

Na ho bolotsa ke eng?

Botona ba monna bo kwahetswe ke letlalo le bitswang foreskin (letlalo le ka pele). Ho tloswa ha letlalo lena ho bitswa ho bolotsa.

Ke ka baka lang e leng mohopolo o motle ho bolotsa?

- Tlasa mabaka a bohlweki: Ho bonolo ho boloka botona bo hlwekile.
- Ho fokotsa monyetla wa ditshwaetso tse fetiswang ka thobalano (di-STI) ho kenyelletswa le HIV.
- Balekane ba batshehadi bao o bang le thobalano le bona ba sireletswa kankereng ya molomo wa popelo le ditshwaetsong tse ding.
- Bakeng sa tumelo tsa setso.
- Tlasa mabaka a mang a bongaka a ho alafa mathata a mang a botona a hlohang hore ho tloswe letlalo leo le ka pele.

Ho bolotsa mmoho le ho fokotsa kotsi ya di-STI

- Bokahare ba letlalo le ka pele bo fapane le letlalo le botoneng kaofela. Thishu e na le disele tse ngata haholo tse kotsing ya ho kenwa ke di-STI, ho kenyelletswa le HIV.
- Letlalo le ka pele le kotsing ya ho taboha le ho kenwa ke tshwaetso tse ding, tse ka eketsang monyetla wa monna wa ho kenwa ke di-STI.
- Ha monna a bolotse, letlalo la hae le ka pele le a tloswa, mme palo ya disele tse kotsing tsa di-STI ho kenyelletswa le tshwaetso ya HIV di fokotseha haholo.

Le ha diphuputso di supa hore ho bolotsa ho fokotsa monyetla wa di-STI le HIV, empa hona ho ke ke hwa o sireletsa ka botlalo mme o lokela ho ba le thobalano e bolokehileng: Nena thobalano, Tshepahala mme O sebedise dikhondomo.



Dintlha tsa nnete tseo o lokelang ho di tseba

- Ha o le dilemo tse ka tlase ho tse 16 o tla hloka tumello ya batswadi ba hao hore o bolotse.
- Ho bolotsa ha ba batona ba dilemo tse ka hodimo ho tse 16 ho ka etswa ha ho fanwe ka tumello ya ho bolotsa ka mora dikeletso tse nepahetseng.
- Ho bohlokwa hore ho bolotsa ha banna ka bongaka ho etswa ke batho ba rupeletsweng mme ba tshwanelehileng ho etsa jwalo.
- O tla qala ka ho fumana dikeletso ka hore na o lebele eng e be o kotjwa ho saena foromo ya tumello.
- O tla etswa diteko tsa HIV le dihlahlobo tse ding tse tlwaelehileng tsa bophelo.
- Mokgwa ona wa tshebetso o tla etswa ka ho hlaba moriana o kokobetsang moo ho tla sehwa teng hore ho se ke ha ba bohloko.
- Ka mora mokgwa ona wa tshebetso o tla nehwa meriana ya mahlaba.

Diketelo tsa tshalomorao: o tla fuwa letsatsi leo ka lona o tla kgutla e leng matsatsi a 2 ho isa ho a 3 ka mora ho bolotswa. Latela diapoyentente tsohle. Di-stich di tla itswela ka botsona. Ngola fatshe dipotso dife kapa dife tseo o ka bang le tsona. Ka tsela ena o tla hopola ho botsa dipotso tsena ketelong ya hao e latelang.

Ho ba le thobalano: o lokela ho leta bonyane dibeke tse 6 ka mora tshebetso ena pele o ka ipholla setho sa hao sa bong kapa o ba le thobalano le molekane wa hao.

O ka ikutlwa o sa iketla ha o ba le thobalano kgetlo la pele ka mora mokgwa ona wa tshebetso. Bua le mosebeletsi wa lona wa tlhokomelo ya bophelo ha o tshwenyehile, kapa o na le mathata a amanang le hoo ha o ba le thobalano.

Ka mora ho bolotsa, iteanye le mosebeletsi wa tlhokomelo ya bophelo ha:

- O sa kgone ho ya ketelong ya tshalomorao.
- O na le feberu (themperetjhara e eketsehileng ya mmele).
- O na le bothata ba ho rota.
- O ikutlwa o hatsela, o kgohlola, o ikutlwa o fokola mme o longwa.
- O tsekela, o feroha (o ikutlwa o se monate ka mpeng), kapa o hlatsa.
- O na le mathata ha o ba le thobalano.
- O na le dipotso kapa matshwenyeho a mabapi le mokgwa wa tshebetso, boemo, kapa tlhokomelo ya hao.

Batla tlhokomelo ka potlako ha:

- O tswa madi.
- Moroto wa hao o na le madi ho ona, o ba lerotho mme o nka hampe, kapa ha o sa kgone ho rota.
- O na le lehlaba kapa ho ruuho botoneng mme ho sa fokotsehe kapa ho sa fele ka mora ho nwa moriana wa hao wa mahlaba, kapa ha hoo ho mpefala haholo.
- O ka ruuho, wa ba le bofubedu, bohloko, madi, kapa distjhatjhe moo o sehuweng kapa ho potoloha sebaka seo.

Melemo ya MMC:

- Ho bonolo ho hlwekisa botona.
- Menyetla e fokotsehileng ya ho kenwa ke di-STI.
- Monyetla o fokotsehileng wa ho ba le kankere ya botona.
- Monyetla o fokotsehileng wa kankere ya molomo wa popelo balekaneng ba basadi.
- Monyetla o fokotsehileng wa HIV.

Le ha diphuputso di supa hore ho bolotsa ho fokotsa monyetla wa di-STI le HIV, empa hona ho ke ke hwa o sireletsa ka botlalo mme o lokela ho ba le thobalano e bolokehileng: Nena thobalano, Tshepahala mme O sebedise dikhondomo.

Hopola hore ka mehla:

- O sebedise khondomo.
- O sebedise khondomo.
- O sebedise khondomo.

Ho fumana lesedi le eketsehileng: www.hivsa.com



www.choma.co.za

Choma Magazine on facebook
Twitter: @Chomamag



www.hi4life.co.za

hi4LIFE on facebook
Twitter: hi4LIFE101

ISSUE 1 - OCTOBER 2016

• Batho ba ditshwantshong ke mehlala feela mme ha ho bolelwe hore ba na le HIV kapa boemo bofe kapa bofe bo hlahiswang phamfoleteng ena.



Phamfolete ena e tsheheditse ka ditjhele ho tswa lenaneong la Moralo wa Maemo a Tshohanyetso a ho Thusa ba nang le AIDS wa Mopresidente wa US e leng US President's Emergency Plan for AIDS Relief (PEPFAR) mme e tile ka US Agency for International Development tlasa Tumellano ya Tshebedisano ya Nomoro ya -674-A-00-08-00009-00 ka Anova Health Institute.

Maikutlo a hlahisitsweng phamfoleteng ena ha a bolele hore ke a PEPFAR, USAID kapa AHI.

National AIDS Help Line: 0800 012 322 (nomoro ya mahala)

O ka iteanya le ba HIVSA ho: Mohala: +27 11 494 1900

Sesotho

Seo O tshwanetseng ho se tseba ka...

Ho bolotsa ha Banna ka Bongaka

(Medical Male Circumcision (MMC))

