

Na di-STI ke eng?

Di-STI, kapa tshwaetso tse fetiswang ka thobalano di hasana ka ho ba le thobalano e sa sireletsehang le motho e mong ya nang le STI.

Na o ka kenwa jwang ke di-STI?

- Ka ho ba le thobalano e sa sireletsehang le ho teana le mekedikedi ya thobalano (peo ya bonna, ho ntsha peo ya bonna pele ho nako le mekedikedi ya botshehadi), le bokahodimo ba botona, vulva, mohlamu le lehanu.
- Ka mefuta yohle ya ho teana ka thobalano (ka morao, molomo le botshehadi). Ho teana hohle hwa thobalano ho kenyelletsang mekedikedi ya mmele ho lokelwa ho nkuwa ho le kotsi.
- Tshebediso ya dikhondomo e fokotsa kotsi ya hao ya ho kenwa ke di-STI empa ha ya bolokeha ka botlalo (100%), hobane le ha o sebedisa khondomo o ka nna wa teana le dikarolo tse tshwaetsang tsa ditho tsa bong.
- HIV, vaerase e bakang AIDS, le yona ke STI empa yona e ka hasana ka madi le lebesa la letswela.

Ke herpes feela e ka hasanang ka molomo le molomo ka nako eo le sunanang.

Na nka itshireletsa jwang ho di-STI?

- Mehatong ya ho qala o ke ke wa bona matshwao a di-STI. Empa le ha o ke ke wa kgona ho di bona tsona di a tshwaetsa mme di ka fetisetswa bathong ba bang.
- O ka itshireletsa wena le molekane wa hao ho di-STI, ho kenyelletsa le HIV, ha le sebedisa khondomo nako le nako ha le ba le thobalano le lekgetlong ka leng leo le bang le thobalano ka lona (ka botshehadi kapa ka morao).
- O ka kenwa hape ke STI ho tswa thobalanong e sa sireletsehang e kenyelletsang lehanu (blow job kapa ho momona botshehadi).

Matshwao le ditshupo

Ha o na le efe kapa efe ya tse latelang o lokela ho bona mosebeleletsi wa tlhokomelo ya bophelo ka potlako ka ho ya ka moo o ka kgonang:

- Distjhatjhe e sa tlwaelehang botshehading, botoneng kapa ka morao.
- Ditho tsa bong tse hlohlolang.
- Bohloko ha o rota.
- Bohloko ka nako ya thobalano.
- Diso dithong tsa bong.
- Dipudulana tse ruruhileng tshweleseng.
- Lehlaba tlase mpeng.
- Lekgopho le dihlokofole.



Kalafo ya di-STI (tseo e seng HIV)

- Di-STI tse ngata (tseo e seng HIV) di ka phekolwa ka dilwantshamahloko.
- Ho ya tlilining o ilo fumana kalafo ka pejana ho ka etsa hore ho be bonolo ho phekola tshwaetso.
- Ka mehla qeta meriana yohle eo o e fuwang leha ho boheha e ka tshwaetso e ile.
- Ha o emisa ho nwa meriana ya hao pele e feela, tshwaetso e ka kgutla hape.
- O se ke wa arolelana meriana ya hao le motho e mong hobane hona ho tla bolela hore wena kapa motho eo e mong le ke ke la ba le kalafo e lekaneng bakeng sa mokgwatshebetso wa lona hore o phekole STI.
- Batho ba bang ba ka nna ba ya ngakeng ya setso - mme o lokela hore hape o ye le ngakeng e tlwaelehileng.

Na ke efe kamano pakeng tsa di-STI le HIV?

- HIV, vaerase e bakang AIDS, ke STI.
- Bothata bo boholo haholo ka di-STI ke hore di eketsa menyetla ya ho kenwa ke HIV.
- Ha wena kapa molekane wa hao wa thobalano a na le STI le HIV, menyetla ya ho fetisa kapa ho kenwa ke HIV e eketseha haholo.
- Di-STI tse ngata di baka ho seheha ho honyenyane kapa ho taboha kapa ho petsoha letlalong. Ha molekane wa hao a na le HIV, HIV eo e ka kena mmeleng wa hao ka ho petsoha hoo ho letlalong ka nako ya thobalano.
- Didistjhatjhe tse tswang ho STI efe kapa efe di na le tekanyo e hodimo haholo ya HIV.

Ka moo o ka kenwang ke HIV

Vaerase e hasana ka mefuta yohle ya thobalano (ka botshehading, ka morao le ka molomong) madi a kopana le madi a mang le ho tswa ho mme ho ya leseeng ka mekedikedi ya mmele jwalo ka madi, mekedikedi ya botshehadi le lebesa la letswele.

Motho ofe kapa ofe ya bang le thobalano e sa sireletsehang a ka kenwa ke HIV empa o ba kotsing e kgolo ha:

- O na le balekane ba thobalano ba fetang ya mong.
- O sebedisa jwala le dithethefatsi ka ha tsena di theosa mokgwa wa ho sireletsa mme ho eketsa boitshwaro ba thobalano bo kotsi.
- O le kamanong eo ho yona ho fapanyetsanwang ka tjehele kapa thepa bakeng sa thobalano hobane balekane ba ke ke ba batla ho sebedisa dikhondomo.

- O na le tshwaetso tse fetiswang ka thobalano (di-STI).

- O sebedisa dithethefatsi mme le kopanela dinalete le ba bang.

- O ba le thobalano e sa hlokomeleng kapa e ommeng. E ka bakang ho seheha le ho tswa madi.

Hona ho dumella vaerase ho fetela mmeleng ha bonolo.



Ke ka baka lang diteko tsa HIV e leng tsa bohlokwa?

- Ha o ka tshwaetswa ke HIV ha o kule hanghang, ho bolelang hore o ka hasa HIV bakeng sa dilemo tse ngata pele o ka tseba boemo ba hao ba HIV.
- Ha o sa bone hore motho o na le HIV, ke diteko feela tse ka o bolellang hona.
- Jwalo ka lefu la tswekere le kgatello e hodimo ya madi, HIV e ka laolwa ka ho phela bophelo bo botle le ho nka kalafo. Kalafo e tla sebetsa hantle ha o e nwa ka nako e nepahetseng mme o sa emele ho fihlela o kula haholo.
- Ka ho etsa diteko o tla be o na le taolo ya bophelo ba hao le ka moo o phelang ka teng.
- Ho etsa diteko tsa HIV ke tsela e nngwe ya ho bontsha lerato le hlomphe bakeng sa molekane wa hao le ho wena ka bowena, moo le bao o ba ratang.

Motho e mong le e mong o lokela ho tseba boemo ba hae e le hore a tle a kgone ho ithokomela le ho itshireletsa ekasitana le ho sireletsa batho ba bang bophelong ba hae.

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 hlalishwang 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 tlile 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 hlalishitsweng 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...

Tshwaetso tse Fetiswang ka Thobalano (di-STI)

