

Chapit 17

Nan chapit sa a, n ap jwenn:

Kisa yo rele VIH? Kisa yo rele SIDA?	284
Nan ki kondisyon moun trape VIH/SIDA?	285
Poukisa, VIH ak SIDA diferan pou fanm	286
Prevansyon kont VIH/SIDA	286
Tès VIH la	288
Kontinye viv nòmalmman lè nou gen VIH/SIDA	290
Gwosès, Akouchman ak bay tete	292
Kijan pou n pran swen moun ki gen SIDA	294
Prevansyon kont VIH nan kay kote y ap pran swen moun ki deja enfekte	295
Kijan moun ki enfekte ak VIH ka rete anfòm pi lontan posib	296
Pwoblèm medikal moun ki enfekte abitye genyen	297
Lafyèv	297
Dyare	298
Bouton (sou po) ak gratèl	300
Kè plen ak vomisman	302
Tous	303
Tibèkiloz (TB)	303
Pwoblèm nan bouch ak nan gòj	304
Blese ak maleng	306
Pwoblèm mantal	308
Doulè	308
Kijan pou n pran swen yon malad ki pa lwen lanmò	309
Ann travay pou Chanjman	311
Ki kout men nou ka bay nan prevansyon SIDA	312

SIDA (nan lang franse: Syndrome d'Immuno D ficiency Acquis)



Nan moman kote n rive la a, nou deja tande pale kanmèm de maladi SIDA - kit se nan radyo, kit se nan mache kote n al vann oubyen achte, kit se anba bouch vwazen, kit se nan sant sante. Nou gen dwa kw  SIDA pa pwoblèm pa n. Men viris SIDA a gen tan enfekte plizyè milyon moun sou lat . E kantite fanm k ap trape enfeksyon an pa sispann ogmante.

➤ *SIDA se pwoblèm tout moun*

Yon s l jan n ap ka pwoteje t t nou kont SIDA, se si n konprann kisa yo rele SIDA epitou si n pa neglije pale sou sa ak fanmi nou ansanm ak zanmi n.

“Maladi Sida ap f  chou e rav, paske n f men bouch nou sou sa. Li kontinye f  pwogr , paske n f  l tounen yon sekre. Maladi a gen tan f  yon bann dega, paske div s kalte moun te chwazi pou yo pa di yon mo sou sa... Mwen menm, m deside pale sou kesyon SIDA a, pou pitit mwen ak pitit pa w ka sove. Anvan l  a rive pou yo f  lanmou, paw l SIDA a ap gen tan rive nan z r y yo, y ap gen tan jwenn enfòmasyon sou maladi a, y ap ka pale sou sa ak l t moun.”

- *Noerine Kaleeba, fanm peyi Ouganda. Mari Manmzèl mouri SIDA*

POUKI SA TOUT KANTITE FANM SA YO TRAPE VIH/SIDA

SIDA gaye pi vit nan peyi ki plen moun p v ak moun ki pokonn ni li, ni ekri. Anpil fwa, moun andey  konn s toblaje kouri kite fanmi yo pou y al chache yon lavi miy  lavil, l  grangou, lag  oswa chomaj ap frape peyi yo. Souvan, moun sa yo konn p di tout prensip ak tradisyon yo te leve jwenn. Se nan konsa tou, yo konn lage k  yo nan kouche ak moun yo pa konnen. Sitiyasyon sa yo malouk anpil sitou pou fanm. Andedan sosyete nou yo, medam yo pa m t t t yo. Yo pa ka kontwole lavi yo jan yo pi pito e pwoblèm sa pi grav pou fanm ki nan miz . Anpil kote sou lat , lalwa ak tradisyon, sètadi prensip moun leve jwenn, anpeche medam yo meble lespri yo, aprann metye epi jwenn enfòmasyon sou fonksyonman k  yo.

➤ *Paske yo manke pouvwa ak enfòmasyon medam yo pi fasil pou yo trape SIDA*

Kisa yo rele VIH?

Kisa yo rele SIDA?

➤ *Toutotan nou santi n byen, menm si n gen VIH, nou poko gen maladi SIDA.*

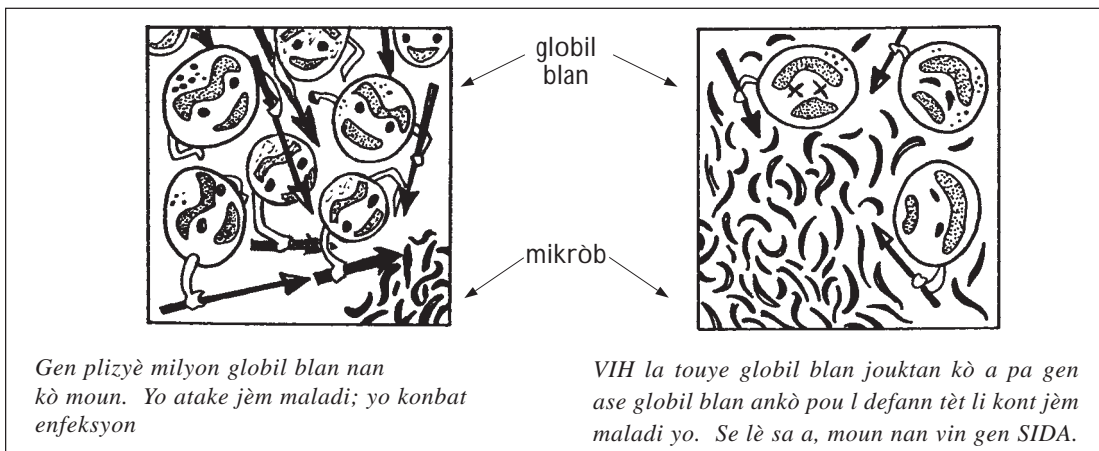
VIH (nan lang franse: Virus de l'Immuno-Déficiencie Humaine, sa vle di, viris ki fè kò moun pèdi tout mwayen defans li genyen) se yon ti jèm nou pa ka wè ak je n. SIDA, li menm, se maladi moun vin genyen, kèk tan apre nou fin enfekte ak viris ki rele VIH la, sa vle di, viris SIDA a.

VIH

Lè yon moun enfekte ak VIH, viris la atake sistèm defans li, sa vle di tout bagay nan kò l ki pèmèt li goumen ak enfeksyon. Ti pa, ti pa, VIH la touye tout selil ki nan sistèm defans li, jouk kò a pèdi tout zam li te genyen pou l defann tèt li kont jèm maladi yo.

Malgre maladi a konn antre byen vit sou kèk moun, gen anpil lòt ki ka toujou rete anfòm, 5-10 zan apre yo fin trape enfeksyon an. Men se sèten, sistèm iminite a ap rive yon lè kote l pa gen ase selil pou l goumen menm ak mikwòb ki, nan sitiyasyon nòmal yo, pa janm fè moun malad. Kòm moun ki enfekte ak VIH konn pase plizyè ane anvan yo malad, pi fò moun ki gen viris la konn santi yo anfòm. Kèk fwa, yo pa menm konn si yo te trape l.

PA BLIYE *Yon fwa n fin trape enfeksyon an, n ap toujou ka bay lòt moun li, menm si n santi n an sante. VIH pa make sou figi pèsonn, kit se gason, kit se fanm. Se sèl yon tès VIH k ap pèmèt nou konn si n enfekte (gade nan paj 288).*



SIDA

Yon moun gen SIDA, lè sistèm defans li vin nan yon eta kote l pa ka konbat enfeksyon ak maladi moun abitye genyen. Tout moun ki gen SIDA pa fin gen menm siy. Fanm konn pa gen menm siy ak gason. Anpil fwa, siy sa yo se enfeksyon ansanm ak lòt maladi moun abitye genyen. (Gade nan paj 297).

Si moun nan byen manje epi, an menm tan, li jwenn bon jan medikaman, kò l ka rive goumen ak enfeksyon yo. Konsa, l ap viv pi lontan. Men pa gen gerizon pou maladi SIDA a, li menm. Konsa, tan k tan ap pase, moun ki enfekte ak VIH ap trape maladi youn dèyè lòt, jouk kò yo vin twò fèb pou yo kontinye viv.

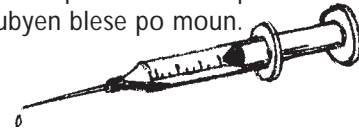
NAN KI KONDISYON MOUN TRAPE VIH/SIDA

VIH viv nan dlo kò moun ki enfekte, tankou san, semans gason (espèm) ak likid ki nan vajen fanm. Yon moun ka trape enfeksyon an, lè dlo sa yo antre nan kò l (natirèlman, fòk se nan kò yon moun ki enfekte dlo sa yo soti). **Sa vle di moun ka trape VIH/SIDA nan bagay sa yo:**

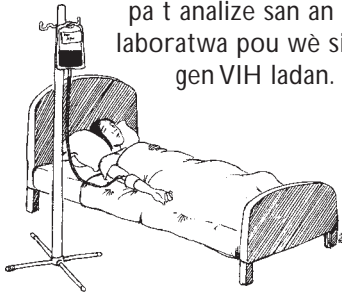
Fè lanmou san pwoteksyon (kapòt) ak yon moun ki enfekte



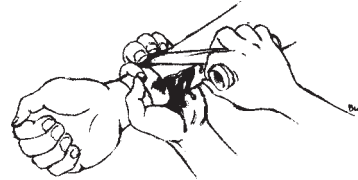
zegwi oubyen sereng ki pa pwòp oubyen nenpòt zouti ki ka pèse oubyen blese po moun.



Nan pran san (transfizyon, si pèsonn pa t analize san an nan laboratwa pou wè si l pa gen VIH ladan.



Yon manman ki enfekte ka kontamine pitit li pandan yon gwosès, yon akouchman oubyen pandan lap ba li tete.



Lè san ki kontamine antre nan blese oubyen maleng ki nan kò yon moun.

NAN KI KONDISYAN MOUN PA TRAPE VIH/SIDA

VIH pa ka viv plis pase de twa minit, si se pa andedan kò moun li ye. Li pa ka viv pou kont li ni nan lè, ni nan dlo. **Sa vle di nou pa ka ni pran, ni bay VIH, nan fason sa yo:**

Nan manyen, nan bo oubyen nan bay akolad



Nan manje nan menm asyèt ak lòt moun



Nan kouche sou menm kabann ak lòt moun.



Nan sèvi oubyen nan lave rad, sèvyèt, dra, nan sèvi ak latrin oubyen W.C, si nou suiv konsèy ki nan paj 295 yo



Nan pran swen moun ki gen VIH/SIDA, si n suiv konsèy ki nan paj 294, 295 ak 309



Lè moustik pike n.



Poukisa, VIH ak SIDA diferan pou fanm.

Prevansyon VIH/SIDA



plis pwoteksyon nan
kontak seksyèl yo

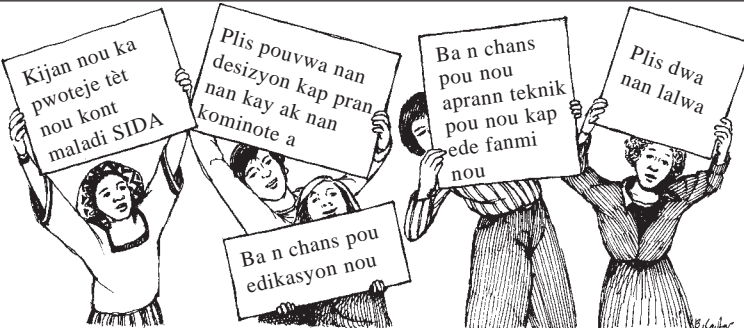
Nan kesyon VIH ak SIDA, fanm gen pwoblèm espesyal paske:

- yo ka trape enfeksyon an pi vit pase gason. Nan yon kontak seksyèl, semans nèg la tonbe epi rete pandan lontan nan vajen fanm nan. Si gen VIH nan semans lan, y ap pase san pwoblèm nan vajen nan oubyen nan kòl matris la pou yo antre nan kò fanm nan, sitou si pati sa yo gen nenpòt ti blese oubyen maleng.
- anpil fwa, medam yo enfekte pi bonè (sa vle di, lè yo pi jèn) pase gason. Sa rive souvan paske fanm ak ti demwazèl gen mwens mwayen pou yo defann tèt yo, lè yo pa vle kouche ak gason oubyen lè yo pa vle fè sa san pwoteksyon.
- lakòz pwoblèm yo konn rankontre nan akouchman, medam yo pran san (tansfizyon) pi souvan pase gason.
- fanm ki enfekte ak VIH vin gen maladi SIDA pi vit pase gason ki enfekte. Medam yo gen mwens fòs pou yo goumen ak maladi a paske, yon bò, y ap mal manje, yon lòt bò, y ap fè pitit.
- nan kesyon maladi SIDA k ap gaye a, gen twòp akizasyon ki tonbe san rezon sou do medam yo. Mesye yo gen menm valè reskonsablite ak medam yo (si se pa plis). Paregzanp, se gason ki sèvi ak lajan pou yo kouche ak fanm. E, kòm nou konnen, pwostitisyon se youn nan aktivite ki plis fè maladi a gaye.
- yon fanm ansent ki enfekte ak VIH ka kontamine tibebe ki andedan vant li a.
- an jeneral, medam yo te mèt malad, se yo menm k ap toujou pran swen moun nan fanmi yo ki gen maladi SIDA.

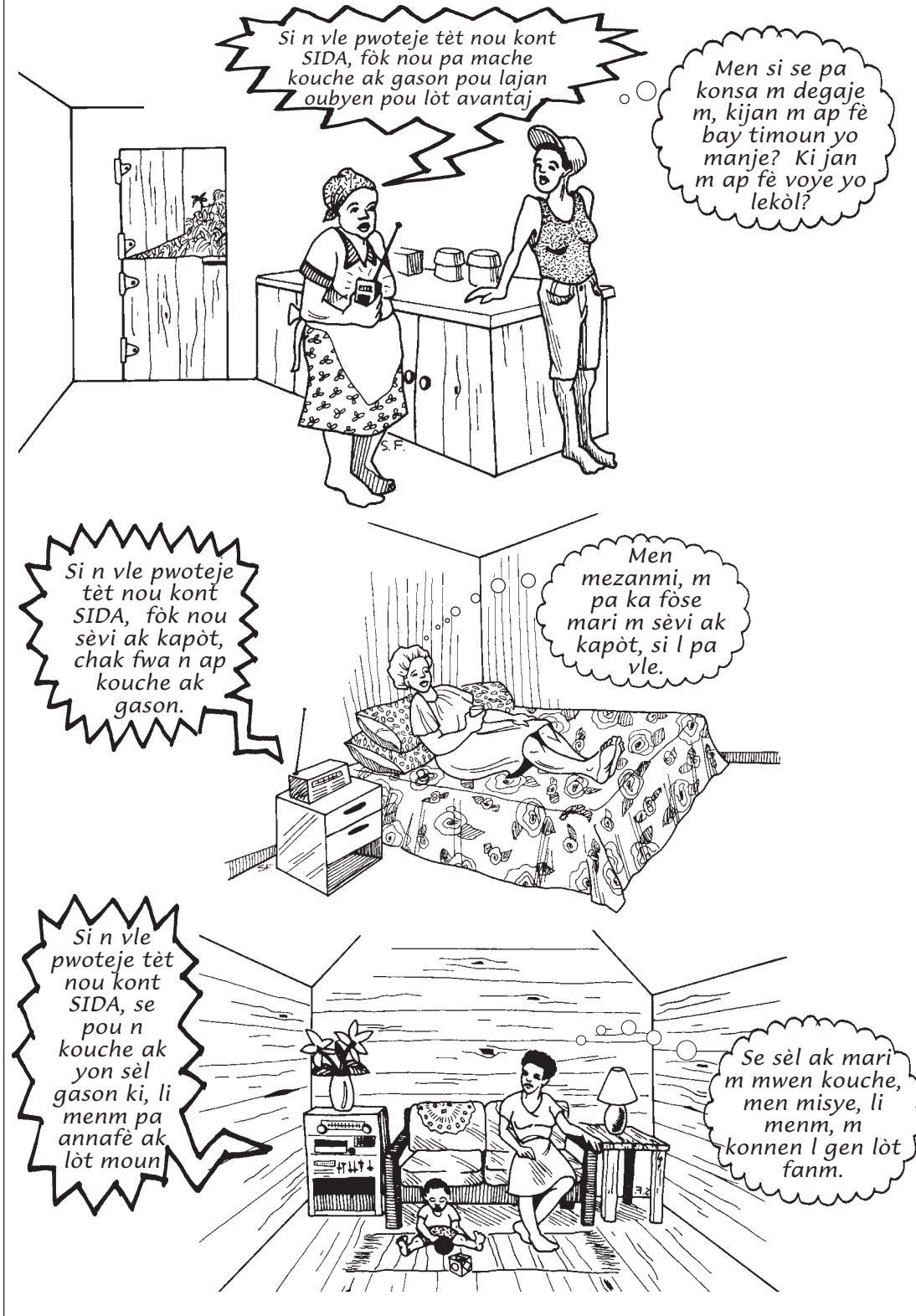
Men kijan nou ka pwoteje tèt nou kont maladi SIDA:

- si n kapab, se pou n annafè ak yon sèl nèg ki, li menm, fè lanmou avè n sèlman.
- se pou n met plis pwoteksyon nan kontak seksyèl yo — sa vle di, pwoteksyon k ap anpeche jèm maladi ki nan semans yon nèg antre nan vajen nou, nan twou dèyè n oubyen nan bouch nou.
- se pou n evite pike oubyen blese kò n ak zegwi oubyen lòt zouti ki pa dezenfekte, lè lòt moun fin sèvi avè yo (gade nan paj 521).
- se pou n evite pran san, si n pa oblije.
- nou pa dwe sèvi ni ak menm razwa (jilèt) ni ak menm bwòs-dan ak lòt moun.
- nou pa dwe manyen ni san, ni maleng lòt moun, si n pa mete yon pè gan kawotchou (oubyen yon pè gan plastik) nan men nou (gade nan paj 295).

Se dwa n, nou menm fanm ak jenn ti demwazèl, pou n pwoteje tèt nou kont SIDA. Pou n ka fè sa, fòk nou jwenn:



PREVANSYON VIH/SIDA PA TOUJOU FASIL



Si n vle pwoteje tèt nou kont SIDA, fòk nou pa mache kouche ak gason pou lajan oubyen pou lòt avantaj

Men si se pa konsa m degaje m, kijan m ap fè bay timoun yo manje? Ki jan m ap fè voye yo lekòl?

Si n vle pwoteje tèt nou kont SIDA, fòk nou sèvi ak kapòt, chak fwa n ap kouche ak gason.

Men mezanmi, m pa ka fòse mari m sèvi ak kapòt, si l pa vle.

Si n vle pwoteje tèt nou kont SIDA, se pou n kouche ak yon sèl gason ki, li menm pa annafè ak lòt moun

Se sèl ak mari m mwen kouche, men misye, li menm, m konnen l gen lòt fanm.

Tès VIH la

➤ *La Kwawouj oswa kwasan wouj nan peyi kote n ap viv la ka pèmèt nou fè tès VIH epi jwenn sipò psikolojik pou yon ti monnen. Pou n konn ki kote nou ka fè tès la, se pou n pran kontak ak pwogram kontwòl SIDA ki egziste nan peyi nou an. N ap ka jwenn rezilta tès la nan apeprè 2 semèn.*

➤ *Si n kapab, se pou n fè yon moun nou fè konfyans akonpaye n, lè n pral chache rezilta tès la.*

Yon fwa VIH antre nan kò yon moun, kò a kòmanse fè antikò san pèdi tan pou l konbat viris la. An jeneral, 4 a 8 semèn apre moun nan fin enfekte, tès VIH la ap pèmèt yo wè antikò sa yo nan san l. Men tou, kò a ka pran jiska 6 mwa pou l fè yon kantite antikò k ap pèmèt yo wè si, wi ou non, moun nan enfekte. Yo rele “periyòd fenèt” oubyen “periyòd sewo-konvèsyon” tan ki pase ant moman kote moun nan trape enfeksyon an ak moman kote antikò yo parèt aklè nan tès la.

Lè yo fè Tès VIH pou yon moun, se gade yo gade si san moun nan gen antikò sa yo. Se konsa sèlman, y ap konnen si moun nan enfekte toutbon ak VIH. **Se pa maladi SIDA tès VIH la chache dekouvri nan san moun nan.**

Si rezilta tès nou an pozitif, sa vle di nou gen viris la nan san n epitou kò nou gen tan fè antikò pou l goumen ak viris la. Menm si n santi n anfòm nèt, n ap toujou ka kontamine lòt moun. **Si rezilta tès nou an negatif**, sa ka vle di youn nan 2 bagay sa yo:

- nou pa enfekte ak VIH, oubyen tou
- nou enfekte ak VIH, men kò n poko fè kantite antikò l dwe fè pou tès la ka pozitif (periyòd fenèt”)

Si malgre n fè yon tès VIH ki negatif, nou panse nou kapab enfekte, se pou n refè tès la apre kèk mwa. Kèk fwa, li ka bon tou pou n fè yon dezyèm tès, menm si premye a te pozitif. Yon travayè sante ap ka ede n pran desizyon an.

PERYÒD FENÈT OUBYEN PERYÒD SEWO-KONVÈSYON

Peryòd sa a pa dire menm valè tan nan tout ka yo. Men yon egzanp ki montre konbyen tan peryòd fenèt la te fè sou yon fanm ki enfekte:

1. Nèg sa a te enfekte ak VIH



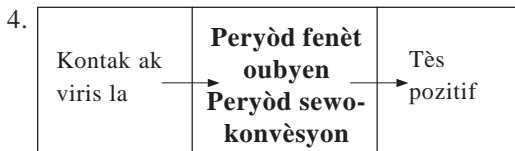
Manmzèl pran enfeksyon an tou

Mesye dam yo fè lanmou san pwoteksyon

2. Apre 3 semèn, manmzèl fè yon tès VIH ki negatif. Men sa pa vle di li pa enfekte. Li ka bay lòt moun viris la kanmèm. Tès la negatif paske manmzèl toujou nan peryòd fenèt la (oubyen nan peryòd sewo-konvèsyon an)



3. Apre 9 semèn, manmzèl fè yon tès ki pozitif.



Tan ki pase ant premye kontak manmzèl ak viris la ak moman kote antikò yo parèt aklè nan tès la se sa yo rele peryòd fenèt oubyen peryòd sewo-konvèsyon an.

Kòm peryòd sewo-konvèsyon an ka dire prèske 6 mwa, si n te ekspoze tèt nou, pito n tann 6 mwa anvan n fè tès VIH la. Si n kwè nou te pran chans pou n antre an kontak ak viris la ankò pandan 6 mwa peryòd sewo konvèsyon an, n ap oblije fè yon lòt tès ankò, 6 mwa apre dezyèm kontak sa a.

KI MOUN KI DWE FÈ TÈS VIH?

An jeneral, li pi enpòtan pou n chanje move konpòtman nou genyen (nan kontak seksyèl, paregzanp) pase pou n fè tès VIH. Men fanm ak mouche gen dwa chwazi pou yo fè tès la, lè:

- yo bezwen marye (oubyen kòmanse ak yon relasyon kote se yon sèl nèg ki annafè ak yon sèl fanm) oubyen tou lè yo vle fè pitit.
- fanm nan, mouche l oubyen pitit li gen siy SIDA.
- fanm nan oubyen mouche a te antre nan kontak seksyèl san pwoteksyon.

Men avantaj nou genyen, lè n konn rezilta tès la

Si tès la negatif, n ap ka chache fè yon jan pou n pa janm trape VIH/SIDA.

Si tès la pozitif, n ap ka:

- fè yon jan pou n pa kontamine patnè nou.
- chache tretman byen bonè pou pwoblèm sante VIH la ka lakòz.
- fè kèk chanjman nan jan n ap viv, pou n ka rete anfòm pi lontan.
- chache èd nan men lòt moun nan kominote a ki enfekte ak VIH.
- fè kèk preparasyon pou tèt nou epi pou avni fanmi nou.

Men dezavantaj nou genyen, lè n konn rezilta tès la

Yon dividal move lide ka pase nan tèt nou, si tès la pozitif. Okòmansman, li nòmal pou n santi n pran yon gwo kou. Li nòmal tou pou n refize kwè tès la pozitif toutbon. An menm tan tou, sa ka mete n an kòlè, nou ka dezespere epi nou gen dwa vle kondane pwòp tèt nou oubyen lòt moun.

Anpil fwa, n ap jwenn yon ti soulajman, lè n pale ak yon moun tankou travayè sante ki ban n rezilta tès la oubyen yon lòt moun ki gen bon rapò avè n. Men fè atansyon pou n pa al rakonte koze nou bay nenpòt ki moun. Mari nou oubyen mennaj nou gen dwa vle lage tout chay la sou do n, menm si li menm tou, li gen viris la. Gen lòt moun ki gen dwa pè rete bò kote n, oubyen tou paske, podyab!, yo pa konprann kisa VIH/SIDA ye oubyen tou paske yo pa konn kijan moun ka trape enfeksyon an. Si n kapab, se pou n al wè yon psikològ ki konpetan nan kesyon VIH/SIDA. L ap ka ede n wè ak ki moun pou n pale epi l ap montre n kijan pou n fè devan chanjman pwoblèm sa a pote nan lavi nou.

➤ **Moun pa dwe fè tès VIH pou nou:**

- **San n pa bay dizon nou**
- **San n pa jwenn konkou psikolojik anvan tès ak apre tès la.**
- **San yo pa respekte vi prive nou.** Pesonn pa dwe konn rezilta tès la, anwetan nou menm ak moun nou vle.



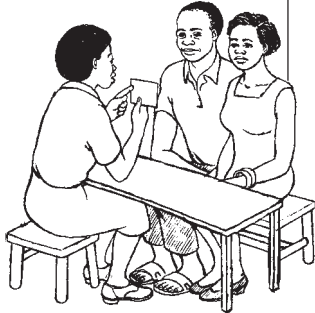
SIDA se pa ni yon malediksyon, ni yon pinisyon.



PA BLIYE Si n fè yon tès ki negatif, sa pa vle di nou p ap janm enfekte ak VIH. Si n al nan kontak seksyèl san pwoteksyon, n ap toujou ka enfekte.

Se pou n toujou fè lanmou ak kapòt.

➤ *Lè moun ki enfekte ak VIH yo jwenn konkou psikolojik, lespwa gen dwa pran plas dezespwa nan kè yo. Tankou yon fanm sewopozitif k ap viv nan peyi Kenya te di: “Lè n rankontre ak yon bon psikològ, se kòm si n santi n geri.”*



Konkou psikolojik

Yon psikològ se yon espesyalis ki la pou l koute moun ki bezwen konkou a ansanm ak fanmi li. Apre sa, l ap pale avè yo pou l ede yo goumen ak enkyetid, pwoblèm ak laperèz yo genyen. Se konsa l ap ede yo pran desizyon y ap pran yo pou kont yo.

Nan chak moman l ap travèse nan lavi a, yon moun ki enfekte ak VIH bezwen konkou psikolojik. Se pa sèlman lè yo fèk dekouvri enfeksyon an, konkou psikolojik la enpòtan. Si n enfekte ak VIH, yon psikològ konpetan ka ede n:

- wè ak ki moun pou n pale sa.
- chache konkou bò kote lòt moun ki gen viris la tou.
- al chache laswenyay nan sant sante yo, lè n bezwen.
- eksplike fanmi nou kisa sa vle di, lè yon moun trape maladi a. Sa ap ede yo aksepte sityasyon an epi sa ap montre yo kijan yo ka pran swen n san yo pa bezwen pè.
- konprann kisa pou n fè pou n ka rete anfòm pi lontan.
- fè kèk preparasyon pou lavni (demen).
- aprann kijan nou ka kontinye fè lanmou san n pa mete ni lòt moun, ni tèt pa nou an danje

Si se travayè sante oubyen dirijan legliz nou ye, nou nan yon bon pozisyon pou n pran fòmasyon pou n ka ede sila yo k ap souffri ak pwoblèm VIH. Kèk moun ki gen kèk manm nan fanmi yo ki te mouri ak maladi SIDA ka bay lòt moun ki enfekte konkou psikolojik, paske yo te fè eksperyans deja nan domèn lan.

Kontinye viv nòmalmman lè nou gen VIH/ Sida

➤ *Pi fò moun ki gen viris la nan san yo gen posiblite pou yo fè plizyè ane san yo pa malad.*

Malgre tout jefò y ap fè, ni doktè modèn, ni doktè fèy pa rive jwenn, jouk jounen jodi a, yon remèd ki ka geri maladi SIDA nèt. Men pi fò moun ki gen viris la nan san yo gen posiblite pou yo fè plizyè ane san yo pa malad. Si se nan yon moman konsa nou ye, l ap bon pou nou, si n eseye:

- **jwi chak moman nan lavi n nan fason pi ki kòrèk la**
- **rete nan mitan zanmi nou ak fanmi nou.**
- **kontinye fè travay nou nòmalmman.**
- **kontinye fè lanmou, si se sa n vle.** Plezi n ap jwenn nan karès ap ede n kenbe sante n pi lontan.

Si patnè nou enfekte

Malgre toujou gen danje nan kontak seksyèl ak moun ki gen viris la nan san yo, si n pran tout prekosyon pou n pran, nou ka kontinye fè lanmou ak yon moun ki enfekte, san n pa janm pran enfeksyon an. Pandan n ap mete plis pwoteksyon nan kontak seksyèl yo (gade nan paj 188), fòk nou byen siveye eta sante n. Gade byen pou n wè si n pa gen ankenn ti blese oubyen bouton maleng kote enfeksyon ka antre nan kò n. Pa bliye nou ka jwenn plezi nan lanmou, menm si n pa antre nan kontak seksyèl. Si n anbrase ak moun nan, si n pran l nan bra n, si n bo avè l, pa gen ankenn danje nan sa.



Antre nan yon asosyasyon kote moun ki gen pwoblèm VIH/SIDA ap pote kole youn ak lòt oubyen fòme yon asosyasyon konsa. Kèk moun ki gen pwoblèm VIH/SIDA ap travay ansanm pou yo konsyantize kominote kote y ap viv la, pou yo jwenn laswenyay pou sila yo ki malad epi pou yo defann dwa tout moun parèy yo k ap soufri ak pwoblèm VIH/SIDA genyen.



- **Kenbe nanm nou ak lespri nou an sante.** Nou ka jwenn fòs ak lespwa nan lafwa nou ak tradisyon nou leve jwenn.
- **Fè kèk preparasyon pou lavni.** Si n gen pitit:
 - rete nan mitan yo kounye a, pran swen yo epi ba yo konsèy.
 - antann nou ak moun nan fanmi nou pou yo voye je sou timoun yo, lè n pa kapab ankò.
 - ekri yon testaman. Si n gen ti lajan sere, si n gen kay oubyen pwopyete, se pou n fè yon jan pou se moun nou vle yo ki eritye byen sa yo. Kèk fwa, fanm ki pa marye yo konn pa ka kite byen yo pou pitit ak fanmi yo. Si se konsa sa ye nan zòn kote n ap viv la, li ka bon pou n eseye fè yon maryaj pou n ka kite byen nou pou moun nou vle.



gwoup konkou



Sante mantal

➤ *Si n gen pitit, se pou n montre yo batay pou yo toujou rete an sante.*

Pran swen sante nou

- **Chache laswenyay bonè, lè n gen pwoblèm sante.** Nenpòt enfeksyon ka fè sistèm defans nou (sistèm iminitè nou) pèdi plis fòs.
- **Pou kò nou ka pran fòs, se pou n manje manje ki fòtifyan.** Menm manje ki bon pou nou yo, lè n an sante, bon pou nou tou, lè n malad. Olye n gaspiye lajan n nan grenn oubyen piki vitamin (gade nan paj 165), se pou n achte manje fòtifyan.
- **Evite fimèn, evite bwè, evite pran lòt dwòg** (gade nan paj 435).
- **Pwoteje tèt nou lè nap fè lanmou,** pou n ka pwoteje sante pa n ak sante patnè nou an. Ak sa, n ap anpeche lòt enfeksyon ak gwoès nou pa swete. Ni enfeksyon, ni gwoès, ka fè sistèm iminitè nou pèdi plis fòs ankò.
- **Eseye pran bon jan repo epi eseye fè egzèsis.** Sa ap bay kò nou fòs pou l goumen ak enfeksyon.
- **Pwòpte kò nou souvan pou n ka pa trape enfeksyon.**



Gwosès, Akouchman ak bay tete



Si n pwoteje tèt nou kont yon gwosès, n ap ka ret anfòm pi lontan e, konsa, n ap viv pi lontan tou. Si se pandan n ansent, nou vin konnen nou enfekte ak VIH, fòk nou fè plis jefò pou n byen pran swen tèt nou.



periyòd kote nou ka ansent, 220 ak 233

GWOSÈS

Gwosès ka reprezante yon gwo danje pou fanm ki gen VIH oubyen SIDA. Kit se pandan gwosès la, kit se nan akouchman, yon fanm konsa gen plis chans pase lòt fanm pou l kontre ak kèk nan pwoblèm sa yo:

- li ka pèdi timoun nan (fòs kouch)
- li ka gen lafyèv, enfeksyon ak lòt pwoblèm sante.
- li ka fè enfeksyon grav apre akouchman. Mòd enfeksyon sa yo ap mal pou geri e yo ka mete lavi manmzèl an danje.

Yon lòt bò, tibebe a gen dwa:

- enfekte ak VIH
- fèt anvan lè (prematire) li ka fèb anpil epi li gen dwa pèdi lavi l.

Malgre sa, gen kèk fanm k ap soufri ak pwoblèm VIH/SIDA ki vle fè pitit kanmèm. Oubyen tou, yo gen dwa pa gen ankenn mwayen pou yo pwoteje tèt yo kont yon gwosès.

Si n vle fè pitit

Lè n vle fè pitit, si n pa pè pou ni nou menm, ni patnè a pa enfekte ak VIH, se pou n tann 6 mwa pou nou tou 2 fè yon tès VIH, si n gen posiblite pou n fè tès sa a. Pandan 6 mwa sa yo, nou dwe sèvi ak kapòt, chak fwa nou fè lanmou, epi fòk ni nou menm, ni patnè a pa kouche ak lòt moun.

Si n pa gen posiblite pou n fè tès, nou ka fè danje yo vin pi piti, si n suiv konsèy sa yo:

- Lè n pa nan peryòd kote n ka ansent la, se pou n toujou sèvi ak kapòt.
- Nan moman kote n pa ka ansent yo, se pou n pwoteje tèt nou lè nap fè lanmou.
- Pa janm fè lanmou, lè nou menm oubyen patnè a gen siy MST.

Sou chak 3 timoun ki sot nan vant fanm ki gen VIH, gen prèske 1 ki fèt ak enfeksyon an

Tibebe sa a sewopozitif, sa vle di, li gen VIH nan san l



2 tibebe sa yo sewonegatif, sa vle di, yo pa gen viris la nan san yo

Yon tibebe ka enfekte pandan l nan matris nou, pandan yon akouchman oubyen pandan n ap ba l tete. Jounen jodi a, y ap analize kèk medikaman anti viris (tankou AZT, paregzanp) pou wè si medikaman sa yo ka pwoteje tibebe nan vant kont VIH ki nan kò manman yo. Se pou n pale sou sa ak yon travayè sante ki espesyalize nan tretman VIH/SIDA pandan yon gwosès. Lè yon fanm ansent enfekte ak VIH, gen de twa nan antikò yo k ap antre kanmèm nan san tibebe a (men se pa toutan VIH la ap antre). Sa vle di, tès VIH tibebe sa a ap toujou pozitif, lakòz antikò yo ki nan san l. Men kèk tan apre, anpil timoun konsa konn fè tès ki negatif. Sa vle di yo pa t enfekte toutbon ak VIH la. Toutotan yon timoun poko gen 18 mwa, tès VIH òdinè a pap ka montre si l gen viris la oubyen si se antikò yo sèlman li genyen. Lè tibebe a gen 18 mwa, tout antikò li te pran nan san manman an ap gen tan disparèt.

AKOUCHMAN

Si n panse fanm saj la oubyen matwòn nan gen bon jan konprann, se pou n fè l konnen nou enfekte ak VIH, pou l ka pwoteje ni tibebe a, ni nou menm, kont tout kalte enfeksyon.

Aprè akouchman an, nou dwe lave pati entim nou 2 fwa pa jou ak dlo pwòp epi ak yon savon ki pa gen twòp pwodui chimik. Aprann rekonèt siy enfeksyon aprè akouchman epi chache tretman san pèdi tan, si n gen siy sa yo.

ALÈTMAN

Pafwa, tibebe yo konn pran viris la nan lèt manman yo. Pèsonn poko konnen konbyen fwa sa rive. Pèsonn pa konnen nonplis poukisa kèk tibebe pran viris la konsa, alòske lòt yo pa gen ankenn pwoblèm. Fanm ki fèk enfekte yo ak sila yo ki gen tan malad grav gen yon pi gwo kantite VIH nan lèt yo.

Gen kèk manman ki jwenn yon zanmi oubyen yon fanm nan fanmi yo ki aksepte bay tibebe a tete. Se sitiyasyon sa a ki pi bon pou tibebe a. Men an jeneral, li pi bon pou n bay pitit nou tete pase pou n ba yo lòt lèt oubyen Fòmila, menm si nou enfekte ak VIH. Nan anpil kominote, dyare ak malnitrisyon lòt lòt yo bay timoun fè plis ravaj nan mitan yo pase SIDA, sitou lè timoun sa yo poko gen 6 mwa.

Lè yo gen 6 mwa, yo pi devlope epi yo gen plis fòs. Konsa, dyare ak malnitrisyon pa ka antre sou yo menm jan an. Se lè sa a tou, nou ka ba yo lòt lèt ak lòt kalte manje. Se sa k ap pèmèt timoun nan jwenn anpil nan avantaj lèt manman genyen, pandan l ap gen mwens chans pou l trape VIH.

Si n pale ak yon travayè sante konpetan sou pwoblèm VIH ka bay, lè n ap bay pitit nou tete, n ap pi vit jwenn repons pou kesyon difisil k ap vini yo epi n ap ka deside si n ap bay timoun nan tete:

- Èske se toutbon nou gen VIH oubyen èske se toutbon nou gen Sida? Petèt, fòk nou ta fè yon tès VIH.
- Èske timoun nan zòn kote n ap viv la soufri oubyen mouri souvan ak enfeksyon, dyare oubyen malnitrisyon? Si repons lan se wi, li ka pi bon pou n ba timoun nan tete.
- Èske, kote n ap viv la, nou ka jwenn lòt lèt oubyen Fòmila ki fèt nan bon kondisyon liyèn epi, an menm tan, ki fòtifyan? Si se chwa sa a nou fè, n ap gen pou n achte lèt oubyen Fòmila pandan 6 mwa, pou pi piti. Konsa, n ap gen pou n depanse anpil lajan. Yon lòt bò, fòk nou bouyi dlo sa a pou n prepare manje pou timoun nan. Nou ka bezwen pran fòmasyon tou pou n ka konn kijan pou n sèvi ak tas ak kiyè pou n bay tibebe a lòt lèt.
- Èske n ap ka jwenn yon lòt fanm k ap aksepte bay timoun la tete? Èske n konnen si fanm sa a pa enfekte ak VIH tou?



enfeksyon aprè akouchman



lèt manman an malad

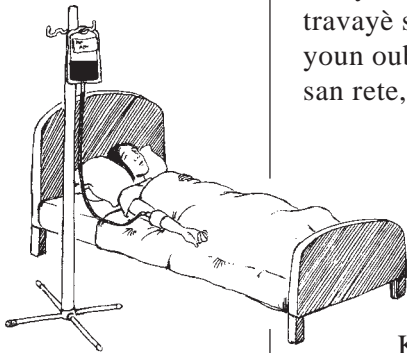


lòt kalte manje



Kèlkeswa desizyon nou te pran an, nou pa gen pou n kondane tèt nou, si tibebe a enfekte ak VIH kanmèm. Pèsonn poko fin konnen nèt tout sa yon manman ki enfekte ak VIH dwe fè pou l anpeche tibebe a pran enfeksyon an.

Ki jan pou n pran Swen Moun ki gen SIDA



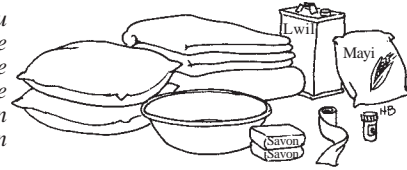
➤ *Yon psikològ konpetan se pi bon espesyalis ki ka eksplike n Ki jan pou n pran swen yon moun ki gen SIDA, san n pa entènè l lopital.*

Pwoblèm sante ak maladi gen dwa fè anpil tan sou moun k ap soufri ak SIDA. Pwoblèm sa yo gen dwa fè moun nan ak fanmi l depanse anpil enèji ak anpil lajan.

Si n gen SIDA, tanzantan, n ap gen pou n al chache tretman pou yon enfeksyon kit se lakay yon travayè sante oubyen nan yon klinik. Men nou gen dwa pa janm bezwen entènè lopital. Petèt n ap santi n pi alèz lakay nou, kote fanmi nou ap pran swen n epi nou abitye ak tout bagay.

Si n gen yon pwoblèm sante epi n pa rive jwenn soulajman lakay nou, se pou n eseye al nan yon klinik oubyen al wè yon travayè sante oubyen yon doktè nou fè konfyans akòz eksperyans youn oubyen lòt genyen nan tretman SIDA. Si n ap chanje klinik san rete, se tan nou, enèji nou ak lajan nou n ap gaspiye.

An jeneral, chak fwa nou entènè lopital, nou peye yon valè lajan ki plis pase depans nou t ap fè, si n te achte manje ak medikaman ki t ap pèmèt nou jwenn bon jan laswenyay lakay nou.



Kòm, an jeneral, se fanm ki degaje yo pou yo okipe fanmi yo, se fanm tou ki bay pi gwo kout men lè maladi yo ap swen lakay yo.

Si n ap okipe yon moun ki gen SIDA, fòk nou pran swen tèt nou tou. Se pou n mande fanmi nou, zanmi nou ak lòt moun nan kominote kote n ap viv la pou yo ban n kout men. Nou kapab byen jwenn konkou bò kote òganizasyon kominote yo, gwoup legliz, asosyasyon jenn fanm ak jenn gason ak asosyasyon kote moun ki gen SIDA yo ap pote kole youn ak lòt.

Lè Woza te oblije pran kabann akòz komplikasyon maladi SIDA, manman manmzèl te pran kouray li ak 2 men . Chak jou, li te benyen pitit fi l, abiye l ak bèl rad epi mete yon bouke flè bò kabann nan. Woza pa t gen apeti, men manman an te toujou kwit manje a yon jan pou manmzèl te ka anvè manje. Moun nan fanmi an te kontan eksplike Woza aktivite yo t ap mennen, travay yo t ap fè epi tout sa k t ap pase nan kominote a. Kontantman yo ansanm ak bèl pawòl ki t ap soti nan bouch yo te fè Woza wè kijan pesonn pa t vle voye l jete. Se prèske toutan manmzèl te konn santi l fatige. Men fanmi an te fè yon jan pou zanmi l yo te ka vin vizite l nan moman kote l te pi anfòm yo. Mizik, blag ak kontantman te plen kay la ak lavi. Konsa, Woza te santi yo renmen l epi yo bezwen l tou. Li te wè kijan SIDA pa t ka detwi ni bon jan rapò li te genyen ak moun nan fanmi li, ni bon moman li t ap pase ansanm avè yo.



PREVANSYON KONT VIH NAN KAY KOTE Y AP PRAN SWEN MOUN KI DEJA ENFEKTE

Lè n ap pran swen yon moun ki enfekte ak VIH, ankenn lòt moun nan kay la — ni lòt moun, ni nou menm — p ap kontamine, si n suiv règleman sa yo:

- Pa manyen epi pa kite kò n kole ak dlo k ap soti nan kò moun nan, tankou san, vomisman, tata ak pipi.
- Pa sèvi ak menm razwa, menm zegwi, menm zouti (si zouti a ka blese moun) oubyen menm bwòs dan ak moun nan. Si n pa ka anpeche sa fèt, chak fwa moun nan fin sèvi ak youn nan bagay sa yo, se pou n dezenfekte l oubyen mete l bouyi nan dlo pandan 20 minit.
- Panse tout maleng. Fòk ni moun ki enfekte a, ni moun k ap pran swen l yo, panse tout maleng yo byen panse ak pansman oubyen ak moso twal ki pwòp.
- Se pou n sèvi ak youn moso plastik oubyen papye, yon pègan, yon fèy ki laj, lè men nou ap kontre ak vye pansman sal, rad sal, san, vomisman oubyen tata.
- Dra, sak zòrye ak rad ki sou moun nan dwe toujou pwòp. Sa ap fè l santi l pi alèz epi sa ap anpeche l trape maladi po. Lè n ap lave rad oubyen dra ki gen san, tata (dyare) oubyen lòt dlo ki soti nan kò moun nan:
 - nou pa dwe melanje yo ak lòt lesiv k ap fèt nan kay la.
 - anvan n kòmanse lesiv la, se pou n kenbe chak rad (oubyen dra) nan yon pwent ki pwòp pou n vide dlo sou salte ki soti nan kò moun nan. Fòk nou pran anpil prekosyon, sitou lè yo gen anpil san, tankou apre yon akouchman.
 - lave dra yo ak rad yo nan yon kivèt dlo savon, mete yo seche nan solèy, si gen posiblite epi plwaye yo oubyen pase yo, menm jan n abitye fè sa.

Si n suiv tout konsèy sa yo, nou p ap janm trape VIH nan fè lesiv pou moun ki enfekte ak VIH/ SIDA



dezenfeksyon

➤ Boule nan dife oubyen antere tout vye pansman (oubyen moso twal ki mare maleng). Nou pa gen dwa lave yo.



➤ Bagay sa yo bon tou, men si n pa ka fè yo, nou pa bezwen bay tèt nou pwoblèm:

- mete klowòks nan yon kivèt dlo savon epi kite rad yo tranpe ladan pandan 10 minit, anvan n kòmanse fwote yo.
- mete gan oubyen sache plastik nan men nou.



Ki jan moun ki enfekte ak VIH ka rete anfòm pi lontan posib

Lè yon moun gen SIDA, sistèm defans li (sistèm iminitè a) vin pa ka goumen ak ankenn enfeksyon oubyen maladi ki abitye antre sou moun. Plis moun nan trape maladi, se plis sistèm iminitè li ap vin pi fèb. Konsa, apre chak maladi moun nan trape, sistèm iminitè a vin gen mwens fòs pou l goumen ak maladi k ap vini yo. Sa ap kontinye konsa jouk kò moun nan vin twò fèb pou l kontinye viv.

Pi bon fason pou sistèm iminitè a pa febli san rete, se pwoteksyon pou moun nan pran pou l ka bare wout enfeksyon ak maladi. Anpeche moun la trape enfeksyon ak lòt maladi se mèyè mwayen pou fè sistèm iminitè li febli mwen vit. Li enpòtan tou pou nou trete nenpòt ki enfeksyon moun lan pran, pou anpeche l gaye nan kò l epi vin pi grav. Konsa, yon moun ki gen SIDA va rete an sante tan k li kapab. Li enpòtan tou pou kèlkeswa enfeksyon an jwenn tretman touswit, anvan l gen tan gaye nan kò malad la oubyen tou anvan l gen tan vin pi grav. Se sèl konsa, moun ki gen SIDA ka rete anfòm pi lontan posib.

Nou ka sèvi ak medikaman pou n fè prevansyon enfeksyon

Antibiyotik ki rele ko-trimoksazòl la ka ede moun ki gen SIDA fè prevansyon kont kèk fòm nemoni ak dyare, men fòk yo ta pran medikaman sa a regilyè. Depi n kòmanse gen enfeksyon grav nan poumon, dyare ak maladi po, se pou n pran ko-trimoksazòl.

Bwè yon grenn ko-trimoksazòl 480 mg chak jou (gen 80 mg trimetoprim ak 100 mg silfametoksazòl nan chak grenn) **oubyen** 2 grenn, 2 fwa, chak semèn. Lè n ap pran medikaman sa a, se pou n bwè anpil dlo chak jou.

PA BLIYE *Moun ki gen SIDA gen plis chans pou yo fè alèji ak ko-trimoksazòl pase lòt moun. Nou dwe sispann pran antibiyotik sa a, si n gen bouton chalè oubyen nenpòt lòt siy alèji. An jeneral, lè yon moun ap pran antibiyotik regilyè, li gen dwa vin gen tout kalte enfeksyon chanpiyon lakòz: nan bouch, sou po, nan vajen. Si n manje yogout oubyen lèt kaye chak jou, n ap jwenn pwoteksyon kont kèk nan enfeksyon sa yo.*

An jeneral, medam yo plis vin gen pwoblèm chanpiyon nan vajen, lè yo pran antibiyotik san rete. Y ap jwenn soulajman ak pwoblèm sa a, si yo manje yogout oubyen lèt kaye. Yo gen dwa tranpe dèyè yo tou nan yon kivèt dlo ki gen yogout oubyen vinèg.

N ap jwenn plis enfòmasyon sou chanpiyon nan vajen nan paj 264; chanpiyon sou po nan paj 300; sou chanpiyon nan bouch nan paj 305.



siy kè sote ak siy depresyon

SANTE MENTAL

Sante mantal gen yon gwo wòl nan prevansyon maladi. Maladi SIDA ka mete latwoublay nan lespri yon moun. Anpil fwa, maladi yo gen gwo laperèz epi anpil enkyetid (anksyete). Tristès gen dwa anvayi yo, oubyen tou yo gen dwa pa menm santi si y ap viv (depresyon). Gen kèk fwa, pwoblèm mantal sa yo si tèlman grav, yo konn rive fè moun malad nan kò yo. Anksyete ak depresyon gen dwa fè kò yon moun delala. Konsa, maladi ap antre sou moun sa a pi fasil.

Li enpòtan pou n eseye rekonèt kilè yon moun gen siy maladi fizik epi kilè moun nan gen siy depresyon ak anksyete. Nou ka trete yon pwoblèm pi vit, lè n konn rasin li. Lè yon moun gen SIDA, li enpòtan pou n chache solisyon pou tout pwoblèm mantal li ka genyen, dekwa pou pwoblèm sa yo pa fè l pi malad.

Divès kalte pwoblèm sante ka antre fasil fasil sou moun ki gen SIDA. Rèl chapit sa a bay detay sou pwoblèm sante malad SIDA yo genyen pi souvan. Li montre tou ki kalte laswenyay malad yo dwe jwenn nan men fanmi yo oubyen lòt moun k ap okipe yo.

Atansyon! Se pa paske yon moun gen youn nan pwoblèm sante sa yo nou ka di li gen SIDA. Men enfòmasyon nou pral jwenn yo ap bon kanmèm pou nenpòt ki moun k ap soufri ak youn nan maladi sa yo.

LAFYEV

Si yon moun gen lafyèv tanzantan, l ap difisil pou n konnen si lafyèv sa a se siy yon enfeksyon ki ka geri, tankou tibèkiloz, maladi enflamasyon nan basen oubyen malarya, oubyen tou si lafyèv la se siy enfeksyon VIH. Lè lafyèv la se siy yon enfeksyon ki ka geri, fòk moun nan chache laswenyay pou enfeksyon sa a san pèdi tan.

Pou n wè si yon moun gen lafyèv, nou ka sèvi ak yon tèmomèt. Si n pa gen tèmomèt, se pou n sèvi ak do men nou. N ap mete yon men sou fwon moun nan epi lòt men an sou fwon pa n. Si fwon moun ki malad la pi cho pase pa n, nou mèt konnen li gen lafyèv.

Tretman:

- Dezabiye moun nan (nou gen dwa kite yon ti rad lejè sou li) epi kite yon ti van antre nan chanm nan.
- Pou moun nan ka jwenn plis frechè, nou gen dwa vide dlo sou kò l, nou gen dwa pase yon twal mouye sou li oubyen tou nou gen dwa mete konprès frèt sou lestomak li ak sou fwon l pandan n ap fè van pou li.
- Menm si moun nan pa swaf, se pou n fè l bwè anpil likid. Lafyèv ka dezidrate yon moun trapde (sa vle di, trapde, moun nan ka pèdi twòp dlo).
- Fè moun nan pran medikaman, tankou parasetamòl, aspirin oubyen ibipwofèn. Medikaman sa yo ka bese lafyèv.
- Fòk kò moun nan toujou pwòp epi byen sèch. Se pou n pase krèm oubyen lanmidon mayi sou li, pou anpeche bouton leve sou li (kit se bouton maleng, kit se ti bouton chalè).

Chache konkou travayè sante, si:

- tanperati moun nan wo anpil
- pandan plizyè jou, lafyèv la pa janm bese.
- moun nan ap touse, li gen pwoblèm pou l respire epi l ap megri.
- kou moun nan rèd; lafyèv la vini ak gwo doulè oubyen gwo dyare sanzatann..
- moun nan se yon fanm ansent oubyen yon fanm ki fèk akouche oubyen yon fanm ki fèk fè yon fòs kouch oubyen yon akouchman.
- moun nan ap swiv tretman pou malarya epi lafyèv la pa bese apre premye dòz la.
- pandan moun nan ak lafyèv la, vajen li ap bay vye dlo epi li gen doulè anba ti vant.



Pwoblèm Sante moun ki enfekte abitye genyen

➤ *Pou n jwenn plis enfòmasyon sou tout pwoblèm sante nou jwenn nan chapit sa a, gade nan liv ki rele "kote ki pa gen doktè" a oubyen nan nenpòt lòt liv sou lasante, an jeneral.*



Ki jan pou n pran tanperati yon moun



nemoni, 304
tibèkiloz, 303 ak 387
enfeksyon apre avòtman, 255
enfeksyon nan basen, 272

DYARE

Yon moun gen dyare, lè l oblije al nan latrin 3 fwa osnon plis pase 3 fwa pa jou epi, chak fwa, se tata mòl oswa tata dlo li fè. Menmsi yon moun al nan latrin souvan, depi se tata nòmral li fè, li pa gen pwoblèm dyare. Lè yon moun gen pwoblèm dyare, dyare a ka ale tounen. Pafwa, tretman an gen dwa difisil. Gen 3 pwoblèm ki ka ba malad SIDA yo dyare. Se:

- enfeksyon nan trip ki se rezilta dlo ki pa pwòp oubyen manje ki fèt nan move kondisyon liyèn;
- lòt enfeksyon viris SIDA a lakòz.
- efè segondè sèten medikaman.

Dyare ka bay moun:

- **Pwoblèm malnitrisyon**, lè kò a pa janm jwenn tan pou l itilize manje moun nan ap manje. Epitou, anpil fwa, moun ki gen dyare konn derefize manje, paske yo pa santi yo grangou.
- **Pwoblèm dezidratasyon**, lè kantite likid kò a pèdi pi plis pase kantite likid li jwenn. Moun k ap viv nan peyi cho yo ak moun ki gen lafyèv dezidrate pi vit pase lòt moun.

Sentòm dezidratasyon:

- moun nan swaf toutan
- li prèske pa pipi oubyen li pa pipi ditou
- bouch li sèch toutan
- po l vin sèch tou
- lè l ret kanpe, tèt li vire.



Rale po moun nan ak 2 dwèt...

... si l pa tounen nan plas li touswit, lè n lage l, nou mèt konnen moun nan dezidrate



Bwote al lopital

PA BLIYE Si, anplis sentòm sa yo, moun nan ap vomi, fòk li pran sewòm nan venn oswa nan rektòm san pèdi tan (gade nan paj 537). Epitou, fòk li chache konkou doktè touswit. Dezidratasyon grav se yon ka ijant

Tretman

- **Pou yon moun konbat dezidratasyon, fòk li bwè plis pase kantite likid li abitye bwè a.** Ji fwi, dlo kokoye, te sikre, labouyi, soup, dlo diri ak sewòm oral ka ede moun konbat dezidratasyon (gade nan paj 536). Menmsi moun nan pa santi l swaf, li dwe fè jefò pou l bwè yon bagay ti gout pa ti gout, chak 5 a 10 minit.
- **Se pou moun nan kontinye manje nòmralman.** Se pou l eseye manje ti manje lejè l ap ka dijere san pwoblèm. Fòk manje yo byen kwit, fòk moun nan kraze yo byen, lè l ap manje. Men kèk manje k ap bon pou moun ki gen pwoblèm dezidratasyon: sereyal (diri, pitimi, mayi) ak pwa ak vyann oswa pwason; lèt ak pwodwi ki fèt ak lèt, tankou pa egzanp, fromaj ak yogurt; epitou bannann. Fòk moun nan pa manje ni legim kri, ni sereyal ak tout pay (tankou pa egzanp, mayi an gren), ni fwi ak tout po, ni pwav, ni piman, ni manje ki twò sikre; moun nan pa dwe bwè bagay ki twò dous nonplis. Mòd manje sa yo ka fè dyare a vin pi rèd.

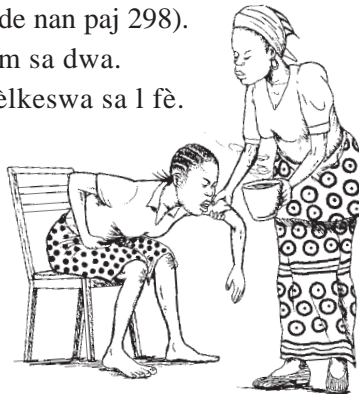


Men pou ki dyare pou n pran medikaman

- Gwo dyare sanzatann (kit se kolik, kit se pa kolik). Se pou n pran 2 grenn ko-trimoksazòl 480 mg (chak grenn gen 80 mg trimetoprim ak 400 mg silfametoksazòl), 2 fwa pa jou, pandan 10 jou. Si n fè alèji ak medikaman ki nan fanmi silfa yo, nan plas ko-trimoksazòl la, se pou n pran 400 mg nòfloksasin, yon sèl kou. Si, apre 2 jou, nou pa santi n pi byen, se pou n kouri al wè yon travayè(z) sante.
- Kolik san lafyè. Kapab byen se amib (yon seri ti vè piti piti ki viv nan dlo oubyen nan trip moun ak bèt). Se pou n pran 500 mg metwonidazòl, 3 fwa pa jou, pandan 7 jou. Si apre 2 jou, nou pa santi n refè, se pou n kouri al wè yon travayè(z) sante.
- Lè dyare fè anpil tan sou yon moun, li gen dwa vin gen yon maleng tou wouj nan twou dèyè l. Se poutèt sa li bon pou moun nan pase yon pomad tankou vazlin osnon yon krèm ki fèt ak oksid de zen nan twou dèyè li, chak fwa l fin tata. Moun nan ka gen emowoyid tou.

Chèche konkou doktè si moun nan :

- gen sentòm dezidratasyon tou (gade nan paj 298).
- pa ka manje oswa pa ka bwè kòm sa dwa.
- sanble p ap jwenn soulajman, kèlkeswa sa l fè.
- gen gwo lafyè.
- tata dlo plizyè fwa pa jou.
- kontinye ap tata san, malgre l pran medikaman.
- ap vomi tou.



Prevan syon:

- **Fòk nou bwè dlo potab.** Se pou n pirifye ni dlo n ap bwè, ni dlo n ap itilize pou n fè manje.
- **Manje manje ki fèt nan bon kondisyon liyèn, manje kisan danje.** Fòk nou lave byen lave epitou fòk nou kale (retire po) bagay n ap manje kri yo. Fòk nou kite vyan n ap manje yo byen kwit. Kouvri manje n byen kouvri pou pousyè pa tonbe ladan yo pou mouch pa poze sou yo, epitou pou lòt ensèk ak lòt bèt pa al betize ladan yo. Vye bèt sa yo ka lage mikwòb nan manje n ap manje.
- **Toujou lave men nou byen lave:**
 - lè n sot tata ak lè n sot ede yon moun ki t ap tata.
 - lè n sot netwaye timoun osnon moun ki malad.
 - anvan n al prepare manje oswa bagay pou moun bwè.
- **Pwoteje sous, pi oswa tiyo moun nan kominote nou a al chache dlo.**



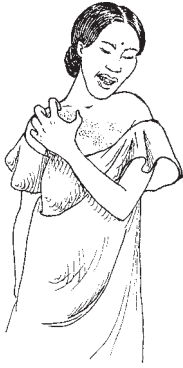
➤ *Fanm ansent ak fanm k ap bay tete pa dwe pran nòfloksasin. Pou plis enfòmasyon sou medikaman sa yo, gade nan "paj vèt yo"*



emowoyid



Dlo potab, 155
manje kisan danje,
156
kijan pou n lave men
nou, 522



BOUTON CHALÈ AK GRATÈL

Anpil fwa, li ka difisil pou n kònnen kisa k fè yon moun gen bouton chalè ak gratèl. Men si n kenbe kò n pwòp, n ap jwenn soulajman ak anpil pwoblèm po. Se poutèt sa, fòk nou benyen, pou pi piti yon fwa pa jou, ak yon savon tankou savon damann epi ak yon dlo ki pwòp.

Si po n kòmanse twò sèch, se pou n benyen mwen souvan epitou se pou n sispann sèvi ak savon pandan yon ti tan. Lè n fin benyen, se pou n pase yon pomad tankou vazlin, oswa gliserin, lwil vejetal (sètadi, lwil ki fèt ak plant) sou kòn. Se pou n mete tou rad laj ki fèt ak twal koton.

Alèji

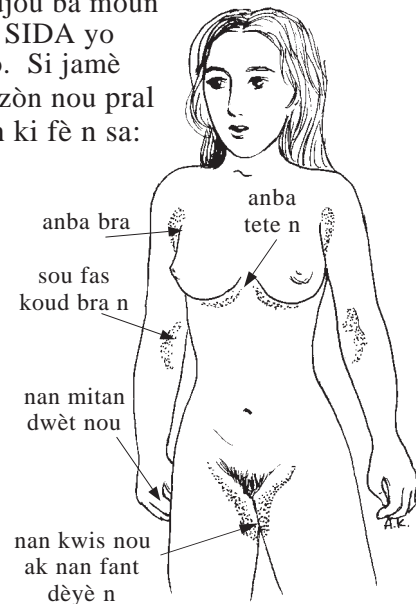
Moun ki gen SIDA fè mòd alèji ki konn ba moun bouton chalè ak gratèl yo pi souvan pase lòt moun. Medikaman ki fèt ak silfa (tankou pa egzanp, ko-trimoksazòl) ka lakòz gwo pwoblèm alèji. Si, pandan n ap pran medikaman sa yo, nou kòmanse gen bouton chalè ak gratèl, je nou ap boule n epi nou kòmanse gen pwoblèm vomisman ak vètij, se pou n sispann pran medikaman yo, menm lè a, epitou se pou n kouri al wè yon travayè(z) sante. Petèt l ap ka preskri n yon medikaman ki bon tou, ki pa gen silfa ladanl.

Enfeksyon chanpiyon ba moun (levi, kandida)

Li difisil pou n di ak kisa enfeksyon sa yo sanble, paske yo ka pran divès fòm. Pafwa, se yon seri plak tou won oswa tou wouj ki leve sou po malad yo. Plak sa yo ki gen dwa sanble ak kal pwason tou toujou ba moun gratèl. Anpil fwa, medam ki gen SIDA yo konn gen chanpiyon nan vajen yo. Si jamè nou gen maladi po nan youn nan zòn nou pral wè yo, kapab byen se chanpiyon ki fè n sa:

Tretman:

- Si, nan yon zòn nan kò n, nou wè kèk plak wouj ki ban n gratèl, se pou n kenbe zòn sa a pwòp epi sèk. Si n kapab, se pou n retire rad nou pou zòn enfeksyon a ka pran van epitou pou limyè solèy la ka aji sou li..
- Pase sou li, yon ti krèm nistatin, sou li 3 fwa pa jou, osnon ble-de-metilèn 2 fwa pa jou, jiskaske bouton yo disparèt nèt.
- Si enfeksyon an grav, nou ka jwenn soulajman ak medikaman ki rele ketokonazòl la. Se pou n bwè yon grenn 200 mg, yon fwa pa jou, pandan 10 jou (nou pa dwe pran medikaman sa a, si n ansent).



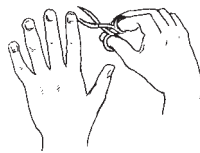
Plak mawon oswa plak wouj sou bouch oubyen sou po

Se yon kansè ki atake swa veso sangen yo (venn e latriye), swa gland lenfatik yo ki ba moun mòd plak sa yo. Kansè sa a rele "Sakòm-de-kafozi". Medikaman paka fè anyen pou li.. Si n gen difikilte pou n manje, akòz plak sa yo ki nan bouch nou, se pou n kouri al wè yon travayè(z) sante.

Gratèl

Tretman san medikaman:

- rafrechi kò nou oubyen sèvi ak evantay oubyen vantilatè pou n fè l pran van.
- Evite chalè (dife, soley) epitou evite vide dlo cho sou kò nou.
- evite grate. Sa ka fè gratèl la vin pi rèd e, pafwa, sa ka fè po nou enfekte. Koupe zong nou ra epi kenbe yo pwòp pou n ka pwoteje tèt nou kont enfeksyon.
- tranpe yon moso twal nan labouyi avwan ki fin frèt epi pase l sou nou. Doktè fèy bò lakay nou ka konseye n tou kèk fèy ki bon pou gratèl.



Nou ka jwenn soulajman tou, si nou:

- pase dlo ki soti nan yon fèy te ki pouse nan peyi Ostrali sou po nou.
- pase lalwa sou nou.



Tretman ak medikaman (sèvi ak youn nan medikaman sa yo):

- Sèvi ak yon moso twal pwòp pou n pase kalamín sou nou, chak fwa n santi gratèl la.
- Pase yon ti kantite krèm oswa pomad idwokòtizòn 1% sou nou, 3 fwa pa jou.
- Bwè yon anti-istamin, tankou pa egzanzp, difenidramin oubyen idwoksizin. Se pou n pran 25 mg, 4 fwa pa jou. Anti-istamin yo gen dwa fè domi nan je n toutan.

Zona (hèpès zoster)

Se yon viris èpès ki ba moun zona. An jeneral, maladi a kòmanse a yon seri ti bouton ki plen ak pi epitou ki bay gwo doulè. Kèk tan apre, bouton yo pete epi plak la vin pi laj. Anpil fwa, se nan figi, nan do ak nan lestomak zona parèt. Malad la gen dwa santi kòl ap boule epitou li ka gen gwo doulè. Nan dezoutwa senmenn, zona a gen dwa kòmanse geri, men doulè a ap dire pi lontan.

Tretman:

- Pase kalamín sou plak la 2 fwa pa jou, pou n konbat doulè a ak gratèl la.
- Pa kite bouton-maleng yo mouye. Mete yon pansman (ki pa twò sere) sou yo, si rad nou ap fwote sou yo.
- Pou bouton maleng yo pa enfekte, pase ble de metilèn sou yo. Si yo enfekte kanmèm, ale nan paj 307, pou n wè kisa pou n fè.
- Anpil fwa nou ka oblije pran medikaman pou doulè tou (gade nan paj 482).
- Medikaman ki rele asiklovir la ka bon pou nou tou.

➤ *Fanm ansent ak fanm k ap bay tete dwe pran anpil prekosyon, lè y ap sèvi ak medikaman ki rele anti-istamin yo (gade nan "paj vèt yo").*





NOZE AK VOMISMAN

Si noze ak vomisman anpeche yon moun manje oswa bwè nòmalmman, feblès, malnitrisyon ak dezidratasyon gen dwa fè moun nan delala. Noze osnon vomisman gen dwa fè anpil tan sou sèten moun. Pwoblèm ki ka ba malad SIDA yo noze ak vomisman se:

- enfeksyon.
- sèten medikaman.
- pwoblèm nan lestomak ak nan trip.
- viris SIDA a li menm.

Tretman:

- Lè n leve chak maten, se pou n pran kèk bouche yon bagay ki sèk (tankou pen, biskwit sèk, tchapati, tòtiya).
- Evite pran odè manje k ap kwit. Si n wè yon manje osnon odè yon manje ban n noze, se pou n evite manje manje sa a.
- Bwè ti gout te mant, te jenjanm oubyen te kanèl.
- Souse sitwon.
- Bwose dan n epi rense bouch nou souvan, pou n ka retire vye gou vomisman kite nan bouch nou.
- Ouvri pòt ak fenèt souvan pou van ka antre nan kay osnon chanm kote n ap viv la.
- Tranpe yon konprès nan dlo frèt epi mete l sou fwon nou.
- Si se yon medikaman ki ban n pwoblèm nan, gade pou n wè si n pa ka pran yon lòt medikaman nan plas li.



lòt medikaman



sewòm oral

Si pwoblèm vomisman grav anpil:

1. Sispann bwè epitou sispann manje pandan 2 èd tan.
2. Apre sa, se pou n pran 2 èd tan ankò pou n bwè kèk ti kiyè dlo, sewòm oral osnon yon lòt likid ki lejè. Se 3 ti kiyè pou n pran, chak 1 èd tan.
3. Lè 2 èd tan yo fin pase, nou gen dwa kòmanse pran 4 a 6 ti kiyè, chak inè ankò. Si n pa vomi, se pou n kontinye ogmante kantite likid n ap bwè a.
4. Si n pa sispann vomi, se pou n pran 25 a 50 mg pwometazin, chak 6 zèd tan, jiskaske n jwenn soulajman.
5. Firanmezi noze a ap ban n souf, se pou n rekòmanse pran kèk bouche manje. Kòmanse ak manje ki senp, tankou pa egzanp, pen, diri blanch, kasav oswa mayi moulen blanch.

Men kilè nou dwe chache konkou doktè

- Pandan 24 èd tan, anyen ni manje, ni likid pa fouti rete andedan vant nou.
- Pandan n ap vomi an, nou gen doulè anba ti vant oubyen gwo lafyèv.
- Vomi nou bay la pwès, li gen yon koulè vèt fonse oubyen mawon, li santi move odè oubyen tou li vini ak san.
- Nou gen sentòm dezidratasyon.

Tous

Tous se yon mwayen kò nou genyen pou l pouse rim deyò. Se konsa, li netwaye ògan respiratwa yo. An menm tan tou, tous se yon nan sentòm maladi poumon, tankou pa egzanp nemoni ak tibèkiloz. Lè poumon yo irite oubyen enfekte, yo bay plis rim..

Lè yon tous pèmèt nou pouse rim deyò, nou pa bezwen pran medikaman pou n bloke l. Okontrè se pou n fè yon jan pou rim nan ka koule pi byen. Konsa, pwoblèm tous la ap regle pi vit.

Tretman:

- Bwè anpil dlo. Dlo ap pi itil nan ka sa a pase medikaman. Dlo ka fè rim nan vin pi mòl e, lè rim nan pi mòl, l ap koule pi fasil
- Eseye touse plizyè fwa pandan jounen an, pou n ka netwaye poumon nou. Pa bliye bare bouch nou, lè n ap touse.
- Toujou fè mouvman ak kò n: fè yon ti mache osnon vire kò n sou kabann nan epi leve chita tanzantan. Sa ap ede rim nan soti nan poumon nou.
- Bwè te melanje ak sitwon ak siwo myèl oubyen bwè remèd fèy nou konn pran yo, pou n ka mouye gòj nou. Malgre siwo yo vann nan famasi yo pi chè, yo pa ban n pi bon rezilta.
- Si tous la rèd jouk li rive anpeche n dòmi lannwit, se pou n pran kodeyin 30 mg (grenn) oubyen siwo kodeyin (gade nan paj 497).

ENPÒTAN Si rim yo jòn fonsè osnon vèt, si yo gen tras san ladan yo, se kapab byen nemoni oswa tibèkiloz nou genyen. Nan ka sa yo, fòk nou pran medikaman espesyal (gade nan paj k ap vini an).

Tibèkiloz (TB)

Tibèkiloz (TB) se yon enfeksyon ki grav anpil. Mikwòb ki bay maladi sa a atake, an jeneral, poumon nou. Sentòm SIDA yo sanble ak sentòm TB yo, men SIDA ak TB se 2 maladi diferan. **Pifò gason, fanm ak timoun ki TB pa gen SIDA.**

Men moun ki gen SIDA ka trape tibèkiloz trapde, paske kò yo twò fèb pou l konbat mikwòb TB a. An reyalyite, se tibèkiloz ki reskonsab lanmò youn sou chak 3 moun ki mouri ak SIDA.

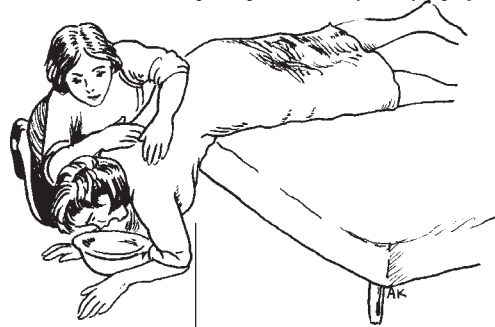
Fanm ki gen SIDA ap gen plis chans ankò pou yo trape maladi TB, si yo deja fin delala, akòz plizyè gwasès youn dèyè lòt, move alimantasyon ak pwoblèm anemi (san nan venn yo pòv).

Menmsi yon moun gen SIDA, l ap toujou ka jwenn gerizon pou maladi tibèkiloz. Se poutèt sa, li enpòtan pou l kòmanse ak tretman an bonè. **Men moun ki gen SIDA pa dwe janm trete tibèkiloz ak tyasetazòn.** Pou plis enfòmasyon, gade chapit sou "Tibèkiloz" la paj 387.

➤ *Nou PA DWE fimen, si n ap touse.*

➤ *Souvan, maladi SIDA yo konn gen nemoni oubyen tibèkiloz. Pou plis enfòmasyon, gade pi ba a ak nan paj k ap vini an.*

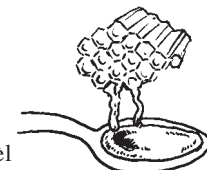
Kouche sou vant, panche tèt nou ak lestomak nou anba epi fè yon moun bat do n. Nan pozisyon sa a, n ap ka pouse rim yo deyò pi fasil.



Nou ka bwè siwo sa a pou nenpòt kalte tous, sitou tous sèk yo. Se pou n pran yon ti kiyè, chak 2 zèd tan oubyen chak 3 zèd tan.

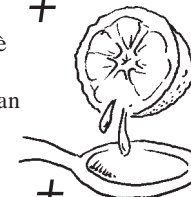
Melanje:

1 gran kiyè siwo myèl



+

1 gran kiyè ji sitwon (san dlo, san sik)



+

1 gran kiyè dlo

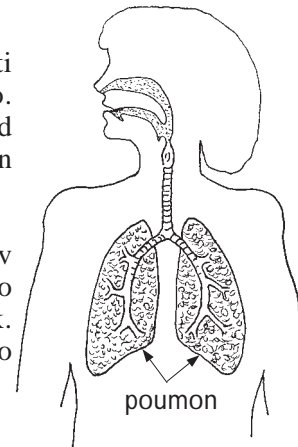


1 gran kiyè = menm kantite nan chak bagay

Nemoni

Mikwòb ki bay nemoni a atake tib piti ki antre byen fon nan poumon nou yo. Anpil fwa, vye granmoun, moun ki malad grav ak moun k ap souffri ak feblès konn trape nemoni.

Nemoni se yon enfeksyon ki ka grav anpil pou moun k ap souffri ak SIDA. Yo dwe trete l san pèdi tan ak antibyotik. Pafwa, fòk se lopital malad yo ale pou yo pran kèk piki nan venn.



Sentòm:

- Souf nou kout epi, an menm tan, souf nou wo (si n granmoun, nou ka respire plis pase 30 fwa chak minit). Pafwa, twou nen nou ouvri byen laj, chak fwa n respire.
- Se kòm si n santi nou pa ka rale kantite lè nou bezwen an.
- Lafyè antre sou nou sanzatan e, anpil fwa, se gwo lafyè.
- Lè n touse, nou bay yon rim vèt, yon rim wouye oswa yon rim ki gen tras san..
- Nou santi kò n pa bon menm.

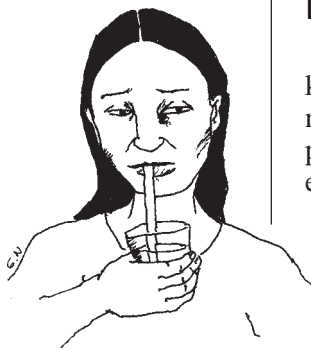
Tretman:

- Se pou n pran ko-trimoksazòl pandan 10 jou oubyen plis pase 10 jou (gade nan "paj vèt" yo).
- Bwè anpil likid.
- Eseye fè lafyè la bese.
- Si apre 24 èd tan, nou pa santi n refè oubyen tou nou santi n pi mal, se pou n kouri al wè yon travayè oubyen yon travayèz sante.

PWOBLÈM NAN BOUCH AK NAN GÒJ

Lè yon moun gen pwoblèm nan bouch osnon nan lòt pati nan kò l kote manje pase, li gen dwa gen difikilte pou l manje nòmalmman. Konsa, feblès, malnitrisyon ak difikilte l ap genyen pou l konbat enfeksyon gen dwa fè moun sa a fin delala. Fòk li eseye:

- Pran kèk bouche manje, plizyè fwa pa jou.
- Ajoute lwil vejetal (ki sòti nan plant) oubyen manba nan tout sa l ap manje, pou l ka jwenn plis enèji.
- Evite manje legim kri. Yo ka gen mikwòb epitou kò nou gen dwa gen difikilte pou l dijere yo.
- Bwè anpil likid epi veye pou l wè si l p ap dezidrate (sètadi, si l p ap pèdi twòp dlo nan kò l).



Si n bwè nan chalimo, maleng nan bouch nou yo ap fè n mal mwens.

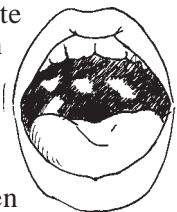
Maleng nan bouch ak nan gòj

Anpil moun ki gen SIDA konn gen maleng nan bouch. Yo konn malad nan dan ak jansiv tou. Se poutèt sa, yo dwe eseye:

- Manje bagay ki mou, evite manje bagay ki rèd oswa bagay ki ka kole andedan bouch yo.
- Manje bagay ki senp, ki pa gen twòp epis.
- Bwè likid ak soup nan chalimo.
- Manje bagay glase, bwè dlo ak ji glase, souse glas nan bouch yo pou yo ka pran souf ak doulè.

Bouton maleng arebò bouch. Kwen bouch fanm (bòkyè)

Viris ki bay maladi èpès la ka ba moun yon seri bouton sou po bouch ki plen ak pi. Menm viris sa a ka bay bouton-maleng sou po bouch tou. Kòm nou konnen, yo konn rele mòd bouton sa yo bouton lafyèv, paske grip oubyen lafyèv konn kite yo sou po bouch moun ki pa gen pwoblèm VIH/SIDA. Men moun ki gen SIDA ka gen bouton-maleng bò bouch, nenpòt kilè. Yo konn rete sou bouch malad yo pandan yon bon bout tan, men an jeneral, yo disparèt poukont yo. Pou yon moun pwoteje tèt li kont enfeksyon, se pou l pase Ble-de-metilèn sou bouton-maleng yo. Gen yon medikaman yo rele asiklovir ki bay bon rezilta tou (gade nan "paj vèt" yo). Fòk moun toujou lave men yo byen lave, lè yo fin manyen bouton-maleng sa yo.



➤ *Malnitrisyon ka fè bò bouch nou fann tou. Malnitrisyon ka ban n bouton-maleng nan kwen bouch tou.*

Plak blanch andedan bouch (chanklèt)

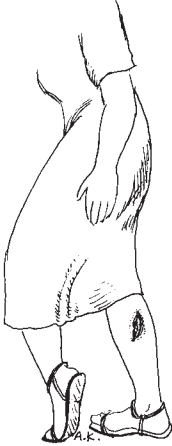
Se chanpiyon ki ba moun chanklèt. Moun ki trape enfeksyon sa a gen yon seri plak blanch ak bouton-maleng andedan bouch yo, sou lang yo epi, pafwa, jouk nan tib sila a ki konekte bouch ak lestomak, ki rele ezofaj. Pwoblèm sa a gen dwa ba moun doulè nan lestomak.

Plak blanch yo pòtre ak lèt kaye. Yo leve ni sou lang, ni sou bò dwat ak bò gòch andedan bouch la. Depi n wè plak blanch sa yo soti, lè n grate yo, nou mèt konnen se chanklèt nou genyen. Moun gen chanklèt pi souvan, lè y ap pran antibyotik.

Tretman:

Netwaye lang nou ak jansiv nou tou dousman ak yon bwès dan ki mou osnon yon moso twal ki pwòp, 3 fwa oubyen 4 fwa pa jou. Apre sa, se pou n rense bouch nou ak dlo sèl oubyen dlo sitwon. Lè n fin souke dlo a nan bouch nou, fòk nou jete l (nou pa dwe vale l). Apre sa, se pou n fè youn nan remèd sa yo:

1. Souse yon sitwon, si n kapab. Asid ki nan sitwon an ap ralanti devlopman chanpiyon an. **Oubyen,**
2. Rense bouch nou ak ble de metilèn 1%, 2 fwa pa jou. Pa vale l. **Oubyen,**
3. Mete 1 ml nistatin likid nan bouch nou, kenbe l nan bouch nou pandan 1 minit epi vale l. **Oubyen,**
4. Si chanklèt la grav anpil, nou gen dwa jwenn yon soulajman ak ketokonazòl. Bwè yon grenn ketokonazòl 200 mg, 2 fwa pa jou, pandan 14 jou (men nou pa dwe pran medikaman sa a, si n ansent).

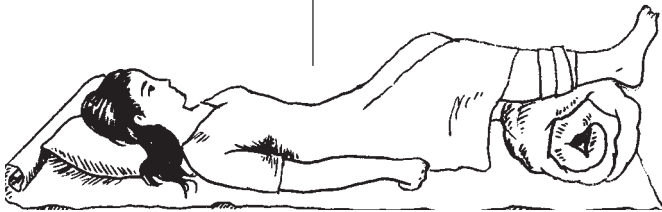
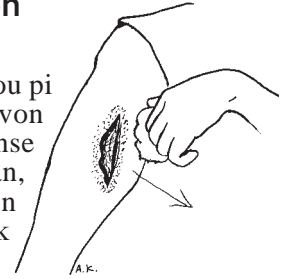


BLESE AK MALENG

Nenpòt ki bagay ki chire osnon pèse po yon moun lakòz yon blese. Kanta pou maleng, se mikwòb oubyen yon bagay ki peze po a ki lakòz yo. Sa ka rive moun ki rete nan kabann tou tan fasilman. Lé po nou koupe, blese, oubyen lè nou gen maleng, fòk nou swen yo pou yo pa enfèkte.

Men kijan pou n trete maleng ak bouton maleng nou genyen:

1. Lave maleng nan oswa bouton maleng nan, pou pi piti yon fwa pa jou, ak yon savon tankou savon damann epitou ak yon dlo ki pwòp. Kòmanse lave arebò blese a. Apre sa, n ap soti nan mitan, pou n pa tounen arebò. Si n kapab, se pou n sèvi ak plizyè boul koton, youn pou chak operasyon.
2. Si blese a bay pi osnon san, se pou n mare l ak yon twal pwòp oubyenpanse l ak twal gaz. Lè n ap mete pansman an, fòk nou pa sere l twòp, epitou se chak jou pou n mete yon lòt pansman. Si blese a sèch, nou mèt kite l san pansman. Konsa l ap geri pi vit..
3. Si se nan janm osnon nan pye nou gen maleng nan, lè n kouche, se pou n mete yon bagay anba janm nou, pou yo ka pi wo pase kè n. Pandan lajounen, nou dwe mete janm nou nan menm pozisyon an, valè fwa n kapab. Lannwit tou, se pou n dòmi ak janm nou wo. Evite fè anpil tan kanpe; evite ret chita pandan anpil tan. Si n fè yon ti mache tanzantan, l ap bon pou nou.
4. Lave ak savon tout twal nou itilize pou n mare blese a epi mete yo seche nan solèy. Nou gen dwa mete yo bouyi tou pou yon ti tan, anvan n mete yo seche. Si n p ap sèvi avè yo ankò, se pou n boule yo osnon lage yo nan latrin.



Tretman nou ka fè lakay nou, lè n gen maleng kòche

Papay: Fwi sa a gen sibstans chimik ladan ki ka fè moso chè ki kòche a vin mòl. Konsa, n ap ka rache vye moso chè sa a san pwoblèm.

Tranpe yon moso koton osnon yon moso twal gaz nan lèt papay (ki soti swa nan pye papay la, swa nan yon papay ki vèt). Depoze l kote ki kòche a. Fè menm operasyon an, 3 fwa pa jou.

Siwo myèl ak sik: Melanj sa a ka touye mikwòb, li ka bare wout enfeksyon epitou li ka fè kote ki kòche a geri pi vit. Brase siwo myèl la ak sik, jouk li vin tankou yon pat. Foure pat la byen fon nan kote ki kòche a epi kouvri l ak yon moso twal pwòp ki epè oubyen ak bon valè twal-gaz. (Melas oubyen kèk ti moso rapadou ka bay rezilta tou).

ENPÒTAN *Netwaye maleng nan epi refè remèd la, pou pi piti 2 fwa pa jou. Si siwo myèl oubyen sik la vin two plen ak pi, olye yo touye mikwòb yo, se nourì y ap nourì yo. Pou plis enfòmasyon sou mòd maleng sa yo (kòche), gade nan paj 142.*



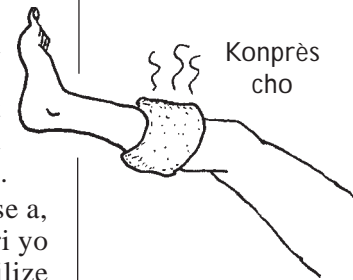
Tretman blese ak maleng ki enfekte:

Blese ak maleng enfekte, lè:

- yo vin wouj, yo anfle, yo cho epi yo fè mal.
- yo gen pi ladan yo.
- yo kòmanse santi move.

Pou blese ak maleng ki enfekte yo, se pou n kòmanse fè menm tretman ki nan paj 306 la. **Epitou:**

1. Kite yon konprès cho fè 20 minit sou maleng nan. Fè menm operasyon sa a 4 fwa pa jou. Nou gen dwa mete blese a tranpe tou nan yon bokit dlo cho ki gen savon oubyen pèmanganat ladan. Se pou n mete yon ti kiyè pèmanganat nan 4 oubyen 5 lit dlo (4 oubyen 5 boutèy ka). Lè blese a pa nan dlo a, si n kouche, se pou n mete l pi wo pase kè n.
2. Si n wè kèk kote ki tou gri oswa kèk kote ki pouri nan blese a, se pou n vide dlo oksijene sou li. Eseye wete kote ki pouri yo ak yon moso twal gaz tounèf oswa ak ti pens nou konn itilize pou n rache twal yo, men fòk nou dezenfekte ti pens lan avan.
3. Si n kapab, se pou n mete ble-de-metilèn sou blese a, anvan n panse l.
4. Si n gen plizyè maleng ki enfekte an menm tan, se pou n fè tretman an ak antibyotik, sitou si n gen lafyèv. Pran eritwomisin, dikloksasilin oubyen penisilin pandan 10 jou (gade nan “paj vèt” yo).

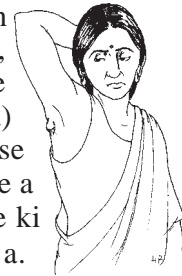


➤ *Pran prekosyon: si n mete twòp pèmanganat oubyen tou si n sèvi ak yon dlo ki twò cho, nou gen dwa boule.*

Tretman pou absè ak klou.

Moun pi vit gen abse ak klou nan lenn (abse-glann); anba bra, nan dèyè, nan do ak nan kwis.

Dèke n wè yon klou oubyen yon abse ap parèt, se pou n mete yon konprès cho sou li. Mete konprès la 4 fwa pa jou epi kite l fè 20 minit, chak fwa. Nan anpil ka, konprès la ap fè klou a (oubyen abse a) pete pou tout pi yo soti. Kontinye mete l jiskaske klou a (oubyen abse a) sispann bay pi, sètadi jiskaske maleng nan kòmanse geri. Lè sa a, se poun panse l san n pa sere l twò di, ak yon twal gaz ki tou nèf. Si abse a vin twò gwo, se pou n kouri al wè yon travayè oubyen travayèz sante ki konn kijan pou l sèvi ak zouti ki byen dezenfekte pou l netwaye abse a.



Kilè pou n mande konkou:

Fòk nou al wè yon travayè oubyen travayèz sante ki gen konpetans pou l trete enfeksyon opòtunis SIDA lakòz, si nou gen yon blese epi:

- li ban n lafyèv.
- gen yon zòn wouj arebò blese a k ap laji san rete.

Chache konkou doktè, si n gen yon blese epi:

- nou gen gangliyon (yon bann ti glann ki anfle) anba kou, nan lenn oubyen anba bra.
- blese a santi move, oubyen l ap bay yon pi ki gen yon koulè mawon oswa gri, oubyen tou li vin tou nwa epi gen yon bann ti boul k ap leve sou li. Li kapab byen ap tounen gangrèn.
- maleng nan refize geri, malgre nou pran antibyotik.

MALADI MANTAL (FOLI)

Anpil fwa, moun ki souffri SIDA konn vin gen maladi mantal oswa chanjman nan konpòtman yo, sitou lè maladi a (SIDA) gen kèk tan depi l ap ravaje yo. Pwoblèm sa yo parèt, lè enfeksyon VIH la, lèt enfeksyon, depresyon oubyen efè segondè kèk medikaman (gade nan paj 478) rive deranje sèvo moun ki malad yo.

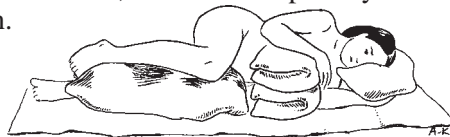
DOULÈ

Doulè gen dwa derefize lache malad SIDA yo yon may, lè maladi a rive nan dènye etap li (sa ka rive ak lèt maladi grav tankou kansè tou). Malad yo ka gen doulè pou divès rezon. Pa egzanp, yo gen dwa:

- pa ka vire kò yo.
- gen kote nan kò yo ki kòche (gade nan paj 142).
- gen enflamasyon nan janm ak nan pye.
- ap souffri ak enfeksyon tankou èpès, pa egzanp.
- gen mal tèt.
- gen lakranp.

Tretman pou doulè san medikaman:

- Malad la gen dwa fè egzèsis relaksasyon. Meditasyon ak lapriyè bon tou (gade nan paj 423).
- Li gen dwa eseye reflechi sou lèt bagay, pou l ka bliye doulè a.
- Li gen dwa koute mizik oubyen tou li gen dwa pran san l pou l koute yon moun k ap li pou li osnon k ap rakonte l istwa.
- Lè se enflamasyon nan men ak nan pye ki lakòz doulè a, malad la gen dwa eseye leve men l ak pye l anlè.
- Li gen dwa mouye kò l, lè nevràlji (doulè nan nè) fè l santi pye l ak men l ap pran dife.
- Li gen dwa mete bagay ki mou (dra zòrye oswa po bèt) nan tout kwen kabann nan, si se paske kò l twò sansib, li gen doulè a. Nan yon ka konsa, lèt moun ap manyen malad la, fòk yo fè atansyon.



- Li gen dwa fè yon jan pou pa gen ni twòp limyè, ni twòp bri, nan chanm kote l kouche a.
- Nan sèten ka, "Acupressure" ka bay bon rezilta (gade paj 542).

Ak medikaman:

Malad la gen dwa pran medikaman sa yo, pou l soulaje doulè k ap fè ale vini sou li (doulè kwonik). Se pou l pran medikaman yo regilyèman, jan yo di pou l pran yo a. Si se lèt doulè a kòmansè twò rès, li pran yo, li p ap jwenn rezilta pou l ta jwenn nan.

- ti analjezik (medikaman pou doulè) ki pa twò fò, tankou parasetamòl, pa egzanp.
- ibipwofèn - si n oblije pran yon medikaman ki gen plis fòs.
- kodyin - si doulè a rès anpil.

➤ *Medikaman pou doulè yo bay pi bon rezilta, lè n pran yo, anvan doulè a kòmansè twò rès.*



medikaman pou doulè

SIDA toujou mennen malad yo nan yon dènnye moman kote pèsonn pa ka fè anyen pou yo ankò. N ap rekonèt moman sa a, lè n wè.

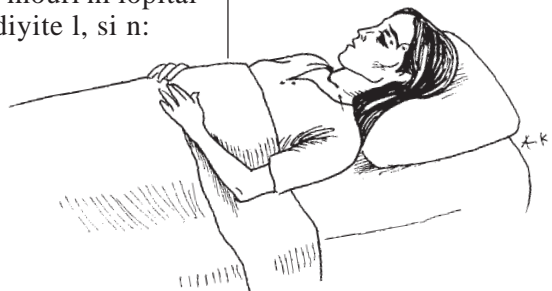
- kò malad la fin delala.
- tretman ki te konn soulaje l yo vin initil oubyen yo poko ka jwenn tretman li ta bezwen an kote li ye.
- malad la di, ak pwòp bouch li, li pare pou l mouri.

Si malad la vle mouri lakay li (sètadi, si l pa vle mouri ni lopital ni lòt kote), n ap ka ede l fè “vwayaj” la ak tout diyite l, si n:

- fè tout sa n ka fè pou l ka pi alèz.
- rive fè fanmiy li ak zanmi l rete ansanm avè l.
- pèmèt li pran desizyon l ap pran yo.
- ede l prepare tèt li pou lanmò a. Li ka bon

pou n fè ti koze avè l sou kesyon lanmò, sou laperèz lanmò konn ba moun, sou enkyetid li ka genyen pou avni fanmiy li. Si n ap eseye fè magouy pou n pa kite l konnen si l ap mouri, sa p ap itil anyen. Okontrè, se pou n fè l konnen n ap fè tout sa n ka fè pou l pa soufri twòp, n ap fè tout sa n ka fè pou l pa pase twòp mizè. Si manmzèl vle, nou mèt pale avè l sou preparasyon n ap fè pou antèman an.

Kijan pou n pran swen malad ki pa lwen lanmò yo



Lè malad la pa lwen lanmò, li gen dwa pèdi konesans, refize manje, sispann fè pipi osnon tou kòmanse fè pipi ak tata sou li, souf li gen dwa ba anpil, wo anpil oubyen tou lap monte desann.

Kisa pou n fè ak kadav yon moun ki mouri SIDA

Toutotan moun nan pako gen 24 trèd tan (1 jou + 1 nwit) depi l fin mouri, viris SIDA gen dwa kontinye viv nòmalmman nan kadav kò l. Pandan tan sa a, fòk nou kontinye pran prekosyon n ak kò moun nan, menm jan nou te konn fè sa, lè l te vivan an.

SIDA SE PWOBLEM TOUT MOUN

Li enpòtan anpil pou tout moun k ap viv nan kominote a konn kijan moun ka trape maladi SIDA, epitou kijan moun ka fè prevansyon kont SIDA. Men enfòmasyon sa a p ap itil yo anyen, si yo pa rive konprann kijan se tout moun alawonbadè ki ka trape maladi a - kidonk, yo menm tou. Si yon moun panse SIDA pa ka antre sou li, li p ap janm fè jefò pou l pwoteje tèt li.

Si n kite moun kwè se yon kategori moun (tankou pa egzanp, travayèz seksyèl, masisi osnon dwoge) ki koupab, yo gen dwa panse se sèl endividi sa yo ki riske trape SIDA. Alaverite, sèten moun, tankou pa egzanp travayèz seksyèl yo, gen plis chans pou yo trape maladi a pase lòt moun (paske, akòz travay y ap fè a, yo sètoblije kouche ak anpil gason). Men danje a egziste pou tout moun - sitou jenn fanm. Epitou se tout moun k ap viv nan kominote a ki gen reskonsablite pou yo veye SIDA.

Li enpòtan tou pou n toujou sonje se pa ak moun ki gen SIDA nou gen pou n goumen, men ak tout sitiyasyon ki fè maladi sa a ka gaye tout kote.

Ann travay pou chanjman

➤ *Se pa ak moun ki gen SIDA pou n goumen. Se SIDA ki lenmi nou.*



Sante seksyèl

Se pou n ba kèk gason fòmasyon pou yo ka travay kòm animatè tèren k ap mache simaye enfòmasyon sou SIDA tout kote gason parèy yo reyini.



KIJAN NOU KA BAY KOUT MEN NAN PREVANSYON SIDA NAN KOMINOTE K OTE N AP VIV LA.

Nan keksyon prevansyon SIDA a, edikasyon se youn nan pi gwo zouti yon kominote ka itilize. Men kèk lide k ap ede n fè travay edikasyon an pi byen:

- Nou gen dwa ba jenn ti demwazèl fòmasyon pou y al konsyantize ti demwazèl parèy yo. Menm jan an tou, nou gen dwa prepare medam ki pi gran yo pou yo ka travay ak fanm parèy yo. Konsa, kit se nan gwoup, kit se grenn pa grenn, tout jenn ti demwazèl ak fanm majè ap jwenn moun menm jan avè yo k ap ede yo konprann kò yo ak seksyalite yo epitou k ap ankouraje yo kwè nan tèt yo epi meble lespri yo. Se tout bagay sa yo k ap pèmèt medam yo egzije plis pwoteksyon nan rapò seksyèl yo.
 - Fòk nou pa janm bay manti, lè n ap konsidere ki chans fanm genyen pou yo trape maladi SIDA. Ede tout moun konprann kijan lamizè se youn nan rasin maladi a. Eksplike yo tou kijan SIDA fè plis ravaj paske sosyete nou yo pa pèmèt fanm gen kontwòl sou rapò seksyèl yo.
 - Pou n wete vye prejije moun genyen nan enfòmasyon sou SIDA oubyen ak prevansyon kont SIDA, se pou n sèvi ak pyès teyat, emisyon radyo ak televizyon ansanm ak atik nan jounal. Pa egzanp, nou gen dwa ekri yon ti pyès teyat, oswa yon ti liv komik (band desine) pou n montre kijan ti demwazèl ak fanm ki respekte tèt yo ka pale sou keksyon SIDA ak mennaj yo oswa mari yo. Kit se nan pyès teyat la, kit se nan ti liv komik lan, nou ka montre kote medam sa yo al achte kapòt epitou kote y ap mande mennaj yo oswa mari yo pou yo sèvi ak kapòt.
- An menm tan tou, nou ka vini ak divès kalte lide pou n montre kilè yon gason gen «gason» sou li. Se pou n ede moun yo kritike tout vye koze ki vle fè kwè se dwa gason pou yo gen anpil fanm. Se pou n ede yo kritike tou tout vye lide ki vle pou medam yo konpòte yo tankou zonbi, nan tout sa k gen arevwa ak rapò seksyèl. Se pou n montre kijan mòd lide sa yo reprezante gwo danje ni pou sante gason, ni pou sante fanm.
- Se pou n travay ak paran, pwofesè ak lòt granmoun (atis, pa egzanp, ki vle ba jenn fanm ak jenn gason konsèy) pou yo pa santi yo jennen, lè y ap pran lapawòl, an piblik, sou keksyon sèks ak SIDA.
 - Pou anpeche SIDA gaye nan kominote kote n ap viv la, se pou n fè yon jan pou tout moun jwenn enfòmasyon ak sèvis nan domèn sante seksyèl. Pa egzanp, fòk moun yo ka jwenn kapòt san pwoblem.
 - Se pou n mache simaye enfòmasyon sou maladi SIDA tout kote moun nan kominote a konn reyini tankou pa egzanp, nan boutik, nan restoran, nan lekòl, nan legliz epitou nan kazèn ak pòs polis.

Men yon egzanp ki montre kijan fanm ka kole zepòl ak fanm parèy yo pou yo pwoteje tèt yo kont maladi SIDA

Nan peyi Brezil, nan yon bouk ki rele Palestina, se yon «grèv vant» ki te pèmèt medam yo mete «barikad» pou bare wout maladi SIDA. Medam yo te kòmanse ak grèv sila a, lè yo te tande nouvèl yon nèg ki te kouche ak 2 fanm, pou pi piti, malgre l te konnen l enfekte ak VIH. Tout madam marye te sispann kouche ak mari yo. Tout fanm ki gen mennaj te sispann kouche ak mennaj yo. Medam yo egzije mari yo ak mennaj yo al fè tès SIDA anvan yo rekòmanse fè lanmou avè yo, epi lè yo rekòmanse, yo egzije mesye yo mete kapòt.

Jounen jodi a, anvan yon fanm Palestina annafè ak yon nèg, li mande nèg la rezilta tès VIH li a epitou li egzije li mete kapòt. Tankou youn nan medam yo di: «san pwoteksyon, anyen menm !»

Travayè(z) sante, 2 mo souple

Travayè(z) sante yo ka bay gwo kout men nan prevansyon kont SIDA. N ap fè travay sa a byen, si n:

- eksplike tout moun ki vin chache laswenyay nan men nou, kijan moun trape VIH/SIDA, sitou si se pou MST malad sa yo vin chache tretman.
- ankouraje gason tankou fanm, pou yo sèvi ak kapòt, menmsi yo deja ap swiv yon lòt metòd planin.
- toujou pwoteje tèt nou kont VIH/SIDA, lè n ap swen malad yo. Kòm pifò moun ki enfekte ak VIH parèt anfòm, se pou n pran prekosyon n ak tout pasyan yo, sètadi se pou n fè kòm si yo tout gen viris la nan san yo. Chak fwa nou gen pou n koupe po yon malad osnon touche likid ki sot nan kò li, se pou n swiv konsèy ki nan paj 295 yo. Sa vle di fòk nou toujou fè atansyon, lè n ap bay piki, lè n ap koud blese, lè n ap bay kout men nan akouchman epitou lè n ap egzamine vajen fanm.
- toujou konsidere swen sante kòm yon bagay ki entim, ki pa konsène okenn lòt moun anwotan malad la, noumenm ak fanmiy li. Fòk swen sante garanti pou tout moun alawonnbadè, kit se granmoun, kit se jenn moun.
- mande òganizasyon k ap konbat maladi SIDA nan rejyon nou an pou l voye youn nan manm li yo vin pale ak tout travayè(z) sante k ap feraye nan menm zòn avè n. Moun sa a ka fè n konnen ki tretman ki pi bon pou enfeksyon opòtinis malad SIDA yo abitye genyen. Epitou nou ka pale avè l sou tout lòt pwoblèm ki mache ak maladi SIDA. Se pou n kòmanse reflechi pou n wè kijan tout travayè(z) sante ka mete resous yo ansanm pou yo ede popilasyon y ap sèvi a epi reflechi tou pou n wè ki pòt nou dwe frape, lè n bezwen plis resous. Si yo mete resous yo ansanm, yo p ap santi yo poukont yo, lè yo kontre ak pwoblèm tèrib sa a.

➤ *Si chak travayè lasante ka bay menm enfòmasyon an ak menm sèvis yo, malad yo va depanse mwens tan, mwens lajan ak mwens fòs, pase yo pap blije chèche ki kote yap jwenn pi bon tretman.*

Fòk nou konbat laperèz ak move atitid anpil moun genyen anfas maladi SIDA

Youn nan pi bon bagay nou ka fè pou n kòmanse batay sa a, se yon reyinyon ansanm ak lòt travayè(z) sante k ap feraye nan menm zòn ak nou. Nan reyinyon sa a, nou gen dwa brase lide sou tout sa k gen rapò ak maladi SIDA. Se pou n ede tout travayè(z) sante jwenn bonjan enfòmasyon ak konesans sou maladi a.

Konsa, y ap ka pataje ak moun nan kominote kote y ap travay la enfòmasyon enpòtan ki ka itil yo. Lide depaman k ap sikile sou maladi SIDA p ap ka fè moun pè ankò, si se menm kalte enfòmasyon an tout travayè(z) sante yo ap simaye. Lè vwazinaj kòmanse gen mwens laperèz anfas maladi a, moun ki gen SIDA - ak moun k ap swen yo - ap pi alèz ak lòt moun k ap viv nan menm kominote avè yo.

Konsa, y ap ka ede tout lòt moun konprann ki chans reyèl chak endividi genyen pou l trape maladi SIDA.

Senpati ak konpasyon yon travayè(z) sante pou moun k ap souffri ak SIDA ka fè lòt moun chanje move atitid yo genyen anfas maladi yo. Kidonk, konsiderasyon travayè(z) sante a gen pou maladi yo ka pèmèt li jwenn konkou tout kominote a nan batay l ap mennen kont VIH/SIDA.

