

**E HLAELA
DISELE TŠA CD4**

HIV KA MMELENG

HIV ke baerase ye e fokodišago mašole a mmele, ao a šireletšago mmele wa gago kgahlanong le phetetšo le malwetši. Ge mašole a gago a mmele a fokola, mmele wa gago ga o kgone go lwantšha diphetetšo le malwetši. Ge HIV e sa alafšwe ka di-ARV, o ka fetelwa ke mehuthuta ya malwetši e lego seo se bitšwago Bolwetši bjo bo Paledišago Mašole a Mmele go Šoma (AIDS).

MAŠOLE A MMELE A HLOKA MAATLA



GO HWETŠA KALAFO YA HIV

Kalafo ka dianthiretherobaerale (ARVs) ke dihlare tšeo e lego mokgwa o nnoši wa go laola HIV. Go latela – go nwa di-ARV go ya ka mo o laetšwego ke mošomi wa tlhokomelo ya tša maphelo – go fokotša tekano ya HIV ka mmeleng: palo ya CD4 e ya godimo gomme mašole a mmele a thoma go šoma bokaone. Se se bitšwa Kgatelelo ya dibaerase. Se ga se re gore HIV e fodile, se ra gore go na le fela tekano ye nnyane ya HIV ka mading, gore o tla ipshina ka bophelo bjo bokaone, le gore go na le kgonagalo ye nnyane ya gore o ka fetetša HIV go motho yo mongwe.

KGATELELO YA DIBAERASE



GO PHELA GABOTSE O NA LE HIV

Mokgwa o mokaone wa go phela gabotse o na le HIV ke go thomiša ka kalafo ka pela ka fao go kgonagalago, sebakeng sa go emela gore o bajwe goba gore o be le maswao a bolwetši. Boledišana le mošomi wa tlhokomelo ya tša maphelo wa gago go tseba gore ke leano lefe la kalafo leo le tla go lokelago kudu, ka fao o ka hwetšago thekgo le ka fao o ka laolago malwetšana afe goba afe a ka morago ga go nwa dihlare, gore o kgone go nwa dihlare ka fao go nepagetšego bophelo bja gago ka moka.

Sengwalwa se se thekgwa ke Tumelelo ya Tirišano ya Nomoro ya GH001932-01 go tšwa ka go Senthara ya Taolo le Thibelo ya Malwetši ya US. Dikagare tša sona ke fela maikarabelo a bangwadi ebile ga di emele maikutlo a semmušo a 'Centers for Disease Control and Prevention' ya US, Kgoro ya tša Maphelo le Ditirelo tša Setho, goba mmušo wa US.



Go phela gabotse go ra gore go ba le seemo sa maleba sa monagano le maikutlo a makaone, go ja dijo tša phepo, go phela mokgwa o mokaone wa bophelo, le go nwa dihlare tša gago, go dula o enwa di-ARV ka mehla.”

Cindy Pivacic



GO LAELA DI-ARV

Ge o šetše o thomile go nwa di-ARV o swanetše go di nwa letšatši le lengwe le le lengwe ka nako ye e swanago. Ke boikgafo bja bophelo ka moka. Go bohlokwa gore o se ke wa tshela goba wa emiša go nwa di-ARV, le ge e ka ba letšatši le tee.

O swanetše go dula o eya diketelong tša tekolo kliniking gomme o tšeye di-ARV tša gago ka nako, gore di se ke tša go felela. Go tshelwa goba go emiša go nwa di-ARV tša gago go ka feletša ka go šitwa ga dihlare, fao e lego gore kalafo ga e sa šoma go laola HIV.

GO ALAFA DIPHETETŠO

O ka ba le diphetetšo tše di amanago le HIV, malwetšana a ka morago ga go nwa dihlare ao a bakwago ke ge o enwa di-ARV goba diphetetšo tše dingwe tšeo di tlwaelegilego.

Ge o ka bajwa, botša mošomi wa tlhokomelo ya tša maphelo wa gago ka pela ka fao go kgonagalago o hwetše kalafo. Ka kalafo, diphetetšo tše ntšhi di ka alafšwa ka katlego.

GO KGETHA MOKGWA WA BOPHELO O MOKAONE

Go batho bao ba phelago ka HIV, mokgwa wa bophelo o mokaone o swana le go motho yo mongwe. O akaretša:

- Go ja dijo tša phepo;
- Go itšhidulla kgafetša kgafetša;
- Go khutša ka fao go lekanego; le
- Go hlokomela go phela gabotse ga gago ka monaganong le ga maikutlo.
- Go hlapa matsogo ka meetsi le sesepa kgafetša kgafetša.

Go kgetha mokgwa wa bophelo o mokaone go tla go thuša go:

- Šoma di-ARV ka mmeleng le go laola malwetšana afe goba afe a ka morago ga go nwa dihlare.
- Go dira gore mašole a mmele a gago a dule a na le maatla gore a kgone go lwantšha diphetetšo le malwetši bokaone.
- Fokotša go ba kotsing ga gago ga go ba le bolwetši bja pelo, bolwetši bja swikiri, dikankere le kgatelelo ya madi a magolo.
- Fihlelela le go phela o na le boima bja mmele bjo bokaone.

GO LAELA LENANEO LA DIJO TŠE KAONE

Go tšea diphepo ka ga dijo le dino tša phepo go ka go dira gore o ikwe bokaone le go ba le maatla mantšhi. Go ja dijo tša phepo go ra gore o latela lenaneo la dijo tša phepo tše bonolo, tše foreše le tšeo di sego tša šongwa.

Ge o hwetša gore go nwa di-ARV go go dira gore o ikwe o sellega goba go go dira gore go be boima go wena go ja, boledišana le mošomi wa tlhokomelo ya tša maphelo wa gago goba mošomi wa tša phepo.

