ ከቢድ ጸገም ጥዕና አብ ጎሎን ከባቢ ማህጸንን ደቂ አንስትይ የስዕብ። እዚ ከአ ቃንዛ፣ ምምካንን ዘይንቡር ካብ ማህጸን ወጻኢ ጥንሰን የኸትል። አብ ደቂ ተባዕትዮ እውን ከቢድ ቃንዛ አብ ፍረ-ነብሲን ጽክታትን ይፈጥር። ናይ ምምካን ተኸእሎ እውን ኣሎ። ሓደ ሓደ ግዜ ጅግል ናብ መትንታት ደም ተዘርጊሑ ቀጻሊ ረስኒ ይፈጥር። አብ ዓይነ ብርኪ ድማ ቅርጥማት፣ ሪሕን ሕበጥን የስዕብ። አብ ጥርዙ እንተ በጺሑ ድማ አብ ቀጻላታት ኣእምሮ፣ ዓንዲ ሕቆን ልብን ሕበጥ ብምፍጣርን ሕማቅ ሳዕቤን የኸትል።

ክንክን

ጅግል ብቀሊሉ ክሕከም ይኸእል ኢዩ። ብሓንሳብ ዝውሰድ ጸረ ነፍሳት ወይ አንቲባዮቲክስ ዝብሃል መድሃኒት ውጽኢታዊ ኢዩ። እቲ ቀንዲ አገዳሲ ግና ሸውዓተ መዓልታት ድሕር ሕክምና ብኣፍ፣ መቀምጫ ወይ ብርሕሚ ዝፍጸም ዘይውሑስ ጸታዊ ርክብ ምውጋድ። እዚ ከአ ካብ ዳግማይ መልከፍቲ ጅግል ንምድሓንን ናብ ካልእ ሰብ ከይመሓላለፍ ንምጥንቃቕን ኢዩ።

ምክልኻል

ካብዚ ሕማም እዚ ንምድሓም ብኣፍ፣ መቀምጫ ከኑ ብርሕሚ አብ ዝፍጸም ጸታዊ ርክብ ከንደምን አብ ግርጸን ዝውደ መከላኸል ምጥቃም ውጽኢታዊ ኢዩ። እዚ ሕማም ናብ ካልእ ሰብ ከይመሓላለፍ እውን ሓጋዚ ኢዩ። ንጅግል ከኑ ንካልኣት ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት ምክልኻል ስሩዕ ጸታዊ ሕክምናዊ ምውካስ ክህሉ ኣድላዪ ኢዩ።

አብ ጉንባት 2007 ብሻሽ ካስቲራራችቺ ዝተዳለወ ሓበሬታዊ ሰነድ

ሀርፕስ

ብክልተ ዓይነት ሀርፕስ ሲምፕሊክስ ዝፍለጥ ቫይረስ ዝመጽእ ሕማም ኢዩ። እቲ ሓደ ዓይነት ቫይረስ ማይ ዝሟዓጎ ዕንፍሩራት ኣብ ኣፍ ይፈጥር። እቲ ካልኣይ ከኣ ኣብን ከባብን መትሉ። ርሕምን መቀምጫን ማይ ዝሟዓጎ ዕንፍሩራት ይፈጥር። መብዛሕትኡ ግዜ እዚ ዕንፍሩር ብምትንኻፍ፡ ብምስዓምን ብኣፍ፡ መቀምጫ ወይ ርሕሚ ዝፍጸም ዘይውሑስ ጸታዊ ርክብን ናብ ካልእ ሰብ ይሓልፍ። ሓንሳብ ብሀርፕስ ቫይረስ እንተ ተለኽፍካ ንዕድመኻ ምሉእ ምስኡ ትኑብር ማለት ኢዩ። ምልክታት ኣብ ዝረኣዩሉ ምሕካም ወሳኒ ኢዩ

ምልክታት

ኣብ ርእሲ ዕንፍሩር ዝረኣዩ ምልክታት ከኣ፡

- ቃንዛ ጉንፋዕ፡ ከስዐ፡ ታሕትዋይ ሕቆ፡ ዳናጉን ኣእጋርን ይኸሰት።
- ቅድሚ ዕንፍሩር ምቅልቃሉ ኣብቲ ዝተበከለ ከባቢ ሰሓ ይፈጥር።

ክንክን

ስርዓተ ምክልኻል ሕማማት ኣካላትካ ነዚ ቫይረስ ክቆጸጾ ክኸእል ኣለዎ። ነቲ ርክቢ ንምሕዋይ ዝሕግዙ ጸረ ህዋስ ሕክምናታት እውን ኣለዉ። ነቲ ዕንፍሩር ዘጥፉ ፍሉይት ቅብኣታትን ከኒናታትን ኣለዉ። ገለ መድሃኒታት ከኣ እቲ ዕንፍሩር ቅድሚ ምቅልቃሉ የቅህምዎ።

ምክልኻል

ዝነትዑ ዕንፍሩራት ዘይምትንኻፍ፡ ኣብ ግዜ ብመቀምጫ ርሕሚ ከነ ብኣፍ ዝፍጸም ጸታዊ ርክብ፣ ከንዶም ከነ ግርጻናዊ መከላኸሊ ምጥቃም ካብ መልክፍቲ ወይ ናብ ካልእ ሰብ ከይመሓላለፍ ይከላኸል ኢዩ።

ፍንጣጣ

ፍንጣጣ ብባክተሪይ ወይ ደቀኞቲ ነፍሳት ዝመጽእ ከቢድ ሕማም ኢዩ። መብዛሕትኡ ግዜ ቀዳማይ፡ ካልኣይን ሳልሳይን ተባሂሉ ኣብ ሰለስተ ደረጃታት ይኸፈል። ነብሲ ወከፍ ደረጃ ናቱ ምልክታት ኣለዎ። ኣብቲ ቀዳማይን ካልኣይን ደረጃ ኣዝዩ ተላባዒ ኢዩ።

ኣብ ግዜ ብመቀምጫ፡ ኣፍ ወይ ርሕሚ ዝፍጸም ዘይውሑስ ጸታዊ ርክብ ቁስሊ ፍንጣጣ ብምትንኻፍ ክመሓላለፍ ይኸእል። ብቅርብ ዝግበር ኣካላዊ ምትንኻፍ ምስቲ ኣብ ኩሉ ኣካላት ዝቅልቀል ሰሓ፡ ዝተሃሰየን ዝደመየን ኣካላት እውን ክመሓለልፍ ይኸእል። ካብ ኣደ ናብ ውሉድ እውን ይመሓላለፍ ኢዩ።

ዘይተሓከመ ቀዳማይን ካልኣይን ደረጃ ፍንጣጣ ንተሰካሚ ኤች.ኣይ.ቪ ዝኸነ ሰብ ዝያዳ ረኽብታታ ክፈጥረሉ ይኸእል ኢዩ። ፍንጣጣ ዘለዎ ሰብ ዋላ እውን ካብ ኤች.ኣይ.ቪ ነጻ

ኣብ ጉንቦት 2007 ብሻሽ ካስቲራራችቺ ዝተዳለወ ሓበሬታዊ ሰነድ

ይኹን ናብቲ ቫይረስ ኣብ ዝቃላዓሉ ብኤች.አይ.ቪ ንክልከፍ ዝያዳ ተኸእሎ ኣሎ። ኣብ ተሰከምቲ ኤች.አይ.ቪ ዝኹኑ ሰባት ፍንጣታ ንክሕከም ከቢድ ኢዩ። እንተ ዘይተሓኪሙ ከኣ ኣብ ልብን ኣእምሮን ዕንወት የኸትልን ናብ ሞት እውን የብጽህን።

ምልክታታ

ቀዳማይ ደርጃ፡

- ቃንዛ ዘዩብሉ ቀይሕ ቁስሊ ኣብ ርሕሚ፣ ሰርቪክስ ኣካል ማህጸን፣ መትሉ፣ ኣፍ፣ ፍረ- ነብሲ ወይ መቀመጫ ይረኣ። ዘይሃሲ ቁስሊ ከወይኑ ቀልጢፉ ድማ ይሓደ።
- ኣብ ከባቢ እቲ ቁስሊ ዝህልዉ ጽክታት ይሓብጡ።

ናብቲ ሕማም ምስ ተቃላዕካ ድሕር 6 ኣዋርሕ ዝምዕብል ካልኣይ ደርጃ፡

- ሰሓ ቆርብት
- ዝሓበጡ ጽክታት
- ረስኒ
- ምጽላኣ
- ምርጋፍ ጸጉሪ
- ጸሊም ሓመዳዊ ቁስሊ ኣብ ኣእዳውን ኣእጋርን

ናብቲ ሕማም ምስ ተቃላዕካ ድሕር 10 ዓመት ዝምዕብል ሳልሳይ ደርጃ፡

- ድኽመት ልቢ
- ኣእምሮአዊ ስንክልና
- ምዕናው ስርዓተ መትኒታት

ክንክን

ወትሩ ብኣንቲባዮቲክስ ወይ ጸረ ነፍሳት መድሃኒት ዝሕከም ኢዩ። ክትባት ፐንሲሊን ዝምረጽ መድሃኒት ኢዩ። ብዙሕ ጊዜ ተሰከምቲ ኤች.አይ.ቪ ሰባት ንነዊሕ እዋን ዝኸይድ ልዑል ጽዕነት መድሃኒት ይወስዱ። ካልኣት ሰባት ካብ መልክፍቲ እዚ ባክተሪያ ንምድሓን ወይ እውን ዳግማይ ከይልከፉ፣ ሕክምና ክሳብ ዝፍጸምን ነጻ ከወይንካ ክሳብ ዝብሃሉን ጸታዊ ርክብ ዘይምፍጸም ኣገዳሲ ኢዩ። ካብዚ ሕማም ነጻ ክሳብ ትኸውን ድሕር ሕክምና እውን መርመራ ደም ክካየድ ኣለዎ።

ምክልኻል

ኣብ ጊዜ ብኣፍ፣ መቀመጫ ኮነ ብርሕሚ ዝፍጸም ጸታዊ ርክብ፣ ከንዶምን ኣብ ግርጻን ዝውደ መከላኸሊ ተጠቂምካ ምክልኻሉ ይከኣል ኢዩ። ናብ ካልኣት ከይመሓላለፍ እውን ምዕጋቱ ይከኣል ኢዩ። ክፉት ዝኸነ ቁስሊ ምትንካፍ ክህሉ የብሉን። ቁስሊታትን ዕንፍሩራትን ካብ ከባቢ ብልዕቲ ስለ ዝተኣለዩ ተኸላኸልካዮ ማለት ኣይከኣሉን። ኣብ ጸታዊ ርክብ ንጠፋት ዝኹኑ ሰባት፣ ንፍንጣጣ ኮነ ንካልኣት ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕማማት ንምክልኻል ስሩዕ ጸታዊ ሕክምናዊ ምውካስን መርመራን ክገብሩ ግድህት ኢዩ።

ኣብ ጉንቦት 2007 ብሻሽ ካብቲራራችቺ ዝተዳለወ ሓበሬታዊ ሰነድ

ብልዕታዊ ጡብ አድጊ

ብልዕታዊ ጡብ አድጊ በቲ አዝዩ ልሙድ ዝኸነ ኣብ ትሕቲ ቆርበት ዝነበር ቫይረስ ዝመጽእ ሕማም ኢዩ። ብሁማን ፓፒሎማ ቫይረስ ድማ ይፍለጥ። ገለ ብልዕታዊ ጸቕጥታት እዚ ቫይረስ ናብ ናይ ማህጸን ወይ መቀመጫ መንሽሮ ከምርሑ ይኸእሉ ኢዮም። እዚ ሓደጋ እዚ ከኣ ኣብ ተሰከምቲ ኤች.አይ.ቪ ዝኸነ ሰባት ዝያዳ ይብእስ። ዓቕሚ ምክልኻል ኣካላት ብምድኻሙ እዚ ቫይረስ ዝያዳ ንጡፍ ስለ ዝኸውን ከኣ ኢዩ። ሓንሳብ ብልዕታዊ ጡብ አድጊ እንተ ረኺብካ እዚ ቫይረስ ምሳኻ ኢዩ ዝነበር። እዚ ማለት ግና ኩሉ ጊዜ ከም ብሓዲሽ ትልከፍ ማለት ኣይከኣን።

እዚ ሕማም ጡብ አድጊ እዚ ብዘይውሑስ ኣገባድ ብመቀምጫ፡ ኣፍ ወይ ርሕሚ ዝፍጸም ጸታዊ ርክብ ይመሓላለፍ። ብቅርበት ዝግበር ኣካላዊ ምትንኻፍ ምስ ብልዕታዊ ጡብ አድጊ ነቲ ቫይረስ ከም ዝረገፍ ይገብር እዩ ክመሓላለፍ ይኸእል ኢዩ።

ምልክታት

ምልክታት ብልዕታዊ ጡብ አድጊ ወትሩ ድሕር ቁሩብ ሰሙናት መልከፍቲ ይረኣዩ። እቶም ዕንፍሩራት ጡብ አድጊ ልክዕ ከም ካልኣት ኣብ ኣካልት ሰብነት ዝረኣዩ ይመስሉ። ፈለማ ሉሰሉሳትን ደቀቕትን ከይኖም ይቅልቀሉ እዩ ሓርፋፋት እንዳ ኸነ ይዓብዩ። እንተ ዘይተሓኪሞም ከኣ እንዳ ዓበዩ ይኸዱ። ቅርጽን ምስልን ካውሎ ፍዮሪ ይሕዙ። ሓደ ሓደ ጊዜ ከኣ ሰሓ ይፈጥሩ። ኣብ ኣፍን መዓናጡን ድማ መድመይቲ የስዕቡ። ይኹን እምበር ገለ በዚ ሕማም ዝተለኸፉ ሰባት ምልክታት ዝብሃል ኣይኖርእዮን። ወይ እውን ነቲ ምልክታት ኣየስተበህሉሉን። ኣብ ደቂ ኣንስትዮ ኣብ ውሽጥን ደግኣዊ ከባቢ ርሕምን ይወጽኡ። ኣብቲ ክሳድ ታሕተዋይ ክፋል ማህጸን ይወጹ። ኣብ ከባቢ መቀመጫ እውን ከምኡ። ኣብ ደቂ ተባዕትዮ ከኣ ኣብ ጫፍን ዘንግን መትሉ ወይ ኣብ ከባቢ መቀመጫ ይቕልቀሉ።

ክንክን

ብልዕታዊ ጡብ አድጊ ቫይረስ ክፍወስ ዘይክእል እኳ እንተ ኸነ እቶም ጡብ አድጊ ግና ክሕከሙ ይኸእሉ ኢዮም። ብከሚካላዊ ቅብኣት ምቅጻሎም ይከኣል ኢዩ። ወይ እውን ኣብ ዘለዉዎ ይቅምርርሩ። ብንኡስ መጥባሕቲ ወይ ከድሕን ዝኸእል ዘለሳልስ ቅብኣት እውን ክሕከሙ ይኸእሉ። ነዚኦም ዝኣመሰሉ ክንክናት ነዊሕ ጊዜ ክወስዱ ይኸእሉ ኢዮም። ስለዚ ከኣ ክሳብ ዝጠፍኡ ብዙሕ ጊዜ ክትሕከም ኣሎካ ማለት ኢዩ። እቶም ትወስዶም ክንክናት ምቹእነት ኣይህልውም ይኸውን። ይኹን እምበር ካብ ዳግማይ መልከፍቲ ንምድሓን ጸታዊ መጻምዲ ክሕከሙ ኣለዎም። እቲ ኣገዳሲ ከኣ ምልክታት ኣብ እተራእየሉ ብቅልጡ ከንዶም ክጥቀሙ ኣለዎም። ከምኡ እውን ኣብ ጊዜ ሕክምና ክጥቀሙ ኣለዎም። ክሳብ ሰለስተ ወርሒ ድሕር ሕክምናን ክሳብ እዞም ምልክታት ዝጸርዩን ከኣ ከንዶም ክጥቀሙ ዝሓሸ ኢዩ።

ምክልካል

ምልክታት አብ ዝተራእዮሉ ብቅልጡ ምትንኻፍ ደው ምባል። አብ ግዜ ብኣፍ፡ መቀመጫ ወይ ርሕሚ ዝፍጸም ጸታዊ ርክብ አብ ግርጽን ዝውደ መከላኸሊ ወይ ከንዶም ብምጥቃም ንመልከፍቲ ብልዕታዊ ጡብ ኣድዲ ቫይረስ ብዝለዓለ ደረጃ ምክልካል ይከኣል ኢዩ። ናብ ካልእ ሰብ እውን ኣይሓልፍን። አብ ጸታዊ ርክብ ንጡፋት ዝኸኑ ሰባት፣ ብልዕታዊ ጡብ ኣድጊ ከም ዘለዎም አብ ዝፈለጥሉ ይኸን ካብ ካልኣት ብጸታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕግግግት ንምክልካል ስሩዕ ጸታዊ ሕክምናዊ ምውካስን መርመራን ክገብሩ ግድንት ኢዩ።

Information collated by Sasha Kasthuriarachchi, May 2007

SOURCES USED TO CREATE THIS DOCUMENT

እዚ ሰነድ ንምድላው ምንጪ ዝኸኑ ሰነዳት

- *Chlamydia* (Family Planning Association, 2003)
- *Gonorrhoea* (Family Planning Association, 2003)
- *Introduction to HIV and Aids* (2005)
- *Love S.T.I.NGS: A Beginner’s Guide to Sexually Transmitted Infections* (Family Planning Association, 2004)
- *Lovelif: Sexual Health for Young People*, (Health Promotion England, 1999, 2000)
- *NAM Factsheet 54*, (January 2004)
- *Science & Success in Developing Countries: Holistic Programs that Work to Prevent Teen Pregnancy, HIV & Sexually Transmitted Infections* (Advocates for Youth, 2005)
- *Sexually Transmitted Infections: Where to Go for Help and Advice*, (Family Planning Association, 2003)
- *Teachers Guide: School Health Education to prevent AIDS and STD – A Resource package for curriculum planners* (World Health Organisation and United Nations Educational, Scientific and Cultural Organisation, 1994)
- *The Good Sexual Health Guide*, (Lesbian and Gay Foundation, August 2004)