Wewe mwenyewe unalazimika uwe unataka, na ukubaliane kufanya kipimo cha virusi vya ukimwi kabla hakijafanyika. Wakati mwingine wowote unapopima damu hutafanyiwa kipimo cha virusi vya ukimwi. Ni kinyume cha sheria kumfanyia mtu kipimo cha virusi vya ukimwi bila ya hiyari yake. Inachukua kitambo kidogo hadi chembe chembe za mwili zinazopambana na virusi vya ukimwi kuonekana kwenye damu yako.

Ili kupata kipimo sahihi ni vuzuri kusubiri kiasi cha miezi mitatu tangu wakati unapohisi unaweza ukawa umeambukizwa na virusi.

Nitamwambia nini mume au mpenzi wangu kama nikiamua kwenda kupimwa?

Kuzungumzia juu ya kupima virusi vya ukimwi na mume au mpenzi wako ni vigumu kwa sababu anaweza akafikiri kwamba humwamini; au wewe umekuwa unafanya mapenzi nje na watu wengineo. Iwapo ukipimwa kwa kificho, ni wewe tu utakayefahamu majibu yako; na hapo utaamua ni lini, na kwa namna gani utakavyomjulisha mwenzio. Tumia muda wa kutosha kufikiria jinsi gani ya kuanza kuzungumzia habari hizi na mwenzio. Unaweza ukazungumza na rafiki yako kwanza kabla ya kufanya kipimo; au daktari wako ili umwambie mwenzi wako kwamba akina mama wote wajawazito (wenye mimba) wanashauriwa wafanye vipimo hivi.

Ninalazimika kufanya kipimo cha virusi vya ukimwi ili niweze kupata hati zangu za uhamiaji?

Unaweza ukatakiwa kufanya kipimo hiki wakati unapofanyiwa vipimo vinginevyo vya afya kama mojawapo ya masharti, lakini ukikataa, unaweza usifanikiwe maombi yako; kwa vile utakuwa umeshindwa kiafya. Ukipatikana na virusi mwilini unaweza pia ukakataliwa maombi yako; lakini ni vizuri ukazungumza na wakili wako kabla ya kufanya vipimo ili akujulishe kama upo uwezekano mwingineo.

Je itakuwa vipi endapo nitakuwa nimeathiriwa na virusi vya ukimwi.

Wanawake walioathiriwa na virusi vya ukimwi wanaweza wanaishi kwa miaka mingi wangali wana afya. Ukitambua unavyo virusi vya ukimwi inakusaidia kufanya uamuzi na uchaguzi wa jinsi ya kutunza afya yako. Unaweza ukajisikia hofu, kukereheka au kuchanganyikiwa. Ukizungumza na mshauri wako inaweza ikakusaidia kutulia.

Community Resources

Huduma za jumuiya. hospitali/ zahanati za afya kwa jumuiya.

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

(*Sehemu za vipimo vya faragha*)

Sheria

HIV AIDS Legal Clinic of Ontario	416-340-7790

Huduma za misaada

Women's Health in Women Hands CHC	416-593-7655
Voices of Positive Women	416-324-8703
Black Coalition for AIDS Prevention	416-977-9955
Africans in Partnership Against AIDS	416-924-5256
St. Stephens Community House	416-926-8221
Centre for Spanish Speaking People	416-925-2800
AIDS Committee of Toronto	416-340-3437

Imefasiliwa na Jiji la Toronto na ACT Community Partners Fund
Published 06.2003

Women's Outreach Network

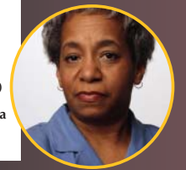
Wanawake, Tujitunze sisi wenyewe.

HIV NI KITU GANI?

Hivi ni virusi vinavyosababisha maradhi ya ukimwi

(AIDS) HIV ni kifupisho cha virusi vinavyodhoofisha kinga mwilini (Human Immunodeficiency Virus)

Ukimwi ni hali ya kuugua iliyozidi sana kwa watu walio na virusi



":Je virusi vya ukimwi (HIV) vinawapata au kuwaathiri wanawake?"

Karibu nusu ya walioathiriwa na virusi vya ukimwi duniani ni wanawake. Lakini wengi wao hawakujua kama wamekwisha ambukizwa mpaka walipougua, au mtoto wao alipoanza kuugua.Virusi vya ukimwi au ukimwi unawaathiri wanawake katika jumuiya zote, lakini ni vigumu kuzungumzia hadharani maana watu wengi wanaamini kwamba ukiwa na virusi vya ukimwi lazima utakuwa umetenda maovu.Baadhi yetu tunaweza kufanya mapenzi na mtu mmoja tu na tunaamini kwamba itatusaidia kuwa salama.

Baadhi yetu tunaamini kwamba ni wanaume wale wanaofanya mapenzi na wanaume wenzao ndio wanaopata virusi vya ukimwi (HIV) Lakini ukweli ni kwamba vitendo vyetu tunavyotenda ndivyo vinavyotuponza na sio wale wapenzi wetu au silika yetu.

Wanawake wanapataje virusi vya ukimwi?

Zifuatazo ni miongoni mwa njia dhahiri zaidi ambazo wanawake na wanaume wanapata au kuambukizwa na virusi vya ukimwi.

- Kujamiiana au kufanya mapenzi bila ya kutumia kijipira (kondomu), ukeni au matakoni.
- Kuchangia au kushirikiana matumizi ya sindano za kudungia madawa ya kulevya, kuwekea chanjo mwilini au kutogea, na kutobolea mwili.
- Iwapo ni mjamzito (una mimba) unaweza ukamwambukiza mtoto wakati ungali mjamzito, au wakati wa kujifungua na wakati wa kumnyonyesha.
- Wakati wa kuongezewa au kutumia bidhaa zitokanazo na damu . Ingawaje damu itolewayo na watu wa kujitolea hupimwa nchini Canada, nchi nyingine nyingi hazifanyi hivyo.

Sio rahisi kuvipata virusi vya ukimwi. Huwezi kupata virusi (HIV) kwa kuumwa na mbu, kumbusu mtu, kutumia sahani au kikombe kimoja au kwa kumhudumia mgonjwa mwenye virusi vya ukimwi.

"Ninaweza kutambua kama ninavyo virusi vya ukimwi"

Njia pekee itakayokuwezesha kutambua kama unavyo virusi vya ukimwi ni kufanya vipimo vya damu kuona kama unazo chembe chembe za kinga mwilini zinazopambana na virusi vya ukimwi.

Watu wanaweza kuishi kwa miaka bila kujisikia kama ni wagonjwa.

Nina hofu ya kufanya vipimo. Ninapashwa kuwa ninafikiria nini?

Kufanya vipimo vya ukimwi, ni uamuzi mkubwa. Zungumza na mshauri wako kabla ya kufanya vipimo, ili akuwezeshe kufanya uamuzi kama ni wakati mzuri kwako kuchukua vipimo hivyo. Unaweza ukamchukua rafiki au jamaa yako unapokwenda kufanya vipimo na wakati unapokwenda kuchukua majibu.

Mimi ni mjamzito. (nina mimba).

Je ninalazimika kufanya vipimo vya ukimwi?

Endapo unavyo virusi vya ukimwi na ni mjamzito kuna uwezekano wa asilimia 25% ya mtoto kuambukizwa na virusi vya ukimwi. Kuna matibabu yanayoweza kupunguza hatari za kumwambukiza mwanao virusi vya ukimwi.

Mganga au daktari wako anatakiwa akujulishe juu ya hatari na faida zilizoko kwako na kwa mtoto wako ili uweze kufanya uchaguzi unaokufaa zaidi.

Je ni lazima daktari wangu anifanyie vipimo au ni lazima nifanyiwe hospitalini?

Hapana. Kuna aina tatu za vipimo vilivyopo.

- Kipimo ambacho hulazimiki kujitambulisha. Hufanywa kwa kupanga tarehe na saa katika hospitali maalum. Kila mtu anapewa aina ya kificho (code) ambacho kinapelekwa kwenye maabara (lab). Ni wewe peke yako unayekifahamu hicho kificho na ni wewe unaye pewa majibu. Daktari wako hawezi kufanya kipimo hiki.
- Kipimo ambacho jina lako halitumiki. Hiki kinafanywa na daktari au muuguzi wako. Jina la kificho linatumika kupeleka kipimo kwenye maabara. Ni wewe na daktari wako tu ambao mnakifahamu kificho. Majibu yataandikwa kwenye cheti/chako cha matibabu, na pia idara ya afya ya jamii itajulishwa majibu hayo.
- Kipimo ambacho jina lako linatumika. Hiki hufanywa na daktari au muuguzi wako, na jina lako litatumika kupelekea kipimo kwenye maabara. Majibu yako yataandikwa kwenye cheti/fomu yako ya matibabu na idara ya afya itajulishwa vilevile ili kusudi wawasiliane nawe endapo majibu yako yakionyesha kwamba umedhurika.