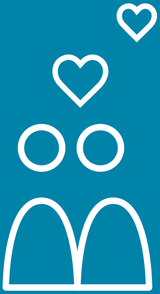
AMHARIC



ወሲባዊ ጤና

በቤተክርስቲያን ከተማ ሚሽን የተዘጋጀ
የመረጃ ወረቀት

KIRKENS BYMISJON

ስለ ወሲባዊ ጤና ማወቅ

...እርሶንም ሆነ ሌሎችን
ለመጠበቅ ይረዳል።

...መልካም የሆነ ህይወት
እንዲኖርዎ ይረዳል።

...በበሽታ ከመያዝ
ያድንዎታል እንዲሁም
ጤናማ ሆነው እንዲቆዩ
ያግዝዎታል።

ጥሩ የሆነ ወሲባዊ ጤና የሚከተሉትን ያካትታል

…ስለራስዎ ወሲባዊ ማንነት ጥሩ የሆነ ስሜት – አካላዊ እና አእምሮአዊ ስሜትን ጨምሮ ማለት ነው።

…ጤናማ መሆንን እና/ወይም በሚታመሙበት ሰአት ትክክለኛውን ህክምና ማግኘት።

…በራስዎ አካል ላይ የመወሰን መብት እና በጾታዎ፣ ከመጡበት አገር አንጻር ወይም ፍቅር ከያዘት ሰው አንጻር አለመገለልን የሚያካትት ነው።

…ወሲብ የመፈጸም እና የት ለመፈጸም የመወሰን መብት።

…ምን አይነት የወሊድ መከላከያ ጥቅም ላይ ማዋል እንደሚፈልጉ የመወሰን መብት።

…መቼ ልጆች መውለድ እንደሚፈልጉ የመወሰን መብት።

ኖርዌይ ውስጥ ያሉ የወሲብ ጤና አገልግሎቶች

ኖርዌይ ውስጥ ማንኛውም ሰው ለሚተላለፉ በሽታዎች የጤና አገልግሎት የማግኘት መብት አለው።

ኖርዌይ ውስት በወሲብ ለሚተላለፉ በሽታዎች ህክምና የሚሰጠው በነጻ ነው።

ኖርዌይ ውስጥ የሚኖሩ የጤና አገልገሎት ሰራተኞች ሚስጥር የመጠበቅ ትልቅ ሀላፊነት አለባቸው።

የጤና ሰራተኞች እርሶ የሚናገሩትን ነገር ለቤተሰብ፣ ለጓደኞች ወይም ለሌሎች ሰዎች መናገር አይችሉም።

ኖርዌይ ውስጥ ያለው የጤና አገልግሎት ከፍተኛ ሙያዊ ብቃት ያለቸውን ሰዎች በጥናት ይቀጥራል።

በወሲብ የሚተላለፉ በሽታዎች (STIs)

- STIs በወሲባዊ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች ናቸው።

- STIs የሚተላለፈው ብልቶች፣ አፍ ወይም ፊንጢጣ አካባቢ ያለው ፈሳሽ ከቆዳ ጋር በሚነካካበት ወቀት ነው።

- አንዳንድ STIs በደም አማካይነት ሊተላለፉ ይችላሉ።

- መድሀኒት እስከወሰዱ ድረስ ከአብዛኛዎቹ በሽታዎች ሊፈወሱ ወይምን አብረው ጥሩ የሆነ ህይወት ሊመሩ ይችላሉ።

- በ STI ከተያዙ፣ ከጤና አገልግሎት ሰራተኛ ጋር መነጋገር እጅግ አስፈላጊ ነው ይህም መድሀኒት እና እርዳታ እንዲያገኙ ነው።

በ STI መያዝን እንዴት መስወገድ ይችላሉ?

ወሲብ ሲፈጽሙ ኮንዶምን በመጠቀም።

በመመርመር፡ ፡ በየተወሰነ ጊዜ መመርመር ጥሩ የሆነ ሀሳብ ነው ይህም ከብዙ ሰዎች ጋር ወሲብ የሚፈጽሙ ከሆነ ነው።

ለአንዳንድ በሽታዎች ክትባት መውሰድ ይችላሉ ይህም እንዳይያዙ ያደርግዎታል።

የት መመርመር ይችላሉ?

- ሀኪምዎ ቢሮ
- የቤተክርስቲያን ከተማ ሚሽን የራሱ የሆነ የመመርመሪያ ማእከል በአብዛኛዎቹ የኖርዌይ ከተሞች አሉት። አብዛኛዎቹ ፈጣን የ HIV ምርመራ የሚሰጡ ናቸው ሌሎች ደግሞ ተጨማሪ ምርመራዎችን የሚሰጡ ናቸው። ተጨማሪ በ www.minuttest.no ማንበብ ይችላሉ
- እርሶ በሚኖሩበት ክልል የጤና ማእከል።
- ነጻ ህክምና በሚሰጡ ክሊኒኮች፣ ዝርዝሩን በ www.helsenorge.no ማግኘት ይችላሉ።

HIV

- HIV በወሲባዊ ንክኪ እና በደም የሚተላለፍ ቫይረስ ነው።

- ማንኛውም ሰው በ HIV ሊያዝ ይችላል ይህም ጾታን፣ የመጡበትን ሀገር ወይም ከማን ጋር ወሲብ እንደፈጸሙ ከግምት ውስጥ አያስገባም።

- ህክምና የማያገኙ ከሆነ፣ HIV በጣም ሊያሳምምዎ ወይም እስከ ሞት ድረስ ሊያደርስዎ ይችላል።

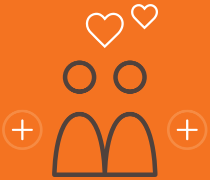
- በህክምና ከ HIV ጋር ረጅም እድሜ ሊኖሩ ይችላሉ እንዲሁም በበሽታው ምክንያት አይሞቱም።

- ኖርዌይ ውስጥ፣ ሁሉም HIV ፖዘቲቭ የሆኑ ሰዎች መድሀኒት ያገኛሉ።

- ጥገኛነት ጠያቂ ከሆኑ፣ በ HIV መያዝ አለመያዝዎ ማመልከቻዎ ላይ ተጽእኖ አያሳድርም።

- HIV እና AIDS አንድ አይነት አይደሉም። HIV አብረውት ሊኖሩ የሚችሉት ቫይረስ ሲሆን፣ AIDS ደግሞ ደግሞ HIV ፖዘቲቭ የሆኑ ሰዎች መድሀኒት ሳይወስዱ ሲቀር የሚከሰት ነው።

HIV ሊተላለፍ ይችላል



… ደህንነቱ
ያልተጠበቀ ወሲብ
የሚያደርጉ ከሆነ።

… መርፌ ከሌሎች
ሰዎች ጋር የሚጋሩ
ከሆነ።

… በእርግዝና፣ በወሊድ
ወይም ጡት በማጥባት
ወቅት ከእናት ወደልጅ
ሊተላለፍ ይችላል።

… አንዳንድ ሀገሮች ውስጥ
ደም በማስተላለፍ ሂደት
ውስጥ (ኖርዌይ ውስጥ
አይደለም)

HIV የማይተላለፍባቸው መንገዶች

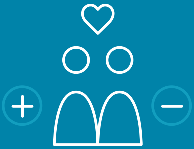
... በምራቅ፣ ላብ፣
እምባ እና ሽንት

... በመሳሳም፣ በመተቃቀፍ
አብሮ በመተኛት፣ በመቀራረብ
እና አካላዊ ንክኪ።

... ከጎረቤቶች፣ ጓደኞች
ቤተሰብ እና ሌሎች
ሰዎችን በመቅረብ።

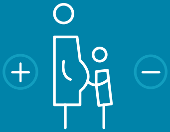
... በምግብ፣ መጠጥ እና
ሽንት ቤት እና ሻወርን
በመጋራት።

HIV - ፖዘቲቭ ሆነው ውጤታማ የሆነ ህክምና ያገኙ ሰዎች:

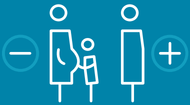


ስራ በመስራት ወደሌሎች ማስተላለፍ አይችሉም።

HIV እንደሌለባቸው ሰወች ረጅም እና ጤናማ የሆነ ህይወት መኖር ይችላሉ።



ልጃቸው በቫይረሱ ሳይያዝ መውለድ ይችላሉ።



ቤተሰብ ጓደኛ ሊኖራቸው እና የፍቅር ተሞክሮ ሊኖራቸው ይችላሉ።

የወሲብ አጋራቸውን ሳያሲዙ ወሲብ ሊፈጽሙ ይችላሉ።

እዚህ ተጨማሪ መማር ይችላሉ፡

የቤተክርስቲያን ከተማ ሚሽን

አስኬፕት በ HIV ለተያዙ ሁሉ ድጋፍ እና ምሪት የሚሰጥ ማእከል ነው ይህም በራስ መተማማን በመጨመር እና ጥገኝነትን በመቀነስ ነው። አስኬፕት በተጨማሪም ስለ HIV የበለጠ ለማወቅ እና ለመማር ለሚፈልጉ ሰዎች የእውቀት ማእከልም ነው። *www.aksept.org*

የቤተክርስቲያን ከተማ ሚሽን ከወሲባዊ ጤና ጋር የሚሰሩ ብዙ ድርጅቶች አሉት። ተጨማሪ በ *www.minuttest.no* ላይ ያንብቡ።

HELSENORGE.NO

Helsenorge.no ኖርዌይ ውስጥ ለሚኖሩ ሰዎች የማህበረሰብ ጤና ማእከል ነው። Helsenorge.no ስለ ወሲባዊ ጤና መረጃ የሚሰጥ ገጽ ያለው ሲሆን የሚያስፈልግዎትን መረጃ እና የት እርዳታ ማግኘት እንደሚችሉም መረጃ የሚሰጥ ነው *www.helsenorge.no*

HIVNORWAY

HivNorway ከ HIV ጋር አብረው ለሚኖሩ ሰዎች፣ ለቤተሰቦቻቸው እና ለተያዙ ወይንም ስለ HIV የሚቆረቆሩ ሰዎች የተቋቋመ

ፖለቲካዊ እና ሀይማኖታዊ አላማ የሌለው ብሄራዊ ድርጅት ነው። ድረገጻቸው *www.hivnorge.no* ላይ ብዙ ጥሩ የሆነ የ HIV መረጃ አለ።

የኖርዌይ ማህበረሰብ ጤና አገልግሎት ማእከል (FOLKEHELSEINSTITUTTET)

የኖርዌይ ማህበረሰብ ጤና አላማ ለተሻለ ጤና፣ ጥሩ የጤና እንክብካቤ እና ህጋዊ ጥበቃ፤ እውቀትን በመፍጠር፣ በመከለስ እና በማስተላለፍ አስተዋጽኦ ማድረግ ነው። ድረገጹ ላይ በወሲብ ስለሚተላለፉ በሽታዎች በጥንቃቄ እና ጥራት ባው ሁኔታ መረጃዎች አስቀምጧል። *www.fhi.no*

SEX OG SAMFUNN

Sex og samfunn ወሲባዊ እና ስነተዋልዶ መብት በተመለከተ የሚሰራ በሀገሪቱ ውስጥ ያለ ትልቁ ድርጅት ነው፡ ፡ አድሜያቸው ከ 25 በታች ለሆኑ ሰዎች ነጻ የክሊኒክ አገልግሎት የሚሰጥ ሲሆን ድረገጹ ላይም ጥሩ የሆነ የወሲባዊ ጤና መረጃ አለው። *www.sexogsamfunn.no*

OLAFIAKLINIKKEN

ይህ በኦስሎ ዩንቨርሲቲ ሆስፒታል የሚመራ ሲሆን በወሲብ ለሚተላለፉ በሽታዎች ምርምራ፣ ህክምና እና ክትትል የሚሰጥ ድርጅት ነው። ያለቀጠሮም በቀጠሮም ህከምና የሚሰጥ ድርጅት ነው። *www.oslo-universitetssykehus.no*

rom for alle

ይህ መጽሄት የተጻፈው የቤተክርስቲያን ከተማ ሚሽን ክፍል ሆኖ ሲሆን ስተዷኞች ጤና ላይ መከላከልን ተቀዳሚ አድርጎ በ 2017 የተዘጋጀ ነው።

KIRKENS BYMISJON © 2017