



BHA بۆ یەكسانی

خزمەتگوزارییه‌كانی تەندروستی

سێكسی

BHA بۆ یەكسانی رێكخراویکی خێرخوازی تەندروستییه‌كه پالپشتی كۆمه‌لگه‌ ره‌شپێست، ئاسیایی و كۆمه‌لگه‌ نه‌ژادییه‌ جو‌راوجۆره‌كان ده‌كات له‌ مانچستر و ده‌رووبه‌ری.

زانباری زیاتر

كۆندۆمی خۆراییی داوا بكه
www.thebha.org.uk/condoms

BHA كۆندۆمی خۆراییی ده‌گه‌یه‌نێته ناوینشانی ماله‌كه‌ت. 10 جو‌ری جیاواز كۆندۆم هه‌یه‌ كه له‌نیوانیاندا هه‌لبژێریت.



پشكنینی بۆ به‌رامبه‌ری ئیچ ئای قی HIV و ئه‌و نه‌خۆشیانه‌ی كه له‌رێگه‌ی سێكسه‌وه ده‌گوێزرێنه‌وه STI

www.thebha.org.uk/hivtesting

- واده‌یه‌ك دابنێ یان پشكنینی HIV + STI
- پشكنینی ئیچ ئای قی HIV له‌ ماله‌وه‌ داوا بكه
- له‌سه‌ر ئینته‌رنێت كرتە بکه و پشكنینی STI بۆ به‌رامبه‌ر وه‌ربگره



زانباری تەندروستی وه‌رگێڕاو

www.thebha.org.uk/resources

له‌سه‌ر ماله‌یه‌كه‌مان ده‌توانیت سه‌رچاوه‌ی یارمه‌تی تەندروستی به‌خۆراییی بدۆزیت‌ه‌وه‌ كه وه‌رگێڕاون بۆ زمانه‌ جیاوازه‌كان.



The PaSH Partnership
Passionate about Sexual Health across Greater Manchester

خزمەتگوزارییه‌كانی تەندروستی

سێكسی

خزمەتگوزارییه‌كانی BHA بۆ به‌رامبه‌ر و نه‌پین. ئێمه‌ ئه‌مانه‌ پێشنیاز ده‌کەین:

- پشكنینی بۆ به‌رامبه‌ری ئیچ ئای قی HIV + ئه‌و نه‌خۆشیانه‌ی كه له‌رێگه‌ی سێكسه‌وه ده‌گوێزرێنه‌وه STI
- كۆندۆمی خۆراییی
- سه‌رچاوه‌ی یارمه‌تی
- رێنمایی تەندروستی
- ره‌وانه‌کردنی خۆپاراستن پێش به‌ركه‌وتن PrEP

یارمه‌تی و رێنمایی

ئه‌گه‌ر پێویستیت به‌ پشتگیریه‌ له‌ راویژكارێکی تەندروستی سێكسیه‌وه، تکه‌یه‌ په‌یوه‌ندیمان پێوه‌ بکه‌ به pash@thebha.org.uk

ئێمه‌ ده‌توانیت پشتگیری و رێنمایی پێشكه‌ش بکه‌ین له‌سه‌ر:

- STIS/HIV
- واده‌كانی کلینیکی تەندروستی سێكسی
- كۆندۆم
- به‌رگرتن له‌ منالبوون
- PrEP / PeP
- په‌یوه‌ندی سۆزداري تەندروست
- راوه‌ستانه‌وه‌ له‌ سو‌ری مانگانه



پشکیننی تەندروستی سیکیسی

BHA پشکیننی تەندروستی بى بەرامبەر و نەینى پشکەش دەکات. بۆ زانیاری زیاتر لەگەڵ یەکیک لە کارمەندەکان قسە بکە.

ئایا تۆ پێویستیت بە چ جوړه نموونهیهکه بۆ پشکینهکه؟
تۆ دەبیت چەند نموونهیهکی جیاواز وەرگیریت بۆ ئەنجامدانی پشکینهکه.

بۆ پشکین بۆ HIV، هەوکردنی جگەر جوړی C، هەوکردنی جگەر جوړی B و سیفلس (فەرەنگی):
ئێمە نموونهیهکی بچوکی خوین لە پەنجەت وەرەگیرین.

پشکین بۆ کلامیدیا و گۆنۆریا (سوزەنە):
ئەگەر تۆ ژنیت، دەبیت نموونهی لیخشانە (سواب) لەناو زیت فەرەم بەکەیت.

ئەگەر تۆ پیاوێت، دەبیت نموونهی میز فەرەم بەکەیت.

ئایا من چۆن ئەنجامەکانم بە دەست دەگات؟
نموونهکانی پشکینهکەت بە پۆستدا دەنێدرێن بۆ 'تەندروستی سیکیسی باکوور' Northern Sexual Health. تۆ دەبیت ئەنجامەکانت لەماوەی 2-3 هەفتەدا بە تیکست بە دەست بگات.
ئەگەر ئەنجامەکانت بە دەست نەگەشت، تکایە ئیمەیل بۆ ha.info@mft.nhs.uk.

زانیاری تەندروستی

ئایا HIV (ئێچ ئای قی) چیه؟

HIV ڤایرۆسیکە که دەتوانیت سیستمی بەرگری لەش بپهێژ بکات ئەگەر چارەسەر نەکریت. هیچ چارەسەرێکی بنەرەتی یان ڤاکسینێک نییه بۆ HIV. بەلام لەگەڵ ئەوەشدا، ئەگەر نەخۆشییهکه زوو دەستنیشان بکریت ئیستانتا دۆخێکی تەندروستییه که شایانی چارەسەر و کۆنترۆڵ بەسەردا کردنه.

ئایا HIV چۆن دەگوێزرێتەوه بۆ کەسانی دیکە؟
HIV لەناو خوین، تۆوی پیاو، شاهمەنی ناو زێ و شیرى دایکدا دەپنرێتەوه. باوترین رێگاى گواستەوهی HIV لە رێگەى سیکیسی نەپاریزراو (بى کۆندۆم) و هاوبەشکردنی ئامپەرەکانی دەرزی لیدان و بۆ مندالە لە کاتی لەدایکبوون یان دووگیانیدا.

ئایا HIV هیچ دەرکەوتەیهکی ههیه؟
نزیکیە یەک بۆ چوار هەفتە پاش تووشبوون بە HIV، هەندیک کەس نیشانەکانی وەک ئەنفلوئەزیا ن تیدا دەرەکهوێت.

چۆن بزانیات ئەگەر HIV ت بێت؟
تاکە رێگە بۆ ئەوەی بزانیات ئەگەر HIV ت بێت ئەوەیه که پشکیننی HIV ئەنجام بەهیت.



ئایا ئەو نەخۆشیانەى که لەرێگای سیکیسهوه دەگوێزرێتەوه چین؟

نەخۆشییهک که لەرێگای سیکیسهوه دەگوێزرێتەوه (STI) نەخۆشییهکه که لەرێگەى بەرکەوتەى سیکیسیهوه له کەسیکهوه دەگوێزرێتەوه بۆ کەسیکی تر.

ئایا STI هیچ دەرکەوتەیهکیان ههیه؟

زۆریه نەخۆشییه STI -هکان هیچ دەرکەوتەیهک نیشان نادەن، بەو جوړه تاکە رێگە بۆ ئەوەی بزانیات ئەگەر یەکیک لەو نەخۆشیانەت هەبێت ئەوەیه که پشکیننیکی STI ئەنجام بەهیت.

ئایا STI دەرکێت چارەسەری بنەرەتی بکریت؟

زۆریه هههه زۆری نەخۆشییه STI -هکان دەرکێت بەشیویهکی بنەرەتی چارەسەر بکرین. نەخۆشی دیکەى STIs و ئەو نەخۆشیانەى که لەرێگای خۆپەنەوه دەگوێزرێتەوه، وەک ئاگرە (هیرپس) و HIV ناتوانرێت بەشیویهکی بنەرەتی بنر بکرین. بەلام لەگەڵ ئەوەشدا دەتوانرێت بە دەرمانی گونجاو چارەسەر بکرین.

من چۆن دەتوانم بەر لە STIs و HIV بگرم؟

باشترین رێگە بۆ خۆپاراستن لەو نەخۆشیانەى که لەرێگای سیکیسهوه دەگوێزرێتەوه STIs و HIV بەکارهێنانی کۆندۆمە لە کاتی سیکیسدا. ههروهها دەرمانیش ههیه که دەتوانێت لە دژی HIV بتپاریزێت:

PrEP - PrEP -ههیهکه که دەتوانیت بەر لە ئەنجامدانی سیکیس بپهێت و لە HIV دەتپاریزێت. دەتوانیت PrEP لە کلینیکێکی تەندروستی سیکیسی بە دەست بهێنیت یان پهیهەندی بکەیت بە

push@thebha.org.uk بۆ ئەوەی رهوانەت بکەن.

PEP - PEP -ههیهکه که دەتوانیت دواى ئەنجامدانی سیکیس بپهێت. ئەوه دەبیت لەمیانەى 72 کاتژمێردا لە کاتی ئەنجامدانی سیکیسهوه بخوریت. دەتوانیت PEP لە بەشی کارەسات و کوتوپری یان کلینیکێکی تەندروستی سیکیسی بە دەست بهێنیت.

