Adeegyada Sheffield ee Daaweynta Maandooriyaha iyo Qamriga

Fiirusyada Dhiiga Ku Gudba
(Blood-Borne Viruses ‘BBVs’)

Wargelin iyo Daaweyn Looogu Tallagalay Kuwa Maandooriyaha Isticmaala ee Sheffield Deggan

Luqadaha Kale

Qaab buug-yarahan ah oo ku baxa luqadaha kala ah:
Carabi, Urdu, Soomaali, Faarsi, Burtuqiis, Boolish, Faransiis iyo Kurdi ayaa laga heli karaa website-ka hey’ada DAAT oo ah : **www.sheffielddaat.org.uk/**
Waxaa kale oo goobtan laga heli karaa isaga oo fart waaweyn ku qoran waaweyn ku qoran

Waa Maxay Fiirusyada Dhiiga Ku Gudba?

Fiirusyada (Viruses) waa wax aad u yar-yar oo isha oo keliyah lagu ma arko. Waxa ay galaan unugyada jir caafimaad qaba oo lahaan-kac (infection) ama caabuq bay wadaan. Waxa ay ku faafi karaan siyaabo tirro ah (eeg Sidee bay dadka lahaan-kaca uga qaadaan fiirusyada BBVs-yada ah?). gudaha buug-yarahan, waxa aan ku eegeynaa fiirusyada dhiiga ku gudba. Fiirusyada sida ugu weyn dhiiga ugu gudba ee BBVs-yada ah waa HIV (Hej Ay Fii) iyo Hebitaytis (Hepatitis).

Waa Maxay HIV?

HIV waxa ay u istaagan tahay Human Immunodeficiency Virus (Fiiruska Isdifaac-ka-dhinnaanshaha Aadanaha). Waxa uu sababi karaa cudurka Acquired Immune Deficiency Syndrome (AIDS 'Aydis') oo uu kicnihiisu yahay Cudurka la Qaado ee Isdifaac-ka-dhinnaanshaha ah). HIV waxa uu wax u dhimayaa habka isdifaacidda jirka, sidaas daraadeed waxaa yaraaneysa sidii uu jirka isga difaaci lahaa wixii lahaan-kac ama caabuq ah ee ku dhaca. Tan waxa ay dadka HIV-ga qaada ka yeelaa kuwo u sii furma lahaan-kacyo ama caabuqyo kale oo aad u darran iyo cudurada kansaradda (cancers) ah.

Waa Maxay Hepatitis?

Hepatitis B iyo C waa caabuqaad beerka ku dhacda. Hepatitis A ma aha fiirus dhiiga ku gudba laakiin waa mid caadi ahaan ku faafa taabashada saxarada ama xaarka uu dhigey qof lahaan-kac qaba ama caabuqsan.

Hepatitis B

Waxaa dhici karta in aysan dadka qaba lahaan-kaca Hep B ka muuqan wax callaamado ah, ama waxa ay dareemi karaan ladnaansho dari ay u weheliso labalabo, matag iyo hamuunta oo ka lunta iyaga oo aan cudur qaas qaadin. Dadka waaweyn intooda badan waa ay ka soo kabsadaan laakiin waxaa jiri doona boqolley tirro yar oo lahaan-kaca ama caabuqsanaan sii qabi kara ayna dhici karto in ay fiiruska sii gudbiyaan.

Hepatitis C

Kuwa lahaan-kaca qaba ama caabuqsan intooda badan ka muuqan maayaan wax callaamado ah mana garanayaan in ay lahaan-kaca qabaan iyo in kale. Waxaa dhici karta in ay qaar muujiyaan callaamado u eg sida kuwa hargabka ama cagaarshowga. In yar baa si buuxda uga soo kabata

laakiin dadka intiisa badan waxa noqon doonaan kuwo muddo dheer cudurka sideyaal ah oo caabuqsan oo qiyaas 1 ka mid ah 3 qofba haar ayuu beerka ku yeelan doonaa (cirrhosis) gudaha waqti 20-30 sano ah. Tanna waxa ka sii dhallan kara kansarka beerka.

Qamri cabitaanka lagula ma talliyo dadka qaba lahaan-kaca Hep C, maadaama la og yahay in uu qamriga cudurka ka yeelo mid si degdegsiimo leh u sii horemara oo sii darnaada.

Sidee bay dadka ku qaadaan fiirusyada dhiiga ku gudba ee BBVs-yada ah?
Lahaan-kaca ama caabuqa waxaa sababa dhiig ama dheecaan kale oo kuwa jirka ka mid ah (sida shahawada ama dheecaanka siilka) oo ka yimid qof caabuqsan galana hab-dhismeedka jismi ahaaneed ee qof kale. Siyaabaha ay sidani ku dhici karto waxaa ka mid ah isku galmoodka aan wax iska difaaciffa laheyn (unprotected sex), kor taatuu ku sameysiga (tattooing) uu fuliyey qof aan aqoon iyo xirfad u laheyn, iyo wadaagista maqasyada ama cadayada sida dhiig lahaan-kacsan ama caabuqsan. Waayadii hore fiirusyada BBVs-yada waxa ay ku faafi kareen dhiig ku shubidda (blood transfusions) laakiin hadda dhiiga waa la kala hubsadaa oo habkani waa mid amaan ah.

Hase ahaatee habka aan ka welwelsan nahay ee halkan ka jira waa lahaan-kac qaadista ka dhalata wadaagista irbada ama qalabka la isku mudo, oo ay qaadooyinka ka mid yihiin, wax sifeeyeyaasha iyo bixyaha.

Fiirusyada BBVs-yada ah la isugu ma gudbiyo hawl-qabadyada caadiga ah sida qufaca, diifsiga, dhunkashada, cunto wadaagista, alaabta cuntada ama musqulaha.

Waa maxay daaweynta la heli karo?

HIV
Ma jiraan wax tallaal ama daaweyn ah oo HIV loo hayo laakiin waxaa jira daaweyn waxtar u leh kor u qaadista tayada dadka noloshooda iyo u suurtogelinta sii dheereynta waqtiga noloshooda.

Hep A
Waxaa jira tallaal loogu tallogalay Hepatitis A; kan waxaa lagu talliyaa in la siiyo dadka qaba ama halis ugu jira qaadista Hep B ama C, maadaama uu Hep A u badan yahay in uu sababo dhibaatooyin darran oo ku sii bata dadka horeyba cudur beerka uga qabay.

Hep B
Waxaa jira tallaal lagu badbaadinayo dadka ay dhici karto in ay halis ugu jiraan lahaan-kac qaadista. Waa dhif in uu qof uu Hep B ku raagey la daaweeyo laakiin waxaa la heli karaa daaweyn lagu yareynayo halista uu qofka ugu jiro in ay dhibaato darran beerka ka sii gaarto.

Hep C
Ma jiraan wax tallaal ah oo Hep C dadka looga badbaadinayo laakiin daaweyn baa la bixin karaa. Waa suurtogal in qiyaas nus ka mid ah dadka xaaladahan la kulma si dhameystiran looga nadiifiyo fiiruskii ay qaadeen.

Ma u baahan tahay in lagu caawino

Ma kula tahay in aad halis ku jiri kartid oo aad caawinaad u baahan tahay?

Haddii ay kula tahay in aad halis ku jirto, waa muhiim in aad is tijaabiso. Haddii aad qaadaneyso maandooriye ka daaweynta, waxa aad la hadli kartaa qofka shaqaalaha muhiimka kuu ah ee kuu diyaarin kara in baaritaan laguugu sameeyo ama gudaha guriga Guernsey House amase xarruunta the Fitzwilliam Centre (eeg Kuwa lala xiriirayo ee buug-yaraha dhabarkiisa ku qoran).

Adeegyada Sheffield ee Daaweynta Maandooriyaha iyo Qamriga

Sida caawinaada loo helo (waa la sii wadaa)

Ama waxa aad u tagi kartaa takhtarkaaga guud ee GP-ga ah, kaas oo in lagu tijaabiyo kuu diyaarin doona. Haddii aadan GP laheyn, ama haddii aadan rabin in aad halkaas aado, waxa aad aadi kartaa Rugta Caafimaadka ee Hab-dhiska Tarranka-Kaadi-Mareenka – waxa aad u baahan doontaa in aad teleefoonka uga wacdo si aad ula ballanto (eeg Kuwa lala xiriirayo ee buug-yaraha dhabarkiisa ku qoran). Toddobaadkiba dhawr jeer baa kullanada Kalkaaliyaha lagu qabtaa goobta hey'adda Turning Point (eeg kuwa lala xiriiro), waxaana halkaas lagaaga tijaabin karaa Hep B iyo C waxaana lagugu siin karaa tallaalka Hep A iyo B.

Ma jiraan wax kale oo caawinaad ah oo la heli karo?

Adeeg Shaqaale Bulsho ah ayey dadka qaba lahaan-kaca Hepatitis C iyo HIV ka heli karaan xarruunta Forge Centre waxaana ka mid ah taageero iyo tallo-siin (counselling). Waxaa kale oo jira Koox Taagero HCV ah oo goobta joogta taas oo si gooro joogto ah u kullanta. Waxa aad wargelin tan ku saabsan heli kartaa adiga oo la xiriiraya xarruunta Forge Centre (eeg kuwa lala xiriiro).

Sidee baad naftaada uga badbaadin kartaa lahaan-kaca?

Sheeyga ugu muhiimsan oo aad sameyn kartid waa adiga oo aan weligaa dad kale la wadaagin irbado ama qalab la isku mudo oo ay ka mid yihiin, oo ay qaadooyinka, wax sifeeyeyaasha iyo bixyaha. Qalabka is duritaanka ayaa lacag la'aan looga helaa halka Irbadaha Lagu Bedesho ee ku dhex taal hey'adda Turning Point iyo tirro ka mid ah farmashiyeyaasha / kiimisteyaasha Sheffield ku dhex yaal . faahfaahinta kala xiriir hey'adda Turning Point (eeg kuwa lala xiriiro).

Wax asturnaanta

Wargelinta ku saabsan adiga iyo daaweyntaadaba waxaa loo heyn doonaa si kuu xafidan oo u qaas ah kuwa ogaanshaheeda u baahan.

Ma Dooneysaa in aad wax badan sii ogaato?

Kuwa Waxtarka leh ee lala xiriiro:

Xarruunta loogu tallogalay HIV (Hej Ay Fii) iyo Caafimaadka Galmada	Tel: 0114 226 1900
Rugta Caafimaadka ee cudurka Hebititis(Hepatitis) ee Isbitaalka Royal Hallamshire Hospital (si ballan loogu dhigto soo gudbin qoraal ah ayaa loo baahan yahay)	Tel: 0114 271 3560
Rugta Caafimaadka ee Hab-dhiska Tarranka-Kaadi-Mareenka, Isbitaalka RHH	Tel: 0114 276 6928
Irbad Bedelashada ee hey'adda Turning Point	Tel: 0114 275 5973
Adeegyada Shaqada Bulshada ee Hepatitis C & HIV (Xarruunta Forge Centre) Kooxda Taageeradda HCV ee goobta	Tel: 0114 226 1142
Kooxda Sheffield ee Wax Ka Qabadka Maandooriyaha & Qamriga	Tel: 0114 273 6851 Web: www.sheffielddaat.org.uk
Guriga Guernsey House (Rugta Daryeelka Caafimaadka Aasaasiga ah)	Tel: 0114 226 1844
Xarruunta Fitzwilliam Centre (Lagu Aaminta Daryeelka Sheffield)	Tel: 0114 30 50 500

(Space for Sheffield DAAT & NHS logos)

Kani waa mid ka mid ah tirro taxane ah oo ah buug-yareyaal ku saabsan daaweynta maandooriyaha iyo qamriga waxaana soo saarey Kooxda Sheffield ee Wax Ka Qabadka Maandooriyaha iyo Qamriga (Sheffield Drug & Alcohol Action Team) oo maalgelin ka helaya Wakaaladda Daaweynta Qaranka. Waxa aan jeclaan laheyn in aad qirno wax ku soo biirintii uu Mashruuca Adeeg Isticmaaleyaasha Tabarucaada ku Shaqeeya ee Sheffield uu buug-yarahan wax ugu soo biiriyey.