



Hepatitis B,
Hepatitis C iyo
Cudurka
dillaaga ah ee
HIV

Iska baadh intaad xabsiga ku jirto.

Hepatitis C waa...



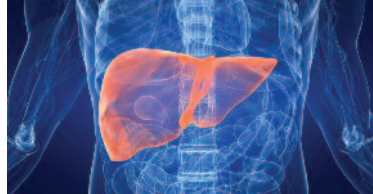
Xannuun ay keento virus (feyras) laga helo dhiiga, viruskani ama xannuunkani waxa la iskugu gudbiyaa marka qofka lagu shubo (ama irbad ahaan loogu muddo) dhiig uu ku jiro xannuunkani, siyaabaha loo kala qaado waxa ka mid ah marka hal irbad laba qof loo isticmaalo, mid xannuunkan qaba iyo mid aan qabin. Midda kale, dadku waxay khatar ugu jiraan inay kala qaadaan xannuunadan dhiiga ku dhaca, marka ay wada isticmaalaan hal irbad ama wadaagaan daroogo sida mida loo yaqaan paraphernalia iyagoo isticmaalaya mulqaacado ama qaadooyin, mararka qaarkoodna waxay isticmaalaan warqaddaha loo yaqaan foils (foyliska).

Waxa laga yaabaa inaan wax calaamado ah lagu arag dadka qaba xannuunka loo yaqaan hepatitis C, hase yeeshee, dadka xannuunkan qaba haddaanay daawo helin, waxay khatar ugu jiraan beer xannuun halis ah iyo inuu ku dhaco cudurka loo yaqaan kansarka (cancer).



Iska baadh intaad xabsiga ku jirto.

Hepatitis B waa...



Xannuun ama virus laga helo dhiiga iyo dheecaanadda jidhka ku jira. Cuddurkani wuxuu u fidaa si la mid ah hepatitis C, laakiin, waxa kale oo lagu kala qaadi karaa galmadda aan la ilaalin ama marka hooyaddu umulayso.

Si aad xannuunkan uga badbaado, waxaad heli kartaan tallaalo (vaccinations).

Muddada aad xabsiga ku jirto, waxaad helaysaa talooyin ku saabsan inaad la xidhiidho xarunta caafimaadka ee xabsiga.



Iska tallaal xannuunkan loo yaqaan hepatitis B inta aad xabsiga ku jirto!

HIV waa...



Xannuun ama virus ku dhaca dhiiga iyo dheecaanada kale ee jidhka sida shahwadda ragga.

Xannuunkan HIV wuxuu waxyeelo u geystaa habka jidhku cudurada iskaga difaaco. Xannuunkan waxa la iskugu gudbiyaa dhiiga qof qaba xannuunkan oo lagu shubo qof kale sida xannuunada loo yaqaano hepatitis, sidoo kale xannuunkan waxa la iskugu gudbiyaa galmoodka aan la illaalin.

Dadka ku jira xabsiga ee qaba cudurkan HIV, waxa la siinayaa daawooyin. Isticmaalka condom ku wuxuu kaa caawinayaa inaad ka badbaado xannuunka HIV loo yaqaano.



Intaad ku jirto xabsiga iska baadh xannuunka loo yaqaano HIV!

Xabisiga waxaad ka helaysaa fursad aad isku baadho kuna hesho xog dheeraad ah!

Qoraalkani wuxuu qeexayaa 3da nooc ee xannuunka loo yaqaan virus(feyraska) eek u dhaca dhiiga, xannuunadani waxay kala yihiin: Hepatitis B, Hepatitis C iyo cudurka dillaaga ah ee loo yaqaan HIV. Cuduradani waa kuwo khatar badan, qofka xannuunadan qaba, malaha calaamado muuqda oo lagu garto inuu xannuunadan qabo iyo in kale, sidaa darteed, qofku ma garan karo in xannuunadan ama jirooyinkan uu qabo.

Haddaba, waxa muhiim ah in uu qofku fahmo sida cuduradan la iskugu gudbiyo ama loo kala qaado, si uu uga badbaado in cuduradani ku dhacaan. Haddii aad umalaynayso inaad qabto cuduradan dhiiga ku dhaca, waxaad helaysaa muddada aad xabsiga ku jirto baadhitaan iyo daawayn labadaba.

Isku gudbinta xannuunadda dhiiga ku dhaca waxa looga hor tagi karaa:

- Iska illaali kana digtoonow inaad irbad la wadaagto qof kale iyo inaad qalabka daroogooyinka loo isticmaalo la wadaagto qof kale
- Haddii aad doonayso inaad jidhkaaga ku samayso waxa loo yaqaan tattooing, qalabka loo isticmaalayo iska nadiifi
- Had iyo jeer isticmaal kondhom (condom) si aad uga badbaado xannuunada galmoodka la iskugu gudbiyo
- Marka la xaqiijiyo qofku inuu qabo Xannuunada loo yaqaan Hepatitis B, C iyo HIV waxa loo bilaabayaa daaweynta, inta uu ku jiro xabsiga. Haddaad u malaynayso inaad xannuunadan hepatitis B iyo C qabto, dhiiga ayaad iska qaadi kartaa, dhakhaatiirta iyo kalkaaliyayaasha caafimaadka ee xabiga jooga waxay ku siinayaan xog dheeraad ah oo la xidhiidha caafimaadkaaga.
- Ha illaawin inaad iska tallaasho xannuunka loo yaqaan hepatitis B.



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Produced by Public Health Wales in conjunction with G4S and HM Prison Service. Further copies can be obtained from www.publichealthwales.org/prison-health

