

Waa maxay infekshinada Galmada layskugu gudbiyo (STIs) iyo Fayrasyada Dhiiga ku Dhasha BBVs)?

Infekshinada galmada laysugu gudbiyo (STIs) iyo fayrasyada dhiigga ku dhasha (BBVs) qof kasta waa ku dhici karaan.

Infekshinada qaarkood waa la daaweyn karaa, qaarna iyagaa isdaaweynaya iyo qaarna way jira yaan inta qofka noloshiisa ka hartay. Waxaa jira waxyaalo aad sameyn kartid si aad nafsadaada uga ilaalisid iyo kuwa kaleba inay qaadaan infekshin.

Sidee bay ku faafaan STIs iyo BBVs?

STIs waxay badanaa ku faafaan la qalmooshaha galmo aan la ilaalin qof qaba STIs. Infekshinka waxaa badanaa lagu gudbiyaa dheecaanka galmada sida:

- Shahwada (cum)
- Dareeraha siilka
- Dareeraha dabada (oo ka imanaya gudaha qofka dabadiisa)

Waxaa jira noocyo kala duwan oo ah STIs:

- Fayrasyada (tusaale: [herpes](#) iyo [HPV](#))
- Bakteeriya (tusaale: [chlamydia](#), [gonorrhoea](#) iyo [syphilis](#))
- Ku dulnoolaha (tusaale: [trichomonas](#))
- Cayayaanka (tusaale injinrta)

‘Dhiigga ku dhashay ‘ micnaheedu waxaa weeye infekshinka waxaa sida dhiigga. BBVs waxaa badanaa faafiya marka dhiigga qof qabaa galo dhiiggaaga.

Qaar ka mid ah BBVs ayaa sidoo kale ah STIs. Tusaale, [human immunodeficiency virus \(HIV\)](#) waxaa lagu faafin karaa dhiiggu markuu istaabto iyo dareeraha galmada.

Waa maxay infekshinada Galmada layskugu gudbiyo (STIs) iyo Fayrasyada Dhiiga ku Dhasha BBVs)?

Sidee baan u yareyn karaa khatartayda aan ku qaadi karo STIs iyo BBVs?

Waxaad ku yareyn kartaa khatartaada aad ku qaadaysid STI oo sameynaya galmo ammaan ah. Galmada ammaanka ah micnaheedu waa isticmaalida horistaagayaal, tusaale, kondomis, inta lagu jiro galmo kasta (siilka, dabada ama afka).

Waxaa sidoo kale loo baahan yahay kondom cusub haddii la wadaagayo alaabta galmada.

Kondomisku ma aha wax ku ool 100% xagga ka hortegida STIs. La hadal dhakhtarkaaga ama kalkaalisadaada wax ku saabsan baaritaar

Sidee baan ku ogaanayaa inaan qabo STI ama BBV?

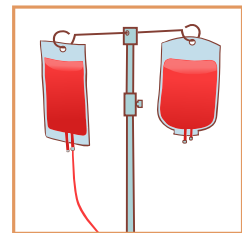
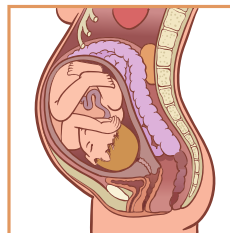
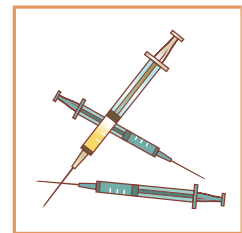
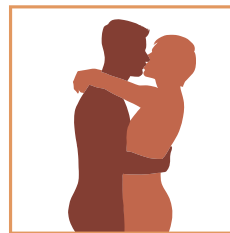
Baaritaan joogta ah ayaa ah habka ugu fiican ee lagu ogaan karo haddii aad qabto STI ama BBV.

Dad badani ma oga inay qabaan STI ama BBV sababtoo ah wax astaamo ah ma leh. Dadka qaarkii waxaa laga yaabaa inay leeyihiin astaamo sida:

- Cuncun siilka, guska ama futada hareeraheeda.
- Xannuun markaad kaadinayso (kaadin)
- Dheecaan(dareere) midab qariiba leh ama ur ka imanaysa siilka, guska ama futada.
- Xannuun inta galmada lagu jiro
- Dhiigida siilka oo aan caadi ahayn



Isticmaal kondom si aad uga ilaaliso naf-sadaada STIs iyo BBVs



Si Yaalaha loo faafiyo BBVs

Waa maxay infekshinada Galmada layskugu gudbiyo (STIs) iyo Fayrasyada Dhiiga ku Dhasha BBVs)?

How can I lower my risk of getting STIs and BBVs?

Waxaad hoos u dhigi kartaa khatarahaaga BBVs adoo:

- Sameynaya baaritaan joogta ah
- U isticmaalaya kondomiska si sax ah wakhti kasta oo aad galmo samaysid (siilka, dabada, afka)
- Aan la wadaagin qalabka laysku duro, sakiinadaha, cidiyajarta iyo inaad tattoos sameyso oo kaliya iyo isdurida meelo sharciyeysan.
- Kala hadal dhakhtarkaaga ama kalkaalisadaada wax ku saabsan PrEP

Intee jeer baa layga baarayaa STI ama BBV?

- Haddii aad ka yar tahay 30, baaritaan samee hal mar sannadkii, xitaa haddii aad isticmaashid kondom 100% wakhtiga.
- Haddii aad tahay nin u galmooda ragga kale, baaritaan samee 3 bilood ba, iyadoo ku xiran khatartaada.
- Sida ugu dhakhsaha badan ee suurtagalka ah haddii aad qabto wax astaamo ah
- Haddii welwelsan tahay sababtay doonto ha ahaatee

Maxaan sameyn karaa haddii aan u maleynayo inaan qabo STI ama BBV?

Haddii aad u maleynayso inaad qabto STI ama BBV, arag dhakhtarkaaga ama kalkaalisadaada si lagu baaro oo daaweeyo, haddii loo baahan yahay.

Infekshinka qaarkii waxay sababi karaan dhibaatooyin caafimaad oo khatar ah haddii aan la daaqeyn. Tusaale, infekshinka aan la daaweyn wuxuu keeni karaa ma dhaleysnimo (awoodid la'aan inaad carruur dhashid). STI fara badan si sahal ah ayaa loo daaweyn karaa haddii hore loo helo.

Ku celceli galmada ammaanka leh oo ha wadaagin wax qalab ah oo u soo gudbin kara dhiig jirkaaga ama qof kale jirkiisa.

Waa maxay infekshinada Galmada layskugu gudbiyo (STIs) iyo Fayrasyada Dhiiga ku Dhasha BBVs)?

Maxaan sameeyaa aan sameeyey xiriir galmo (ama wheel) keyga lagu wiisateeyey inay qabto STI ama BBV?

Waxaa laga yaabaa in lagu soo wargeliyo in xiriirka galmadaada lagu wiisateeyey inuu qabo STI ama BBV qof ahaan ama wicitaan taleefan, fariin taleefan gacmeed, warqad ama iimeyl. Waxaa laga yaabaa in adiga laftigaagu inaad qabtid infekshin oo aadan ka warqabin maadaama aadan lahayn wax astaamo ah.

Arag dhakhtarkaaga ama kalkaalisada si laguu baaro oo daaweeyo, haddii loo baahdo.

Wixii macluumaad dheeraad ah:

- La xiriir dhakhtarkaaga ama kalkaalisadaada
- La xiriir Rugta Caafimaadka [Family Planning Victoria's clinic](#)
- Akhri wax ku [saabsan maxaad fili kartaa marka lagaa baarayo STI ama BBV](#)

Waxaa sidoo kale laga yaabaa inaad xiisayso daawashada:

[Guji xiriirkan si aad u daawato Fiidyowga](#)

ku saabsan dadka dhalinyarada ah ee isticmaala adeegyada caafimaadka galmada.

