

Intaan lagaa eegin cudurkaa, waa in aad adigu codsataa ama ogolaataa in lagaa eego. Lagaa eegi maayo cudurka HIV marka dhiig kale lagaa qaado. Waa qaynuun jabin haddii lagaa qaado HIV adiga oo aan ogayn ama ogolaan.

Wakhti waxoogaa ah ayay qaadataa in laga helo unugyada dhiiga cad HIV. Si aad u hesho natiijo sax ah, waxad sugtaa ilaa 3 bilood laga bilaabo marka aad is leedahay wuu kugu dhacay cudurku, si aad isaga eegto.



"Maxaan ju idhaahdaa ninkayga ama qofka aan nolosha la wadaago haddii aan damco in aan HIV iska baadho?"

Qofka aa nolosha wadaagtaan way adgtahay sida aad ugala hadli lahayd HIV, waayo waxa laga yaabaa in uu/ay u maleeyo in aanad kalsooni ku qabin, amaba in aad cid kale u tagtay. Haddii aad si qarsoodi ah isaga eegto, adiga uun baa ogaanaya natiijada. Markaa ayaad go'aansan kartaa sida aad ugu

sheegi lahayd ruuxa aa nolosha wada qaybsataan. Qaado wakhtiga aad u baahantahay si aad u go'aansatid sida aad ugu sheegi lahayd ninkaaga. Hadaad rabto, qof aa saaxiib tihiin kaxayso, amaba dhaktarkaagu ha u sharxo in dumarka uurka leh oo dhan ay u furantahay in ay cudurka iska eegaan.



"Miyay ku xidhantahay in aan iska eego cudurka HIV helitaanka waraaqahayga sharciga (imigrashaka)?"

Waxay u badantahay in lagu waydiinayo in aad iska eegto cudurka marka aad marayso caafimaadka. Haddii aad diido, markaa caafimaadka ka gudbi maysid. Haddii cudurka lagaa helo, waxa ugu badan in lagu diidayo sharciga. Intaanad gelin la xidhiidh garyaqaan (lawyer), si aad u ogaato waxa kuu furan.



"Maxaa dhacaya haddii layga helo?"

Dumarka laga helo HIV sanado badan way ku noolaan karaan caafimaad. Markaad ogaato in xanuunkii lagaa helay, waxay kugu caawinaysaa in aad is ilaaliso, oo aad gaadho go'aano kugu caawinaya in aad caafimaadkaaga ilaaliso. Waxad dareemi kartaa baqdin, wareer iyo walaac. In aad la hadasho qof khibrad u leh oo dhegaysta ah way ku caawin kartaa.

Caawimada Bulshadda



Xarumaha Caafimaadka Bulshada

Hassle Free Clinic*	416-922-0566
Centre Medico Social Comunautaire*	416-922-2672
Immigrant Women's Health Centre*	416-323-9986
Planned Parenthood Toronto*	416-961-0113

(*Xarumaha Cudur eega Qarsoodiga ah)

Qaynuun

HIV AIDS Legal Clinic of Ontario 416-340-7790

Adeegyada Gargaarka

African Community Health Services	416-591-7600
Africans in Partnership Against AIDS	416-924-5256
AIDS Committee of Toronto	416-340-2437
Black Coalition for AIDS Prevention	416-977-9955
Centre for Spanish Speaking Peoples	416-925-2800
St. Stephens Community House	416-926-8221
Voices of Positive Women	416-324-8703
Women's Health in Women Hands	416-593-7655

Madrucan waxa maaligeliyey Magaalada Toronto iyo ACT Wadashaqaynta Maalaynta Bulshada. Waxa la dalacay 06.2003



Haween,



Ilaalinta Nafteena



HIV waa fayraska keena cudurka AIDSka.

HIV waxay u taagantahay waxa jidhka ka ilaaliya cudurada oo jidhka ka dhamaada.

AIDS waa heerka ugu dambeeya ee ugu khatarsan xanuunka HIV.



“Dumarka miyuu ku dhacaa cudurka HIV?”

Inta dad aduunka uu cudurka HIV ku dhaco, 50% waa dumar. Intooda badan ma dareemaan in uu cudurku hayo ilaa intay iyagu ama caruurtoodu ka xanuunsanayaan. HIV/AIDS wuxuu ku dhacaa dumar badan oo beel kasta iyo bulsho kasta leh. Laakiin, way adagtahay in laga hadlo sababta oo ah fahmo-xumadda laga qabo cudurka. Dadka badankoodu

waxay aaminsan-yihiin in uu cudurku ku dhaco dadka “waxyaabo xun” sameeya. Kuwo kale waxay moodaan hadii ay qof kaliya ku joogaan in ay ka nabadgelayaan cudurka. Qaarkale waxay rumaysanyihiin in raga raga kale u taga oo keliya in uu cudurku ku dhaco.

Qofka aad u tagtid maaha waxa khatarta ku gelinayaa; waa wax-aad samayso.



Siduu HIV dumarka ugu dhacaa?

Siyaabaha badan ee dumarka iyo raguba u qaadaan cudurka HIV waa:

- Hadii aad qof u tagto oo aanad gashan kondom
- Hadii aad isku muddo irbadaha daroogada uu qofkale isticmaalay
- Hadii aad uur leedahay, cudurka ilmahaaga waad qaadsiiinkartaa marka aad umusho, marka aad foolanaysid ama marka aad naaska jaqsiinaysid
- Haddii dhiig lagugu shubo: inkasta oo Kanada dhiiga la bixiyo oo dhan laga baadho HIV, waxaa jira wadamo kale oo aan baadhin.

HIV ma aha cudur si sahlan loo kala qaado. Kama qaadi kartid HIV kanecada qaniinkeeda, dhunkashada, ama koob hadii aad qof HIV qaba wax kula cabto.



“Waan garan lahaa hadii uu HIV igu dhaco”

Sida kaliya ee lagu ogaan karo in HIV ku hayo waa haddii la baadho unugyada cad ee dhiigaaga. Sanado badan ayuu cudurku ku haynkaraa oo aanad xanuun dareemayn.

“Waan ka warwarayaa in aan iska eego HIV”

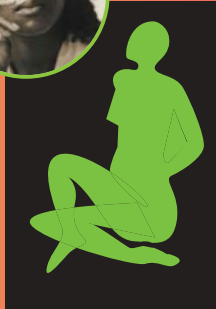
In aad iska baadho cudurka HIV waa go’aan culus. Ka soo fikir intaanad is baadhin si laguula taliyo inaad diyaar u tahay iyo inkale. Waad soo kaxaysan kartaak saaxiib ama qof kale marka aad isa soo baadhaysid ama aad jawaabta doonanaysid.

“Jur baan leeyahay

Miyaan iska eegaa HIV?”

Haddii aad uur leedahay oo aad HIV qabtid, 25% waxa la arkaa in uu ilmahaagu kaa qaado. Waxaase jira dawooyin ilmaha ka yaraynaya khatarta cudurka. Dhakhtarkaagu waa in uu kuu sheego

dhibaataada iyo faa’idada adiga iyo ilmagaagaba idiinka imankarta dawooyinka. Taasi waxay kaa caawinaysa in aad gaadhid go’aanka kuugu wanaagsan.



“Ma in uu dhakhtarkaygu iga eego cudurka HIV baa?”

Waxa jira sadex siyood oo lagaaga eegi karo cudurka:

- Mid qarsoodi ah: balan ayaa lagaaga sameeynayaa xarun cafimaad. Qof kasta waxa la siiyaa wax lagu garto oo ayna cidkale la garaneyn. Natiijada waxaa helaya adiga oo kaliya. Baadhistan qarsoodiga dhakhtarkaagu ma sameeyo.
- Eegid aan rasmi ahayn: tan dhakhtarkaaga ayaa sameeya. Wax lagugu garto ayaa loo diraa meesha lagugu baadhayo. Adiga iyo dhakhtarkaaga kaliya ayaa og. Waxa ka soo baxa waxaa lagu qorayaa waraaqaha taariikhda cafimaadkaaga. Natiijada waxa kale oo lala socodsiinayaa Hay’adda Caafimaadka Bulshada.
- Eegid rasmi ah: baadhistan dhakhtarkaaga ayaa sameeya. Magacaaga ayaa lagu qorayaa, natiijadana waxa lagu qorayaa waraaqahaga tariikhda cafimaadka. Hay’adda ka masuulka ah Cafimaadka Bulshada ayaa natiijada lala socodsiinaya. Haddii lagaa helo cudurka, iyaga ayaa kula soo xidhiidhidoona.

