



Nan moman kote n rive la a, nou deja tande pale kanmèm de maladi SIDA - kit se nan lekòl, kit se nan mache kote n al vann oubyen achte, kit se nan legliz, kit se nan sant sante. Nou gen dwa kwè SIDA pa pwoblèm pa n. Men viris SIDA a gen tan enfekte plizyè milyon moun sou latè. Yon sèl jan n ap ka pwoteje tèt 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.

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 an fòm, 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. Kò moun ki enfekte ak VIH konn pase plizyè ane anvan yo malad, pi fò moun ki gen viris la konn santi yo an fòm. Kèk fwa, yo pa menm konn si yo te trape l.

## Plan

- 1- Kisa yo rele VIH ?
- 2- Kisa yo rele SIDA ?
- 3- Nan ki kondisyon moun trape VIH/SIDA ?
- 4- Prevansyon kont VIH/SIDA.
- 5- Kontinye viv nomalman lè nou gen VIH/SIDA.
- 6- Ki kout men nou ka bay nan prevansyon SIDA.

## 1- Kisa yo rele VIH? Kisa yo rele 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** (Syndrome Immuno-Deficiencie Acquisie) , 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.

## 2- NAN KI KONDISYON MOUN KA 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 (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:

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

**2.2** Zegwi oubyen sereng ki pa pwòp oubyen nenpòt zouti ki ka pèse oubyen blese po moun

**2.3** Nan pran san (transfizyon, si pèsoun 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.

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

## 3- NAN KI KONDISYON MOUN PA KA 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:**

**3.1** Nan kouche sou menm kabann ak lòt moun.

**3.2** Nan pran swen moun ki gen VIH/ SIDA.

**3.3** Lè moustik pike n.

**3.4** Nan manje nan menm asyèt.

**3.5** Nan manyen, bo oubyen nan bay akolad

**3.6** Nan sèvi oubyen nan lave rad, sèvyèt, dra, nan sèvi ak latrin.

## 4-Prevansyon kont VIH/SIDA.



### a) Men kijan nou ka pwoteje tèt nou kont maladi SIDA:

**1-** Si n kapab, se pou n annafè ak yon sèl patnè ki, li menm, fè lanmou avè n sèlman.

**2-** 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.

**3-** Se pou n evite pike oubyen blese kò n ak zegwi oubyen lòt zouti ki pa dezenfekte, lè lòt moun fin sèvi avè yo.

**4-** Se pou n evite pran san, si n pa oblije.

**5-** Nou pa dwe sèvi ni ak menm razwa (jilèt) ni ak menm bwòs-dan ak lòt moun.

**6-** 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.

**7-** Sonje byen, abtinans se 100% efikas pou anpeche maladi SIDA.



## b) 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 pè gan, yon fèy ki laj, lè men nou ap kontre ak vye pansman sal, rad sal, san, vomisman oubyen tata.
- Tout sa moun ki enfekte a ap sèvi dwe toujou pwop tankou: dra, sak zòrye, rad, elatriye. 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.

## 4-Kontinye viv nomalman lè nou gen VIH/SIDA.



### a) Ki jan moun ki enfekte ak VIH ka rete anfòm pi lontan posib?

- 1- Men tout jefo yon moun ka fè pou l rete viv nomalman lè li gen viris SIDA nan ko l:
- 2- Jwi chak moman nan lavi n nan fason pi ki kòrèk la Rete nan mitan zanmi nou ak fanmi nou. Kontinye fè travay nou nòmman.
- 3- Antre nan youn asosyasyon kote moun ki gen pwoblèm VIH/ SIDA ap pote kole youn ak lòt oubyen fòme youn asosyasyon
- 4- Kenbe nanm nou ak lespri nou an sante.
- 5- Fè kèk preparasyon pou lavni
- 6- Chache laswenyay bonè, lè n gen pwoblèm santé Pou kò nou ka pran fòs, se pou n manje manje ki fòtifyan
- 7- Evite fimèn, evite bwè, evite pran lòt dwòg
- 8- Pwoteje tèt nou lè nap fè lanmou
- 9- Eseye pran bon jan repo epi eseye fè egzèsis.
- 10- Pwòpte kò nou souvan pou n ka pa trape enfeksyon. Toujou pran medikaman, ale nan sant sante pou nou ka viv pi lontan.

## 4-KIJAN NOU KA BAY KOUT MEN NAN PREVANSYON

# SIDA

- 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 zanmi nou fòmasyon pou y al konsyantize lòt zanmi 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.
- Se pou n travay ak paran, pwofesè ak lòt granmoun (atis, pa egzanzp, 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 youn jan pou tout moun jwenn enfòmasyon ak sèvis nan domèn santé seksyèl. Pa egzanzp, 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 egzanzp, nan boutik, nan restoran, nan lekòl, nan legliz, elatriye.