ጭብጥ II፤ ኤች አይ ቪ/ኤድስ

ትምህርት

4. ኤች አይ ቪ/ኤድስ

I . ቀዳሚ መረጃ

የተማሪው ዐላማዎች

1. የኤች አይ ቪ/ኤድስ ወረርሽኝን የቅርብ ታሪክ በተለይ ደግሞ አዝማሚያውንና አኃዛዊ መረጃውን ለመገንዘብ፤
2. ኤች አይ ቪ/ኤድስ ሰውነትን እንዴት እንደሚጐዳ ለመግለጽ፤
3. ኤች አይ ቪ/ኤድስ እንዴት እንደሚተላለፍ ለማወቅ፤
4. ወደ ኤድስ የሚያመራውን ኤች አይ ቪ እንዴት መከላከል እንደሚቻል ለማወቅ፤
5. ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር ግንኙነት ያላቸውን ቍልፍ ቃላት ለመረዳት።

II. ዳራዊ መረጃ

ይዘታዊ አስተዋፅኦ

I. የኤድስ ወረርሽኝ አጭር መግለጫ

ሀ. ስለ ኤድስ ገለጻ

1. ኤድስ ምንድን ነው?
2. ኤች አይ ቪ ምንድን ነው?
3. ኤድስ ከሌሎች ሕመሞች እንዴት ይመሳሰላል? ወይም እንዴት ይለያል?
4. በኤድስ የታመሙትን ሰዎች እንዴት መለየት እንችላለን ?

ለ. የኤድስ ታሪክ

1. ኤድስ ከየት መጣ?
2. ሰዎች በመጀመሪያ ኤድስን እንዴት አገኙት?

ሐ. የኤድስ ሥርጭት

1. ኤድስን የሚያመጣው ቫይረስ ወደ ሰው የሚተላለፈው እንዴት ነው?
2. ኤች አይ ቪ የማይተላለፍባቸው መንገዶች ምንድን ናቸው?
3. የሕመሙ ደረጃዎች ምን ምን ናቸው?

መ. በአፍሪካ ውስጥ የኤድስ ሥርጭት ምን ይመስላል?

1. ለኤድስ ሥርጭት ማኅበራዊ ምክንያቶች ምን ምን ናቸው?
2. በኤች አይ ቪ/ኤድስ ለመያዝ በእጅጉ የሚጋለጡ ሰዎች እነማን ናቸው?
3. ኤድስ በአፍሪካ ውስጥ የቱን ያህል ተሠራጭቷል?
4. በኢትዮጵያ ውስጥ የኤች አይ ቪ/ኤድስ ሥርጭት ምን ይመስላል?

II. የኤድስ ቀውስ የሚያስከትለው ተጽዕኖ

ሀ. ሕክምናዊ ርምጃ፡- ሕክምና መስጠት

ለ. ማኅበራዊ ተፅዕኖ

1. በሕዝብ ብዛት ላይ የሚያመጣው ተጽዕኖ
2. የጤና አጠባበቅ ግዴታዎች
3. በገንዘብ ረገድ የሚወሰዱ ርምጃዎች
4. መንፈሳዊ ፍላጎቶች

5. ሥነ ልቦናዊ/የማማከር ርምጃዎች፡-
ፍርሃት፣ መገለል፣ ግራ መጋባት፣ ተስፋ መቁረጥ፣ የጎሊና ጸጸት

III. ኤድስ በይበልጥ እንዳይሠራጭ መከላከል

ሀ. አግባብነት ያላቸው ግብረገባዊ የወሲብ መገለጫዎች

1. እስከ ጋብቻ ድረስ መታቀብ
2. በጋብቻ ውስጥ ታማኝ መሆን

ለ. ለውጥን ለማምጣት ተገቢ ርምጃዎች

1. የኤድስን ጉዳይ መልሶ ማጤን
   ሀ. ለጎብረተ ሰብ ከባድ አደጋ መሆኑን መገንዘብ
   ለ. መፍትሄዎች ያሉ መሆና ቸውን ማወቅ
2. የኤድስ ቫይረስ እንዳይሠራጭ በሚያደርጉት ፋይዳዎች ላይ ጤናማ የሆነ አስተሳሰብ ማዳበር
3. ኤድስን በሚመለከት ትምህርት ማስተማር
4. በጤና አጠባበቅ ረገድ ተገቢ የሆኑ የመከላከያ ርምጃዎችን ማመቻቸት
   ሀ. ደም ከመስጠት በፊት የደም ምርመራ ማድረግ
   ለ. በሕክምና ወቅት የጋራ መጠቀሚያ የሆኑትን የስለት መሣሪያዎች በደንብ መቀቀል
   ሐ. በፈቃደኝነት የሚሰጥን የምክር አገልግሎትና የምር መራ ማእከልን ለምርመራና ለምክር (በተለይ ከጋብቻ በፊት) ማመቻቸት

ሐ. ተገቢ የሆኑ ግላዊ አመለካከቶችና ውሳኔዎች

1. የኤድስ ቫይረስ እንዳይዝህ በተቻለ ዐቅም ለመከላከል መወሰን፤
2. ሌሎች በኤድስ ቫይረስ እንዳይያዙ ለመርዳት መወሰን፤
3. በጤና መኖር ይቻል ዘንድ የተሰጠውን የእግዚአብሔርን መመሪያ በጥንቃቄ መከተል።

ቁልፍ ቃላት

- መታቀብ፤ ወሲብ እንደ መፈጸም ካሉት ድርጊቶች በግል ፈቃድ ራስን መቈጣጠር ነው።
- ኤድስ፤ ማለት ኤች አይ ቪ የሚያስከትለው የመጨረሻው የሕመም ደረጃ ሲሆን፣ የሰውነት በሽታን የመከላከል ሥርዐት ሲዳከም በልዩ ልዩ ሕመሞች እውን ሆኖ ይገለጣል።
- ጸረ እንግዳ አካል፤ ባዕድ አካል ነው ተብሎ የተደረሰበትን ለማምከን ወይም ለማጥፋት በመከላከያ ሥርዐት ህዋሶች የሚዘጋጅ ፕሮቲን ነው። ፀረ እንግዳ አካል የአንድን በሽታ (እንደ ኤች አይ ቪ) ተቃዋሚ ሆኖ መገኘቱ፣ ሰውዬው በሽታው ያለበት ለመሆኑ ማስረጃ ነው።
- አልቦ ምልክት፤ ያላንዳች ምልክት ማለት ነው፤ ለምሳሌ የኤድስ ቫይረስ በግልጽ የማይታይበት ሁኔታ ማለት ነው።
- ኮንዶም፤ ከላስቲክ የተሠራ ተለጣጭ ስስ ነገር ሲሆን፣ ዕርግዝናን ወይም በሽታን ለመከላከል ሲባል በሩካቤ ሥጋ ወቅት በወንድ ወይም በሴት ብልት ላይ የሚጠልቅ ነው።
- ወረርሽኝ፤ በአንድ ጊዜ በብዙ ሰዎች ላይ የሚሠራጭ፣ ባለማቋረጥም በአነርሱ ላይ የሚገኝ የአንድ በሽታ ድንገተኛ ክሥተት ነው።
- ኤች አይ ቪ፤ 'ሂዩማን ኢሚዩነው ዲፊሸንሲ ቫይረስ፤' ይህ ለኤድስ ምክንያት የሆነው ቫይረስ መጠሪያ ስም ነው። በሰው ላይ ብቻ የሚከሠት ቫይረስ ሲሆን፣ በሽታን

የመከላከል ሥርዐት አቅም ደካማ ያደርጋል።

- **በሕመም መጉዳት/መቁሰል**፤ በሽታን በሚያመጡ ረቂቅ ተህዋስያን የሰውነት መወረር ነው።
- **በሽታን የመከላከል ሥርዐት**፤ ባዕድ አካሎችና ረቂቅ ተህዋስያን በአካል ላይ ጉዳት እንዳያደርሱ የመጠበቅና የመከላከል ጎላፊነት ያለበት አካላዊ ሥርዐት ነው፤ ይህ የሚከናወነውም ልዩ ልዩ ነጭ የደም ህዋሶችን (ሴሎችን) በማቀናጀት ነው።
- **የበሽታ መራቢያ ዘዴ**፤ ረቂቅ ህዋስ ሕመምን ለማስከተል ወደ ሰውነት ከገባበት ጊዜ አንሥቶ የመጀመሪያው የበሽታ ፍንጭ እስከ ታየበትና በበሽታው የመያዝ ምልክት እውን እስከ ሆነበት ድረስ ያለው ጊዜ ነው።
- **ተደራቢ በሽታዎች**፤ በሽታን የመከላከል ሥርዐት በሚገባ በማይሠራበት ጊዜ ወይም የተወሰነው በሽታን የመከላከል ሥርዐት ውድመት በሚደርስበት ጊዜ የሚከሠቱ ሕመሞች ናቸው።
- **በወሲብ የሚተላለፉ በሽታዎች**፤ በሁለት ግለሰቦች ሩካቤ ሥጋ ግንኙነት አማካይነት የሚሠራጩ ሕመሞች ናቸው።
- **የበሽታ ምልክት**፤ ከበሽታ የተነሣ በሰውነት ላይ የሚከሰት ለውጥ ነው።
- **ድምረ ሕመም (ቅምረ ሕመም)**፤ አንድን የተወሰነ በሽታ መኖሩ የሚያሳዩ ፍንጮችና ምልክቶች ቅንጅት ነው።
- **ክትባት**፤ ለአንድ ሰው በተሰጠ ጊዜ ለግለሰቡ ጥበቃን በመስጠት በሽታን የሚከላከለውን ሥርዐት የሚያስገኝ ሲሆን፣ ይህም በአንፃሩ ፀረ እንግዳ አካልን የሚፈጥር ነው።
- **በፈቃደኝነት ላይ የተመሠረተ የምክርና የምርመራ ማዕከል**፤ የሚመለከታቸው ሰዎች በፈቃደኝነት ስለ ኤች አይ ቪ ምክርና የኤች አይ ቪ ምርመራ የሚያገኙበት ማእከል ነው።
- **ሻይረስ**፤ ጀነቲካዊ ንጥረ ነገርንና ፕሮቲንን የያዘ ከህያው ህዋስ ውጭ መራባት የማይችል ከረቂቅ ህዋስ አነስተኛው ነው።
- **የዝምታ ጊዜ**፤ አካል በኤች አይ ቪ ወዲያውኑ ከተያዘ በኋላ ያለው ጊዜ ነው፤ ይህ ጊዜ ፀረ እንግዳ አካል በደም ውስጥ መኖር አለመኖሩን ለማወቅ ምርመራ ሲካሄድ እንኳ በቫይረሱ እንዳልተያዙ የሚያመለክትበት ጊዜ ነው፤ ይሁን እንጂ ያ ሰው በአካሉ ውስጥ ቫይረሱ አለ፤ ለሌላ ሰውም ሊያስተላልፍ ይችላል፤ ይህ ወቅት በቫይረሱ ከተያዙ በኋላ ከ3-6 ወር እንዳንድ ጊዜም እስከ አንድ ዓመት ድረስ ያለው ጊዜ ነው።

III. ለትምህርት ዝግጅት የሚረዱ አስፈላጊ ነገሮች

ትምህርቱን ለማስተዋወቅ የቀረበ ሐሳብ

1. በመላው ዓለም ውስጥ በየደቂቃው 11 ሰዎች በኤች አይ ቪ ይያዛሉ፤ ከእነዚህም መካከል አንዷ ኢትዮጵያ ነች። ይህ ክፍለ ጊዜ የ40 ደቂቃ ክፍለ ጊዜ ነው፤ ስለዚህ ይህን ክፍለ ጊዜ ስንጨርስ 20 አዲስ ሰዎች በኤች አይ ቪ ይያዛሉ ማለት ነው። *መሸጋገሪያ ሐሳብ፤ ይህ በሽታ እንዲህ በፍጥነት እየተሰራጨ የሚሄድ ከሆነ፣ እናንተ ወጣቶች እንደ መሆናችሁ መጠን የተቻለውን ያህል ስለ በሽታው ታውቁ ዘንድ ማድረግ በጣም አስፈላጊ ነው።*
2. በኢትዮጵያ ውስጥ በከፍተኛ ደረጃ ለኤች አይ ቪ/ኤድስ ተጋላጭ የሚሆኑት ከ15-24 የዕድሜ ክልል ያሉት ወጣቶች እንደሆኑ ታውቃላችሁ? ከዚህ ክፍል ስለ ኤች አይ ቪ/ኤድስ ለመማር ማንም ከሚፈለገው ዕድሜ በታች ወጣት የሆነ ተማሪ የለም። *መሸጋገሪያ ሐሳብ፤ ኤድስ ምን እንደ ሆነ ካልተረዳችሁ፣ ወደ ኤድስ ደረጃ ሊያደርስ*

የሚችልንም ጠባይ ይዛችሁ የምትገኙ ከሆነ፣ ቀጣዩ ሰው አናንተ ልትሆኑ ትችላላችሁ።

3. ኤድስ የሚለውን ቃል ጐላ ባለ ፊደል ጥቁር ሰሌዳው ላይ ጻፍ። የክፍሉ ተማሪዎች ስለ ኤድስ የሚያውቁትን እንዲናገሩ ጠይቅ። መልሳቸውን በመስማት ጥቂት ደቂቃዎችን *አሳልፍ። መሸጋገሪያ ሐሳብ፣ በኢትዮጵያ ሰዎች ስለ ኤድስ እያደር ብዙ በማወቅ ላይ ናቸው፣ አንዳንዶቻችሁም ስለ ኤድስ ብዙ ታውቃላችሁ። ከኤድስ እንዴት መራቅ እንዳለባችሁ የምታውቁ መሆናችሁን ርግጠኛ ለመሆን አፈልጋለሁ።*

የትምህርት አቀራረብ ዘዴ

1. *ለሕይወት እሺ ማለት፣ ለኤድስ አይሆንም ማለት፣* ተማሪዎች ስለ ኤች አይ ቪ/ኤድስ መሠረታዊ ነገሮች ያውቁ እንደሆነ ለማረጋገጥ ከክፍሉ ጋር የዚህን መጽሐፍ እያንዳንዱን ገጽ አብራችሁ ተመልከቱት።
2. ከትራኬያዊ አቀራረብ ጋር ውይይታዊ ዘዴ
   - የኢብራሂምንና የቤተሰቡን እንዲሁም የባልንጀሮቹን ታሪክ አንብብ፣ ክርክርና ውይይት ለማድረግም ከታሪኩ ጋር ተያይዘው የሚገኙትን ጥያቄዎች ተጠቀም።
   - ታሪኩን መሠረት ካደረገ ትረካ ካገኙት መረጃ፣ ተማሪዎች ከኤድስ እንዴት መራቅ እንዳለባቸው የሚሰማቸውን እንዲገልፁ ውይይት አድርጉ።
3. ኤድስ ስለሚያስከትለው **ማኅበራዊ መዘዝ የክፍል ውይይት ማድረግ፣** ብዙ ወጣቶች በኤድስ ሲያልቁ በኢትዮጵያ ውስጥ ምን ጉዳት እንደሚያስከትል እርስ በርስ ተወያዩ። (*መምህር፦ የዚህ ውይይት ዐላማ ተማሪዎች እነርሱ ካሉበት ሁኔታ ወጣ ብለው እንዲያስቡና የኤድስ ወረርሽኝ መላ ኢትዮጵያን እንዴት በመጉዳት ላይ እንደሚገኝ ይገነዘቡ ዘንድ ለማገዝ ነው። ተማሪዎች ሐሳባቸውን እንዲገልጹልህ ጠይቃቸው። የኤድስ ወረርኝ የሚያስከትለውን ቀጥሎ የሰፈሩትን አንዳንድ ጉዳቶች በጥቁር ሰሌዳው ላይ መጻፍ ይኖርብህ ይሆናል።*
   - ለትምህርትና ለሌሎች ጠቃሚ የልማት ጉዳዮች ሊውል የሚችለው ብዙ የመንግሥት ገንዘብ ለጤና ጉዳይ በመዋል ላይ ይገኛል።
   - ብዙ ቤተ ሰቦች ገንዘባቸውን ለምግብ በማዋል ፈንታ ለመድኀኒት መግዣ በማጥፋት ላይ ስለ ሆኑ፣ መላ ቤተ ሰቡ በመሠቃየት ላይ ነው።
   - የቤተ ሰቡ ገንዘብ ኤድስ ያለበትን ሰው ለመንከባከብ በመዋሉ፣ ብዙ ልጆች የሚከፍሉት ገንዘብ አጥተው ትምህርታቸውን ማቋረጥ ግዴታ ሆኖባቸዋል።
   - ድኽነት እየበዛ ነው።
   - ወላጆቻቸው በኤድስ በመሞታቸው ወላጅ አልባ የሆኑ ልጆች ብዛት እየጨመረ ነው።
   - እናቶችና አባቶች በኤድስ በመሞታቸው አያቶች የልጅ ልጆቻቸውን በመንከባከብ ላይ ይገኛሉ።
   - በመሞት ላይ ያሉት ብዙዎቹ ለቤተ ሰቡ ገቢ ማምጣት ያለባቸው እንዲሁም ልጆቻቸውንና በዕድሜ የገፉ ወላጆቻቸውን መንከባከብ የሚችሉ ወጣት ሰዎች ናቸው።
   - በመሞት ላይ ያሉት ወጣቶች ነገ የሀገሪቱ መሪዎች መሆን የሚችሉ ናቸው።
   - በመሞት ላይ የሚገኙት ወጣቶች በምጣኔ ሀብት ረገድ ብዙ ማፍራት የሚችሉ ናቸው፣ ስለዚህ መላ አገሪቱ

እየተሠቃየች ናት። በእርሻው መስክ፣ ወይም በአንዱስትሪው ወይም በንግዱ ዘርፍ መሥራት የነበረባቸው እነርሱ ናቸው።

- የቅርብ ዘመዶች ሁሉ ያቀፈው ቤተ ሰብ በመዳከም ላይ ነው።

4. ድራማ (ተውኔት)፤ ኤድስ በሽታን የመከላከል ሥርዐት እንዴት እንደሚያጠፋ እና/ወይም ኤድስ ለመከላከል ተማሪዎች በአንድነት ይሠሩ ዘንድ ለማበረታታት የአቻዎች ግፊት የቱን ያህል ጎይል እንዳለው ለማሳየት ተውኔቱን ተጠቀም።
5. ጭውውታዊ ዘዴ፤ ኤድስ እንዴት እንደሚሠራጭ ለማሳየት በክፍል ተሳትፎዎች ምድብ ከተመለከቱት ሁለት ጨዋታዎች ውስጥ አንዱን ተጠቀም።
6. አጎዛዊ ሠንጠረዥ ጥናት፤ በወሲባዊ መጋለጥ ሠንጠረዥ ውስጥ የሚገኘው የአጎዞች ጥናት ነው። ከጋብቻ በፊት ወሲብ ለምን መፈጸም እንደሌለብህ ታስተውል ዘንድ በጣም አስፈላጊ ነው። ከኢትዮጵያ ሕዝብ በኤድስ ከተያዙት ሰዎች ውስጥ ከመቶ ለማንያ ሰባት እጁ (87 % ወይም ከ10ሩ 8ንቱ እጅ) ለኤድስ ቫይረስ (ኤች አይ ቪ) የተጋለጡት ኤድስ ካለበት ሰው ጋር ወሲብ በመፈጸማቸው ነው። ከጋብቻ በፊት ከሌሎች ጋር ወሲብ የምትፈጽም ከሆነ፣ በኤድስ የመያዝ ዕድልህ እጅግ ከፍተኛ ይሆናል። ወሲባዊ ግንኙነት የፈፀምኸው (የፈጸምሽው) ቫይረሱ በደሙ (በደሟ) ውስጥ ካለ ሰው ጋር ሊሆን ይችላል። እርሷ (እርሱ) ቫይረሱ የተላለፈባት ከሌላ ሰው ሊሆን ይችላል፤ ያም ሰው የያዘው ከሌላ ሰው ሊሆን ይችላል ወዘተ።

(ለመምህሩ ማስታወሻ፡- በወሲብ የመጋለጥን ሠንጠረዥ የምትጠቀም ከሆነ ቁጥሮቹ በጥቁር ሰሌዳው ላይ ጻፍ።) የዚህ ሠንጠረዥ ጥቅም ታማኝነት ያለበት ጋብቻ እስካልተፈጸመ ድረስ ከአደጋ ነፃ የሆነ ወሲብ መፈጸም እንደማይቻል ለማሳየት ነው፤ አንድ ሴት ከሌላ ሰው ጋር ወሲብ ስትፈጽም ላለፉት ዐሥር ዓመታት ከዚያ ሰው ጋር ወሲብ የፈጸሙ ሴቶች ሁሉ ያስተላለፉትን ጀርም የመቀበል አደጋ እንደሚያጋጥማት መታወቅ አለበት። እነርሱና ባልደረቦቻቸውም ላለፉት ዐሥር ዓመታት አብረው ወሲብ ከፈጸሙ ሰዎች ጋር ጀርሙ ሊተላለፍ እንደሚችል መረዳት አስፈላጊ ነው።

ለምሳሌ በሠንጠረዡ ላይ እንደሚታየው ወሲብ ፈጽመው ከነበሩ ከሁለት ሰዎች ጋር ወሲብ ብትፈጽም፣ እነርሱም በበኩላቸው ከሁለት ሰዎች ጋር ወሲብ ቢፈጽሙ (ከ እነዚህ ውስጥ አንዱ ከእኔ ጋር ቢሆን)፣ ጀርሙን ከ6 ሰዎች ተቀበልሁ ማለት ነው። ይህን ሠንጠረዥ ለመግለጽ ትናንሽ ሰዎች ጥቁር ሰሌዳው ላይ መሣሉ ሳይረዳ አይቀርም።

በወሲብ የመጋለጥ ሠንጠረዥ

የወሲብ ጓደኛ ቁጥር	እያንዳንዷ ሴት ከእኔ ጋር ወሲባዊ ግንኙነት የፈፀሙ ወንዶች ያህል ስትገናኝ ለወሲብ የተጋለጡት ሰዎች ቁጥር የቱን ያህል እንደ ሆነ
1	1
2	6
3	21
4	52

ስለዚህ 4 የወሲብ ጓደኞች ብቻ በመያዝ፣ እነርሱም በበኩላቸው 4 የወሲብ ጓደኞች ከነበሯቸው 4 የወሲብ ጓደኞች ጋር ግንኙነት ቢያደርጉ፣ ከ52 ሰዎች ለሚተላለፍ ጀርም ልጋለጥ እችላለሁ ማለት ነው።

7. ትረካዊ ዘዴ፤ «የከበቡኹ»ንና «የጠንክር»ን ታሪክ እንዲሁም «ሰሎሜ ያደረገችውን ስህተት» ወይም «እናንት ወጣቶች አብራችሁ ወሲብ ለምን ትፈጽማላችሁ? የሚለውን ጽሑፍ እንብብ፤ ከታሪኩቹ ቀጥለው በሚገኙት ጥያቄዎችም ላይ ተወያዩባቸው።

ናሙና የክፍል ሥራዎች

1. ተማሪዎች ከ2 እስከ 5 የሚሆኑ የክለሳ ጥያቄዎች እንዲጽፉ አድርግ፤ ከዚያም ጥያቄዎችን አሰበጣጥርና ለተማሪዎቹ አድል። ከዚያም እያንዳንዱ ተማሪ ባነሣው ወረቀት ላይ የሰፈረውን ጥያቄ በየተራ እንዲመልሱ ይሁን። ይህን ተሳትፎ «ለሕይወት እሽ፤ ለኤድስ አይሆንም» በሚለው መጽሐፍ ላይ ያገኙትን ሐሳብ እንዲከልሱ ተጠቀምበት።
2. ክፍሉን በንኡሳን ምድቦች ከፍለህ በዚህ ትምህርት ላይ የሚገኙትን ቁልፍ ቃላት ትርጉም እንዲፈልጉ አድርግ፤ ያገኙትንም ለጠቅላላው ክፍል እንዲያቀርቡ ንገራቸው። ቁልፍ ቃላቱን በጥቁር ሰሌዳው ላይ በዝርዝር በመጻፍ ተመልከት።
3. የሚቻል ከሆነ ቀጥሎ ያለውን የክፍል ተሳትፎ በተመለከተ ተባዝቶ ለተማሪዎች የሚሰጥ ጽሑፍ አዘጋጅ። ወይም ስለ ኤድስ ቀጥሎ ያለውን የቃላት ዝርዝርና አንቀጽ በጥቁር ሰሌዳው ላይ ጻፍ። ባዶ ቦታው እንደ ተጠበቀ ሆኖ አንቀጹን ዘልቀህ አንብብ፤ ከዚያም ከተሰጡት የቃላት ዝርዝሮች ውስጥ ለመጀመሪያው ባዶ ቦታ የትኛው ቃል መግባት እንዳለበት ተወያዩበት። ተማሪዎች አንቀጹን እንዲገለ ብጡና የቀረውን ባዶ ቦታ ከተሰጡት ዝርዝር ቃላት ውስጥ ትክክለኛውን በመምረጥ እንዲጽፉ አድርግ፤ እያንዳንዱ ቃል የሚገባው አንድ ጊዜ ብቻ ነው።

ይዳከማል፤ ቆዳ፤ የተለየ፤ ቀደዳዎች፤ አስፈላጊ፤ ህዋሶች፤ በሽታ የማይዘው፤ ጤናማ፤ መከላከያ፤ ነጭ፤ በሽታዎች፤ ያጠፋሉ፤ ደም፤ ውስጥ

በሽታን የመከላከል ሥርዐትና ኤድስ፡-

በሽታን የመከላከል ሥርዐት ለሰውነት በጣም 1) ..... ነው። ሰውነት በበሽታ እንዳይጠቃ የሚያደርግ 2) ..... ነው። የአካል የመጀመሪያው መከላከያ 3) ..... ነው። እርሱ ከተበጣ ወይም ከደማ ልዩ ልዩ ዐይነት የበሽታ ጀርሞች አካል 4) ..... ይገባሉ። እነዚህ ጀርሞች እንደ አፍና አፍንጫ ባሉት ተፈጥሮአዊ 5) ..... ወደ አካል ሊገቡ ይችላሉ። በተለይ 6) ..... የደም ህዋሶች ሰውነትን 7) ..... ለመጠበቅ በሽታን ፈልገው 8) .....። ኤድስን የሚያመጣው ቫይረስ ሰውነት መከላከል ከሚችለው ከማንኛውም ዐይነት በሽታ 9) ..... ነው። በመጀመሪያ ደረጃ የሚተላለፈው በልዩ ልዩ ዐይነት ወሲባዊ ድርጊትና 10) ..... ነው። ይህ ቫይረስ ሰውነትን በመቆጣጠር፤ በሽታን እንዲሰዩ የተመደቡትን 11) ..... ያጠፋል። ስለዚህ 12) ..... የሚከላከለው ሥርዐት 13) ..... ሰውነትን በሚገባ ሊከላከል አይችልም። በቫይረሱ የተያዘውንም ሰው ኤድስ ብለን በምናውቃቸው 14 ..... እንዲያዝ ያደርገዋል።

- *የተማሪዎቹን ሥራ ተመልከት፤* መልሶቹ የሚከተሉት ናቸው፡- 1) አስፈላጊ 2) መከላከያ 3) ቆዳ 4) ውስጥ 5) ቀዳዳዎች 6) ነጭ 7) በጤና 8) ያጠፋሉ 9) የተለየ 10) ደም 11) ህዋሶች 12) በሽታን 13) ይዳከማል 14) በሽታዎች

4. ኤድስ እንዴት ሊሠራጭ እንደሚችል ለማሳየት ይህን ጨዋታ ተጫወቱ።
   - ለእያንዳንዱ ተማሪ የደብተር ወረቀት ግማሹን አድል፤ የአንዱን ወረቀት ጀርባ ከሥር በስተቀኝ በኩል ያለውን ጠርዝ የቀይ ምልክት (ነቍጥ) አድርግበት፤ ለተማሪዎቹ ግን አንዱ ወረቀት ቀይ ነቍጥ እንዳለበት አትንገራቸው።
   - ተማሪዎቹ በክፍሉ ውስጥ እንዲዘዋወሩ አድርግ። እያንዳንዱ ተማሪ አምስት

የክፍል ጓደኞቹ ስማቸውን እርሱ ከያዘው ወረቀት ላይ እንዲጽፉ ይጠይቅ፤ በሌላ አነጋገር እያንዳንዱ ተማሪ አምስት ስሞች ይጽፋል ማለት ነው።

- ተማሪዎች ተመልሰው እንዲቀመጡ አድርግ፤ ከዚያም የወረቀታቸውን ጀርባ እንዲመለከቱ ጠይቅ። ከወረቀቱ በስተቀኝ ባለው ታችኛው ጠርዝ ላይ ቀይ ምልክት ያለበት ተማሪ እጁን ማውጣት አለበት።
- ያ ተማሪ እንዲቆም አድርግ፤ ለእርሱ ኤድስ ያለበት መሆኑን ንገረው።
- ከዚያም ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖረው ተማሪ ስም በወረቀታቸው ላይ የተጻፈባቸው ተማሪዎች ከመቀመጫው እንዲነሡ አድርግ።
- ከሌሎች አምስት «ከሕመሙ ጋር ከሚኖሩ» ተማሪዎች መካከል የአንዱ ስም በወረቀ ታቸው ላይ የተጻፈባቸው ተማሪዎች ከመቀመጫቸው እንዲነሡ ይሁን።
- ክፍሉን በዓይንህ ቃኘት አድርግ። «በሽታው ሳይኖርባቸው» የቀሩት ተማሪዎች ስንት ናቸው? ይህ የክፍል ተሳትፎ ኤድስ በወሲባዊ ግንኙነት እንዴት እንደ ሚሠራጭ ለማሳየት እንደሚረዳ ለተማ ሪዎች ንገራቸው። «ቫይረሱን» ካስተላ ለፈባቸው ተማሪ ጋር ግንኙነት ከማድረ ጋቸው በፊት «በቫይረሱ በተያዙ» ተማሪዎች ወረቀት ላይ ስማቸውን የጻፉት ተማሪዎች ስንት ናቸው?

(ማስታወሻ ለመምህሩ፡- አንድ ሰው በኤች አይ ቪ/ኤድስ ሊታመም የሚችለው በወሲባዊ ግንኙነት፣ የሌላን ሰው ደም በመቀበል ወይም ኤድስ ያለባት እናት ለተወለደው ሕፃን በማስተላለፍዋ ብቻ መሆኑን ተማሪዎች እንደተረዱ ርግጠኛ ሁን። የጨዋታው ዐላማ ኤድስ በፍጥነት እንዴት እንደሚሠራጭ ለማሳየት ብቻ ነው። ጨዋታው ኤድስ በክፍል ውስጥ በመዘዋወርና ከሌሎች ተማሪዎች ጋር በአካል በመነካካት እንደሚተላለፍ አያመለክትም።)

5. «አደጋ የለሽ» ወይም «አደገኛ» በሚል የክፍል ውስጥ ጨዋታ ተጫወቱ። ይህ የክፍል ጫወታ ሰዎች የተበከለ ደም ወደ ሰውነታቸው እስካልገባ ወይም ወሲባዊ ፈሳሽ በውስጥ እስካልፈሰሰባቸው ድረስ፣ ኤድስ ይይዘናል ብለው መሥጋት እንደ ሌለባቸው በአጽንዖት ለማሳየት የታቀደ ነው። *(From Life at the Crossroads,* Great Commission Movement of Nigeria).

ይህን ጥያቄ ለክፍሉ አቅርብ፣ ኤች አይ ቪ/ኤድስ ካለበት ሰው ጋር በአንድ ክፍል በመኖር በሽታው ሊተላለፍባችሁ ይችላልን? ተማሪዎች ይህን ጥያቄ አስመልክቶ ባላቸው ሐሳብ ላይ እንዲወያዩበት ጊዜ ስጣቸው። ኤድስ የሚተላለፈው ደም ወይም ወሲባዊ ፈሳሽ በአካል ውስጥ ሲገባ ብቻ መሆኑን በድጋሚ በአጽንዖት ተናገር። እንዲሁም ማንም ሰው ለዚህ አደጋ ከቶ መጋለጥ እንደሌለበት ተወያዩበት።

ከዚያም የሚከተለውን ተግባር አከናውኑ፡- የሚከተሉትን የክፍል እንቅስቃሴዎች ተራ በተራ እንዲከናወኑ እዘዝ። የክፍል እንቅስቃሴው አደገኛ መሆኑን የሚያስቡ ከሆነ ተማሪዎች ከመቀመጫቸው እንዲነሡ ንገራቸው። አደጋ አያስከትልም ብለው የሚያስቡ ከሆነ ደግሞ እንደ ተቀመጡ ይቆዩ። *(ቡድኑ ኣነስ ያለ ከሆነ ተማሪዎች ክፍሉ ውስጥ እንዲዘዋወሩ ማድረግ ትችላለህ። «አደጋ አልባ» የሚለውን ምልክት በክፍሉ ውስጥ በአንድ በኩል፣ «አደገኛ» የሚለውን ምልክት ደግሞ በክፍሉ ውስጥ በሌላ በኩል አድርግ። ተማሪዎች በክፍሉ ወለል መሻል ላይ እንዲቆሙ*

ንባራቸው። ከዚያም ቀጥሎ ያሉትን እንቅስቃሴዎች ተራ በተራ ጮክ ብለህ አንብብ። ለእያንዳንዱ የክፍል እንቅስቃሴ ተማሪዎች፣ «አደገኛ» ወይም «አደጋ አልባ» ብለው እንዲወስኑ በማድረግ ወደ ተገቢው ምልክት ሄደው እንዲቆሙ ይሁን። ውሳኔ በተደረገ ቍጥር ወደ ክፍሉ መሻል ወለል ከመንቀሳቀሳቸው በፊት አንድ ወይም ሁለት ተማሪዎች ስለ ውሳኔያቸው ገለጻ እንዲያደርጉ ይነገራቸው።)

- ማቀፍ (አደጋ የለሽ ነው ምክንያቱም ወሲባዊ ፈሳሽ ወይም ደም የለበትም።)
- ወሲባዊ ግንኙነት (አደገኛ ነው፤ ምክንያቱም የወሲብ ፈሳሽ ቫይረስ አለበት።)
- በአንድ የምግብ ገበታ (ጠረጴዛ) ላይ አብሮ መብላት (አደጋ አልባ ነው፤ ምክንያቱም ወሲባዊ ፈሳሽ ወይም ደም የለበትም።)
- በአንድ ክፍል ውስጥ መተኛት (አደጋ አልባ ነው፤ ምክንያቱም ወሲባዊ ፈሳሽ ወይም ደም የለበትም።)
- እጅ መያዝና መጨባበጥ (አደጋ አልባ ነው፤ ምክንያቱም ወሲባዊ ፈሳሽ ወይም ደም የለበትም።)
- የቁሰለን ጉልበት ለማጽዳት መርዳት (የሌላውን ሰው ደም ወደ አንተ የሚያስገባ ትንሽ ቀዳዳ ሊኖርህ ስለሚችል አደገኛ ነው።)
- በታክሲ ውስጥ ኤድስ ካለበት ሰው አጠገብ መቀመጥ (አደጋ አልባ ነው፤ ምክንያቱም ወሲባዊ ፈሳሽ ወይም ደም የለበትም።)
- እስክሪፕቶ መጋራት (አደጋ የለሽ ነው፤ ምክንያቱም ወሲባዊ ፈሳሽ ወይም ደም የለበትም።)
- በአንድ የጥርስ ቡርሽ በጋራ መጠቀም (ሁለታችሁም የሚደማ ድድ ሊኖራችሁ ስለሚችልና የግራ ቀኛችሁም ደም በመደባለቅ ቫይረሱ ወደ አካላችሁ ሊገባ ስለሚችል አደገኛ ነው፤ አደገኛነቱ ግን አነስተኛ ነው።)
- አንድ ሰው ታሞ ያስመለሰውን ነገር ማጽዳት፤ (በትውኪያው ላይ ደም ሊኖር ስለሚችል፣ በእጅህም ላይ ትንሽ ክፍተት ካገኘ፣ ቫይረሱ በዚያ ክፍተት ሊገባ ስለሚችል አደገኛ ነው።)
- በአንድ መጸዳጃ ቤት መጠቀም (የወሲባዊ ፈሳሽ ወይም ደም የመደባለቅ አጋጣሚ ስለሌለ አደጋ የለሽ ነው።)
- አፍን በመክፈት መሳሳም (ሁለታችሁም በአፋችሁ ወይም በከንፈራችሁ ላይ የቁሰለ ወይም የተቈረጠ ክፍል ሊኖር ስለሚችልና ደም ከአንዱ ወደ ሌላው ሊተላለፍ ስለሚችል አደገኛ ነው። የዚህኛውም አደገኛነት አነስተኛ ነው።)
- በአንድ ክፍል ውስጥ በአንድ ላይ ሆኖ መሳል ወይም ማንጠስ (ወሲባዊ ፈሳሽ ወይም ደም ስለሌለበት አደጋ የለሽ ነው። ኤች አይ ቪ በአየር ላይ አይተላለፍም።
- በአንድ ላይ ሆኖ በአንድ ወንዝ መዋኘት ወይም መታጠብ (ደም ወይም ወሲባዊ ፈሳሽ ስለሌለበት አደጋ የለሽ ነው። በአንድ ሰው ቆዳ ወይም አካል ላይ ቍስል ቢኖርም እንኳ፣ ከፍተኛ ጉልበት ያለው ውሃ ቫይረሱን አጣጥቦ ይወስደዋል። በአንተ ላይ ቍስል ከሌለና ቫይረሱ በቀጥታ ወደ ቍስልህ እንዲገባ ካላደረግህ በቀር አደጋ የለሽ ነው።)

ለመምህሩ ማስታወሻ፦ ኤች አይ ቪ ያለበት ሰው የሳንባ በሽታ ካለበት፣ ብዙዎች አደጋ የማያስከትሉት እንቅስቃሴዎች (ተግባሮች) አደገኛ ሊሆኑ ይችላሉ። የሳንባ በሽታ የሚተላለፈው በአየር ነው (ለምሳሌ ሳል በመሳል)። ኤድስ ያለበት ሰው የሳንባ በሽታ ሊይዘው ይችላል፤ የሳንባ በሽታ ግን ወደ ኤድስ አይለወጥም። በሽታው እንደ ጀመረ ምርመራ በማድረግ መድኀኒት ከተወሰደ የሳንባ በሽታ ይድናል።

ኢብራሂም፣ ባልንጀሮቹና ቤተ ሰቡ

(ከጋብቻ በፊትና ከጋብቻ ውጭ ወሲብ መፈጸም የቱን ያህል ጉዳት እንደሚያስከትልና ሌሎችም ከእኛ መጥፎ ኣኗኗር የተነሣ እንዴት እንደሚሠቃዩ ለማሳየትና ይህንኑ ለደጋ በሚገባ ለማስገንዘብ ሲባል፣ ከመወያያ ጥያቄዎች ጋር የቀረበ ታሪክ ነው። ይህ ታሪክ በትወና መልክም ሊቀርብ ይችላል።)

ኢብራሂም የዐሥራ ሰባት ዓመት ልጅ እያለ ትምህርቱን አቋረጠ። ከዚህም በኋላ ብዙ ሳይቆይ አይሻን በማስረገዙ እርሷኑ አገባ። አባቷ ልጃቸው ማርገዟን ከሰሙ በኋላ እርሷኑ ከማግባት በቀር ብዙ ምርጫ አልነበረውም። ኢብራሂምና አይሻ በሁለት ዓመት ውስጥ ዳንኤል የተባለውን ልጅና ሌላ ሴት ልጅ ወለዱ፤ ኢብራሂም አይሻን ስለሚወዳት እርሷን ትቶ የመሄድ አሳብ አልነበረውም፤ ነገር ግን በተለይ ሴቷ ሕፃን ልጅ ከተወለደች በኋላ ለሁሉም በቂ ምግብ የሚያስገኝ ሥራ አልነበረም። ኢብራሂም ቤቱን ትቶ በመሄድ ሥራ ለመፈለግ ከመሞከር በቀር ሌላ ምርጫ አልነበረውም፤ ስለዚህ ወደ ዋናው ከተማ ከአጎቱ ጋር ለመኖር ሄደ። በዚያም አነስተኛ የንግድ ሥራ እየሠራ የግንብ ሥራ ለማግኘት ጥረት አደረገ። ሚስቱና ልጆቹ አሁንም በዚያው በመንደራቸው ውስጥ ይኖራሉ። ኢብራሂም በግንብ ሥራው ተጠምዶ ስለ ነበር፣ ብዙ ጊዜ ወደ ቤቱ አልሄደም። ይሁን እንጂ በዓመት ሦስት ጊዜ ያህል ቤተ ሰቡንና ባልንጀሮቹን ለማየት ወደ ቤቱ ለመሄድ ሞክሮአል።

በታኅሣሥ ወር ወደ መንደሩ ማለትም ወደ ቤቱ ለመሄድ ተዘጋጀ። ያ ዓመት ለእርሱ መጥፎ ጊዜ ነበር። የግንባታ ሥራ ቀዝቅዞ ነበር። የአገሪቱ ምጣኔ ሀብት እያሽቆለቆለ ስለ መጣ፣ የሥራ እንቅስቃሴ አልነበረም። ሁኔታው አስቸጋሪ ስለነበር፣ ብዙ ነገሮችን በቀላሉ ማግኘት አልተቻለም። ከዚህም የተነሣ ኢብራሂም በገጠር የሚገኙትን ቤተ ሰቦቹን ለማየት ለረጅም ጊዜ ወደ ቤቱ ሳይሄድ ቀርቷል። በዚህ ጊዜ ምኞት ባለው አውቶብስ በመጓዝ ፈንታ በጭነት መኪና ላይ ሆኖ ይጓዝ ነበር። በሻንጣው ውስጥ ለቤተ ሰቡ የሚሆኑ ጥቂት ስጦታዎች ይዞ ነበር።

በጉዞ ላይ እያለ በዋና ከተማው ውስጥ ስላለው ነገር ያሰላስል ነበር። ኢብራሂም ከባለቤቱ ከአይሻ ለብዙ ጊዜ የተለየ ቢሆንም እንኳ፣ ሙሉ በሙሉ ብቻውን አልነበረም። አሚና የተባለች የሴት ጓደኛ ነበረችው። ሁኔታው አስቸጋሪ በነበረበት ወቅት እርሷ አለኝታው ነበረች። ሐሳቡን ሁሉ በእርሷ ላይ ጣለ። አሚና ውድ ነገሮችን መግዛት ትወዳለች፤ የኢብራሂም የወር ገበ ግን የእርሷን ፍላጎት የሚያሟላ አልነበረም። አሚና ሌሎች ወንድ ጓደኞች ነበሯት። ኢብራሂም በዚህ ጉዳይ ላይ ከእርሷ ጋር ብዙ ጊዜ ተጣልቷል። አሚና ግን ሐሳብ ግትር ሴት ስለነበረች ከሌሎች ጋር የነበራትን ግንኙነት አላቆመችም። ኢብራሂም ከአሚና ጋር ፍቅር ይዞት ስለ ነበር፣ ከእርሷ ጋር ተጣልቶ ለብዙ ጊዜ መቆየት አልቻለም። አሚና ነጭ መርቸዲስ መኪና ካለው ሰው ጋር ትወጣ ትገባ ነበር። ኢብራሂም ስለዚህ ጉዳይ እርሷን ለመጠየቅ ድፍረት ስላጣ፣ ዝም ከማለት በስተቀር ሌላ ምርጫ አልነበረውም።

«አባ! አባዬ!» የሚል ድምፅ መኪናው ላይ ሆኖ ሰማ። ኢብራሂም ወደ ታች አዘቅዝቆ ሲመለከት በዳር በኩል እየሣቀና እጁን እያውለበለበ የአራት ዓመት ትንሽ ልጁን ዳንኤልን ሲሮጥ አየው። የጭነት መኪናው አቆመ፤ ኢብራሂምም ዘልሎ በመውረድ ልጁን በእጆቹ ዐቅፎ ያዘው። የዳንኤል ትናንሽ ባልንጀሮችም ተገርመው ይጮኹ ነበር። ኢብራሂም ደስ ብሎት ወደ ቤቱ አዘገመ። ባለቤቱ እርሱን እንኳን ደህና መጣህ ለማለት አልወጣችም። አንዳንድ ባልንጀሮቹ ቆም ብለው እንኳን ደህና መጣህ አሉት። ኢብራሂም ብቻቸውን ሲሆኑ ልጁን፣ «እናትህ የት ሄደች?» በማለት ጠየቀው።

«እርሷማ ሕፃኗን ወደ ክሊኒክ ይዛ ሄዳለች። ሕፃኗ ደኅና አይደለችም። ትኩሳት አላት።» ኢብራሂም ከቤት እንዲቆይ ለዳንኤል ነግሮት ወደ ክሊኒኩ በጥድፊያ ሄደ። ከግቢው ወጣ እንዳለ፣ አይሻ በመንገዱ ላይ ብቅ አለች። የታመመችውን ሕፃን ልጅ በጀርባዋ አዝላ ነበር። በጸጥታ ቀረብ በማለት ባለቤቷን ሰላም አለችው። በሆነ ምክንያት ያለ ዕድሜዋ ያረጀች ትመስላለች፤ የለበሰችው ልብስም መናኛ ዐይነት ነበር። በዚህ ጊዜ ኢብራሂም ስለ አሚና ማራኪ ልብሶችና ውብ ሽቶ አሰበ። ልጅቱን አርሱ አቅፎ በአንድ ላይ ወደ ቤት ገቡ።

በዚያ ምሽት ከጥቂት ሰዓታት በኋላ አይሻ፤ «ባለቤቴ ሆይ፤ አንተ ከዚህ ባልነበርክበት ወቅት በጣም ተቸግረን ነበር። ገንዘብ የላክኸውም ሁለት ጊዜ ብቻ ነው።» በማለት ኢብራሂምን በግልጽ ተናገረችው።

ኢብራሂምም እንዲህ በማለት መለሰላት፤ «ውዴ ሆይ፤ ይገባኛል ለእኔም ሁኔታዎች ጥሩ አልነበሩም። የሥራ እንቅስቃሴ ደካማ ነበር፤ ሊገኝ የተቻለው ትንሽ ሥራ ነበር። እኔም ራሴ መታገል ነበረብኝ።»

«ያም ሆነ ይህ አሁን መጥተሃልና ልትረዳን ትችላለህ» አለች አይሻ። «የክሊኒኩ ነርስ ሕፃኗን ለምርመራ ወደ ሆስፒታል መውሰድ አለብሽ ብላለች። የደም ማነስ ያለባት መሆኑን ገምታለች።»

«እንግዲያውስ» አለ ኢብራሂም፤ «ነገ ወደ ሆስፒታል ልወስዳት እችላለሁ። ዶክተሩ ያዘዘውን ዐይነት መድኀኒትም መግዛት እንችላለን። ውድ ባለቤቴ ሆይ፤ ተስፋ አትቁረጭ፤ አይዞሽ። ለልጆቹና ለአንች የሚሆን ትንሽ ስጦታ አምጥቻለሁ። ነገር ግን በመጀመሪያ ወንድሞቼን እንደምን አላችሁ? ልበላቸው።»

በእነዚህ ጥያቄዎች ላይ ተወያዩባቸው፡-

- *ኢብራሂም ወደ ቤት ለምን ገንዘብ አላከም?*
- *ኢብራሂም ምን ዐይነት ባል ነው? ጠባዩን የሚያሳዩ ምሳሌዎች አቅርቡ*
- *ለአይሻና ለልጆቹ ሕይወት ምን ይመስል ነበር?*
- *ኢብራሂም በእውነት አይሻን ይወዳት ነበርን?*

ኢብራሂም ወደ መንደሩ ወርዶ ሄደ፤ ወንዶች ተሰብስበው ወደሚጠጡበትም ቦታ ጐራ አለ። ይህን ያደረገውም ብዙ ለመቆየት አስቦ ሳይሆን ባልንጀሮቹን ሁሉ ሰላም ለማለት ነበር። በተራ እየተከፈለ በማጎበር መጠጥ ይጠጡ ነበር፤ ኢብራሂምም ከእያንዳንዳቸው ጋር በመጫወት ለተወሰነ ጊዜ ቆየ።

ከመካከላቸው አንዱ ጓደኛቸው እንዲህ አለ፤ «ስለዚህ ስለምንሰማው ኤድስ ምን ታስባለህ? ሬዲዮ ከፍቼ ዜና እከታተል ነበር። ኤድስ ሰዎች ከትላልቅ ከተሞች ወደ መንደሮች ለዓመት በዓል በሚመለሱበት ጊዜ ሰብሮ ይመጣል በማለት ተናግረዋል።» «ይገርማል፤ እኔ አንዱንም አምኜ አልቀበልም» አለ ኢብራሂም። «ይህ እውነት አይመስለኝም። ሰዎች ለሌላ ሳይሆን እኛን ለማስፈራራት የሚናገሩት ነው። ማንንም ሰው በዚህ በሽታ ታሞ አላየሁም። ጥቁር ሕዝቦችን ጭንቀት ውስጥ ለመክተት የነጮች የፈጠራ ወሬ ይመስለኛል። በዋና ከተማችን ውስጥ እንደሚነገረው ከሆነ፤ ኤድስ ማለት ወሲብ እንዳይፈጸም የአሜሪካ ፈጠራ ነው።» የኢብራሂም ባልንጀሮች ሁሉ በዚህ ጉዳይ በጣም ሣቁ፤ በዚህን ጊዜ አገር በቀሉ ቢራ በተጨማሪ ለሁሉም እንዲዳረስ ተደረገ።

«በነገራችን፤ የወባ ትንኝ ኤድስን ታስተላልፋለች ሲባል ሰምቻለሁ» በማለት ሌላው ቀጠለ። «የወባ ትንኝ ከነክሰችህ፤ በኤድስ ልትያዝ ትችላለህ፤ ይህ የቱን ያህል እውነት እንደ ሆነ አላውቅም።»

ሌላው ሰው፤ «መንግሥት ኤድስ ያለባቸውን ሁሉ ለሌላው ሰው እንዳያሠራጩ በአንድ ላይ ሰብስቦ፤ ማጎር አለበት» አለ።

«ትክክል ነው» በማለት ሁሉም በመጮኽ አስተጋቡ፤ በመቀጠልም እንዲህ አሉ፤ እነዚህን ሰዎች ከዚህ አንፈልጋቸውም፡፡ እነርሱን ማስወገድ ነው፡፡ አገሩን ሁሉ እየበከሉት ነው፡፡ ማንኛቸውም ይህን በሽታ ወደዚህ መንደር ይዘው ቢመጡ፣ ማባረር አለብን፡፡ እዚህ ቢሞቱም ሬሳቸው በአካባቢያችን መቀበር የለበትም፡፡» በዚህ ሁኔታ ሲነጋገሩ ብዙ አመሹ፡፡ ኢብራሂም ወደ ቤቱ ሲመጣ አይሻ አልጋው ላይ ተጋድማ ነበር፡፡ እንቅልፍ የወሰዳት ትመስላለች፡፡

በእነዚህ ጥያቄዎች ላይ ተወያዩባቸው፡-

- *በወባ ትንኝ ንድፊያ ኤድስ ሊይዝ ይችላል መባሉ እውነት ነውን?*
- *ኤድስ የያዘውን ሰው ሁሉ በአንድ ቦታ ስለማንሩ ምን ታስባላችሁ?*
- *ኤድስ ያለባቸው ሰዎች ሁሉ በአንድ ቦታ ቢታጎሩ ኤድስ ከመሠራጨት ሊታገድ ይችላልን ?*
- *ኢብራሂም ኤድስን በዐይኑ ከቶ ስላላየ ኤድስ የሚባል ነገር የለም ማለቱ እውነት ነውን?*

በሚቀጥለው ቀን ማለዳ ኢብራሂም ራስ ምታት አሞት ነበር፡፡ ሻይም ከጠጣ በኋላ ሚስቱ ስለ ሕፃኗ አስታወሰችው፡፡ ኢብራሂም ሰውነቱን ታጥቦ እንደጨረሰ ሕፃኗን አቅፎ በጥድፊያ ወደ ሆስፒታል ይዟት ሄደ፡፡ የደም ምርመራው ውጤት ሕፃኗ የደም ማነስ እንዳለባት በርግጥ ያሳያል፡፡ ሐኪሙ ደም እንዲሰጣት አዘዘ፤ ኢብራሂምም ለልጁ የራሱን ደም ሰጠ፡፡ ደሙ ለልጅቷ ከመስጠቱ በፊት፣ ኤች አይ ቪ ይኑርበት ወይም አይኑርበት ለማወቅ ሐኪም ቤቱ ምርመራ አላደረገም፡፡ ኢብራሂም ሴት ልጁን በመርዳቱ ደስታ ተሰማው፡፡ ልጅቱ አራት ቀን ሙሉ በሆስፒታል ከተኙች በኋላ የተሻላት መስላ ወደ ቤት ተመለሰች፡፡

የገና ወቅት ዐለፈ፤ ኢብራሂም ግን ጤንነት አይሰማውም ነበር፡፡ ብዙ ጊዜ ራሱን ያመው ነበር፤ ቍርጥማትና ተቅማጥም ተጨመረበት፡፡ በዚያ መንደር ውስጥ ወደሚገኘው መድኀኒት ቤት ሄደ፡፡ በመድኀኒት ቤቱ ውስጥ የሚሠራው ሰው ከመድኀኒት ቤቱ በስተጀርባ ወስዶ ኢብራሂምን ሁለት መርፌ ወጋው፡፡ ሰውየው ኢብራሂምን ከወጋው በኋላ፣ መርፌውንና ስሪንጁን በጊንጊ ውሃ አጠበ፡፡ ከኢብራሂም በኋላ የመጣችውን ልጃገረድም ክሎሮኩኒን የተባለውን መድኀኒት ኢብራሂም በተወጋበት መርፌ ወጋት፡፡ ኢብራሂም በአካላቱ ሁሉ የሚያሳክክ ሽፍታ ወጣበት፡፡ በመድኀኒት ቤቱ የሚሠራው ሠራተኛ ለጊዜው ሊያስታግሥለት የሚችል ቅባት ሰጠው፡፡ ለዚያ ቤተ ሰብ የገና ሰሞን የደስታ ጊዜ አልነበረም፤ ኢብራሂምም ወደ ዋናው ከተማ ተመልሶ ለመሄድ ፈለገ፡፡ በዚህ ጊዜ ከአይሻ ጋር አልፎ አልፎ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ቢፈጽምም፣ ብዙ ርካታ አላገኘም፣ በቤቱም ውስጥ ያለው ሕይወት የጎዘጎ ጥላ ያጠላበት ነበር፡፡

ጥር በገባ በሁለተኛው ሳምንት ኢብራሂም ወደ ዋናው ከተማ ተመለሰ፡፡ እዚያው እንዳለም ሌላው የገና ወቅትና አዲስ ዓመት ዐለፉ፡፡ ይሁን እንጂ ነገሮች በውጭ እንደሚታዩት አልነበሩም፡፡

ኢብራሂም፣ ባልንጀሮቹ፣ አይሻ እንዲሁም እኔና እናንተ ያልተገነዘብነው ጉዳይ፣ ኢብራሂም በኤች አይ ቪ የተያዘ መሆኑን አለማወቃችን ነው፡፡ ኢብራሂም ቫይረሱ የያዘው ነጭ መርቸዲስ መኪና ከነበረችው ሰውየ ቫይረሱ ከተላለፈባት ከአሚና ነው፤ ይኸው ባለመኪና ሰው በበኩሉ ከሌሎቹ ሴት ጓደኞቹ ውስጥ ከአንዷ ቫይረሱ ሳይተላለፍበት አልቀረም፡፡ ከኢብራሂምም አጉል አካሄድ የተነሣ ብዙ ሰዎች በቫይረሱ ተይዘው ነበር፡፡

በእነዚህ ጥያቄዎች ተወያዩባቸው፡-

- *በኢብራሂም አማካይነት በሽታው የተላለፈባቸው ሰዎች እነማን ናቸው? ሚስቱ አይሻ? መጠጥ ቤት የነበሩት ወዳጆቹ? ሴት ሕፃን ልጁ? በመድኀኒት ቤት የነበረችው ልጃገረድ? የገና ዕለት*

ከአባታቸው ጋር በአንድ ሣህን ሾርባ የጠጡት ልጆቹ?

- *በበሽታው ተይዘዋል ብላችሁ የመረጣ ችኋቸው ሰዎች በበሽታው የተያዙት እንዴት ነበር?*
- *ቀደም ባለው ጥያቄ በገለጻችኋቸው በማንኛቸውም መንገዶች ቢሆን፣ በኤድስ ላለመያዛችሁ እንዴት ርግጠኞች ልትሆኑ ትችላላችሁ?*

ኢብራሂም በዋናው ከተማ በመኖር ከአሚና ጋር መገናኘቱን ቀጠለ። ነገር ግን ከሁለት ዓመት በኋላ አሚና ታመመች፤ ሊሻላትም አልቻለም። ወደ ሐኪሞች በመሄድ ብዙ ገንዘብ አጠፋች፤ ኢብራምም በዚህ ጉዳይ ላይ ሐሳብ ይዞት ነበር። የማያቋርጥ ተቅማጥ ስለነበራት፣ በሚያስፈራ ሁኔታ ከሳች። ውሎ አድሮም ከዋናው ከተማ በመልቀቅ ወደ መንደሯ ሄደች። በመንደሯም የተለያየ የባህል መድኃኒት ሞከረች፤ ነገር ግን ምንም አልረዳትም። ስድስት ወር ሙሉ ከታመመች በኋላ ሞተች።

በተመሳሳይ ወቅት ኢብራሂም ቤተ ሰቦቹ ዘንድ ወደ መንደሩ ሄደ። ሴት ልጁ በጣም ታማ ሲያገኛት ደነገጠ። ኢብራሂም ለልጁ ደም መስጠቱን አስታወሰ፤ ስለዚህ ጉዳይ ግን ምንም አልተጨነቀበትም። በጥድፊያ ወደ ሐኪም ቤት ተወሰደች፤ ሐኪሞቹ የተቻላቸውን ሁሉ ለማድረግ ቢጥሩም እንኳ ልጅቱ ሞተች። እነዚሁ ሐኪሞች በደሟ ውስጥ አንድ የሆነ ተውሳክ ያለባት ሲሆን እንግዳ ሕመም ነው አሉ፤ ለኢብራሂም ግን ሕመሟ በትክክል ምን እንደ ነበር አልነገሩትም። ኢብራሂም «ምናልባት ድግምት ሊሆን ይችላል» በማለት አሰበ።

ብዙ ሳይቆይም ኢብራሂም ትኩሳትና ሳል ጀመረው። ሽንቱን ሲሸና ብዙ ይሠቃይ ነበር። በብልቱም አካባቢ የሚያሠቃየው ትልቅ ቁስል ነበር። የሚያሽለው መድኃኒት ማግኘት አልቻለም። ሳሉ ለስድስት ወር ቀጠለ በዚህም ጊዜ ኢብራሂም እያደር እየከሳ ሄደ፤ በየሌሊቱ የሚተኛው ትንሽ ለዓት ነበር፤ ምክንያቱም ሳሉ እንቅልፍ ሊያስወስደው አልቻለም።

በአካባቢው አለ ወደ ተባለ ሆስፒታል ሄደ፤ ሐኪሙም ሙሉ ምርመራ አደረገለት፤ በተከታታይም ሦስት የአክታ ምርመራ እንዲደረግለት አዘዘ። ደረቱ ላይ ራጅ ምርመራ እንዲደረግለትም ኢብራሂምን ላከው። የአክታ ምርመራው በሽታ ያለ መሆኑን ያመለክት ነበር፤ ዶክተሩም ኢብራሂም የሳንባ በሽታ ያለበት መሆኑን ነገረው። ሐኪሙ ልዩ ልዩ የደም ምርመራ አዘዘ። ምርመራውም ኢብራሂም በወሲብ የሚተላለፉ በሽታዎች ይኸውም ቂጥኝና ኤች አይ ቪ ያለቡበት መሆኑን የሚያመለክት ነበር። በሚቀጥለው ዓመት ኢብራሂም ሞተ፤ ከጥቂት ቀናት በኋላም ባለቤቱ አይሻ ሞተች። ያ ትንሽ ልጅ ዳንኤል ወላጅ አልባ ሆኖ ቀረ።

በእነዚህ ጥያቄዎች ላይ ተወያዩባቸው፡-

- *የሕፃኗ ሞት ምክንያት ጥንቆላ ይመስላችኋልን ?*
- *ሐኪሞች የኢብራሂም ልጅ በምን በሽታ እንደ ሞተች ለኢብራሂም መንገር ነበረባቸውን?*
- *በወሲብ የሚተላለፈው በሽታ በተለይም አልሰረ ከኢብራሂም በኤድስ መያዝ ጋር እንዴት ሊገናኝ ይችላል ብላችሁ ታስባላችሁ?*

ዳንኤል ትምህርት ሊማር አልቻለም፤ ከችግር የተነሣ ይህ ልጅ አስፈላጊውን የተመጣጠነ ምግብ አላገኘም። ዳንኤል በታመመ ጊዜ አያቶቹ መድኃኒት ሊገዙለት አልቻሉም። በዚህን ጊዜ ኑሮ ለዳንኤል እጅግ አስጨናቂ ነበር። ሩቅ በሚገኘው ዋና ከተማ አባቱ ያሳለፈው መጥፎ ሕይወት ለቤተ ሰቡ ለዓመታት የሚዘልቅ መዘዝን አስከትለ።

ከቤታችሁ ርቃችሁ ስትጓዙ አደጋ ላይ መሆናችሁን አስታውሱ። ከጋብቻ በፊት ወይም ከጋብቻ ውጭ ወሲብ አትፈጽሙ። ለእናንተ ወይም ለቤተ ሰባችሁ አባል ደም ከመስጠቱ

በፊት ያ ደም ከኤድስ ቫይረስ ነጻ መሆኑን የሚያረጋግጥ ምርመራ መደረጉን አስታውሱ፤ በገጠር የሚገኘው መርፌ ወጊ ለሚወጋው ለእያንዳንዱ ሰው አዲስ መርፌ የሚጠቀም እስካልሆነ ድረስ መርፌ ለመወጋት አትሂዱ። በገጠር በመርፌ የሚሰጠው አብዛኛው መድኀኒት ይህን ያህል አስፈላጊ አይደለም፤ በመርፌ ፈንታም ክኒን መጠቀም ይቻላል።

ከበቡሽና ጠንክር

(በተለይ ልጃገረዶች ከጋብቻ በፊት ወሲብ መፈጸም እንዴት «አይሆንም» ማለት እንዳለባቸው እንዲያስቡና ከኤድስ እንዲርቁ ቀጥሎ ያለውን የከበቡሽና የጠንክርን ታሪክ አንብብ።

ከበቡሽ የአሥራ ሁለት ዓመት ልጃገረድ ስትሆን፣ የጠንክር ዕድሜ ከእርሷ በሦስት ዓመት ይበልጥ ነበር። በዚህ ዕድሜ እያሉ ነው ከቤት ወደ ት/ቤት፣ ከትምህርት ቤትም ወደ ቤት አብረው መጓዝ የጀመሩት። ከበቡሽ ጠንክርን በጣም ትወደው ነበር። ስታገኘው ልቧ በፍጥነት ይመታል፤ ደስታዋም ይጨምራል። ጠንክር ረጅምና ቆንጆ ሲሆን ደስ የሚል ፈገግታ ያለው ልጅ ነበር። እርሱም በአቅራቢያቸው በሚገኝ ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት ይማር ነበር፤ ለከበቡሽ አጭሎኒና ሌሎች ቀለል ያሉ ምግቦችን ለመግዛት ሁል ጊዜ ከኪሱ ገንዘብ አያጣም ነበር። እርሷም ልታገኘው በመናፈቅ ከትምህርት ቤት ውጭ በመንገድ ላይ ትጠብቀዋለች። ጠንክር ጓደኛዋ በመሆኑ ተመካችበት። በብዙ አጋጣሚዎች እንደሚወዳት ይነግራት ነበር። እርሷም በጣም እንደምትወደው ይሰማታል፤ ነገር ግን ብቻቸውን በሚሆኑበት ጊዜ ለምን ለውነታን እንደማይደባብስ ስታስብ ቅር ይላታል። እንደሚወድዳት ሲናገር መስማት አይሰለቻትም። አንድ ቀን ጠንክር ከትምህርት ቤት ከወጡ በኋላ ወደ ጫካ አብረው እንዲሄዱ ጠየቃት፤ ከበቡሽም በውስጧ በጣም መቀራረባቸውን ስለተረዳች እሺ ለማለት ፈራች። በርግጥም እናቷና አባቷ በጣም ተቀራርበው ማየት እንደማይፈልጉ ታውቃለች። የማስጠንቀቂያ ደወል በውስጧ ያቃጭል ነበር። ይሁን እንጂ ጠንክርን ማጣት አልፈለገችም።

አንድ ቀን ከበቡሽ ከትምህርት ቤት ስትወጣ ጠንክር ዘወትር በሚገናኙበት ቦታ አልነበረም። ከበቡሽ አዘነች። ከዚያም ወደ ቤቷ በመሄድ ላይ ሳለች፣ ጠንክር የክፍል ጓደኛው ከሆነች ሌላ ልጃገረድ ጋር ሆኖ አየችው። እርሱም ልጅቷን አቅፏት ነበር። የልጅቷ ስም ርብቃ ይባላል። ከበቡሽ በጣም ደነገጠች፤ ተረበሸችም፤ ጠንክር እርሷን ብቻ እንዲወድ ትፈልግ ስለነበር፣ በውስጧ ቀናች። እርሱ እንዴት ማንንም ሴት ሊያቅፍ ቻለ?

በሚቀጥለው ቀን ጠንክር ከትምህርት በኋላ ከበቡሽን እንደተለመደው እየጠበቃት ነበር፤ እርሷም በውስጧ ደስ ቢላትም በውጫዊ ሁኔታዋ አሁንም በርሱ እንደተናደደች ነበረች። ስለዚህ አኩርፋ ምንም ሳትናገር በቀኝ በኩል አልፋው ሄደች። ነገር ግን ጠንክር ሮጦ ደረሰባትና «ከበቡሽ ምን አደረግሁሽ ለምንስ ተቄጣሽኝ?» አላት።

እርሷም «እወድሻለሁ ትላለህ፤ ነገር ግን ሌላ የሴት ጓደኛ አለህ» ብላ መለሰችለት።

«ርብቃን ነው የምትይው አይደል?» አላት። «እርሷ የሁሉም ወንዶች ጓደኛ ናት! ማንም ከልቡ የእኔ ናት የሚል የለም። ሆኖም እርሷ የእያንዳንዱን ወንድ ፍላጎት ስለምታሟላ ብዙዎች ከእርሷ ጋር መሆን ደስ ይላቸዋል።»

ከበቡሽ፣ «እንደዚህ ስትል ምን ማለትህ ነው?» አለች። «አንቺ እወድሃለሁ ትያለሽ ነገር ግን ግብረ ሥጋ ግንኙነት እንፈጽም ስልሽ ሁል ጊዜ እምቢ ነው የምትይኝ። ርብቃ ለጠየቃት ሁሉ እሺ ትላለች። በከፍተኛ ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት የሚማሩ ብዙ የወንድ ጓደኞችም አሏት።»

ከበቡሽ እዚያው ባለችበት ቦታ ቆመች፤ ወደ ጠንክርም ተመለከተች። ርብቃ በብዙ ወንዶች እንዴት እንደምትወደድ አሰበች። ብዙ ጊዜ በርካታ ወንዶች በዙሪያዋ ሆነው አይታለች። ከበቡሽ ረዘም ላለ ጊዜ ቆም ብላ

አሰበች። ጠንክር ዐይን ዐይኗን ያይ ነበር። እርሱ መልከ መልካም መሆኑን ስታስብ ልቧ በፍጥነት ይመታ ጀመር፤ እጆቿንም አላባት።

«ከበቡሽ በጣም አወድሻለሁ» አላት። «አንቺ ብትወጅኝ ኖሮ፣ እምቢ አትይኝም ነበር። ምን ያህል እንደምወድሽ ልግለጽልሽ። በእርግጥ ለእኔ የሴት ጓደኛዬ አንቺ ብቻ ነሽ።»

ከበቡሽ ጠንክር ከልብ እንዲወዳት እና የወንድ ጓደኛዋ ሆኖ እንዲቀጥልም ትፈልጋለች። የሆነ ሆኖ ይህን በምታስብበት ጊዜ ሁለት ነገሮች ወደ አእምሮዋ ይመጣሉ። በመጀመሪያ እግዚአብሔር እርሷ በግብረ ሥጋ ግንኙነት እንድትደሰት የሚፈልገው በጋብቻ ውስጥ ብቻ መሆኑን አስታወሰች። ሁለተኛ ኤድስ በግብረ ሥጋ ግንኙነት እንደሚተላለፍ የሰማችው ነገር ትዝ አላት። የኤድስ በሽታ አስተላላፊ ተሕዋስያን ከወንድ ወደ ሴት፣ ከሴት ደግሞ ወደ ወንድ የሚተላለፈው በግብረ ሥጋ ግንኙነት አማካይነት መሆኑን አስተማሪዋ የተናገረውን አስታወሰች። በመንገድ ላይ ቆመው ሳሉ ጠንክር ትላልቅና ለስላሳ በሆኑት ዐይኖቹ ዐይን ዐይኗን ሲመለከት፣ ርብቃ ብዙ የወንድ ጓደኞች እንዳላት ከበቡሽ አሰበች። አሁን ደግሞ ጠንክር ከርብቃ ጋር እንደነበረ ዐውቃለች። በዚህ ጊዜ ከበቡሽ ወደ ውሳኔ መጣች። ከኋላ ያለውን ዐደጋ ችላ ብሎ ለጠንክር መማረክ ተገቢ እንዳልሆነ ተረዳች። እርሷ ረጅም ዕድሜ መኖርና ትክክል የሆነውን ነገር ሁሉ ማድረግ ትፈልጋለች።

«ጠንክር» አለችው፤ «እኔ ከአንተ ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት አልፈጽምም። ረጅም ዕድሜ መኖር እፈልጋለሁ። የግብረ ሥጋ ግንኙነት መፈፀም የምፈልገውም በጋብቻ ውስጥ ብቻ ነው። ከጋብቻ ውጭ ግብረ ሥጋ መፈጸም ደስ ቢልም እንኳ ትክክል አይደለም። ሕይወቴን ማበላሸት አልፈልግም። በእውነት ብትወደኝ ኖሮ አሁን ግብረ ሥጋ ግንኙነት እንድናደርግ አትጠይቀኝም ነበር። በጓደኝነት ብንቀጥል ደስ ይለኛል። ከሌሎች ጓደኞቻችን ጋር ሆነን የእግር ኳስ ጨዋታን ለምን አንመለከትም? ግብረ ሥጋ ግንኙነት ላለመፈጸም ግን አቋሜ ጽኑ ነው።»

ከበቡሽ ያደረገችው ረጅም ንግግር ነበር። ንግግሯን ከፈጸመች በኋላም ትንቀጠቀጥ ነበር፤ እንዲህ ወስኖ መናገር ለእርሷ ቀላል አልነበረም።

ጠንክር ጥሏት ሄደ። እጆቹን ኪሶቹ ውስጥ ከትቶ፣ ፈጽሞ ወደ ኋላ ሳይመለከት ርቆ ሄደ። በዚህ ሁኔታ ተለይቷት ሲሄድ ማየት ለእርሷ እጅግ ከባድ ነበር። ጠንክር መልከ መልካም ስለ ነበረ እንደዚያ ትቷት መሄዱ ስሜቷን የሚጉዳ ነበር። ይሁን እንጂ ከበቡሽ ትክክለኛ ውሳኔ መወሰኗን በልቧ ዐውቃለች። ትክክለኛ ነገር በማድረጓ በውስጧ በራሷ ተመካች፤ አሁን ራሷን ማክበር ትችላለች። አስተማሪዎችዋ፣ ወላጆቿ፣ ከሁሉም በላይ እግዚአብሔር በርሷ ውሳኔ ደስ ይሰኛሉ። እርሷ የጠንክርን ጓደኝነት አልፈልግም አላለችም። አብረው የኳስ ጨዋታ እንዲያዩ ፈቃደኛነቷን በመግለጽ በጓደኝነት ለመቀጠል ያላትን ፍላጎት አሳይታለች። ነገር ግን የግብረ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም እንደማትፈልግ አቋሟን ግልጽ አድርጋለች።

በእነዚህ ጥያቄዎች ላይ ተወያዩባቸው፦

- *ከበቡሽ ጠንክርን እሺ ብትሰው ኖሮ ምን ሊሆን ይችል እንደነበር ከክፍሉ ጋር ተወያዩበት (ለምሳሌ እርግዝና፣ ኤድስ፣ ሌሎች በወሲባዊ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች፣ ከትምህርት ቤት መቅረት።*
- *ከበቡሽ ጠንክርን «አይሆንም» ለማለት ለምን ከባድ እንደሆነባት ተወያዩበት፣ በጠንክር ሰውነት ውስጥ የኤች አይ ቪ ጀርም አለ ብላችሁ ትገምታላችሁን? የምትገምቱ ከሆነ በምን ምክንያት?*
- *ከበቡሽ እንዴት «አይሆንም» አለች? «አይሆንም» ካለች መልካም ጓደኛ ሆና ለመቀጠል እንዴት ጥረት ልታደርግ ትችላለች?*

የሰሎሜ አንዱ ትልቁ ስሕተቷ

ሰሎሜ በከፍተኛ ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት የምትማር ጉበዝ ተማሪ ነበረች፤ መልኳም ቁንጆ ነበር፤ ዩኒቨርስቲ ገብታ የመማር ሐሳብ ነበራት። በትምህርት ቤት ታታሪ ከመሆኗ የተነሣ ሁሉም ደግሞ ያከብራት ነበር። በትምህርት ቤት በነበረችበት ዘመን ሁሉ በሕክምና ሙያ ዶክተር ለመሆን ትፈልግ ነበር። ከዚህም የተነሣ ተግታ ታጠና ነበር፤ አያንዳንዱ መምህርም ዶክተር መሆን እንደምትችል ያውቅ ነበር። ሰሎሜ ድንግል ነበረች። ከማንም ሰው ጋር ፈጽሞ የወሲብ ግንኙነት አድርጋ አታውቅም። ወንዶች ሁሉ ሰሎሜ ድንግል እንደ ነበረች ያውቁ ነበር፤ በድንግልናዋም ያከብሯት ነበር። ከእነርሱ ጋር አብራ እንድትሄድ የሚጠይቋትን ወንዶች ሁሉ ምንጊዜም አይሆንም ትላቸው ነበር።

ሰሎሜ በምትማርበት ክፍል ውስጥ አንድ ልጅ ነበር። ስሙ ኖኅ ይባል ነበር። በጣም መልከ መልካም ልጅ ነበር። ኖኅ አያሌ የሴት ጓደኞች እንደ ነበሩት ማንም ያውቃል። ያለፈው የትምህርት ዓመት መጨረስን አስመልክቶ የሚደረገው ፓርቲ ሊደርስ ሲል ሰሎሜን ከእርሱ ጋር ወደ ፓርቲ እንድትሄድ ኖኅ ጠየቃት። ሰሎሜ ኖኅን ምንጊዜም ትወደው ነበር፤ ላምንቱም በሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት ቆይታዋ የመጨረሻ ጊዜ ስለ ነበር፤ ሰሎሜ እሺ አለችው።

በፓርቲው ምሽት ከፍተኛ የሙዚቃ ጩኸትና መተቃቀፍ የበዛበት ዳንስ ነበር፤ መብራቱም ደብዛዛ ሲሆን ምሽቱ ስሜትና እንግዳ ደራሽ ፍቅር የበዛበት ነበር። ሰሎሜና ኖኅ ሌሊቱን ሙሉ አብረው ደነሱ። ስሜት የተቀሰቀሰበት ምሽት ነበር። ከመጨረሻው ዳንስ በኋላ ኖኅና ሰሎሜ አብረው ወደ ቤት መሄድ ጀመሩ። ሁለቱም አንዱ ለሌላው የቱን ያህል ፍቅር እንዳለው ተሰማቸው። እርስ በርሳቸውም ከፍተኛ የወሲብ ፍላጎት አደረባቸው፤ ጨለማ ቦታ ላይ ሲደርሱም መሳሳም ጀመሩ፤ ከዚያም ከላይ እስከ ታች እርስ በርስ መነካካትና መደባበስ ጀመሩ። ሰሎሜ ለምን እንደምታደርገው ብዙም ሳያስጨንቃት ኖኅ ከእርሷ ጋር ወሲብ እንዲፈጽም ፈቀደችለት።

ሰሎሜ በትምህርት ቤቷ ከፍተኛውን የትምህርት ውጤት አገኘች። በዩኒቨርስቲ የሕክምናን ትምህርት እንድትከታተል ተቀባይነትን አገኘች። ሕልሟ እውን እየሆነ ነበር።

ሰሎሜ የሕክምና ትምህርቷን ተግታ መከታተል ጀመረች። ከጥቂት ዓመታት በኋላ የሕክምና ዶክተር ሆና ተመረቀች። እንዲያውም ልጅን በማዋለድና እርጉዞችን በመከታተል ረገድ ስፔሻሊስት ሆነች፤ የሕክምና ሥራዋንም ወደደችው።

አዳም ከተባለው ሌላ ዶክተር ጋር ጋብቻዋን የፈጸመችበት ዕለት ድንቅ ቀን ነበር። ለአዳም ሰሎሜ የመጀመሪያ የሴት ጓደኛው ነበረች። ያዕቆብ የተባለውን ቆንጆ ልጅ ወለዱ፤ ወላጆቻቸውና አያቶቻቸው በጣም ተደሰቱ። ያዕቆብ የተወለደበትን ቀን ለማክበር ትልቅ ግብዣ አደረጉ። ትልቅ ቤት ነበራቸው፤ በመደሰትና እርስ በርስ አጥብቀው በመዋደድ በሰላም ይኖሩ ነበር።

ያዕቆብ የስድስት ወር ልጅ ሲሆን ታመመ፤ ምግብ የመብላት ፍላጎት ስላልነበረው መክሳት ጀመረ። ሰሎሜ ጓደኛዋ ወደ ሆነውና በሕፃናት ሕክምና ልዩ ባለሙያ ወደ ነበረው ሐኪም ልጇን ወሰደችው። ይህ ሐኪም ከያዕቆብ ደም በመውሰድ ሲመረምረው፤ ያዕቆብ በደሙ ውስጥ የኤች አይ ቪ ፀረ እንግዳ አካል (HIV Antibodies) ያለበት መሆኑን አረጋገጠ። ለሰሎሜ ይህን ሲነግራት እጅግ ደነገጠች፤ አለቀሰችም።

ያለምንም ጥርጥር የኤች አይ ቪ ፀረ እንግዳ አካልን ወደ ያዕቆብ ያስተላለፈችው እርሷ መሆን አለባት፤ ይህም እርሷ ራሷ ኤች አይ ቪ እንዳለባት የሚያመለክት ነው። በርግጥም ደሟ ሲመረመር ኤች አይ ቪ ያለባት መሆኑ ተረጋገጠ። ባሏ አዳም ሲመረመርም፤ እርሱም ኤች አይ ቪ ያለበት መሆኑ ታወቀ።

የሰሎሜም ሆነ የአዳም ወላጆችና አያቶች በቤተ ሰባቸው ላይ የደረሰው ይህን አሳዛኝ ሁኔታ መቀበል አቃታቸው። ችግር ደርሶባቸው ካዘኑ ሰዎች ሁሉ ይልቅ ሰሎሜ የተሰማት ኀዘን እጅግ መሪር ነበር። ከጥቂት ዓመታት በኋላ ሰሎሜ፣ አዳምና ያዕቆብ ከኤድስ በሽታ የተነሣ ሁሉም ሞቱ።

ሰሎሜ ለዚህ የዳረጋትን ግብዣ በእምቢታ አልመለሰችውም። በእነዚያ ጥቂት ደቂቃዎች ለነበረው ከንቱ ደስታ ራሷን አሳልፋ በመስጠትዋ ባሏና ሕፃን ልጇ በሥቃይ ሲሞቱ ማየቷ በውሳኔዋ እጅግ ከባድ ፀፀት ተሰማት።

«ቀድሞ ነበር እንጂ መጥኖ መደቈስ አሁን ምን ያደርጋል ድስት ጥዶ ማልቀስ» እንደተባለው ሆነና እሷም በፀፀት ወደ መቃብር ወረደች።

በእነዚህ ጥያቄዎች ላይ ተወያይባቸው፦

- *ሰሎሜ የኤድስ ቫይረስ የተላለፈባት ስዮት ይመስላችኋል?*
- *ሰሎሜ በመሠረቱ ማድረግ የማትፈልገውን ነገር እንድታደርግ ካስገደዳት ሁኔታ ውስጥ እንዴት መራቅ ትችል ነበር?*
- *ሰሎሜ ለባሏ ለአዳም የኤድስ ቫይረስን ያስተላለፈችው እንዴት ነው?*
- *ሰሎሜ ወደ ልጇ የኤድስ ቫይረስን ያስተላለፈችው እንዴት ነው?*

ወጣቶች በአንድነት ሆነው ወሲብ የሚፈጽሙት ለምንድን ነው?

(ይህ ታሪክ ወደ ወሲብ የሚያመራ በአንድ ወንድና በአንድ ሴት መካከል የሚደረግ የሰውነት ንክኪ ያህል አደጋ እንዳለው ይገልጻል።)

ከጋብቻ በፊት ከቶ ወሲብ ካልፈጸምህ ኤድስን መከላከል ትችላለህ ብሎ መናገሩ ቀላል ነው፤ ሥራ ላይ ማዋሉ ግን እንዲህ ቀላል አይደለም። እያደግህ በሄድህ ቍጥር ሰውነትህ ይለወጣል፤ ተቃራኒ ጾታ ከሆኑት ጓደኞችህ ጋር ያለህ ስሜትም የተለየ ሊሆን ይችላል። በዛሬው ዘመን ወጣቶች ከጋብቻ በፊት ወሲብ እንዲፈጽሙ የሚያደፋፍሩ ብዙ ግፊቶች አሉ። ይህ ነባሩ አፍሪካዊ አካሄድ አይደለም። በተገኘው አጋጣሚ ከተገኘው ሰው ጋር ወሲብ መፈጸም አፍሪካዊ ወይም ክርስቲያናዊ ሥነ ምግባር አይደለም። በአጋጣሚ የሚፈጸም ወሲብ ደግሞ አደገኛ ነው።

ምገደኛ ከሆነው ፏፏቴ ብዙ ሳትርቁ አንተና ጓደኛህ በአንድ ወንዝ በጀልባ ላይ እንደሆናችሁ አስቲ ዐስብ። የፏፏቴውን ጩኸት ትሰማላችሁ፤ ከፏፏቴው የሚነሣውንም ተን ማየት ትችላላችሁ። በዚያ ቦታ መሆን የደስታ ስሜትን ይፈጥራል። ማዕበሉ ብርቱ ነው፤ ወደ ፏፏቴው እየነዳችሁ ይገኛል፤ ሆኖም ገና ለአደጋ አልተጋለጣችሁም። ከፏፏቴው ከአንድ ኪሎ ሜትር በላይ ርቃችሁ ትገኛላችሁ። ወደ ዳርቻው በቀላሉ በመቅዘፍም ከዚያ ልትወጡ ትችላላችሁ።

ለጓደኛህም፣ «ይህ እንዴት ደስ ይላል አባክህ! ወደዚህ አስቲ ቀረብ እንበል» ትለዋለህ።

ጓደኛህም፣ «ወደዚያ መቅረብ ያስብን አይመስለኝም፤ ከዚሁ ላይ ይበቃናል» በማለት ይገልጻል።

ወንዙ እየገፋ በወሰዳችሁ ቍጥር ግፊቱ እየበረታ ይሄዳል። ወደ ፏፏቴውም ይበልጥ እየቀረባችሁ ነው። ይህ በጣም የሚያስደንቅ ነው፤ አጋጥሟችሁ የማያውቅ በጣም አስደናቂ ነገር ነው። ወዲያውም ጓደኛህ ተደናግጦ ወደ ጠርዙ የሞት ሞቱን መቅዘፍ ይጀምራል። ስጊዜው ተዝናንተህ ትሥቅ ይሆናል። ከዚያም ቀዘፋ እየተደረገ ቢሆንም እንኳ፣ ጀልባው አሁንም ከወንዙ መኻል ላይ እንደሚገኝ ትገነዘባለህ። ይገርማል! አስፈሪ ነገር ነው! ፏፏቴው ሳታስበው እየተቃረበ መጣ። አንተም የሞት የሽረት ያህል መቅዘፍ ትጀምራለህ። ባለህ ጕልበትና ኀይል ትሞክራለህ፤ ሆኖም ጊዜው ስላለፈ ብርቱ ጥረት ማድረጉ ዋጋ

አልነበረውም። ማዕበሉ እጅግ በርትቷል። ፍጥነቱ እየጨመረ በሚሄድ መልኩ ወደ ፏፏቴው እየተቃረባችሁ ነው።

ከዚህ ታሪክ ተጨምቆ ስለ ወጣው ተመሳሳይ ሐሳብ የክፍሉ ተማሪዎች ምን አስተያየት እንዳላቸው ከእነርሱ ጋር ተወያዩበት

በታሪኩ ላይ የቀረበ ትንታኔ

በወሲብ መማገጥ ከፏፏቴው ትንሽ ከፍ ብሎ በሚገኘው ወንዝ ላይ እንደ መዝናናት ይቁጠሯል። ሲጀመር አደጋ የሌለበት፣ ጉዳት የማያስከትልና አስደሳች ይመስላል። ችግሩ የሚመጣው ከተቃራኒ ጾታ ጋር የምናካሂደው ማንኛውም ዐይነት ንክኪ ሰውነታችንን የሚያስደስትና የሚገፋፋ እንዲሆን ተደርጎ በመፈጠሩ ነው። ርካታ አይሰጠንም። መጀመሪያውኑም በዚህ መንገድ ርካታ ይገኝበት ዘንድ ተደርጎ አልታቀደም። ገና ሲጀመር መጨባበጥ በቂ ነበር፤ ነገር ግን ብዙ ሳይቆይ መጨባበጡ ወደ መሳሳም ያመራል፤ ከዚያም ... ሳይታሰብ ማዕበሉ ውስጥ ገብተን ራሳችንን እናገኛለን፤ ማምለጥ ከማይቻልበት ደረጃም ላይ እንደርሳለን።

ይህ ሁሉ እናንተን የማይመለከት ሊመስላችሁ ይችላል፤ ይሁን እንጂ አደጋውን ታስተውሉ ዘንድ ተገቢ ነው። ብዙ ወጣቶች «ይህ በእኔ ላይ ከቶ አይደርስም» ብለዋል፤ ይሁን እንጂ ብዙ ሳይቆይና ከመሸ በኋላ ማዕበሉ ድንገት ሳያስቡት የደረሰባቸው መሆኑን ወዲያውኑ ያገኙታል። ወሲብ ሳይፈጸም በድንግልና መቆየት ደካማ፣ ሕመምተኛ ወይም መኻን ወይም ደግሞ ከጋብቻ በኋላ በወሲብ ለነፍች እንድትሆኑ አያደርጋችሁም። ወሲብ ባለመፈጸም ኤድስ የሌለባቸው መሆናቸውን ለማረጋገጥ የሚፈልጉት ወንዶችም ሆኑ ሴቶች ጓደኞቻችሁም ይገነዘባሉ፤ ውለታ አድርገውም ይቁጥሩላችኋል። ይበልጥ ያከብሯችኋል፤ ይወዷችኋልም። እነርሱም ከጋብቻ በፊት ወሲብ ላለመፈጸም ቍርጥ ሐሳብ በማድረግ ይህንኑ ይተገብራሉ፤ ከዚህም የተነሣ ከኤድስ ይርቃሉ።

ከጋብቻ በፊት ወሲብ አይፈጸምም፤ ከጋብቻ ውጭ ወሲብ አይፈጸምም፤ ይህ የ እግዚአብሔር ዕቅድ ነው። ይህ ዕቅድ ደግሞ ሕይወታችንን ከንቱ አያደርግም፤ ርካታንና ደስታን ያመጣል እንጂ። እግዚአብሔር ውብ በሆነ ቤተ ሰብ ድባብ ውስጥ ጥሩ የሆነ ሕይወት እንዲኖረን ይፈልጋል። አንዳንድ ጊዜ በእኛ ላይ ዐጥር የሚያጥር ይመስለናል። እውነቱ ግን እርሱ ከአደጋ እየጠበቀን ነው። *(From Fellowship of Christian Students Adventure Unlimited.)*

ድራማ

(ይህ ድራማ በሽታን የመከላከል ሥርዐት በኤች ኣይ ቪ እንዴት እንደሚወድምና ከዚያም ኤድስ እንዴት እውን እየሆነ እንደሚመጣ ያሳያል።)

በድራማው ላይ የቀረቡ፤ ስድስት ተዋንያን/ ተዋንያት፤ በወረቀት ላይ የተጻፉትን ስሞች ከልብሳቸው ጋር በወረቀት መርፌ አያይዝ። አንድ ሰው ታሪኩን ሲተርክ መተወን ብቻ እንጂ አይናገሩም።

1. ሰውነቴ/አካላቴ
2. ደብልዩ ቢ ሲ (ነጭ የደም ህዋሶች/ሴሎች)፤ ብርቱና ቀልጣፋ የሆነ ሰው
3. ኤች አይ ቪ፤ ረጅም ብርቱና በጣም በጥባጭ የሆነው ለዚህ ክፍል ይመቻል
4. ሳል
5. ትኩሳት
6. ተቅማጥ

ሰውነቴ መካከለኛ ስፍራ ላይ ቁሞአል፤ በእርሱ ወይም በእርሷ ጎንም እርሱን ወይም እርሷን በዙሪያ ካሉት ጉጂ ነገሮች ሁሉ ለመጠበቅ እንደ ቦክሰኛ ዙሪያውን በመሽከርከር ነጭ የደም ህዋስ ይገኛል። ሌሎቹ ከጎን ራቅ ብለው ቆመዋል።

ትረካው እንደሚከተለው ይቀርባል።

ይህ ሰውነቴ ነው (ወደ ሰውየው በማመልከት)

ሰውነቴ ብርቱና ጤናማ ነው።

(ሰውነቴ ጤነኛ መሆኑን ለማሳየት እመር እመር እያለ ይዘላል)

የዚህ ምክንያትም እግዚአብሔር ሰሰውነቴ መከላከያ ስለ ሰጠ ነው። ያ መከላከያም ነጭ የደም ህዋስ ነው። እንግዲህ ነጭ የደም ሕዋስ ለዓለም የቦክስ ውድድር አልተሰለፈም። ነጭ የደም ሕዋስ ቁም የሚገኘው ለነጭ የደም ህዋሶች ነው። ሰውነቴን ለመጠበቅ እግዚአብሔር ነጭ የደም ህዋሶችን ሰጥቶአል፤ ስለዚህም ሰውነቴን ለመጉዳት ማንኛውም ጠንቀኛ በሽታ ሲመጣ፣ ነጭ የደም ህዋሶች ያን በሽታ ይቋቋሙታል።

ለምሳሌ ሳል ሰውነቴን ለመጉዳት ሲመጣ ምን እንደሚሆን እንመልከት።

(ሳል በጣም እየጮኸ በመቅረብ ላይ ነው፤ ሰውነቴም መሳል ጀምሮአል።)

ይሁን እንጂ ነጭ የደም ህዋሶች ሳልን ለመቋቋምና ለማስወጣት ተዘጋጅተዋል፤ *ከግጥሚያው በፊት ሳል ቦታውን ለቆ ወደ ፈላ ይሸሻል፤ ሰውነቴም እንደ ገና ብርቱና ጤነኛ ሆኖአል፤ የቱን ያህል ብርቱ እንደ ሆነ ለማሳየትም ዱብ ዱብ ይላል፤ ተራኪው ለነጭ ደም ህዋስ አድናቆታቸውን በጭብጨባ እንዲገልጹ ተደራሲያኑን ይጠይቃል፤ ነጭ የደም ሀዋስ ለተለገሰው አድናቆት ምላሽ ይሰጣል።*

ከዚያም ትኩሳት በሰውነቴ ላይ ጉዳት ለማድረስ *እየተንቀጠቀጠ ይቀርባል፤* ትኩሳቱ የወባ ወይም የታይፎይድ ሊሆን ይችላል። ሰውነቴ ያተኮሰውና መንቀጥቀጥ ይጀምራል። ሆኖም ነጭ የደም ሕዋስ ትኩሳትን ለማባረር ዝግጁ ስለሆነ፣ ግጥሚያው ይቀጥላል፤ ትኩሳትም ሰውነቴን ለቆ በመውጣቱ ሰውነቴ መንቀጥቀጡን አቆመ፤ ብርታቱና ጤንነቱ ተመልሶለታል። *(ሰውነቴ በፈገግታ ዱብ ዱብ ይላል፤ ተራኪውም ለነጭ ሕዋስ አድናቆታቸውን እንዲገልጹ ተደራሲያኑን ይጠይቃል፤ ነጭ የደም ሕዋስም ለተለገሰው አድናቆት ምላሽ ይሰጣል።*

ከዚያም ተቅማጥ ሰውነቴን ለማጥቃት መጣ፤ (ተቅማጥ ብርቱ የጡንቻ መሸማቀቅ የደረሰበት መስሎ ጎንበስ ብሎ ይመጣል፤ በጩኸት የሥቃይ ድምፅ ያሰማል። ይሁን እንጂ ነጭ የደም ሕዋስ ተቅማጥን ለመቋቋም ዝግጁ ነው። ውጊያው እንደ ቀጠለም ተቅማጥም ሰውነቴን ለቆ መውጣት ጀመረ። ሰውነቴ አሁን የጡንቻ መሸማቀቅ ወይም ተቅማጥ የለበትም፤ ብርታትና ጤንነቱ ተመልሶለታል (ጤንነቱ ስለተመለሰለትም ደስተኛ ሆኖ ዱብ ዱብ ይላል። ተራኪው ለነጭ ደም ሕዋስ አድናቆታቸውን በጭብጨባ እንዲገልጹ ተደራሲያኑን ይጠይቃል፤ ነጭ የደም ሕዋስም ለተለገሰው አድናቆት ምላሽ ይሰጣል)።

አሁን ደግሞ ሰውነቴ የኤድስ በሽታን በሚያስከትለው በኤች አይ ቪ ጥቃት ደረሰበት። ይህ የሆነው በሽታው ካለበት ሰው ጋር ወሲብ በመፈጸም ወይም ከሌላ ሰው የተበከለ ደም በመቀበል ሊሆን ይችላል (ኤች አይ ቪ ለጥፋት አቆብቁቦ በመቅረብ ነጭ የደም ሕዋስን ማጥቃት ይጀምራል)። እንግዲህ ምን እንደሚሆን እንመልከት። ረጅምና ብርቱ ውጊያ እየተካሄደ ነው፤ ከሌሎቹ ጥቃቶች ይልቅ እጅግ ረጅምና ብርቱ ጥቃት ነው፤ በመጨረሻም የነጭ ደም ሕዋስ በኤች አይ ቪ እንዳልነበረ ሆነ (ነጭ የደም ሕዋስ አሁን ጉልበት የለውም፤ በሐዘንም እጁን አጣጥፎ ከሰውነቴ ጀርባ ቆሞአል። ኤች አይ ቪ በራሱ ጉልበት በመኩራራት ከነጭ ደም ሕዋስ ጎን ቁሞአል)። በዚህ ጊዜ ሰውነቴ ምንም

ዐይነት ምልክት አያሳይም። ሰውነቴ አሁንም ብርቱና ጤነኛ ይመስላል።

ከጥቂት ቀናት በኋላ ሳል ሰውነቴን ዳግም ለማጥቃት ሲመጣ ምን እንደሚመስል እንመልከት። (ሳል በጣም ጮኽ እየሳለ ቀረበ፤ ሰውነቴም ማሳል ጀመረ፤ ደጋግሞም በመሳል ላይ ነው። ነጭ የደም ሕዋስ ዝም ብሎ ቁሞአል፤ ሳል መጥቶ ከሰውነቴ አጠገብ ቆመ፤ ሁለቱም ሳላቸውን ቀጥለዋል።)

ትኩሳትም ሰውነቴን ለማጥቃት መጣ። (ትኩሳት እየተንቀጠቀጠ ቀረበ፤ ሰውነቴም ተንቀጠቀጠ፤ መንቀጥቀጡንም ያለማቋረጥ ቀጠለ። ነጭ የደም ሕዋስ ምንም ማድረግ አልቻለም። ትኩሳት መጥቶ ከሰውነቴ ጎን ቆመ፤ ሁለቱም ያለማቋረጥ ይስሉ ጀመር።)

አሁን ደግሞ ተቅማጥ ሰውነቴን ለማጥቃት መጣ (ተቅማጥ ተሸማቆ በመጎንበስ ቀረበ፤ ሰውነቴም ሳልና ትኩሳት ስላልተሰዩት እንደ ተሸማቀቀ ነው፤ ተቅማጥም ከሳል፣ ከትኩሳ ትና ከሰውነቴ ጋር ጎንበስ ብሎ ይገኛል።)

በዚህ ጊዜ ሰውነቴ የሳል፣ የተኩሳትና የተቅማጥ ሕመም ስለደረሰበት በመሠቃየት ላይ ነው (ኤች አይ ቪ ኮራ ብሎ ከሰውነቴ ጎን ቁሞአል)። ነጭ የደም ሕዋስ አቅመ ቢስ ሆኗል። ሰውነቴ እያደር እየደከመ መጣ፤ በመጨረሻም ሞተ (ሰውነቴ ቀስ በቀስ እየደከመ መጣ፤ በመጨረሻም በሚያሳዝን ሁኔታ ተዝለፍልፎ መሬት ላይ ወደቀ)።

ይህ ድራማ ጥሩ ሆኖ ሊቀርብ የሚችለው ተዋንያኑ በክፍል ጓደኞቻቸው ሲታወቁ ነው። ይህን ድራማ ለማቅረብ ብዙ ዝግጅት አይጠይቅም፤ ይሁን እንጂ የሰውነት የመከላከያ ሥርዐት እንዴት እንደሚጠቃ ለማሳየትና ትኩረት እንዲደረግበት ለማስገንዘብ በጣም አስፈላጊ ነው። የክፍሉ ተማሪዎች ነጭ የደም ሕዋስ ከበሽታዎች ሁሉ ጋር በተለይ ደግሞ ከኤች አይ ቪ ጋር ሲዋጋ ማጨብጨብ ደስ ሊላቸው ይችላል።

ነገር ግን መከላከያዎቹ እንደወደሙ ሲያዩ ሐዘን ይሰማቸዋል።

ክሹመት የተላክ ደብዳቤ፡- ድራማ

አጭር ድራማ፤ በጎ የሆነ የአቻዎች ግፊት በባሕርይ ላይ የቱን ያህል መልካም ለውጥ እንደሚያመጣ ለማሳየት ነው። ይህ ድራማ ተባዝቶ ክፍሉ ሊጠቀምበትና ከዚያም ሊወያይበት ይችላል።

መቸት፡- መማሪያ ክፍል በዕረፍት ጊዜ።

ተዋንያን፡- ሰምንት ተማሪዎች ዙሪያውን ተቀምጠው ካርታ ይጫወታሉ፤ ዳቦ ይበላሉ፤ መጽሔት ወይም ማስታወሻ ደብተር ያነባሉ። አየነው የተቀበለውን ደብዳቤ አያነበበ ይገኛል።

አየነው፡- ወይ ጉድ!

ሰሚራ፡- ምንድን ነው አየነው?

አየነው፡- ኡ! ኡ!

እሴቱ፡- ምን መጣ አየነው?

ይርሴ፡- ምንድን ነው ነገሩ?

አየነው፡- ይህ ደብዳቤ የተላከው ከሹመት ነው፤ ታውቀዋለህ፤ ጓደኛዬን ታውቀዋለህ፤ ብዙ ጊዜ ሲጠይቀኝ ይመጣል። ባለትዳር የሆነችው እኅቱ ይደነቁ ለወራት ታምማ ነበር፤ የመሸል ምልክት ሳታሳይ እንዲሁ ከሐኪም ወደ ሐኪም ትባዝን ነበር። ባለፈው ሳምንት ወደ ሐኪም ቤት ሄደች፤ ሐኪሙም የደም ምርመራ እንድታደርግ ላካት። ኤድስ!!! ያለባት መሆኑ ታወቀ።

ቀለሟ፡- ምን ?

ሰሚራ፡- ኤድስ!!!

ምክረ፡- አየነው፤ ይህ በጣም የሚዘገንን ነው።

ይርሴ፡- እኔ አላምንም አየነው፤ በዚህ አካባቢ ኤድስ የለም። ቢኖር ኖሮ በዙሪያችን ሁሉ እናየው ነበር።

አየነው፡- (አሁንም ደብዳቤውን እያነበበ)፤ ነገሩ ይህ ብቻ አይደለም፤ የሁሉም ታናሽ

የሆነው የሁለት ዓመት ልጇ ባለፈው ሳምንት ሞተ። ለእናቱ ለይደነቁም እርሷን የያዛት በሽታ ይዞት እንደ ነበር ነገሯት። ይህን አስተውላችሁ ስሙኝ እባካችሁ! ባሏ በንቲ ደሙ እንዲመረመር ተነገረው፤ እርሱም ሲመረመር ቫይረሱ በደሙ ያለበት መሆኑን ታወቀ፤ ይህ ቫይረስ ኤች አይ ቪ ብለው የሚጠሩት ነው። አሁን ግን ጤነኛ ይመስላል፤ ለጥቂት ዓመታት ሊኖር ይችላል ብለዋል። ሹመት የጻፈልኝ ይህንኑ ነው።

ሀሰን፡- ይደነቁ ሌሎች ስንት ልጆች አሏት?

አየነው፡- አራት፤ እርሷ ስትሞት ሁሉም ወላጅ አልባ ሕፃናት ይሆናሉ። ትልቁ ልጅ የዐሥር ዓመት ልጅ ነው። አባትየው ለተወሰነ ጊዜ በሕይወት ሊኖር ይችላል፤ ጤነኛ ሆኖ ምን ያህል እንደሚቆይ ግን አላውቅም።

አሚና፡- ከቤተ ሰቡ ውስጥ ልጆቹን ተንከባክቦ ሊያሳድግ የሚችል ሰው አለ?

አየነው፡- አያቲቱ መኖራቸውን ዐውቃለሁ፤ ግን በጣም አርጅተዋል።

ጸጥታ

ሰሚራ፡- ምን ይሻለናል ልጆች! በዚህ ትምህርት ቤት የምንገኝ አንዳንዶቻችን በወሲብ ገንዘብ ለማግኘት በተገኘው ቦታ እየተጋደምን በአደገኛ ሁኔታ እንገኛለን፤ ከባድ ችግር ሊደርስብን ይችላል። ከንዶም መቶ በመቶ ኤድስን መከላከል እንደማይችልም ታውቃላችሁ።

ምክረ፡- ይህ በርግጥ እውነት ነው!

ቀለሟ፡- አሁን ሁላችንም የምንጓዝበትን የሕይወት አካሄድ መለወጥ አለብን።

አሚና፡- ችግሩ ያለዚያ ነገር የትምህርት ቤት ክፍያቸውን መክፈል የማይችሉ አንዳንድ ልጃገረዶች አሉ።

ቀለሟ፡- በአንዳንድ በኩል ይህ ትክክል ነው፤ እውነቱን እንነጋገር ካልን ግን ብዙዎቻችን «ማርክ» ለማግኘት፤ ጥሩ ምግብ፤ ጥሩ ልብስና ጌጣጌጥ እንኳ ሳይቀር ለማግኘት ይህን ሙያ ብለን ይዘነዋል፤ በዚህ ዐይነት ሕይወት መቀጠል የለብንም።

እሌቱ፡- እኔ እንደማስበው ድኻ የሆኑ ልጃገረዶች እንኳ ሰውነታቸውን ሳይሸጡ ገንዘብ የሚያገኙበት መንገድ ሊኖር ይችላል፤ እኛ እያደረግን ያለነው ይህንኑ ነው።

አሚና፡- ልብ በሉ፤ ሁላችንም በኤድስ ባይሆንም በሌላ መንገድ መሞታችን አይቀርም። በማንኛውም ነገር አደጋ አለ፤ ሁሉንም ነገር በመፍራት መኖር አትችሉም። እኔን ተዉኝ። የራሴን ሕይወት ደስ በሚለኝ መንገድ እየኖርሁ ነው። ከዚህ የባሱ ብዙ የሚያስጨንቁኝ ችግሮች አሉብኝ።

ምክረ፡- ርግጠኛ አይደለሁም፤ ቀለሟ ግን ትክክል ልትሆን ትችላለች።

ሰሚራ፡- ይህን ታውቃላችሁ ብዬ እገምታለሁ፤ ጨብጥ ወይም ሌላ በሽታ ሊይዘን እንደሚችልና ከዚያም ታክመን ልንድን እንደምንችል። ኤድስ ግን ከእነዚህ የተለየ ይመስላል።

ሀሰን፡- በዓለም ላይ ለኤድስ በሽታ ፈውስ የለም፤ አንድ ጊዜ ከያዘ ይገድላል።

ይርሴ፡- ምስኪኖቹ አያቶችም በርጅና ዘመናቸው የሚንከባከባቸው ማንም ሰው አይኖርም። ክብካቤ በማግኘት ፈንታ ያገቡ ልጆቻቸው በኤድስ ታመው እነርሱን የመንከባከብ ኀላፊነት ተጥሎባቸዋል።

ምክረ፡- ሕመሙ አንድ ጊዜ ከጀመረ ለረጅም ጊዜ የሚቆይና የሚያሠቃይ ነው ይላሉ።

እሌቱ፡- እነዚህ አያቶች ሊጦሩ ሲገባቸው ለልጅ ልጆቻቸው ሁሉ ክብካቤ ማድረግ ሊኖርባቸው ነው፤ እንዴት ዘግናኝ ነው!

ሀሰን፡- እውነት ነው፤ በምሥራቅ አፍሪካ ወላጆች ሁሉ ሲሞቱ፤ አንዳንድ አያቶች

ከዐሥር እስከ ሃያ የሚደርሱ የልጅ ልጆችን እንደሚንከባከቡ፣ ወደ ትም ህርት ቤትም እንደሚወስዱ፣ ወዘተ ሰምቻለሁ።

ሰሚራ፡- ይህን ትንንዘባላችሁ ብዬ እገምታለሁ፤ ውሳኔ ማድረግ አለብን። ብዙዎቻችን የምንፈጽመውን ይህን የዕብድ ተግባር ማቆም አለብን። ያለን ዕድልም አንድ ላይ መሰባሰብና እርስ በርስ መረዳዳት ነው።

አሚና፡- እናንተ የአካሄድ ለውጥ ብታደርጉ ሌሎች መሣቂያ መሳለቂያ ያደርጓችኋል፤ ጎፍረት ይገባችሁና ያደረጋችሁትን ውሳኔ ትዘነጋላችሁ። ተማሪዎችን ዐውቃለሁ። ሁሉም መሣቂያ ያደርጓችኋል፤ እኔን በዚህ ውስጥ አትጨምሩኝ።

ሀሰን፡- ተያቸው ይቀልዱ፤ ሁላችንም አዲስ አካሄድ ለመጀመር ውሳኔ ላይ ከደረስን ይቻለናል። እርስ በርስ እንደጋገፋለን።

ምክረ፡- ምናልባትም ሌሎች ከእኛ ጋር ለመሆን ውሳኔ ላይ ሊደርሱ ይችላሉ።

ሰሚራ፡- አሁኑኑ የድርጊት መርሐ ግብር እናውጣ፤ አሁን እዚህ ስንት ሰዎች አለን?

ቀለሚ፡- ስምንት ነን።

ይርሴ፡- ሌሎች ከእኛ ጋር የሚተባበሩ እንደ ሚኖሩ ዐውቃለሁ።

አሚና፡- ራሴን እየለወጥኩ እንደ ሆነ አላውቅም።

ምክረ፡- እንዲያ ነው እንጂ አሚና፤ በመጨረሻ አንች ከብርቱዎቹ አንዷ እንደምትሆኝ አምናለሁ።

እሌኒ፡- የምንጀምረው ቀላል ጉዳይ አይደለም፤ እግዚአብሔር እንድንመላለስበት የሚፈ ልገው መንገድ ይህ እንደ ሆነ ዐውቃለሁ።

አየነው፡- ለራሳችን እውነተኞች መሆን አለብን። ይህ ነገር በአንድ ምሽት እውን አይሆንም። ዘላቂ እንዲሆን ከፈለግን ለዚሁ ጉዳይ በብርቱ መጣር አለብን። ወሲብና ገንዘብ ለቀጥጥር አመች አይደሉም።

አሚና፡- አየነው ልክ ነው። እርስ በርስ ሰላምታ ለመለዋወጥ ነገሮችን እንደ መፈክር ማሰብ ይኖርብናል፤ መፈክር ትክክለኛ ቃል ነውን? ወይም ለመዘሙር የሚሆን ቀላል ግጥም ማዘጋጀት አስፈላጊ ነው ገንዘባችንን ከቆጠብንም እጅጌ ጉርድ ሸሚዞችና (ቲ ሸርቶችና) ምልክቶች ሊኖሩን ይችላሉ።

ይርሴ፡- ስለዚህ ጉዳይ በመድረክ ላይ ድራማ አቅርበን መሰያ ምልክቶችንና እጅጌ ጉርድ ሸሚዞችን ለመግዛት መዋጮ ልንጠይቅ እንችላለን።

ሰሚራ፡- ጥሩ ሐሳብ ነው ይርሴ! የመጀመሪያው ስብሰባችን በነገው ቀን ቢሆን ሁላችንም ይመቸናልን? ስንቶቻችን መገኘት እንችላለን? አንዳንዶች በፍጥነት፤ ሌሎች ደግሞ በዝግታ ሁሉም እጆቻቸውን ወደ ላይ አወጡ።

ሰሚራ፡- የሚገርም ነው፤ ሁላችንም ፈቃደኞች ነን ማለት ነው።

ሀሰን፡- ለመዝሙር የሚሆን ግጥም ዐውቃለሁ፤ ስንኞችንም አመጣለሁ። (ተማሪዎች ከጋብቻ በፊት ወሲብ መፈጸም የማይገባ መሆኑን ለክፍሉ ያስተምሩ ዘንድ አዝማች ወይም ቀላል ግጥም እንዲጽፉ አድርጉ። እንዲሁም ተማሪዎች ባሕርያቸውን ለመለወጥ ገንዘቢ በሆነው የእቻዎች ግንኙነት በኩል ሌላ ምን ተግባራዊ መንገድ ሊኖር እንደሚችል እንዲያስቡበት አድርጉ።

ተማሪዎች ሊሠሩት የሚገባ ሥራ

1. ከኤድስ መራቅ እንዴት እንደሚቻል የሚያሳይ ጉልሕ ሥዕላዊ መግለጫዎችንና መፈክሮችን ተማሪዎች እንዲያዘጋጁ አድርግ።
2. ጓደኛህ ከተቃራኒ ጾታ ጋር እየማገጠ መሆኑን ካወቅህ፣ ኤድስ የቱን ያህል አደገኛ እንደ ሆነ እንደምን አድርገህ እንደምታስጠነቅቀው በሚመለከት ድርሰት ጻፍ።
3. በጎብረተ ሰቡ ውስጥ ተደማጭነት ያላቸው ሰዎች በኤድስ ችግር ላይ ከፍተኛ ትኩረት ያደርጉ ዘንድ በመጠየቅ ደብዳቤ ጻፍ፤ (ለምሳሌ ለአስተዳዳሪው፣ ለባህላዊ ገዥ፣ ለጉሳ መሪ፣ ለቀበሌ ሊቀ መንበር፣ ለመጋቢ፣ ለዕውቅ ምሁር ወዘተ።)
4. የሐኪሞችን፣ ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩትንና የቤተ ሰብ አባላትን አስተያየት ጨምሮ ስለ ኤድስ ግንዛቤ የሚሰጥ ጋዜጣ ወይም የማስታወቂያ ሰሌዳ በቡድንም ሆነ በክፍል ደረጃ አዘጋጅ። በተጨማሪም ተማሪዎች ስለ ኤድስ ምን ዐይነት አመለካከት እንዳላቸው የሚያሳይ አስተያየት መስጫ ልዩ ገጽ ይኑረው።

ተማሪዎች የሚጠይቋቸው ጥያቄዎች - ለእነዚህም የተሰጡ መልሶች

1. የወባ ትንኝ ኤድስን ልታሠራጭ ትችላለችን?

አታሠራጭም፤ አንድ ሰው በወባ ትንኝ ወይም በሌላ ትንኝ የተነሣ ኤች አይ ቪ የተላለፈበት ስለ መሆኑ እስካሁን ድረስ የቀረበ ማስረጃ የለም። ቫይረስ ያለበት ደም በወባ ትንኝ ይመጠጣል፤ ቫይረሱ ወደሚዋኝድበትና ወደሚገደልበት ወደ ወባ ትንኙ ሆድም ይሄዳል። የወባ ትንኝ ወደ አንተ የምታስተላልፈው ከሆዷ አውጥታ ሳይሆን፣ ከምራቅ ዕጢ ነው፤ ስለዚህ የሌላ ሰው ደም በንድፊያ ወደ አንተ አይተላለፍም።

ኤድስ የወባ ትንኝ ከሌለባቸው ቦታዎች ይልቅ የወባ ትንኝ ባለባቸው ቦታዎች ይበልጥ ተሠራጭቶ አይገኝም። ኤድስ ያለባቸው ሕፃናት በኤድስ የተያዙ እናቶች ኣሏቸው፤ ሆኖም ብዙ ሕፃናት ኤድስ የተላለፈባቸው ከእናታቸው እንጂ በወባ ትንኝ ተነድፈው አይደለም።

2. አንድ ሰው ኤድስ እንዳይዘው ኮንዶም ሊከላከልለት ይችላልን?

በኮንዶም አዘውትሮ መጠቀም በኤች አይ ቪ የመያዝን አደጋ ሊቀንስ ይችላል፤ ሆኖም ሙሉ በሙሉ አስተማማኝ አይደለም። ኮንዶምን መጠቀም የቱን ያህል ዐደጋ ሊያስከትል እንደሚችል ለማስገንዘብ አንድ ምሳሌ ላቅርብላችሁ፤ ረጅም ጉዞ በአውቶቡስ ለመጓዝ ትፈልጋላችሁ እንበል። አንተ ወደምትፈልገው አቅጣጫ የሚጓዙ ሦስት አውቶቡሶች አሉ፤ ይሁን እንጂ የመጀመሪያው አውቶቡስ በመንገድ ላይ አደጋ የሚገጥመው መሆኑ እና ከዐሥሩ ተጓዦችም ሰባቱ እንደሚሞቱ ይነገርሃል። ሁለተኛው አውቶቡስም አደጋ ያጋጥመዋል፤ ሁሉም ተጓዦች ግን አደጋ እንዳይደርስባቸው የሚከላከሉ በመቀመጫው ላይ የሚገኙትን መታጠቂያ ቀበቶዎች ታጥቀዋል፤ ስለዚህ ከዐሥሩ ተጓዦች ሦስቱ ይሞታሉ። ከዚያም ሦስተኛው አውቶቡስ ከሚገባው በላይ ሳይበር፣ የትራፊክ ደንቦችን ጠብቆ በመጓዝ በሰላም እንደሚደርስ ትረዳለህ፤ በየትኛው አውቶቡስ መጓዝ ትመርጣለህ? መልሱ ግልጽ ይመስለኛል። በሦስተኛው አውቶቡስ ነው።

እንግዲህ ከጋብቻ በፊትና ከጋብቻ ውጭ ዋስትና የሌለው ወሲብ መፈጸም ማለት በመጀመሪያው አውቶቡስ እንደ መጓዝ ነው። ይህ በጣም አደገኛ ነው። ኮንዶም አጥልቆ ወሲብ መፈጸም ተጓዦች በመቀመጫው ላይ የሚገኘውን መታጠቂያ ቀበቶ የታጠቁበት ሁለተኛው አውቶቡስ ይመስላል። ሙሉ በሙሉ አስተማማኝ ባይሆንም በመጠኑም ቢሆን ከአደጋ ይጠብቃል። ሦስተኛው አውቶቡስ የሚያመለክተው ደግሞ ለወሲብ አፈጻጸም የእግዚአብሔርን

መንገድ የመምረጥን ሁኔታ ነው። ከጋብቻ በፊትና ከጋብቻ ውጭ ወሲብ መፈጸም አይኖርም። ይህ በጣም አስተማማኙ መንገድ ነው። ኮንዶም አጠቃቀም እንዴት እንደ ሆነ ሙሉውን ገለጻ በማግኘት፣ ገጽ — ይመልከቱ።

3. ኤድስ በሱኳንዷ ቤት ሥጋ ቁርጠው በሚሸጡ ወይም ደግሞ ለገበያ የሚሆን ምግብ በሚሠሩ ሠራተኞች ሊተላለፍ ይችላልን?

አይተላለፍም፤ በሽታው ካለባቸው ሰዎች ጋር ወሲባዊ ግንኙነት እስካልተፈጸመ ድረስ በሽታው ሊተላለፍ አይችልም። ኤች አይ ቪ በደማቸው ያለባቸው ሰዎች ምግብ ከማዘጋጀት ጋር የተያያዘ ሥራ ቢያከናውኑ ምንም አደጋ አያስከትልም።

4. የተገረዘ ሰው ወይም ልጅ ኤች አይ ቪ ሊይዘው ይችላልን ?

አዎን ይይዘዋል፤ በሽታው ካለበት ሰው ጋር ወሲብ የሚፈጽም ከሆነ በሽታው ይይዘዋል። ግርዛት መጠነኛ የሆነ የኤች አይ ቪ ጥቃትን ይከላከላል፤ ምክንያቱም ተገርዞ ሽለፈቱ የተወገደለት ሰው ብልት ጫፍ ላይ ያለው ቆዳ ጠጣር ይሆናል፤ ይህም ጀርሞች በቀላሉ ወደ ውስጥ አይገቡም ማለት ነው። እንዲሁም ባልተገረዘ ብልት ላይ፣ ጀርሞች ከሽለፈቱ ጀርባ ታፍነው ሊያዙ ይችላሉ። ይሁን እንጂ በተበከሉ የስለት መሣሪያዎች አማካይነት ኤች አይ ቪ ሊተላለፍ ስለሚችል ለግርዛት ሥርዓት የሚውሉ መሣሪያዎች በደንብ መቀቀሉ ሁኔታውን የበለጠ አስተማማኝ ያደርገዋል።

5. ሕፃን ጡት በመጥባቱ ኤች አይ ቪ ሊተላለፍበት ይችላልን?

አዎን ይተላለፍበታል፤ ኤች አይ ቪ ያለባቸው እናቶች ጡት በሚያጠቡበት ጊዜ በተበከለ የጡት ወተት ቫይረሱ ወደ ልጆቻቸው ሊተላለፍ ይችላል። ይሁን እንጂ የዓለም ጤና ጥበቃ ድርጅት ጡት ማጥባት ለልጁ ጤንነት በጣም አስፈላጊ እንደ ሆነ ይመሰክራል። ምክንያቱም የጡት ወተት ከሌሎች አያሌ በሽታዎች ልጁን ይከላከላል። እናት በቂ የሆነ የታሸገ የሕፃን ወተትና ንጹሕ ውሃ የምታገኝ ከሆነ፣ ጡጦውንም በደንብ መቀቀል ከቻለች ብቻ ነው ጡት አለማጥባቷ የተሻለ የሚሆነው።

6. ሕፃኑ ኤች አይ ቪ ከሌለበት እናቲቱም ኤች አይ ቪ የለባትም ማለት ነውን?

የለባትም ማለት አይደለም፤ በሽታው ካለባቸው እናቶች ከተወለዱት ሕፃናት ውስጥ ቫይረሱ የሚተላለፍባቸው ሲሦው (አንድ ሦስትኛ) ብቻ ናቸው። ስለዚህም ሕፃኑ ጤነኛ ሆኖ ሳለ እናቲቱ ግን ኤድስ ያለባት ልትሆን ትችላለች።

7. መሳሳም ወይም ምራቅ ኤች አይ ቪን ያሠራጫልን ?

ሁለቱም ሰዎች የሚደማ ድድ ወይም በአፋቸው ውስጥ ክፍት ቁስል ካልኖረ በቀር፣ መሳሳም ኤች አይ ቪ ኤድስን አያሠራጭም። በምራቅ ውስጥ ያለው የኤች አይ ቪ መጠን አደጋ ሊማስከተል አነስተኛ ስለ ሆነ ምራቅ ኤች አይ ቪን ሊያስተላልፍ አይችልም።

8. ኤድስ ካለበት ሰው ጋር መፀዳጃ ቤት በጋራ ብጠቀም ኤድስ ሊይዘኝ ይችላልን?

አይችልም፤ ኤች አይ ቪ በመፀዳጃ ቤት መቀመጫ ወይም በሌላ የጉድጓድ ሽንት ቤት በኩል አይተላለፍም፤ ኤች አይ ቪ የሚሠራጨው በደም ንክኪ፣ በወሲባዊ ግንኙነት ወይም ከእናት ወደ ሕፃን ብቻ ነው።

9. ምግብ ወይም መጠጥ ኤች አይ ቪን ሊያሠራጭ ይችላልን?

አያሠራጭም፤ ኤች አይ ቪ በምግብ ወይም በውሃ ሊሠራጭ አይችልም። እንዲሁም ኤድስ ያለበት ሰው በዋኘበት የዋና ስፍራ ወይም ወንዝ መዋኘት በሽታው አይዝም።

10. ኤች አይ ቪ በትውኪያ፣ በዐይነ ምድር ወይም በሽንት ሊተላለፍ ይችላልን?

ደም እስከሌለባቸው ድረስ አይተላለፍም፤ በግልጥ የሚታየው ቁስል እስከ ተሸፈነ ድረስ ኤድስ ያለበትን ሰው ማጠብ ኤድስን አያስይዝም።

11. በሽታው ከያዘው ሰው ጋር ምላጭ ወይም የጥርስ ቡርሽ መጋራት አደጋ አያስከትልምን?

አደጋ ያስከትላል፤ ቆዳን የሚወጋ ወይም የሚያደማ ማንኛውንም ስለታም ወይም ሹል መሣሪያ በሽታው ካለበት ሰው ጋር መጋራት አያስፈልግም። ይሁን እንጂ በሽታው ካለበት ሰው ጋር ወሲብ በመፈጸም ከሚመጣው አደጋ ጋር ሲነጻጸር ይህኛው አደጋ አነስተኛ ነው።

12. ኤድስ ከየት መጣ?

ኤድስ ከየት እንደ መጣ መወሰኑ ላይ የሳይንስ ሊቃውንት ሊስማሙ አልቻሉም። በ1980ዎቹ ውስጥ ኤድስ መሰል ሕመም ለመጀመሪያ ጊዜ የታየው በተለይ አሜሪካን አገር በሚገኙ ግብረ ሰዶማውያን ዘንድ ነው። የቅርቡ ግምት ደግሞ የፖሊዮ ክትባትን ለማግኘት ታስቦ በሴንትራል አፍሪካ በዝንጀሮዎች ላይ የተደረገው ሙከራ ከኤች አይ ቪ ጋር ተመሳሳይ የሆነ ቫይረስ (ለዝንጀሮዎች ኤስ አይ ቪ ቫይረስ ይባላል) አስገኝቶ ይኸው ቫይረስ ደግሞ ወደ ኤች አይ ቪ በመለወጥ ወደ ሰው ተላልፎ እንደ ሆነስ የሚል ጥርጣሬ አለ። ይህ ሁሉ ግምት ነው። የሚረባ ጥቅም ለሌለው ለእንደዚህ ዓይነቱ ጉዳይ መፍትሄ ለማግኘት ስንል ጊዜያችንንና ያለንን ጎይል ማጥፋት የለብንም።

13. ወንዶች በኮንዶም በመጠቀም ለበሽታ የመጋለጣቸውን ሁኔታ ዝቅ ሊያደርጉ ይችላሉ፤ ለሴቶች ግን መከላከያ አለ?

ከጠንካራ ላስቲክ የተሠራ በሴቶች ብልት በውጭውና በውስጡ ቀለበት መሳይ ነገር የሚያዝ የሴቶች ኮንዶም አለ፤ ይህ ኮንዶም በታለመለት ቦታ ላይ በቀላሉ አይጣበቅም፤ ምቾትም አይሰጥም። የዓለም ጤና ጥበቃ ድርጅት በሽታን ለመከላከል ውጤታማ የሆነ ጸረ ኤች አይ ቪ ክሬም ለመሥራት ምርምር እያካሄደ ነው፤ ብዙ ሴቶች በሽታው የሚተላለፍባቸው ከባሎቻቸው እንደ መሆኑ መጠን፤ ታማኝነታቸውን የማይጠብቁ ባሎች ላላቸው ሴቶች ይህ መጠነኛ የሆነ መከላከያ ይሆንላቸዋል።

14. መላው ሕዝብ በኤድስ ሊጠፋ ይችላልን?

አይጠፋም፤ መላ ሕዝባችን የሚጠፋበት ብቸኛ መንገድ ይህ ቫይረስ ከአካባቢው ጋር ተላምዶ ከሰው ወደ ሰው መተላለፊያ መንገዱን የቀየረ እንደ ሆነ ነው፤ ሌሎች ቫይረሶች በእንጥሻ ወይም በሳል ይተላለፋሉ፤ ኤች አይ ቪ ግን በዚህ መንገድ አይተላለፍም።

15. «ኤድስ ይዞኝ ይሆን እንዴ?» እያልኩ የምጨነቅ ከሆነ ምን ማድረግ አለብኝ?

የአኗኗር ዘይቤህን ቀይር፤ እስከ ዕድሜ ልክህ ድረስ አንድ የትዳር ጓደኛ ብቻ እንድትኖርህ አድርግ። የምትጨነቅበት በቂ ምክንያት እንዳለ የሚሰማህ ከሆነ፣ በተለይም ኤች አይ ቪ እንዳለብህ ከተረዳህ በምን በኩል እንደተላለፈብህ አስብ። በዚህ ረገድ የምክር አገልግሎት ማግኘት ሳይጠቅምህ አይቀርም። በከተሞች ውስጥ በአንዳንድ ሐኪም ቤቶች የምክር አገልግሎት ይሰጣል። ወይም የምክር አገልግሎት ወደሚሰጥህ ባለሙያ ልትሄድ ትችላለህ። ለመመርመር ቍርጥ ውሳኔ አድርገህ ከተመረመርክ በኋላ የምርመራው ውጤት ቫይረሱ በደምህ ውስጥ ያለ መሆኑን የሚያሳይ ከሆነ ጥሩ ምግብ ብላ፤ ወሲብ ከመፈጸም ወይም ደም ከመስጠስ ተቆጠብ፤ ተደራቢ በሽታ እንዳይዝህ ተጠንቀቅ፤ ፈውስ የማይሰጥ ከንቱ መድኀኒት ለመውሰድ አትሞክር፤ ዋጋ የለውምና፤ ኤች አይ ቪ ያለብህ መሆንህን ተገንዝበህ በተረጋጋ መንፈስ ስትኖር ለሌሎች በረከት ትሆን ዘንድ እግዚአብሔር እንዲረዳህ ጠይቀው።

16. ከዐሥራ ስድስት ዓመት በታች የሆኑት ወንዶችና ልጃገረዶች በኤድስ ሊያዙ አይችሉም መባሉ እውነት ነውን?

እውነት አይደለም። በዓለም ውስጥ ኤድስ ካለባቸው ሰዎች ውስጥ ግማሽ ያህሉ ከ25 ዓመት በታች ናቸው። በሽታው ከኤድስ ደረጃ ከደረሰባቸው ሰዎች መካከል 1/5

የሚሆኑት ደግሞ በሃያ ቤት የዕድሜ ክልል ውስጥ ያሉ ናቸው።

17. የአንድን ሰው ገጽታ በማየት ኤድስ ያለበት ወይም የሌለበት መሆኑን መለየት ይቻላል መባሉ እውነት ነውን?

አይቻልም፤ ተመጣጣኝ ምግብ የተመገቡ፣ የሚያምር ልብስ የለበሱ፣ ሀብታም የሆኑ ወንዶችና ሴቶች ኤች አይ ቪ አለባቸው፤ እነርሱ ራሳቸው እንኳ በሽታው ያለባቸው መሆኑን አያውቁም። ከእነዚህ ሰዎች ጋር አንድ ቀን እንኳ ወሲብ መፈጸም በኤች አይ ቪ እንድትያዝ ያደርግሃል፤ ይህም ወደ ኤድስ ያመራል።

18. ወጣቶች ወሲብ እንዳይፈጽሙ ለማድረግ ሲሉ በዕድሜ የበሰሉ ሰዎች ኤድስን ማስፈራሪያ አድርገው ይጠቀሙበታል መባሉ እውነት ነውን?

እውነት አይደለም፤ ኤድስ እውን ነው፤ ለአያንዳንዱ ሰው ሕይወት እና ለአገራችን በጣም አሥጊ ጠላት ነው። በዕድሜ የገፉትና ወጣቶች በኤድስ በሽታ በማለቅ ላይ ናቸው።

19. ወጣቶች የፅንስ መቋጣጠሪያ ኪኒን የሚጠቀሙ ከሆነ፣ በኤች አይ ቪ በሽታ አይያዙም መባሉ እውነት ነውን?

እውነት አይደለም፤ የፅንስ መቋጣጠሪያ ኪኒን ከኤድስ አይከላከልም።

የትምህርት መርጃ መሣሪያዎች

1. «ለሕይወት አሺ፣ ለኤድስ እምቢ» የሚል መጽሐፍ
2. ኤች አይ ቪ/ኤድስ እንዴት በፍጥነት እንደሚሠራጭ የሚያሳይ አጎዛዊ ሠንጠረዥ። ይህም ክፍሉ ውስጥ ባለው ማስታወቂያ ሠሌዳ ላይ ወይም ግድግዳ ላይ ይለጠፍ።
3. ሥዕላዊ ማስታወቂያዎች
4. «በኤድስ መያዝ» የሚለውን ጨዋታ ለማቅረብ ለክፍሉ የሚታደሉ በቂ ባዶ ወረቀቶች
5. ቀይ እስኪሪፕቶ
6. ነጭ የደም ሕዋስ የሚሠሩትን ነገር በተውኔት መልክ በሚያቀርቡ ሰዎች ላይ በስፒል የሚያያዙ 6 ባዶ ወረቀቶች
7. 6 ስፒሎች
8. ባዶ ቦታውን ሙላ» ለሚለው ጥናት የሚውል ማስታወሻ ጽሑፍ

IV. ብቁ ሆኖ ለማስተማር የተሻለ ግንዛቤ ማግኘት

ሰፋ ያለ ግንዛቤ ለማግኘት የሚረዱ የትኩረት ጽሑፎች

አድምጥ፣ ተማር፣ በሕይወት ኑር!!

ክፍል I

የኤች አይ ቪ ዓለም ዐቀፋዊ ወረርሽኝ በተለይ አፍሪካንና ናይጀሪያን በተመለከተ ሲ. ጂን ጋርላንድ አር. ኤን.

በዓለም ዙሪያ በሚሊዮን ለሚቆጠሩ ግለሰቦች፣ ቤተ ሰቦችና ማኅበረ ሰቦች ጤና፣ እድግትና ህልውና አሥጊ በመሆን ዛሬ ኤድስ ብለን የምንጠራው ዓለም ዐቀፋዊ ወረርሽኝ እ.ኤ.አ. በ1980ዎቹ ተከሠተ። ከጦርነት፣ ከቦንቦችና ከመሬት መንቀጥቀጥ የባሰ ጥፋት በማድረስ ላይ ነው። የኤድስ ቫይረስ ቀስ ብሎ እየፈነዳ፣ አንዱ ሁኔታም ሌላውን ሁኔታ ያለማቋረጥ እየወለደ፣ ሞትም ሞትን እያስከተለ በዝግታ ሥራውን ይሠራል፤ ይህ ነው ተብሎ የሚታወቅ መቆሚያ ያለው አይመስልም። እስካሁን ድረስ የዓለም ጤና ጥበቃ ድርጅት (WHO)፣ የዓለም ባንክ፣ ዩኒሴፍ (UNICEF) እና የተባበሩት መንግሥታት የልማት ፕሮግራም (UNDP) የመሳሰሉ ድርጅቶች ጥረት ቢያደርጉም አያሌ ሳይንሳዊ ምርምሮች ቢኖሩም እንኳ፣

ፈዋሽ መድኀኒት እንደሚገኝ ፍንጭ የሚሰጥ ነገር ፈጽሞ አይታይም፤ ክትባትም አልተገኘም። ኤች አይ ቪ/ኤድስ በፍጥነት እየተሠራጨ ነው፤ ብዙ ሕይወትንና ቤተ ሰቦችን እያጠፋ ነው። ብዙ ምርምር ቢደረግና አያሌ አስተያየቶች ቢሰጡም እንኳ፣ ቫይረሱ ከየት እንደመነጨ አይታወቅም። በእንግሊዝና በአፍሪካ በ1950ዎቹ የነበሩት የኤች አይ ቪ ፀረ እንግዳ አካል ናሙናዎች እንደሚያመለክቱት ከሆነ ቫይረሱ ቢያንስ ቢያንስ ከዚያን ጊዜ ጀምሮ ነበር ማለት ይቻላል። ኤድስ የተባለው በሽታ ለመጀመሪያ ጊዜ የታወቀው በ1980ዎቹ መባቻ ላይ በአሜሪካ አገር በሚኖሩ ግብረ ሰዶማውያን ላይ ነው። ቫይረሱ ለመጀመሪያ ጊዜ በላብራቶሪ ውስጥ ተለይቶ የታየው በአሜሪካና በፈረንሳይ አገሮች በ1983 ሲሆን፣ በአፍሪካ በተለይም ደግሞ በኬንያ በዚሁ መንገድ ተለይቶ ሊታወቅ የቻለው በ1984 ዓ.ም. ነው። ፍጹም ግልጽ ሆኖ የሚታወቀው ነገር ይህ በሽታ ፈውስ የሌለው መሆኑ እና የኤች አይ ቪ ቫይረስ ደግሞ ወደ ኤድስና ወደ ሞት እንደሚያመራ ነው። በአሁኑ ጊዜ በአፍሪካ አህጉር ኤድስ ዋና የሞት መንሥኤ ነው።

የኤድስ ወረርሽኝ አጠቃላይ አኀዛዊ መረጃ

1. በጁን 2006 ዓ.ም. የታተመው የተባበሩት መንግሥታት ድርጅት የነበራዊ እውነታ መጽሔት እንደሚያመለክተው፣ በ2005 ዓ.ም. መጨረሻ በዓለም ዙሪያ ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩ ሰዎች 38.6 ሚሊዮን እንደነበሩ ተገምቷል፤ ከእነዚህም ውስጥ 25 ሚሊዮን የሚሆኑት ከሰሓራ በታች ባሉት የአፍሪካ አገሮች ውስጥ ይኖራሉ።
2. ዩ ኤስ ኤይድ (USAID) እንደሚያመለክተው በየደቂቃው 11 ሰዎች በኤች አይ ቪ ይያዛሉ።
3. የተባበሩት መንግሥታት ድርጅት የነባራዊ እውነታ መረጃ ጽሑፍ እንደሚያመለክተው በዓለም ዙሪያ 13.2 ሚሊዮን ወላጅ አልባ ልጆች አሉ፤ ከእነዚህም ውስጥ 12.1 ሚሊዮን ከሰሓራ በታች በሚገኙት የአፍሪካ አገሮች ውስጥ ይኖራሉ።
4. የዩ ኤስ ኤድ (USAID) የወደፊት ሁኔታን ጠቋሚ ዘገባ እንደሚያመለክተው በ2010 ዓ.ም. ከሰሃራ በታች ባሉት 23 የአፍሪካ አገሮች ውስጥ 40 ሚሊዮን ልጆች አንዱን ወይም ሁለቱን ወላጆቻቸውን በኤድስ የተነሣ ያጣሉ።
5. የተባበሩት መንግሥታት ድርጅት (2006) ከሰሃራ በታች ያሉ አገሮች ከዓለም ጠቅላላ ሕዝብ ውስጥ 10 መቶኛውን የያዙ ቢሆንም እንኳ 66 በመቶ የሚሆኑት ኤድስ ያለባቸው ሰዎች የሚገኙት በእነዚሁ አገሮች ውስጥ ነው።
6. አሁን ያለው በኤድስ የመያዝ ሁኔታ ታምራዊ በሆነ መልክ እንዲቀንስ ካልተደረገ በቀር፣ በአሁኑ ጊዜ በደቡብ አፍሪካና በቦትስዋና ዕሥራ አምስት ዓመት ዕድሜ ያላቸው ወጣቶች ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር በተያያዘ በሽታ የመሞታቸው ዕድል ከ50 በመቶ በላይ ነው።
7. የተባበሩት መንግሥታት ድርጅት (UN) እና የዓለም ጤና ጥበቃ ድርጅት (WHO) 90% የሚሆኑት ሰዎች በኤድስ የተያዙ መሆናቸውን እንደማያውቁት ይናገራሉ።
8. በዓለም ባንክ ርዳታ የተካሄዱ ጥናቶች እንደሚያመለክቱት ብዙዎች የአፍሪካ ሴቶች ኤች አይ ቪ/ኤድስ የተላለፈባቸው በባሎቻቸው አማካይነት ነው።

ዓለም ዐቀፋዊ ወረርሽኙን በተመለከተ የተባበሩት መንግሥታት የኤች አይ ቪ/ኤድስ ዘገባ (ጁን 2006) እንደሚከተለው ይገልጻል፦

«ከሰሃራ በታች ባሉት የአፍሪካ አገሮች በኤች አይ ቪ ኤድስ የተያዙ ከፍተኛ

ቊጥር ካላቸው ውስጥ ብዙውን ቊጥር የያዙት በጣም የተማሩት ናቸው። በሌላው አህጉር እንደ ሆነው ሁሉ በዚህ አህጉርም ያሉ በጣም የተማሩ ሰዎች ከማይምኑ ይልቅ ለፈለጉት ነገር የሚያውሉት ገንዘብ ስላላቸው፣ ስለ ኤች አይ ቪ/ኤድስ አደገኛ ነት የተሻለ ግንዛቤ እንዲያገኙ ማድረግ አስፈላጊ ነው። ስለዚህም እነርሱም ለኤች አይ ቪ ቫይረስ ይበልጥ ተጋላጭ እንደሚሆኑ ይህ አጎዝ የሚጠቁመው ለምድን ነው? ከፍተኛ ትምህርትን ተከትለው የሚመጡ ማኅበራዊ ለውጦች በኤች አይ ቪ/ኤድስ የመያዝ አጋጣሚን ከሚጨምሩ ጠባዮች ጋር የተሳሰሩ ሊሆኑ ይችላል። አንድም የፈለጉትን ነገር ለማድረግ የገንዘብ አቅም ያላቸው የተማሩ ሰዎች ባላቸው ገቢ ለኤች አይ ቪ/ኤድስ የሚዳርጋቸውን ጠባይ ሊለማመዱ ቆይተው ይሆናል።»

ኢትዮጵያ፡- ኤች አይ ቪ ለመጀመሪያ ጊዜ በኢትዮጵያ የታየው በ1976 ዓ.ም. በላቦራቶሪ ውስጥ በተከማቸ የደም ናሙና ላይ በተደረገው ጥናት ነበር። በ1978 ዓ.ም. የመጀመሪያዎቹ ሁለት የኤድስ ሕመምተኞች እንደተገኙ ለፌዴራል የጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ተመዝግቦ ተልኳል። በ1995 ዓ.ም. በተደረገው ጥናት መሠረት በአገር አቀፍ ደረጃ ያለው የኤች አይ ቪ ሥርጭት ሁኔታ የሚከተለው ይመስላል።

- በኢትዮጵያ ውስጥ 1.5 ሚሊዮን ሰዎች ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር ይኖራሉ
- በአገር አቀፍ ደረጃ የሥርጭቱ መጠን 4.4 በመቶ እንደ ሆነ ይገመታል።

ከ1977 እስከ 1995 የታየው የኤች አይ ቪ ወረርሽኝ ሁኔታ ሦስት ቊልፍ ነጥቦችን ይጠቁማል። እነርሱም በብሔራዊ ደረጃ ያለው የሥርጭት መጠን በቀስታ ማሻቀብ፣ በከተሞች ደረጃ በከፍተኛ የሥርጭት መጠን የተደላደለ እንደ ሆነና በገጠሪቱ ኢትዮጵያ ደግሞ በቀስታ ሆኖም በማያቋርጥ ሁኔታ የማሻቀብ የሥርጭት አዝማሚያዎች ያሳያል።

	1977	1982	1987	1992	1993	1994	1995
ብሔራዊ	0.2	1.6	3.2	3.9	4.1	4.2	4.4
ወንድ	0.2	1.5	2.8	3.4	3.5	3.7	3.8
ሴት	0.2	1.7	3.6	4.4	4.8	4.8	5.0
ከተማ	0.7	7.0	13.4	13.0	12.8	12.7	12.6
ገጠር	0.1	0.3	0.8	1.9	2.1	2.4	2.6

በኢትዮጵያ ኤች አይ ቪ/ኤድስ መዛመት የጀመረው በቅድሚያ በትላልቅ ከተሞች አካባቢ በተለይም ዋና ዋና መንገዶች ካሉባቸውና የንግድ እንቅስቃሴዎች በሚታዩባቸው ቦታዎች ነበር፤ አንዳንድ ጥናቶች እንደሚያስረዱት፣ በአሁኑ ጊዜ ኤች አይ ቪ ወደ ገጠሩ ሕዝብም ተዛምቷል። ከዚህ በኋላ ከፍተኛ ትኩረት ተሰጥቶት የመፍትሔ ርምጃ በፍጥነት ካልተወሰደ በቀር ይህ ገዳይ ወረርሽኝ 85% የሚሆነው ኢትዮጵያዊ ለሚኖርባት ለገጠሩ ክፍል ትልቁ ሥጋት ነው።

በኢትዮጵያ ኤች አይ ቪ/ኤድስ በፍጥነት የተሠራጨባቸው አንዳንድ ምክንያቶች

ለኤች አይ ቪ/ኤድስ ሥርጭት መጨመር መሠረታዊ ከሆኑት ችግሮች አንዱ አላዋቂነት ነው። ብዙዎቻችን የምናውቀው ምሳሌ «ትንሽ ዕውቀት አደገኛ ነገር ነው» ይላል። ይህ አባባል ከኤች አይ ቪ/ኤድስም አንፃር ሲታይ እውነት ሆኖ ይገኛል።

በአብዛኛው ሕዝብ ዘንድ ያለው የግንዛቤ ማጣት በተለያየ መንገድ ይንፀባረቃል። ሰዎች በሽታው ያለባቸው መሆኑን ሲያውቁ ብዙ ጊዜ የጎፍረት ስሜት ያጠቃቸዋል። ለራሳቸው እንኳ ሳይቀር ሕመማቸውን ሊክዱ ይችላሉ፤ በርግጥም የጤናቸውን ሁኔታ ለሌሎች ምስጢር አድርገው ይጠብቃሉ። ስለ ወደፊት ሕይወታቸው

ስጋት ሊያድርባቸው ይችላል፤ ከኤድስ ጋር የተያያዘውን መገለል ግን አይፈልጉትም፤ ስለዚህ ሁኔታቸውን ለማንም አይናገሩም፤ በአካሄዳቸውም ለውጥ ሳያደርጉ ቫይረሱን ወደ ሌሎች በማስተላለፍ ከሕመማቸው በፊት እንደ ነበሩት ሆነው ይንዛሉ። ከድኽነት የተነሣ ብዙ ቤተ ሰቦች በኤድስ ወረርሽኝ ጦስ በመሠቃየት ላይ ናቸው። የተሻለ ሕይወት እንኖራለን በሚል ተስፋ ብዙዎች ሥራና የወር ገቢ በመፈለግ ወደ ከተሞች በመንቀሳቀስ ላይ ናቸው። ከተሞች እያደጉ ነው፤ ከዚህ እድገትም ጋር ተያይዞ ኢግብረገባዊነት እየባሰበት መጥቶአል። ብዙ ባሉት በገጠር ከሚገኙት ሚስቶቻቸው ጋር ተራርቀው ስለሚኖሩ ብቸኞች ናቸው። አንዳንድ ጊዜ እንደዚህ ዐይነት ሰዎች የመንግሥት ሠራተኞች ወይም የባንክ ሠራተኞች ወይም ከሚኖሩበት አካባቢ በሥራ ምክንያት ተዛውረው የመጡ የቤተ ክርስቲያን አገልጋዮች ሊሆኑ ይችላሉ። ከእነርሱም መካከል ፈሪሃ እግዚአብሔር የሌላቸው በከተማ ውስጥ ባገኙት አነስተኛ ገቢ ወደ ሴተኛ አዳሪዎች ይሄዳሉ፤ እነዚህ ሴተኛ አዳሪዎችም ብዙዎቹ ኤች አይ ቪን የሚያስተላልፉ ናቸው። ብዙዎቹ ሴተኛ አዳሪዎችም ሥራ ለመፈለግ ወደ ከተሞች የመጡ ናቸው። ሴተኛ አዳሪ መሆን ዐላማቸው አልነበረም፤ ይሁን እንጂ ድኽነት፣ ረሀብና ሥራ አጥነት በሴተኛ አዳሪነት ሥራ እንዲሰማሩ አስገደዷቸው። አንዲ ወጥመድ ውስጥ ስለገቡ ኤች አይ ቪ ያለባቸው መሆኑን ቢያውቁም እንኳ፤ ደንበኞቻቸውን ከማስተናገድ ወደ ኋላ አይሉም። ወንዶቹ በገጠር ወዳለው ቤታቸው ሲመለሱ፤ ብቸኞች ስለኑትና አነርሱም በበኩላቸው ሌላ ወዳጅ ይዘው ሊሆኑ ለሚችሉት ሚስቶቻቸው በሽታውን ያስተላልፋሉ። የረጅም ርቀት የከባድ መኪና ሹፌሮች፤ ነጋዴዎችና ወታደሮችም በኢትዮጵያ ውስጥ ለበሽታው መሠራጨት የጐላ ድርሻ አላቸው። ከአንድ በላይ ጋብቻ፤ የሴላውን የትዳር ጓደኛ መወሸም፤ ጠለፋና አስገድዶ መድፈር የቫይረሱን መተላለፍ ሁኔታ ሊያባብሱ ይችላሉ። ለበሽታው ለመጋለጥና መባባስ አስተዋፅኦ የሚያደርጉ ሌሎች ምክንያቶች የምሽት ገበያ፤ ወጣቶች ትምህርትን ለመከታተል ከቤተ ሰቦቻቸውና ከአካባቢያቸው ርቀው መሄዳቸው፤ ጐጂ የሆኑ ባህላዊ ድርጊቶች (ለምሳሌ የሴቶች ግርዛት፣ እንጥል መቁረጥ፣ መበጣት፣ ገላ መተልተል የመሳሰሉት)፤ የኤች አይ ቪ ቫይረስ የሚሠራጭባቸውን መንገዶች በሚገባ አለማወቅ፤ ለአልኮልና ለአደንዛዥ እፆች ሱስ ተገዥ መሆን፤ በድንገት የሚመጡ ጣልቃ ገብ ሁኔታዎች እና የፈለጉትን ነገር ለማድረግ የሚያስችል ጠንካራ የገንዘብ ዐቅም ናቸው። ስለዚህ ድኽነት፣ ሥራ ዐጥነት፣ ሌተኛ አዳሪነት፣ የጾታ መድልዎ፣ መሀይምነት፣ የሕዝብ ከገጠር ወደ ከተማ መፍለስ፣ በሥራ ምክንያት ከቦታ ወደ ቦታ መዘዋወር፤ ጐጂ የሆኑ ባሕላዊና ልማዳዊ ድርጊቶች ኤች አይ ቪ/ኤድስን በማዛመት ረገድ እንደ ነዳጅ የሚያቀጣጥሉ ዋና ምክንያቶች ናቸው።

የኤች አይ ቪ ቫይረስ ምንድን ነው?

ሂዩማን ኢሚዩኖ ዲፊሸንሲ ቫይረስ (ኤች አይ ቪ) ቫይረሶች ለምሳሌ ጉንፋን፣ «ፍሉ» ኩፍኝ፣ የጉበት ወይም የወፍ በሽታ፣ ጉድፍ፣ ፖሊዮ፣ የእብድ በሽታ ብለን የምናውቃቸውን በሽታዎች ያስከትላሉ። የኤች አይ ቪ ቫይረስ በጣም ረቂቅ «ጀርም» በመሆኑ፣ በተራ አጉልቶ ማሳያ መነጽር (ማይክሮስኮፕ) ሊታይ አይችልም። እጅግ በጣም ረቂቅ ስለሆነ፣ በብዕር ጫፍ ላይ ወይም በዐረፍተ ነገር መጨረሻ ላይ በሚቀመጥ ነቁጥ በምታህል ቦታ ላይ በግምት 230,000 ቫይረሶች ሊኖሩ ይችላሉ። ወደ አንተ ሰውነት ለመግባትና ቆይቶም ወደ ኤድስ

ደረጃ ለማደግ ከእነዚህ ውስጥ አንዱ ብቻ ይበቃል። ከወንዱ ዘር 22 ጊዜ ያህል ያነሰ ነው። የኤች አይ ቪ ቫይረስ አንዳንድ የታወቁ ዐይነቶች አሉት። በአፍሪካ ውስጥ በብዛት የሚገኘው ኤች አይ ቪ 1 ነው፤ ይሁን እንጂ ኤች አይ ቪ 2 ሰብ ታይፕ ዲ የተባለው ደግሞ በናይጀርያ በብዛት ይገኛል። በእንግሊዝኛ አህፅሮተ ቃል የተጻፈው የበሽታው መጠሪያ ሲተነተን ቀጥሎ ያለውን ትርጉም ይሰጠናል።

ሂዩማን፤ ይህ ቫይረስ የሚገኘው በሌሎች እንስሳት ወይም ነፍሳት ላይ ሳይሆን፣ በሰው ዘንድ ብቻ ነው።

ኢሚና-ዲፊሸንሲ፤ ቫይረሱ በሽታን የሚቋቋመው ሥርዐት ያለውን የመከላከል ዐቅም ያዳክማል። ከባዕድ አካልና ከረቂቅ አጥቂዎች ሰውነትን የመከላከል ኀላፊነት ያለበት የሰውነት ሥርዓት ነው። በሰውነታችን ውስጥ የሚገኙት ነጭ የደም ህዋሶች፣ ጀርሞች ወደ አካላችን በሚገቡበት ጊዜ እንደ ወታደር የሚያጠቁልን ናቸው። የኤች አይ ቪ ቫይረስ ነጭ የደም ህዋሶችን (በተለይ «ቲ» አጋዥ ህዋሶች ወይም የCD4 ህዋሶች የተባሉትን) ያጠቃል፤ ከህዋሶቹም ጋር ራሱን ያጣብቃል፡ ከዚያም ወደ ህዋሶች የመራቢያ ሥርዐት የራሱን በራሄ 'ጅን' አስገብቶ የኤች አይ ቪን ቫይረስ በብዛት ለማራባት ይጠቀምበታል። ውሎ አድሮም የCD4 ህዋሶችን ይገድላቸዋል። የCD4 ህዋሶች እንደ አኬስትራ መሪ ተዋንያን ናቸው። እነርሱ በወደሙ ጊዜ ጠቅላላው የሰውነት በሽታን የመከላከል ሥርዓት በቅንጅት መሥራት አይችልም። በዚህ ዐይነት መንገድም ሰውነትን ከበሽታ የሚከላከለው ሥርዓት ቀስ በቀስ ይዳከማል።

ቫይረሱ፤ እጅግ አጉልቶ በሚያሳይ መነጽር ብቻ የሚታይና በሽታን የሚፈጥር ጥቅን ህዋስ ነው። ከጥቅን ሕዋሶች ሁሉ እጅግ አነስተኛው ሲሆን፣ ከባክቴሪያ መቶ ጊዜ ያንሳል።

የኤች አይ ቪ ምርመራ፤ ኤች አይ ቪ መኖር አለመኖሩን ለማወቅ የሚደረገው የተለመደው የደም ምርመራ የቫይረሱ ተቃዋሚ የሆነውን ጸረ አንግዳ አካል ያሳያል። ጸረ አንግዳ አካሎች ተለይተው የሚታወቁትን ጀርሞች ለማጥፋት በነጭ ደም ህዋሶች የሚፈጠሩ ናቸው። እነዚህ ጸረ አንግዳ አካሎች በሰውነት ውስጥ የሚታዩት በበሽታው ከተያዙ በግምት ከሦስት ወር በኋላ ምርመራ በሚደረግበት ጊዜ ነው። የኤች አይ ቪ ጸረ አንግዳ አካሎች መኖራቸውን ለማወቅ በጣም የተለመደው ምርመራ የ'ኤላይዛ' ምርመራ (ELISA Test) ይባላል። ከ'ኢንዛይም' ጋር የተያያዘ የ'ኢምዩነው ሶርበንት አሴይ' (Immunosorbent Assay) ምርመራ ነው። አንድ ሰው በኤላይዛ ምርመራ (ELISA Test) በሽታው ያለበት ሰው ሆኖ ከተገኘ፣ ሐኪሙ የተገኘው ውጤት በ'ዌስተርን ብሎት' Western Blot ምርመራ እንዲረጋገጥ ያሳስባል። በበሽታው ከተያዙ ከጥቂት ሰዓታት በኋላ፣ በሽታው መኖሩን የሚያመለክተው የ አንቲጀን' ምርመራ (ቫይረሱን ራሱ በማሳየት) በኢትዮጵያ ውስጥ በቀላሉ የሚገኝ አይደለም። 'አንቲጀን' የቫይረሱን መኖር ከወዲሁ ለማወቅ ይረዳ ዘንድ የተበጀ የምርመራ ዓይነት ነው። ስለዚህ የመደበቂያ ጊዜ ከእንግዲህ ተመርምሮ ርግጠኛ የማይኮንበት ጊዜ አይኖርም።

በኤች አይ ቪ ቫይረስ ከተያዙ በኋላ (የበሽታው ሂደት እንዲያዘግም የሚያደርጉትን ውድ የዕድሜ ማራዘሚያ መድኀኒቶችን ካልተጠቀሙ በቀር) በሚቀጥሉት 2-10 ባሉት ዓመታት ውስጥ ሰውየው አኳየርድ ኢሚዩን ዲፊሸንሲ ሲይንደሮም፣ ይህም

ኤድስ ብለን የምንጠራው በሽታ እውን ይሆንብታል።

አኳየርድ፤ ከእናት ወደ ሕፃን መተላለፍን ጨምሮ ከሰው ወደ ሰው የሚተላለፍ ነው።

ኢምዩን፤ በሽታን የመከላከል ሥርዐት ያጠቃል። (በሽታን መከላከል የሚሰው ሐረግ የሚያመለክተው መጠበቅን ወይም ጠላት እንዳያጠቃ ማገድን ነው።

ዲፊሸንሲ፤ በሰውነታችን ውስጥ ያለው በሽታን የሚከላከለው ሥርዐት በዚህ በሽታ ላይ የወሰደው ርምጃ ከሚያስፈልገው በታች ነው ማለት ነው።

ሲንድሮም፤ ሰውየው ኤድስ ያለበት መሆኑን የሚያሳዩ ምልክቶችና ፍንጮች ናቸው።

አንድ ሰው የኤች አይ ቪ ቫይረስ ሊተላለፍበት የሚችለው እንዴት ነው?

የኤች አይ ቪ ቫይረስ የሚገኘው በሰውነት ፈሳሽ ውስጥ ሲሆን፤ ይህም በተለይ በደም፤ በወንዴ ዘርና በሴት ብልት ፈሳሽ ላይ ነው። በእንባ፣ በምራቅ፣ በሽንት ወይም በሌላ የአካል ፈሳሽ ውስጥ በአነስተኛ መጠን የሚገኝ ቢሆንም እንኳ በሚያሠጋ መልኩ አይደለም።

ኤድስ እንዴት እንደሚሠራጭ አጠር ባለ መልክ ሲቀርብ እንደሚከተለው ይሆናል፤ ይህም በበሽታው የተያዘው ሰው ደም ወይም ወንዴ ዘር ወይም የሴት ብልት ፈሳሽ ጤነኛ ከሆነው ሰው ደም ወይም ንፋጭ ገለፈት ጋር ሲገናኝ ነው። በጣም ግልጽ በሆነ መልኩ ሲቀርብ ይህ የሚከሠተው ቀጥሎ ባሉት መንገዶች ነው፦

1. ኤች አይ ቪ በደሙ ውስጥ ካለበት ሰው ጋር ወሲባዊ ግንኙነት በመፈፀም፤ በአፍሪካ አህጉር ከ80% - 90% ያለው በበሽታው የመያዝ አጋጣሚ እውን የሚሆነው በዚሁ መንገድ ነው፤ አብዛኛው ወሲባዊ ግንኙነት ደግሞ የወንድና የሴት ግንኙነት ነው፡ (ከምዕራብ አውሮፓና ከሰሜን አሜሪካ ጋር ሲነጻጸር በአፍሪካ ውስጥ ያለው የግብረ ሰዶም ግንኙነት አነስተኛ ነው፤ በምዕራቡ ዓለም በአንዳንድ አገሮች ውስጥ ከ50% በላይ የሆነው የኤች አይ ቪ/ኤድስ በሽታ የሚሠራጨው በግብረ ሰዶም ግንኙነት ነው)። የኤች አይ ቪ ቫይረስ ከወንድ ብልት ከሚወጣው ወንዴ ዘርና ከሴት ብልት ከሚወጣው ፈሳሽ ላይ ይገኛል፤ ስስ በሆነው የሴት ብልት ገለፈት (ስስ የኅብረ ህዋስ ሽፋን)፣ ወይም በወንድ ብልት ጫፍ በኩል ይተላለፋል። በሽታው ከሴቶች ወደ ወንዶች ከሚተላለፍ ይልቅ ከወንዶች ወደ ሴቶች መተላለፉ እጅግ ቀላል ነው። ይህም የሆነው ከወንድ ብልት ጫፍ ላይ ከሚገኘው ቀዳዳ ጋር ሲነጻጸር በሴት ብልት ውስጥ ሰፋ ያለ ገለፈት በመኖሩ ነው። በተጨማሪም ከሴት ብልት ፈሳሽ ይልቅ በወንዴ ዘር ላይ ብዙ ቫይረሶች በመኖራቸው ነው። ብዙዎቹ የአፍሪካ ሴቶች ኤች አይ ቪ/ኤድስ የተላለፈባቸው ከባሎቻቸው ነው።

2. ከእናት ወደ ልጅ፤ ይህ ከሥተት ከጠቅላላው በበሽታ መያዝ ውስጥ 10% ያካትታል። በኢትዮጵያም ከእናት ወደ ልጅ የሚተላለፈው የኤች አይ ቪ ሥርጭት 10% እንደሚይዝ ይገመታል። በሽታው ያለባቸው እናቶች ካሏቸው ልጆች መካከል 30% ቫይረሱ ይተላለፍባቸዋል። ልጅ ከመወለዱ በፊት በማሕፀን ውስጥ ቫይረሱ ወደ ልጁ ሊተላለፍ ይችላል (ይኸውም ልጅ ከመወለዱ በፊት ድንጋጤ ወይም ውርጃ ካለ በእንግዴ ልጅ በኩል ሊተላፍ ይችላል)፤ ወይም በመውለድ ሂደት (ሕፃኑ ፈሳሽ ነገርና ደም በሚውጥበት ጊዜ፤ ይህም እናቲቱ በቀዶ ጥገና ወይም በመሰስተኛ ቀዶ ጥገና ስትወልድ ሊያጋጥም የሚችል ነገር ነው)፤ ወይም ጡት በማጥባት ወቅት ሊተላለፍ ይችላል። በኤች አይ ቪ/ኤድስ የታመሙ እናቶች ካሏቸው ሕፃናት መካከል 15% ያህሉ ቫይረሱ የተላለፈባቸው ጡት

በመጥባት ጊዜ ነው (የዓለም ጤና ጥበቃ ድርጅት (WHO) በገለጸው መሠረት)። በበሽታው የታመሙ እናቶች ያሏቸው ሕፃናት ሁሉ የቫይረሱ ጸረ እንግዳ አካል የሆነውን (ቫይረሱን ራሱን ላይሆን ይችላል) ይዘው ይወለዳሉ። ሲመረመሩ አንዳንዶች ከቫይረሱ ነጻ መሆናቸውን፣ ሌሎች ደግሞ ቫይረሱ እንዳለባቸው ለመለየት ብዙ ወራት ሊወስድ ይችላል። በአጎድ ዓመት የዕድሜ ዘመናቸው የበሽታው ምልክት ከታየባቸው መካከል ግማሾቹ ሦስት ዓመት ሳይሆናቸው በፊት ይሞታሉ። ከመውለጃ ሳምንት ቀደም ብሎ 'ኤ ዜድ ቲ' AZT (የዕድሜ ማራዘሚያ የሆነውን ዚዶቩዳይን መድኀኒት የተወጉ) ወይም ሌላ ዐይነት ጸረ ቫይረስ መድኀኒት የተወጉ ሁሉ የሕፃኑ በቫይረሱ የመያዙን አጋጣሚ በከፍተኛ ደረጃ እንደሚቀንሰው፣ ግምት ውስጥ ሊገባ የሚችል አስተማማኝ የሆነ ማስረጃ አለ። ይህ መድኀኒት ግን በጣም ውድ በመሆኑ ብዙ እናቶች በቀላሉ ላያገኙት ይችላሉ። የልጁ በኤች አይ ቪ/ኤድስ የመያዝ አጋጣሚ ለመቀነስ ሌላው አማራጭ ቀዶ ማዋለድን መጠቀምና እናቲቱ ልጁን ጡት እንዳታጠባው ማድረግ ነው። በኤች አይ ቪ ቫይረስ ተይዘው ከሚሞቱ ይልቅ ንጽሕናው ባልተጠበቀ ውሃ ተበጥብጦ በሚሰጥ ወተት ለሞት አደጋ የሚጋለጡ ልጆች ቍጥር ከፍተኛ ስለሆነና ብዙ እናቶችም ለሕፃኖቻቸው የታሸጉ የዱቄት ወተት ለመግዛት የገንዘብ አቅም ስለሌላቸው አፍሪካውያን እናቶች አሁንም ቢሆን ልጆቻቸውን ጡት እንዲያጠቡ ይመክራሉ።

(ከቍጥር 3 እስከ 6 ባሉት በሽታው ከአንዱ ወደ ሌላው የሚተላለፈው በደም ነው።)

3. በአሁኑ ጊዜ በብዙዎች በኢትዮጵያ ውስጥ በሚገኙ ሆስፒታሎች ለሰዎች የሚሰጠው ደምና ከሰዎች የሚሰገሠው ደም በቫይረሱ ያልተበከለና ጥራቱን የጠበቀ እንዲሆን ከፍተኛ ምርመራና ጥንቃቄ ይደረጋል። አንድም ያልተመረመረ ደም ለበሽተኞች አይሰጥም። የተበከለ ደም መስጠት በአፍሪካ አህጉር በሽታው ካለበት ሕዝብ ብዛት ውስጥ ከ5%-7% ያህሉን ቍጥር ይዞ ይገኛል። አንድ ሰው በኤች አይ ቪ ከተያዘ ከ3-6 ባሉት ወሮች ውስጥ፣ ኤች አይ ቪ በደሙ ውስጥ መኖር አለመኖሩ ለማወቅ ምርመራ ቢደረግ፣ ውጤቱ «ቫይረሱ የለበትም» የሚል ይሆናል (ይህም የሚሆነው በምርመራው ወቅት በደም ውስጥ የሚታዩት ጸረ እንግዳ አካላት ቍጥር አነስተኛ በመሆኑ ነው)፤ ይሁን እንጂ የሰውየው ደም በሽታን ወደ ሌላ ሰው ማስተላለፍ ይችላል። ስለዚህ እጅግ በጣም አስፈላጊ ካልሆነ በቀር ለአንድ ታካሚ ደም መሰጠት የለበትም፤ ደም የሚሰጥ ከሆነ ደግሞ የተመረመረ ደም መሆን አለበት። በተሰገሠ ደም በኩል የኤች አይ ቪ ቫይረስ ማግኘት ማለት በአንድ ጊዜ አያሌ የኤች አይ ቪ ቫይረሶችን መውሰድ ማለት ስለሆነ፣ በወሲባዊ ግንኙነት ከሚሆነው ይልቅ በዚህኛው መንገድ የመታመሙ ሁኔታ ፈጣን ነው።

4. በደም ሥር የሚሰጥ መድኀኒት ተጠቃሚዎች እንዲሁም መርፌዎችን የሚጋሩ ሰዎች፣ ቫይረሱ በተበከለ ደም ከአንዱ ወደ ሌላው ይተላለፋል። በደም ሥር የሚሰጡ መድኃኒቶችን ያላግባብ የሚጠቀሙት ሰዎች መርፌዎችንና ሲሪንጋዎችን ይጋራሉ። በተለይ በትላልቅ ከተሞች መድኃኒትን ያለአግባብ ከመጠቀም አንጻር ያለው ማኅበራዊ ችግር፣ በወጣቶች ዘንድ የጨመረ በመሄድ ላይ ነው። በክሊኒኮች ወይም በመድኀኒት ቤቶች መርፌ የምንጋራ ከሆነ የበሽታው መተላለፍ አደጋም እውን ሆኖ ይገኛል።

5. የስለት መሣሪያዎች፣ ለምሳሌ ምላጮች፣ ባህላዊ ምልክቶችን ለመቅረጽና ለግርዛት አገልግሎት የሚውሉት መሣሪያዎች። ጸጉር አስተካካዩ ከአንተ በፊት የነበረውን

ሰው ጾጉር ሲያስተካክል ሰውየውን ቢያደማና አንተም ስትስተካከል ከደማህ፣ ቫይረሱ በደም ሊተላለፍ ይችላል። በዚህ መንገድ የሚተላለፈው የኤች አይ ቪ ቫይረስ መጠን ከመቶ በጣም አነስተኛ ነው። የሚያስከትለውም አደጋ ከ250 መቁረጥ ወይም መድማት አንድ እጅ ብቻ ነው (1:250)። (ባልተቀቀሉ ምላጮችና መርፌዎች የመተላለፉ ሁኔታ ከጠቅላላው በኤች አይ ቪ ከመያዝ ጋር ሲነጻጸር በጣም አነስተኛ በመቶ ነው)።

6. የጤና ሠራተኞች፣ ለምሳሌ በእጅ ላይ በሚከሠት መቁረጥ ወይም በዐይን ስስ የጎብረ ሕዋስ ሽፋን ላይ ደም ሲፈነጠቅ ወይም የተበከለ መርፌ ሲወጋ ቫይረሱ ወደ ሰውነት ሊገባ ይችላል (ከ0.01% ያነሰ ኤች አይ ቪ የሚተላለፈው በዚህ መንገድ ነው)።

ኤች አይ ቪ ከሰውነት ውጭ ምን ያህል ጊዜ ሊቆይ ይችላል?

ኤች አይ ቪ ከሰውነት ውጭ ምን ያህል ጊዜ ይቆያል በሚለው ጥያቄ ዙሪያ ብዙ ክርክር እየተደረገ ነው። ዶ/ር ፓትሪክ ዲክሰን «ዘ ትሩዝ አባውት ኤድስ» (The Truth About Aids) በተሰኘው መጽሐፋቸው ላይ የሚከተለውን መረጃ ይሰጣሉ፤ የኤድስ ቫይረስ በጣም ደካማ ነገር በመሆኑ ከሰውነት ሙቀት ልክ ውጭ ከ3 ደቂቃ በላይ አይኖርም ተብሎ ይታመን ነበር። ደረቅ ሁኔታም ሲያጋጥመው መቋቋም አይችልም ይባል ነበር። በአሁኑ ጊዜ ግን ይህ ሁሉ ሐሳብ ስሕተት ነው። ፕሮቲን አልባ ጥሉል ግኝት «ፋክተር 8» በሺህ ከሚቈጠሩ ደም ለጋሾች በመውሰድ በቅዝቃዜ ደርቆ እንዲቀመጥ ከተደረገ በኋላ እንደገና በፈላ ውሃ ወደ ፈሳሽነት ተለውጦ ደም እንዳይረጋ የሚያደርግ በሽታ "Haemophilia" ላለባቸው ብዙ ሰዎች በመርፌ ሲሰጣቸው በኤድስ ቫይረስ ተይዘው ነበር። ማቀዝቀዝ ወይም ከፍተኛ ቅዝቃዜ ውስጥ ማድረግ ቫይረሱን ሊገድለው አልቻለም። በአሁኑ ጊዜ ለጥንቃቄ ሲባል «ፋክተር 8» በከፍተኛ ሙቀት ውስጥ እንዲቆይ ይደረጋል። በ1986 ዓ.ም. በ«ጆርናል ኦፍ ዘ አሜሪካን ሜዲካል አሶሴይሽን» (JAMA) ላይ የወጣው ዐበይት ነገሮች ያሉት አንድ የምርምር ጽሑፍ እንደሚያሳየው፣ ብዙዎቹ የቫይረሱ ህዋሶች ከሰውነት ሙቀት ውጭ ከጥቂት ሰዓታት በኋላ በደረቅ ትቢያ ከ3-7 ቀን፣ በውሃ ውስጥ ደግሞ ከሁለት ሳምንት በላይ ይኖራሉ። ይኸው ግኝት በጆርናል ኦፍ ሜዲካል ቫይሮሰጂ በ1991 ተረጋግጦአል፤ ሰነድ ሆኖም ተቀምጦአል። ግማሾቹ ቫይረሶች በውሃ ውስጥ ለ30 ሰዓት፣ ሩቦቹ (1/4) ደግሞ ለ60 ሰዓት እንደሚኖሩ ተረጋግጦአል። ይህ በሕይወት የመቆያ ጊዜ በደረቅ ስፍራ እንደሚቀንስ ታውቋል። እነዚህ ሳይንሳዊ ሙከራዎች በተካሄዱበት ጊዜ አያሌ ቫይረስ ያሉበት ደም አገልግሎት ላይ ውሎአል። የኤች አይ ቪ ቫይረስ ከሰውነት ውጭም ሊኖር እንደሚችል ማሰቡ አስደንጋጭ ቢሆንም እንኳ፣ በዚህ የተነሣ በሽታ ስለ መድረሱ እስካሁን የታወቀ ነገር የለም፤ አደጋው በዋናነት ሊከሠት የሚችለውም ደም ባለባቸው የመታከሚያ መሣሪያዎችና በሌሎች አጋጣሚዎች አማካይነት ቆዳ ጉዳት ሲደርስበት ነው። ወሲብ ከመፈጸምና የሌላ ሰው ደም ከመውሰድ ውጭ በኤች አይ ቪ የመያዙ አደጋ አነስተኛ ነው የሚለው አጠቃላይ ደንብ አሁንም እውነት ነው። አንድ ታካሚ ከደረቀ ደም ኤች አይ ቪ/ኤድስ የያዘው ስለመሆኑ እስካሁን ድረስ የታወቀ ነገር የለም።

ኤች አይ ቪ ሰውነት ውስጥ ከገባ በኋላ የሕመሙ እየባሰ መሄድ ደረጃዎች ምን ምን ናቸው?

- ቫይረሱ ወደ ደም የሚገባበት ጊዜ
- የዝምታ ጊዜ
- የበሽታ ምልክት የሚታይበት ጊዜ
- ኤድስ

1. ቫይረሱ ከአንዱ ወደ ሌላው ሰው በሚተላለፍበት ጊዜ ምንም ዓይነት ምልክት ላይኖር ይችላል። አንዳንድ ሰዎች ወዲያውኑ የሚጠፋ መጠነኛ ትኩሳትና ኢንፍሉዌንዛ (ፍሉ) የሚመስሉ ምልክቶች ሊኖሯቸው ይችላል። ብዙዎች ምንም ነገር አይሰማቸውም። የደም ምርመራ በሚደረ ግበት ጊዜ በግልጽ የሚታዩ ጸረ አንግዳ አካሎች ስለማይኖሩ፣ የኤች አይ ቪ ምርመራው ውጤት ለ3 ወር (አንዳንድ ጊዜም እስከ 6 ወር ድረስ) «በሽታ አልባ» የሚል ሊሆን ይችላል። ብዙ ሰዎች ቫይረሱ እንዳለባቸው አያውቁም። ይህ ወቅት አንዳንድ ጊዜ የመደበቂያ ጊዜ ይባላል። ሰውየው ቫይረሱ ያለበትና ወደ ሌላው የሚያስተላልፍ ሆኖ ሳለ ምርመራው ግን «በሽታ አልባ» በማለት የሚያመለክት በመሆኑ ይህ ጊዜ ለሌሎች ሰዎች አደገኛ ነው። የተሰጠው ደም ምርመራ ውጤት «የለበትም» የሚል በመሆኑ በተሰየ ደም የሚለገሥን ሰው ሕይወት አደጋ ላይ የሚጥል በመሆኑ፣ የመደበቂያ ጊዜ ከባድ አደጋ ያለበት ጊዜ ነው። በጥናት እንደ ተረጋገጠው ከዐሥሩ ሰዎች ዘጠኙ የኤች አይ ቪ ቫይረስ ያለባቸው መሆኑን አያውቁም።

2. ከመጀመሪያው ቀን አንሥቶ እስከሚቀጥሉት 2-10 ዓመታት ኤች አይ ቪ ያለበት ሰው ምልክቶች ላይታዩበት ይችላሉ፤ ጤነኛ ይመስላል፤ ንቁም ነው። ነገር ግን በሽታውን ለሌሎች ሊያስተላልፍ ይችላል። ብዙ ሰዎች ጤነኛ ከሚመስሉ ግለሰቦች ጋር ወሲባዊ ግንኙነት ቢያደርጉ ኤች አይ ቪ አይተላለፍብንም ብለው ያስባሉ። ነገር ግን በጣም ተሳስተዋል። የሰዎችን ውጫዊ ሁኔታ በመመልከት ማን ኤች አይ ቪ እንዳለበትና እንደሌለበት መለየት አትችሉም። አንድ ሰው ከሥራ ባልደረባው ጋር ወሲብ ቢፈጽምና ከሦስት ሳምንት በኋላ ቢሞት፣ ይህም ደግሞ በኢትዮጵያ ምድር ሁሉ ተከስቶ ቢሆን፤ ውጤቱ እጅግ አስደንጋጭ ይሆን ነበር፤ የትምህርት ዘመቻም አያስፈልግም ነበር። የሬሳ ሣጥኖች ጥሩ የዘመቻ መሣሪያችን ይሆኑ ነበር።

3. ኤች አይ ቪ ያለበት ሰው ድካም፣ ኢንፍሉዌንዛ፣ ተቅማጥ፣ ሳል፣ ያበጠ ፍርንፉት፣ የቆዳ ሽፍታ፣ የሴት የወሲብ ብልት የውስጥ አካል መበከል የመሳሰሉት ምልክቶች ሊታዩበት ይችላሉ። ይህ ምልክት የሚታይበት ጊዜ ነው፤ ፍንጮችና ምልክቶች ከኤድስ ጋር የተያያዙ ውስብስቦች ወይም ሁኔታዎች (Aids Related Complex or Condition ARC) ይባላሉ። አያሌ ተደራቢ በሽታዎች ያጋጥማሉ። ከእነዚህም አንዳንዶቹ የተለመዱ ሕመሞች ናቸው፤ ስለሚያዘወትሩ አክም ለማዳን አስቸጋሪዎች ናቸው። አንዳንዶች ከስንት አንድ የሚያጋጥሙ ካንሰሮች (እንደ ከርፓሲስ ሳርከማ ያሉት) ናቸው፤ ለምሳሌ ኤች አይ ቪ ባለባቸው ሰዎች ላይ እንደ «ኒሞሲስቲስ ካሪኒ» (PCP) እና «ሳይቶሜጋሎ ቫይረስ» (CMU) ያለው ኒሞኒያ ወደ ዐይን መታወርና የአካልን ነርቮች ወደሚጐዱ ምልክቶች ሊያመራ ይችላል። (እነዚህ ከአፍሪካ ይልቅ በምዕራብ አገሮች ብዙ ጊዜ ይታያሉ። የመከላከያ ሥርዐት በኤች አይ ቪ ቫይረስ የወደመ በመሆኑ ሰውነትን ለመውረር አጋጣሚውን የሚጠቀሙት ሕመሞች እነዚህ ናቸው። በኢትዮጵያ ውስጥ ብዙ ጊዜ ከሚታዩት ሕመሞች መካከል የሳንባ በሽታ አንዱ ነው። የኤች አይ ቪ ቫይረስ ያለባቸው ሰዎች በሳንባ በሽታ ቢያዙ፣ ከግማሽ በላይ የሚሆኑት እየባሰ የሚሄድ የሳንባ በሽታ ይኖርባቸዋል፤ ኤች አይ ቪ ከሌለባቸው ሰዎች መካከል ግን፣ እየባሰ የሚሄድ የሳንባ በሽታ የሚኖር ባቸው ሰዎች 10% ብቻ ናቸው። በዚህ የሕመም ወቅት አንድ ሰው ጤነኛ የኑሮ

ዘይቤ ካለው፣ ከምልክቶቹ ጋር ይህ ወቅት የሚዘልቀው ከ3-4 ዓመት ድረስ ነው።

4. ሙሉ በሙሉ ኤድስ ደረጃ ላይ የደረሰ ሕመም፣ ይህ ኤድስ መኖሩን የሚያመለክቱ አያሌ ፍንጮችና ምልክቶች (ድምረ ሕመም) የሚከሠቱበት ከሞት በፊት ያለው አጭር የሕይወት ጊዜ ነው። በዚህ ጊዜ ሰውየው በጣም ስለሚታመም ወሲብ የመፈጸም ችሎታው ደካማ ነው። እዚህ ደረጃ ከደረሰ በኋላ ሰውየው በግምት በሁለት ዓመት ውስጥ ይሞታል። በዚህ ደረጃ ላይ የሚከሰቱ የተለያዩ ሕመሞችን ለማከም የሚደረገው ጥረት ብዙም ጥቅም የለውም። ተደራቢ ሕመሞች የማያቋርጡ ይሆናሉ፤ በሽታን የመከላከል ሥርዓትም ሙሉ በሙሉ ይወድማል ማለት ይቻላል። ምትን በሚያመለክተው የምክር ወረቀት ላይ ብዙ ጊዜ ምክንያቱ ሲጠቀስ የሳንባ በሽታ፣ ተቅማጥ፣ ታይፎይድ የመሳሰሉት እንጂ በኤድስ ምክንያት እንደሞተ አይጻፍም።

በ1991 ዓ.ም. የዓለም ጤና ጥበቃ ድርጅት (WHO) በአፍሪካ ውስጥ የኤድስን ምርመራ ሁኔታ ለማገዝ ቀጥሎ የሚገኙትን መመሪያዎች አቅርቧል። የጤና ሠራተኞች ሁለት ዐበይት ምልክቶች አንድን ንኡስ ምልክት ያስከተሉ መሆናቸውን ማየት እንዳለባቸው ያስገነዝባል። (በሕፃናት ዘንድ ሁለት ንኡሳን ምልክቶች እንደሆኑ ሐሳብ አቅርበዋል)። እነዚህ አንዳንድ ጊዜ ከኤድስ ጋር የተያያዙ ሁኔታዎች ወይም ውስብስቦች ተብለው ይጠራሉ (ARC)።

5. ዐበይት ምልክቶች
   1. የማያቋርጥ ትኩሳት፣ ከ1 ወር በላይ የሚቆይ
   2. በከፍተኛ ደረጃ ክብደት መቀነስ፣ 10% የሚሆነውን የሰውነት ክብደት ማጣት፣ የምግብ ፍላጎት ከማጣትም ጋር የማያቋርጥ ድካም ይሰማል።
   3. የማያቋርጥ ተቅማጥ፣ ይህም ከአንድ ወር በላይ የሚቆይ ነው። ተቅማጡ በአሜባ፣ በጃርዲያ፣ በባክቴሪያ፣ ወይም በሌላ ጥገኛ ተውሳክ ሊፈጠር ይችላል።

6. ንኡሳን ምልክቶች
   1. የአፍና የጉሮሮ በፈንገስ መቁሰል፣ ከ80-100% ባሉ ሕሙማን ላይ ይከሰታል
   2. የማያቋርጥ የቆዳ ሽፍታ (ሰፊና የሚያሳክክ ነው)
   3. የማያቋርጥ ሳል (ብዙ ጊዜ የሳንባ ምች (30%) ወይም ያልተለመደው ዓይነት የሳንባ በሽታ፣ ትኩሳት፣ የትንፋሽ ዕጥረትና ደረቅ ሳል የሚያስከትለው «ኒሞሲስቲስ ካሪኒ» ሊሆን ይችላል)።
   4. የቆዳ በሽታ (የአፍና የብልት አካባቢ በቫይረስ ወይም በፈንገስ መቁሰል)
   5. ሺንግልስ በተለምዶ አልማዝ ባለ ጭራ ተብሎ የሚጠራው (በቫይረስ አማካይነት የሚከሰት ቁስልና ሕመም)።
   6. ያበጠ የፍርንትት ዕጢ (በተለይ በብብትና በመገጣጠሚያ አካባቢ)።

በአፍሪካ አህጉር የኤድስን ምርመራ ለማገዝ በማሰብ፣ የዓለም ጤና ጥበቃ ድርጅት (WHO) በ1992 ዓ.ም. ከላይ የተመለከቱትን መመሪያዎች አሻሽለ፣ የጤና ሠራተኞች ቀደም ሲል የተጠቀሱትን ሦስት ዐበይት ምልክቶችን እና የሳንባ በሽታን (ሁለት ልዩ የአካል ክፍሎችን በማካተት) የካፖሲስ ሳርኮማ (በፍጥነት እያደገ በመሠራጨት ላይ የሚገኝ የካንሰር ዐይነት ነው) እና የነርቭ ምልክቶችን መጠበቅ እንዳለባቸው አስገንዝቧል። (የዕለት ከዕለት የሥራ እንቅስቃሴን በማዳከም የማእከላዊ የነርቭ ሥርዐት ጉዳት ላይ እንዲወድቅ ማድረግ ነው፤ ይህም በኤች አይ ቪ አማካይነት በአእምሮ ጎብረሕዋስ የደረሰ ጉዳት ነው)። የምርመራውን ውጤት ለማረጋገጥ በሚቻልበት አጋጣሚ ሁሉ የላቦራቶሪ ምርመራ መደረግ አለበት፤ እንሌ ኤድስ

አለበት በማለትም አሉባልታ መናገር የለብንም፤ ይህ የግል ጉዳይ ነውና። የኤድስ ሕመምተኛው ወደ ሕይወቱ ዘመን መጨረሻ የሰውነቱ በሽታን የመከላከል ሥርዐት የኤች አይ ቪ ቫይረስን የሚቋቋሙ ጸረ እንግዳ አካልን ለመፍጠር የማይችልበት ደረጃ ላይ ስለሚደርስ የኤች አይ ቪ የላብራቶሪ ምርመራ ውጤቱ «ከቫይረሱ ነጻ ነው» የሚል ሊሆን ይችላል።

እኔና አንተ ራሳችንን ከኤድስ እንዴት መጠበቅ እንችላለን?

1. ከጋብቻ በፊት ወሲብ አለመፈጸም
2. ካገቡ በኋላ ከትዳር ጓደኛ ውጭ ወሲብ መፈጸም የለበትም፤

ከጆሽ ማክዶዌል መጽሐፍ «ለምን እንታቀባለን?» "Why Wait?" ከሚለው መጽሐፋቸው የተወሰደውን ጥቅስ ልብ ይበሉ፡-

ዛሬ ከአንዲት ሴት ጋር ወሲብ ብትፈጽም፤ ወሲባዊ ግንኙነት የምትፈጽመው ከእርሷ ጋር ብቻ ሳይሆን፣ ነገር ግን ላሰፉት ዐሥር ዓመታት ከዚህች ሴት ጋር ወሲባዊ ግንኙነት ከፈፀሙት ሰዎች ጋር ነው፤ እንዲሁም ከእነዚህ ሰዎች ሁሉ ጋር ወሲባዊ ግንኙነት ከፈጸሙት ሴሎች ሰዎች ሁሉ ጋር ወሲብ ትፈጽማለህ ማለት ነው።

ከጋብቻ በፊት ወይም ከጋብቻ ውጭ የሚፈጸም ወሲብ ሐዘንን ያመጣል። ስለ ወሲብ በባህላችን ያለውን የስሕተት እምነትና አስተሳሰብ ማወቁ ጥሩ ነው፤ ይኸውም ይህ በቤተ ሰብ ውስጥ አለመስማማት እንዳይፈጠርና ወደ አለመተማመንም እንዳያመራ ይረዳል።

3. ለሰው የሚሰጥ ደም ሁሉ መመርመር አለበት፤ ይኸውም ለበሽተኛ ከመሰጠቱ በፊት ማለት ነው። በጣም አስፈላጊ አስካልሆነ ድረስ ለታካሚ ደም እንዲሰጥ አለማድረጉ ጥሩ ነው። በሌላ መንገድ ከሚገኝ ደም ይልቅ በፈቃደኝነት የሚሰጥ ደም በቫይረሱ ተበክሎ የመገኘቱ አጋጣሚ አነስተኛ መሆኑ ማስረጃ አለ። በአንዳንድ ትላልቅ ሐኪም ቤቶች ቀዶ ጥገና እንዲደረግልህ ዕቅድ ካለህና ደም የሚያስፈልግህ ከሆነ፣ ከቀዶ ጥገና በፊት አንድ ወር ቀደም ብሎ የራስህን ደም ሰጥተህ በቀዶ ጥገና ጊዜም መጠቀም የሚቻልበት ሁኔታ ማመቻቸት ይቻላል። በመካከል ባለው የአንድ ወር ጊዜም ሰውነት የተወሰደውን ደም ይተካዋል።
4. መርፌ መጋራት አስፈላጊ አይደለም፤ በተቻለ መጠን የሚዋጥ መድኃኒት መውሰዱ የተሻለ አማራጭ ነው።
5. ንጽሕናው የተጠበቀ መሣሪያ መጠቀም እንደዚሁም አንድ ምላጭ ለአንድ ሰው ብቻ የሚለውን ተግባራዊ ማድረግ፤ ለንጽሕና አገልግሎት የሚውሉት ሳቨሎንና ዲቶል የኤች አይ ቪ ቫይረስን ለመግደል ብርቱ አቅም የላቸውም። ቫይረሱን የሚገድሉት ኬሚካሎች የሚከተሉት ናቸው፤ አይየዳይን 2% የሚያነጻ የክሎሪን ውሕድ 0.5%፣ ጂክ (JIK) በውሃ ተበጥብጦ 1 ለ10 (1:10) በሆነ ውሕደት፣ በቀዶ ጥገና ጊዜ የቀዶል መጥረጊያ አልኮል 70%፣ ሃይድሮጂን ፔሮክሳይድ 6% እና ላይሰል 3%። ለዛያ ደቂቃ ውሃን ማፍላትም ቫይረሱን ይገድለዋል። ሴት እንዳትገረዝ ማድረግ የተሻለ አማራጭ ነው። ወንድ ልጅን ለመግረዝ የሚጠቀሙበት ምላጭ በሚገባ የተቀቀለ መሆኑን አረጋግጥ።
6. የምክር አገልግሎት ማእከሎች (VCT CENTERES (Voluntary counselling and Testing) የጤናቸውን ሁኔታ ለማወቅ የሚፈልጉ ሁሉ እንዲመረመሩና ምክር እንዲሰጣቸው፣ ብዙ ማእከሎች መኖራቸው አስፈላጊ ነው። እንደዚህ ያሉት ማእከሎች በአዲስ አበባ እና በሌሎችም የክልል ከተሞች ውስጥ ባሉ የመንግሥትና የግል

ሐኪም ቤቶች ይገኛሉ። ጎላፊነት የሚሰማው ግለሰብ ወደ እነዚህ ማእከሎች ብቅ ብሎ የኤድስ ምርመራ እንዲደረግለት፣ ከምርመራ በፊትና ከምርመራም በኋላ በባለሙያ አማካሪ ምክር እንዲሰጠው ሊጠይቅ ይችላል፤ (ከምርመራ በፊትና ከምርመራ በኋላ ምክር ማግኘት በጣም አስፈላጊ ነው)። በአሁኑ ጊዜ በአዲስ አበባ 20.00 ብር ከፍሎ መመርመር ይቻላል። የጤና ሠራተኞች፣ ምክር ጠያቂዎች ርዳታ ያገኙ ዘንድ ወደ ባለሙያ አማካሪ እንዲልኩ ሥልጠና ያስፈልጋቸዋል፤ በተለይ ተመርማሪዎቻቸው ኤች አይ ቪ/ኤድስ ካለባቸው፣ ቀሪውን የሕይወት ዘመናቸውን ዋጋ ያለው ያደርጉት ዘንድ እገዛ እንዲደረግላቸውና ተስፋ እንዲሰጣቸው ነው። ኤች አይ ቪ/ኤድስ ያለበት ሰው የኤድስ ቫይረስን ለሌሎች እንዳያስተላልፍ ትምህርት ሊሰጠው ይገባል። በተለይ እጮኛሞች ጋብቻ ከመመሥረታቸው በፊት በፈቃደኝነት እንዲመረመሩ ማድረግ ያስፈልጋል። የሃይ ማኖት መሪዎች በሽታው ያለበት ሰው በሽታው ከሌለበት ሰው ጋር የሚያጣምሩ ከሆነ፣ ኡጋንዳዊው ጌዲዎን ባያሙጊሻ እንደ ተናገረው እንዲህ አያሉ ነው፡

«ዘር ሳፍሩ፣ የኤች አይ ቪ ቫይረስም እንዲባዛ አድርጉ በሽታው ያለባቸው 30-40% የሚሆኑ ልጆቻችሁ አድገው ተመንድገው ባይታዩም እናንተ ወይም እነርሱ በሕይወት እስከአላችሁ ድረስ በማሳደጋችሁና ክብካቤ በማድረጋችሁ የተባረካችሁ ሁሉ!»

ኤች አይ ቪ/ኤድስ በሽታ ከአንዱ የትዳር ጓደኛ ወደ ሌላው እንደሚተላለፍ፣ ምናልባትም ወደ ልጆች ተላልፎ ወላጅ አልባ ሊሆኑ እንደሚችሉ በመገንዘብ በሽታው ያለበትን ሰው በሽታው ከሌለበት ሰው ጋር ለማጣመር የጋብቻ ሥነ ሥርዐት እንዲፈጸም ማድረግ ስሕተት መሆኑን ብዙ የአፍሪካ ቤተ ክርስቲያን መሪዎች ስላመኑ፣ ይህ የቅድመ ጋብቻ ምርመራ በምሥራቅና በደቡብ አፍሪካ ተግባራዊ እየሆነ ነው።

7. **ከሀሺሽና ከአልኮል መራቅ**፤ እነዚህ ወደ አደገኛ ወሲባዊ ጠባይና ወደ ኤድስ የሚመሩ ናቸው። ሀሺሽና የአልኮል መጠጥ የሚያዘወትሩ ሰዎች በወሲብ ረገድ ጥበብ የተሞላበት ውሳኔ አያደርጉም። እንዲሁም በብዙ ከተሞቻችን ውስጥ በመርፌ የሚሰጥ ሀሺሽ የኤድስን ሥርጭት መጠን እየጨመረ እንዲሄድ እያደረገው ነው።
8. **በወሲባዊ ግንኙነት የሚተላለፉ የአባለዘር በሽታዎችን ሁሉ መታከም**፤ ይህም ወዲያውኑ ሙሉ በሙሉ መከናወን አለበት። ሕክምና ካልተደረገ የከፋ ሁኔታን ያስከትላል።
9. **የጤና ባለሙያዎች በጣም ጥንቃቄ ማድረግ አለባቸው**፤ ቁስልን ሲያጸዱ ወይም ከታካሚው ሰውነት የወጣ ፈሳሽ ሲጠርጉ የእጅ ጓንት ማጥለቅ አለባቸው። አዋለጆችና የቀዶ ጥገና ሐኪሞች በተለይ ለበሽታው የተጋለጡ ስለሆኑ ከፍተኛ ጥንቃቄ ማድረግ ይገባቸዋል።

የኮንዶም ጉዳይስ?

ኮንዶም በአግባቡና በዘላቂነት አገልግሎት ላይ ከዋለ፣ የኤች አይ ቪ/ኤድስ ሥርጭትን መጠን በጣም እንደሚቀንስ ጥርጥር የለውም፤ ይሁን እንጂ መቶ በመቶ የሚከላከል አይደለም። ወጣቶች ከጋብቻ በፊትና ከጋብቻ ውጪ ወሲባዊ ግንኙነት እንዳይፈጽሙ በቤተሰባቸውና በባልንጀሮቻቸው በጥብቅ ሊመከሩ ይገባል። ኮንዶም በተወሰነ ደረጃ የሚከላከል እንጂ ሙሉ በሙሉ ከበሽታው አደጋ የሚጠብቅ አይደለም። በኮንዶም መጠቀም ጎጢአትን በእግዚአብሔር ፊት የተሻለ ወይም የባሰ አያደርገውም።

ወጣቶች በኮንዶም ይጠቀሙ ዘንድ በሰፊው ዘመቻ ማካሄድ፣ ለኤድስ ችግር መፍትሄ

አይደለም። በዩ ኤስ ኤ ቱዴይ USA Today (May 19,1992) «በርዝ ሬት ሶርስ በኮሎራዶ ስኩል» 'Birth Rate Soers in Corlrado School' በተሰኘ ርእስ ላይ አንድ ትምህርት ቤት ለተማሪዎቹ በነጻ ኮንዶምን ማደል እንዴት እንደ ጀመረ አንድ ማራኪ ዘገባ አቅርቧል። ትምህርት ቤቱ «አደጋ የለሽ ወሲብ» ፕሮግራም በጀመረ ከሦስት ዓመት በኋላ የወሲዱ መጠን ከብሔራዊው የወሲድ መጠን በ31% ያደገ መሆኑን ተገነዘቡ፤ ከ1200 ተማሪዎች ውስጥ 100 ተማሪዎች ባለ ልጆች እንደሚሆኑ ዐወቁ። ይህን ዐደጋ ለማስወገድ፣ ወጣቶች የባሕርይ ለውጥ እንዲያመጡና ራሳቸውን መቈጣጠር እንዲችሉ ከተፈለገ የእግዚአብሔርን ቃል ማስተማሩ ከሁሉ የተሻለ መፍትሔ ነው።።

በጋብቻ ውስጥ አንዱ የትዳር ጓደኛ በሽታው ያለበት መሆኑ ከታወቀ ኮንዶም እንዲጠቀሙ ብርቱ ምክር መሰጠት አለበት። በዚህ ሁኔታ የላቀ ዘላቂነት ያለውና ትክክለኛ የሆነ አጠቃቀም እንዲኖር ያስፈልጋል። በአሁኑ ጊዜ ብዙ የትዳር ጓደኞች የኤች አይ ቪ ምርመራ ሳያደርጉ ይጋባሉ፤ አንዱ የትዳር ጓደኛ ለሌላው በሽታውን ያስተላልፋል። ወሲባዊ ግንኙነታቸው ሕጋዊ ቢሆንም እንኳ አደጋ የሚያስከትል ነው፤ ሁለቱንም የትዳር ጓደኞች ለሞት ይዳርጋል። ከቶ እንደዚህ ሊሆን አይገባም። ይህን ከመሰለው አደጋ ራስን ለመጠበቅ ቅድመ ጋብቻ ምርመራ ማድረግ አስፈላጊ ነው። ነገር ግን ጥንዶቹ የተጋቡ ከሆነና የወሲብ ግንኙነት ለማድረግ ከተስማሙ በአግባቡና በየጊዜው በኮንዶም መጠቀም ያስፈልጋቸዋል።

በኮንዶም መጠቀምን ተገቢ ባልሆነ መልክ በማደፋፈር፣ በኮንዶም ብትጠቀሙ፣ «ከአደጋ ነጻ» ትሆናላችሁ የሚሉ ድርጅቶችና አምራቾች ርባና የሌለው ተረት እያሠራጩ ነው፤ ወጣቶቻችንንም ወደ አጉል አቅጣጫ እየመሩ እንደ ሆነ ልብ ልንል ይገባል። ይህም፣ «የወሲብ ጎጢአት ትፈጽማላችሁ ብለን ተስፋ እናደርጋለን፤ አደጋ ሳይደርስባችሁ ወሲባዊ ጎጢአት መፈፀም ትችላላችሁ» እንደ ማለት ነው። ኮንዶም ወሲባዊ ግንኙነትን በተወሰነ ደረጃ ከአደጋ ሊከላከል ይችላል፤ እኔ ግን ላስቲክ የሆነው ኮንዶምን ተማምኜ ሕይወቴን ለአደጋ አላልፈ አልሰጥም። ኮንዶም ሙሉ በሙሉ ከአደጋ እንደምንጠበቅ ዋስትና አይሰጥም፤ ስለዚህ አደጋውን ጨርሶ የማያስወግደውን ግን የሚቀንሰውን ቴክኒክ፣ አደጋውን ጨርሶ እንደማያስወግድ እያወቁ፣ ምንም አደጋ አያስከትልም ብሎ ማስተማሩ ሐቁን አጣሞ ማቅረብ ነው። ሕይወትንና ሞትን የሚመለከት ጕዳይ አንሥተን ስንወያይ፣ «አደጋው ይቀንሳል» እና «አደጋ የለበትም» ማለት ሁለቱ በጣም የተለያዩ ነገሮች ናቸው።

በጣም ረቂቅ የሆነው የኤድስ ቫይረስ በኮንዶም ቀዳዳ ውስጥ ሊያልፍ ይችላል ሲባል ነበር። ነገር ግን ቫይረሱ በወንዴ ዘር ውስጥ ሁልጊዜ ከሀዋስ (Cell) ጋር የተያያዘ ስለሆነና ሊንሳፈፍ ስለማይችል፣ ይህ ይሆናል ተብሎ የማይታሰብ ነገር ነው። ህዋሱ ደግሞ ከኮንዶም ቀዳዳ ከፍ ያለ ነው። ከሕክምና፣ ከማኅበራዊ ወይም ከክርስቲያን እይታ አኳያም ቢሆን፣ ኮንዶም በኤድስ ምክንያት ለተከሰተው ችግር መፍትሄ አይደለም። ከምክንያቶቹም ጥቂቱ የሚከተሉት ናቸው፦

1. ኮንዶም የተሠራው እርግዝናን ለመከላከል ነበር።

ኤድስ እንዳይሠራጭ ለመቈጣጠር፣ ኮንዶም ከወሊድ መቈጣጠሪያነት ይልቅ ኤድስን ለመቈጣጠር ዐሥር ጊዜ ተሻሽሎ (ልቆ) መሠራት አለበት። አንዲት ሴት በዓመት ውስጥ 36 ቀኖች ያህል የማርገዝ ዕድል አላት። ኤድስ ያለበት ሰው ግን በዓመት ውስጥ 365ቱም ቀኖች በሽታውን ማስተላለፍ ይችላል። ኮንዶም በፅንስ

ተከላካይነቱ በእነዚህ 36 ቀኖች ውስጥ ውጤታማ የማይሆነው ከ12%-15% መሆኑ ታውቆአል። ያለመሳካቱ መጠን በ365 ቀኖች ውስጥ ከፍ ያለ እንደሚሆንም ጥርጥር የለውም። የኮንዶም የመቀደድ አጠቃላይ መጠን 7% መሆኑን በ4% ያህል ጊዜ ደግሞ ከወንድ ብልት እንደሚሾልክ መረዳት አለብን።

2. ከማኅበራዊ እይታ አኳያ (ኮንዶም 100% አስተማማኝ ነው ብሰን ብናምንም እንኳ)፣ ከፍተኛ የወሲብ ፍላጎት ያላቸው ሰዎች ግንኙነት ባደረጉ ቍጥር ኮንዶም መጠቀም አለባቸው ማለቱ ተግባራዊ ሊሆን የማይችል መልእክት ነው፤ ስለዚህ ከሁለት አንዱ ወሲብ ቢፈጽም ቫይረሱ ይተላለፍበታል ማለት ነው። ብዙዎቹ የአፍሪካ አገሮች በዓመት ለጠቅላላው የጤና አጠባበቅ የሚመድቡት በጀት እያንዳንዱ ሰው በሦስት ቀን ሥራ ውስጥ ከሚያገኘው ገቢ ያነሰ ነው። ይህ ገንዘብ ደግሞ ጤናን ለመንከባከብ፣ ለሆስፒታል፣ ለክሊኒክና ለክትባት ፕሮግራሞች የሚወጣውን ወጪ ሁሉ መሸፈን አለበት። ለአንድ ዓመት ለእያንዳንዱ ሰው ለጤና የተመደበው በጀት ከሦስት ወር ባነሰ ጊዜ በኮንዶም ብቻ ተሟጦ ያልቃል። ዶ/ር ዲክሰን በራሳቸው አገላለጽ እንዳስቀመጡት በአፍሪካ ውስጥ ወሲብን ሁሉ በኮንዶም «ለመሸፈን» በዓመት ውስጥ 250 ሚሊዮን ፓውንድ ስተርሊንግ ያስፈልጋል፤ ይህም የዓለም ጤና ጥበቃ ድርጅት (WHO) ለዓለም ሁሉ ከሚያጠፋው ገንዘብ የላቀ ነው። ለእያንዳንዱ ሰው ኮንዶም ቢኖረንም እንኳ፣ ይህንኑ ጉዳይ ለገጠሩ ኅብረተ ሰብ ለማከፋፈል የሚቻል አይደለም፤ ኮንዶም ደግሞ ሙቀት ሲነካው ብዙ ጊዜ ይበላሻል፤ ከጥቅም ውጭም ይሆናል። ኮንዶምን የሚያመርቱት ፋብሪካዎች የሚናገሩት ኮንዶም መቀመጥ ያለበት የሰውነት ሙቀት በሚያገኘው ስፍራ በኪስ ሳይሆን በቀዝቃዛ ቦታ ነው! በቀላሉ የሚቀደድ ላስቲክ ስለሆነ ጥንቃቄ ያስፈልገዋል። ብዙ ሰዎች አቅርቦቱ አመች ቢሆንም እንኳ፣ ይህን ውስብስብ ነገር የበዛበትን «መፍትሄ» ተግባራዊ ለማድረግ አይመርጡም። (Dr Partrick Dixon, in The Truth about AIDS)

3. ወጣቶች በኮንዶም መጠቀም ይጀምሩ ይሆናል፤ ነገር ግን ጊዜ እያለፈ ሲሄድና አንዱ ሌላውን እያመነ ሲመጣ ይህን ማድረጋቸውን ያቆማሉ፤ ከዚያም የኤድስ ቫይረስን ያስተላልፋሉ፤ ወይም ኤድስ የለባቸውም ብለው ከሚገምቷቸው ጓደኞቻቸው በኤች አይ ቪ ቫይረስ ይያዛሉ። የኮንዶም በቀላሉ መገኘት ወሲባዊ ግንኙነትን የተለመደ የሕይወት ዘይቤ አድርገው እንዲያዳብሩ እንደረዳቸውና ኮንዶም ለማግኘት በማይቻልበት ጊዜ ግን ባወጣ ያውጣው የሕይወት ልምምድ ውስጥ እንደሚገቡ፣ ከዚያም የዘሩትን ለማጨድ እንደሚኖሩ ምስክርነታቸውን ሰጥተዋል። በግንኙነት ውስጥ በኮንዶም መጠቀም አስቀድሞ ማቀድን እንደሚጠቅም ወጣቶች ይነግሩናል። አንዲት ልጃገረድ ኮንዶም ብትይዝ ለማንም «እሺ ባይ» መስላ ትታያለች። ኮንዶም በትክክል ለመጠቀም አስቸጋሪ እንደ መሆኑ መጠን ወንዶች በኮንዶም መጠቀም አይወዱም፤ ደግሞም ርካታችንን ይቀንስብናል ብለውም ያስባሉ።

4. በኮንዶም መጠቀም በብዙ መንገድ አደገኛና ጐጂ ነው! አንዱም የሴሰኝነት ሕይወት ይቀጥል ዘንድ በር መክፈቱና እግዚአብሔር ስለ ንጽሕና የሰጠውን ትእዛዝ ወጣቶቻችን ይተላለፉት ዘንድ ማደፋፈሩ ነው። ከ0ሥር ዓመት በፊት ኮንዶምን ማስተዋወቅ፣ ቤተ ሰብ ልጆችን አራርቆ እንዲወልድ ከማድረግ ዕቅድ ጋር የተያያዘ ነበር። በአሁኑ ጊዜ ግን ያለው የኮንዶም ማስታወቂያ ስለ ቤተ ሰብ ዕቅድ የሚያወሳው ከስንት አንድ ነው! በዚህ ፈንታ ግን ሥራዬ ተብሎ የተያዘው

በኮንዶም «ደኅንነትን ጠብቆ መዝናናት» እንደሚቻል መናገር ነው። ስለዚህ የትኩረት ለውጥ ተደርጎአል። የፈጠረን እግዚአብሔር ለእኛ እጅግ በጎ የሆነውን ነገር ያውቃል። የዓለም ጤና ጥበቃ ድርጅትና (WHO) ሌሎች መሪ አካሎች ይህን በሽታ ለመቋቋም፣ ከጋብቻ በፊት ከወሲብ መታቀብና ለትዳር ጓደኛ ታማኝ መሆን እጅግ ውጤታማ መሣሪያ መሆኑን ይስማሙበታል።

በወሲባዊ ግንኙነት የኤች ኣይ ቪ ቫይረስ እንዳይተላለፍ የሚደረግበት መጣም ኣስተማማኙ መንገድ መታቀብ ነው፤ ወይም በሽታው የሌለባቸው ሁለት ሰዎች ጋብቻ መሥርተው ኣንዳቸው ለሌላቸው ታማኝ ሆነው ሲኖሩ ነው።

(WHO World AIDS Day 1992)

ለኤድስ ቀላሉ መፍትሄ «ታማኝነትን ማሠራጨት» ነው። እያንዳንዱ ሰው ለሚመጡት 12 ዓመታት እግዚአብሔር ለሕይወትና ለማኅበራዊ ግንኙነት የሰጠውን ደንብ (ሕግ) ቢያከብር፣ ኤድስ ከምድራችን ይጠፋል። በአፍሪካ ውስጥ በመጋፈጥ ላይ የምንገኘው ዐደጋ ይወገዳል።

ኤድስ የማይሠራጭባቸው መንገዶች

1. በእንስላት፣ በበራሪ ነፍሳት፣ በተባይ (በቅማል)፣ ወይም በወባ ትንኝ፤
2. ልብስን፣ ማበጠሪያን፣ እንሰላን፣ ፎጣን በመጋራት፤
3. ስኒዎችን፣ የወጥ ቤት ዕቃዎችን፣ ሣሕኖችን፣ ማብሰያ ድስቶችን፣ ቢላዎችን መጋራት፤
4. በእጅ ሰላምታ፣ በመተቃቀፍ፣ በተራ መሳሳም፣ ስፖርት በመጫወት፣ መታጠቢያ ክፍልን ወይም መፀዳጃ ቤት በመጋራት፣ የወንዝ ውሃን ወይም መዋኛ ስፍራን በጋራ በመጠቀም።

ኤች ኣይ ቪ/ኤድስ በተራ ንክኪ እንደማይሠራጭ ግልጽ ነው። ኤች ኣይ ቪ/ኤድስ ያለባቸው ሰዎች አጎዝ የሚያሳየው ሁሉም ወሲብ ለመፈጸም ችሎታ ባለው የዕድሜ ክልል ውስጥ የሚገኙ መሆናቸውን ነው። ከ12-14 ዓመት የዕድሜ ክልል ውስጥ የሚገኙትና ኤች ኣይ ቪ/ኤድስ ያለባቸው ልጆች ቫይረሱ ሊተላለፍባቸው የቻለው የሌላ ሰው ደም የወሰዱ፣ በመውሰድ ጊዜ ወይም ከወሊድ በኋላ ከእናታቸው የተላለፈባቸው ወይም በአንድ ወቅት ነውረኛ ወሲብ የተፈጸመባቸው ወይም አስገድዶ መድፈር የደረሰባቸው ናቸው።

በቤተሰባችሁ ወይም በመንደራችሁ አንድ ሰው በኤች ኣይ ቪ ኤድስ ተይዞ የሚገኝ ከሆነ፣ እስከ ዕለተ ሞቱ ድረስ በፍቅር ልትንከባከቡት ትችላላችሁ። የሰውነትን ፈሳሽ በምትጠርጉበት ጊዜ ጓንት ማጥለቁ በጣም አስፈላጊ ነው።

የወባ ትንኝ ጉዳይ

ኤድስ በወባ ትንኝ የሚሠራጭ እንደ ሆነ በመገመት ብዙ ክርክር ይደረጋል። በሚከተሉት ሐቆች የተነሣ የወባ ትንኝ የኤድስን ቫይረስ አታስተላልፍም።

1. ደምን ወደ ሆዷ ትመጣለች፣ በንድፊያው ወደ ሰው አካል የምትልከው ግን ከምራቅ ዕጢ ምራቅን ብቻ ነው።
2. የኤች ኣይ ቪ ቫይረስ በወባ ትንኝ ምራቅ ውስጥ ሊያድግ አይችልም።
3. ኤች ኣይ ቪ በወባ ትንኝ ውስጥ በሚገኘው አሲድ ሊያድግ አይችልም። መራባት የሚችለው በሰው ሕዋስ ውስጥ ብቻ ነው።

ይህ በተግባር ሲታይ ምን እንደ ሆነ በዙሪያችን ካለው መረጃ እንመልከት፤

1. በአፍሪካ አህጉር በዕድሜ የበሰሉ ሰዎች ሁሉ በወባ ትንኝ ይነደፋሉ።

2. ልጆች ሁሉ በወባ ትንኝ ይነደፋሉ፤ የወባ በሽታም ይይዛቸዋል።
3. ከአፍሪካ አህጉር በአንዳንድ አገሮች ከወጣቱ ክፍል 25% ኤች አይ ቪ አለባቸው፤ ውሎ አድሮም ኤድስ ደረጃ ላይ ይደርሳል።
4. በእነዚሁ አገሮች የሚገኙት ልጆች የተበከሰ ደም ካልተሰጣቸው ወይም ከእናታቸው በሽታው ካልተላለፈባቸው በቀር በኤድስ በሽታ አይታመሙም።

የኤድስን በሽታ የሚፈውስ መድኃኒት አለን?

በዚህ ውስብስብ በሆነ የኤች አይ ቪ ቫይረስ ላይ ለብዙ ዓመታት ምርምር ቢደረግም እንኳ፣ የኤድስን በሽታ የሚፈውስ መድኃኒት ወይም ክትባት አልተገኘም። በሽታውን የሚቋቋም ክትባት ለማግኘት ወይም ቫይረሱን የሚገድል መድኃኒት ለመፈለግ ከፍተኛ የምርምር ሥራ ተካሄዶአል። ነገር ግን እስካሁን ድረስ የተገኘው እድገት በሚያሳዝን ሁኔታ አዝጋሚ ነው። ክትባት ለማግኘት የሚደረገው ሙከራ አሁንም ቀጥሏል። ይህ ከባድ ሥራ ነው፤ ምክንያቱም ኤች አይ ቪ በሽታን ከሚከላከለው ሥርዓት መደበቅ ስለሚችል፣ ለኤች አይ ቪ ሙከራ የሚሆን ተስማሚ እንስሳ ስለሌለ፣ ኤች አይ ቪ ረጅም የመቀፍቀፍያ ጊዜ ስለሚፈልግ፣ ልዩ ልዩ ዝርያ ስለአለው፣ የክትባት መድኃኒቱን ለመፈተን ፈቃደኛ የሆኑ ሰዎችን ማግኘቱ ቀላል ስለአልሆነም ነው። የእድገት ፍንጭ ይታያል፤ ሆኖም ወደፊት ለብዙ ዓመታት የኤች አይ ቪ ክትባት የሚገኝ መሆኑ አጠራጣሪ ነው።

ይሁን እንጂ ኤች አይ ቪ ሕመምንና ሞትን የሚያስከትልበት ፍጥነት የሚወስኑ አንዳንድ ምክንያቶች አሉ፦

(ሀ) ከሕመሙ በፊት የነበረው የጤና ሁኔታ፤

(ለ) ከሌላው የተቀበሉት የቫይረስ መጠን፤

(ሐ) በሽታው ያለበት ሰው የተመጣጠነ ምግብ የማግኘቱ ሁኔታ፤

(መ) የሰውየው በራሂያዊ ቅንብር ሁኔታ፤

(ሠ) ተደራቢ በሽታዎችን ፈጥኖ ለማከም ያለው አመቺ ሁኔታ፤

(ረ) የዕድሜ ማራዘሚያ መድኃኒትን መጠቀም፤

በአፍሪካ ውስጥ በሽታው ያለባቸው ሰዎች ከ12 ዓመት በላይ የመኖራቸው ሁኔታ እንደ ብርቅ የሚታይ ነው። ብዙ ጊዜ የሚኖሩት ከዚህ ላነሰ ጊዜ ነው።

የቫይረሱን እድገት በማዳከም ሕመማንን የሚረዱ አንዳንድ መድኃኒቶች ተገኝተዋል፤ ከእነዚህም ውስጥ በጣም የታወቁት AZT (ዚዶቩዳይን - Zidovudine) ddc (ዛልሲታቢን - Zalcitabine)፣ (Stavudine ስታቩዲን) ሲሆኑ፣ በአገራችንም በጥቅም ላይ ውለዋል። ከእነዚህ በተጨማሪ ሌሎች ብዙዎች አሉ። እነዚህ በጣም ውድ መድኃኒቶች ናቸው፤ መታዘዝ ያለባቸውም የሕክምና ሙያ ባለው ሰው ነው። ውጤታማ የሆነ መፍትሄ ለማግኘት መድኃኒቶች በዘላቂነት መወሰድ አለባቸው። ብዙ ጊዜ አሉታዊ ተደራቢ ውጤቶችን ያስከትላሉ፤ በተጨማሪም መድኃኒቱ ቫይረሱን ላይቋቋም ይችላል፤ በሽታው በሕክምና ሂደት ዝርያውን ሊቀይርም ይችላል። እነዚህ መድኃኒቶች ዕድሜን ያራዝማሉ እንጂ ከበሽታው አያድኑም። አንዳንድ መድኃኒቶች በጣም ውድ ናቸው፤ በኢትዮጵያ ውስጥ በሽታው ካለባቸው ሰዎች ከአምስቱ አንዱ መድኃኒቱን በቅናሽ ዋጋ ወይም በነጻ ያገኛል። በየቦታው መድኃኒቱን በቅናሽ ዋጋ ወይም በነጻ አዘጋጅቶ ለማቅረብና ለበሽተኞች ሁሉ ለማድረስም ጥረት እየተደረገ ነው።

የኤድስን በሽታ የሚፈውስ መድኃኒት አለን የሚሉ «አስመሳይ ሐኪሞች» አሉ፤ ይህን የሚያደርጉት ገንዘብ ለማግኘት ብለው ነው።

በእነዚህ «አስመሳይ ሐኪሞች» ወይም የዕፅ ባለሙያዎች የሚሰጠው ሕክምና ኤች አይ ቪ/ኤድስ የያዘውን ሰው ዕድሜ ሊያራዝም ይችላል። ይህ የሚሆነው ግን የዕድሜ ማራዘሚያ መድኃኒትን በመስጠት ወይም ኤድስን ታኮ የሚመጣውን ሕመም በማከም ሊሆን ይችላል፤ ያም ሆነ ይህ ለኤድስ እስካሁን ሰው ሠራሽ መድኃኒት አልተገኘም። ብዙ ጊዜ አንድ ሰው ከዚህ ሕክምና በኋላ የመሻል ሁኔታ ሲሰማው፣ ተፈውሻለሁ ብሎ ያምናል፤ ግን አልተፈወሰም። ስለዚህ ሰዎች ከኤድስ እናድናለን በሚሉ አስመሳይ ሐኪሞች ተታልለው ገንዘባቸውን እንዳይጨርሱ ጥንቃቄ ሊያደርጉ ይገባል።

ኤድስ ያለበት ሰው ዕድሜውን ያራዝም ዘንድ በደንብ መብላትና በሽታ እንዳያገኘው መበረታታት አለበት። ሁለት ሰዎች በበሽታው ተይዘው ሳለ እርስ በርስ ወሲብ የሚፈጽሙ ከሆነ ዕድሜያቸውን ሊያሳጥሩ እንደሚችሉ አንዳንድ ማስረጃዎች ይጠቁማሉ፤ ቫይረሱ ከአንዱ ወደ ሌላው በተደጋጋሚ መተላለፉ አያሌ የCD4 (የሲዲ ፎር) ህዋሶችን ያወድማልና።

ኤች አይ ቪ ኤድስና የአባለዘር በሽታዎች (STD - Sexually Transmitted Diseases)

በወሲባዊ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች አንዳንድ ጊዜ ኤስ ቲ አይ ኤስ -STIs (Sexually Transmitted Infections) ወይም የአባለ ዘር በሽታ VD - Veneral Diseases ይባላሉ። የአባለ ዘር በሽታዎች መኖር የኤች አይ ቪ ከአንዱ ወደ ሌላው መተላለፍን (ይህም በወሲባዊ ግንኙነት የሚመጣ በሽታ ነው) ይበልጥ አይቀሬ ያደርጉታል። ይህም የሚሆነው እነዚህ በሽታዎች በሴት ብልትና በወንድ ብልት ላይ ከሚፈጥሩት ሕመም ወይም የቆዳ መቁጣት የተነሣ ነው። ኤድስ በፍጥነት እንደሚሠራጭ ሁሉ፣ ሌሎቹ በወሲባዊ ግንኙነት የሚመጡ በሽታዎችም በፍጥነት ይሠራጫሉ። ወደዚህ ምእት ዓመት የገባነው በወሲባዊ ግንኙነት እንደሚተላለፉ የታወቁትን 4 በሽታዎችን ይዘን ነው፤ በአሁኑ ጊዜ ግን ቢያንስ ቢያንስ 40! በሽታዎች አሉ። በጣም የታወቁትም ጨብጥ፣ ክላሚዲያ፣ ቂጥኝ፣ ትራይኮሞናስ፣ ብልት ላይ የሚወጣ ኪንታሮት፣ የቆዳ በሽታና የሄፒታይተስ ቢ በሽታ ናቸው።

ቀጥሎ ያሉት ምልክቶች አንድ ሰው በወሲባዊ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች ያሉበት መሆኑን ሊያሳዩ ይችላሉ

- በብልት ወይም በአፍ አካባቢ ዕብጠት፣ ቊስለና ኪንታሮት፤
- በብልት አካባቢ የማሳከክ ስሜት ወይም ሕመም፤
- በብልት አካባቢ የሚታይ ዕብጠት ወይም ቅላት፤
- ሽንት ሲሸና መለብለብ ወይም ማቃጠል፤
- ትኩሳት፣ ብርድ ብርድ ማለት፣ ፋታ የማይሰጥ ግን ቀለል ያለ ሕመም፣ የቆዳ ብጫ መሆን፤
- ከወንድ ወይም ከሴት ብልት የሚወጣ እንግዳ የሆነ ፈሳሽ ወይም ጠረን፤
- ከወር አበባ ሌላ ከሴት ብልት የሚፈስ ደም፤
- ወሲብ ሲፈጸም ሴቷ በብልቷ ውስጥ የሚሰማት ከባድ ሕመም፤
- በሴቶች ዳሌና ብልት መካከል የሚሰማ ዕረፍት የሚነሣ ሕመም።

ኮንዶም አንዳንድ በወሲባዊ ግንኙነት የሚመጡ በሽታዎችን በተወሰነ ጀረጃ ይከላከላል፤ ከቆዳ በሽታና ኪንታሮት ከመሳሰሉ ሌሎች በሽታዎች ግን አይከላከልም (HPV)። ብዙዎቹ የአባለ ዘር በሽታዎች በመድኃኒት ይድናሉ፤ ሳይዘገዩ ሕክምና በማድረግም ከበሽታው መዳን ይቻላል። የአባለ ዘር በሽታዎችን ወዲያውኑና ሙሉ በሙሉ መታከም አስፈላጊ ነው። ዛሬ ነገ የሚባል ከሆነ ለዘላቂ ችግር በተለይ ደግሞ መኻንነትን ሊያስከትል ለሚችል

ለዘር ማፍሪያ ብልቶች ችግር ይዳርጋል። ከማሕፀን ውጭም እርግዝና ሊከሠት ይችላል። ቂጥኝ እንደ ጀመረ ፈጥኖ ሕክምና ካልተደረገ በቀር የልብና የአእምሮ ሕመም የመሳሰሉ ከባድ ችግሮች ሊከተሉ ይችላሉ። የጨብጥ በሽታን ካልታከሙት በሕፃናት ላይ የዐይን ችግር ሊያመጣ ይችላል።

ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት ክፍል III ትምህርት 5ን ይመልከቱ

[በጸሐፊው ፈቃድ አገልግሎት ላይ የዋለ]