CUTA

Mai Karya Garkuwar Jiki

(HIV / AIDS)

SAUYA DABI'ARKA:
KATANGE KANKA KA HUTA

ADOLESCENT HEALTH & INFORMATION PROJECTS
AHIP
Enhancing Life
FOR YOUTH EMPOWERMENT

AIDS KO SIDA SHI NE RAUNI NA GARKUWAR JIKI

Ya kamata yanzu a samu cewa kowa ya san sunan kanjamau ko sida ko da za ka samu banbancin fahimta a kan mecece wannan lalura. A yanzu ba maganar da take zuwa kunnuwanmu a radio, talabijin, kasuwa, makaranta, kai har ma a makwabtakarmu kamar wannan kalmar. Balle ma cibiyar lafiyar da kake shan magani. Duk sanda muka ji an fadi wannan kalma, sai mu nesanta ta daga garemu muna zaton kai ai ba za mu kamu da ita ba, masu kamuwa da ita ba irin mu ba ne. Amma kuma ga shi miliyoyin mutane sun kamu da wannan cuta. Mafi yawa cikin su mata ne

Yan shekaru ba su fi biyu ba ne kamar a Nijeriya da sauran kasashen duniya suka fara gwada rigakafin wannan cuta. Za a yi shekaru da yawa a nan gaba kafin a tantance ingancinta. Tare da ita ne kuma aka fara gwada wani dafi a cikin robar matsowa mace tasa ko namiji yayin amfani da shi tare da kwararon roba domin wannan sinadari ya kashe wadannan kwayoyin cuta in an sadu da mai dauke da kwayoyin cutar. Shi ma wannan zai dade ana binciken shi..
Babu yadda za mu kiyaye kanmu daga kamuwar wannan cuta sai mun samu kyak kyawan bayani a kanta, mun kuma sanara da makusantan mu dangane da wannan cuta. Haka kuma nauyi ya hau kanmu mu da muka nemi sani mu sanar da abokan arzikinmu.

MENE NE AIDS, KUMA MENE NE HIV.

HIV yana nufin kwayar cuta (virus) wata abar halitta a cikin sauran masu haddasa cuta. Ita dai wannan kwayar cuta aba ce mai tsananin kankanta, wadda har mafi yawan ta baza su ganu da ido ba. A cikin masu kankantar ma itace mafi kankanta da baza ta ganu ba sai da mafi karfin tabaron masu kimiyya wanda yake amfani da lantarki. Wannan kwayar cutar ta musamman tana da hali na daban na keta domin ita bata fadawa jiki kuwa sai dai ta karya dukkan garkuwar da jikin dan Adam yak e da shi a raunane za ta ci gaba zuwa AIDS.

AIDS: shi ne mataki na biyu da jiki yake shiga a wannan lalura. Yayin da wannan kwayar cuta ta “virus” t agama raunana jiki sai ya zama dandalin cututtuka. Wanda a zamanin da babu “virus” din jikin yana da garkuwa ya fi karfinsu kuma shi amma saboda jami'an tsaron jiki sun mutu sun bar jiki ***bambar*** sai kowace karamar cuta ta shiga su taru su yi wa jiki wa kaci ka tashi. wannnan a takaice shi ne AIDS ko kuma kanjamau ko sida.
Wadannan kwayoyin cuta in sun shiga ciki suna daukan lokaci, suna raunana wadannan garkuwa ta jiki a hankali har sai jiki ya kasa kare kansa daga kowace irin cuta.

LOKACI MARAR TABBAS DANGANE DA KAMUWA DA KWAYAR CUTAR (HIV)

Akan sami bambanci tsakanin wannan mutum da wannan dangane da samun tabbas ko mutum ya kamu da wannan cuta. Bambancin ya fi yawa a tsakanin mata fiye da maza.

1. Mutum mai dauke da kwayar cutar idan ya tara da mace, matar za ta iya kamuwa daga wannan saduwar.
2. Bayan mako uku idan aka gwada matar zai a tarar cewa ba ta da alamun wannan cutar. To wannan lokaci ne ake kira lokaci mara tabbas. Amma duk da haka, wannan mata tana dauke da kwayar cutar, ita ma za ta iya bai wa wani.
3. Bayan mako tara kuma idan aka sake gwada ta gwajin zai nuna cewa tana dauke da wannan cutar.

4.		
Haduwa da cutar HIV ta yin jima'i	Lokaci mara tabbas na kamuwa da (HIV)	Gwajin da ke nuna cewa an kamu da cutar

Tsakanin lokacin da mai lafiya ya sadu da wanda ke dauke da cutar kuma bayan an gwada aka sami kwayoyin garkuwar jiki a cikin jinin shi ne ake kira lokaci mara tabbas, wato (window period) a turance.

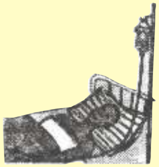
To, tun da yake wannan lokaci yakan kai har watu shida, zai fi kyau a dakata har zuwa wannan lokacin kafin a kara yin wani gwajin. Idan kuma mutum yana zaton cewa ya sadu da mai cutar (HIV) a cikin wannan lokacin, zai dace a sake yin wani gwajin har zuwa wasu watanni shidan.

Wadannan kwayoyin cuta masu suna HIV virus ana ganinsu a jiki ne idan aka auna jinin mace ko namiji mai dauke da kwayar. *Akwai wani dan takin lokaci na buya wanda* HIV virus su ke wanda idan an auna ba za a gansu ba. Wannan lokacin da jiki ya yi karo da virus ya kamu da su zuwa lokacin da za su ayyana a cikin jinin mai su.

HANYOYIN DA AKE KAMUWA DA SIDA (KANJAMAU)

Kwayar mutar karya garkuwar jikin dan Adam takan rayu ne a cikin ruwan da ke jikin mutum; su ne kamar jini da maniyyi da saurансu. Yayin da kwayar cutar ta shiga cikin wadannan ruwa'o'i na ruwa da ke jikin mutum, nan suke rayuwa, don haka idan aka yi amfani da su (body fluids) ta wadannan hanyoyi za a iya kamuwa:

1. Yin jima'i da wanda ke dauke da cutar



3. Yin karin jini da jinin wanda ba a tabbatar da cewa ba ya dauke da cutar ba.

2. Yin amfani da allura ko sirinji ko wani abin da kan fitar da jini da mai cutar ya yi amfani da shi.

4. Uwa mai dauke da cutar, kan iya haihuwar da mai irin wannan cuta idan har ta dauki ciki, ko lokacin da ta zo haihuwa ko kuma a lokacin da take shayar da jaririn.

5. Haduwar jinin mai wannan cuta da na mai lafiya ko da ta hanyar rauni ne (wato da a ce jinin mai wannan cuta zai zubo a cikin raunin mai lafiya ta wannan haduwar jini zai iya haddasa kamuwa da wannan cuta).

ALAMOMIN KANJAMAU

Akwai alamomi da yawa da sukan bayyana a jikin mai wannan lalura ta AIDS, amma alamomin sukan banbanta a kan mutane daban daban. Haka kuma sukan banbanta a mata a kan na maza. Bayan haka kuma, wadannan alamomi akan iya samunsu a cikin wasu cututtukan daban daban kuma su bayyana kamar na kanjamu din. Amma ba ita ba ce.

ALAMOMIN KANJAMU SUN HADA DA

- Yawan gudawa
- Kuraje da yawan kaikayi
- Tashin zuciya da amai
- Yawan tari an fi ganin busashshen tari

Rikirkicewar tunani da gushewar hankali da makamantansu. Wadannan kuma alamu akan iya samun su a sauran cututtuka da yawa.

Wasu daga ciki kuma dukkansu ba tare day a kasance kanjamau ba ne. Idan kanjamau ta shiga jikin mai kyakkyawan koshi na abinci mai kyau. Jiki yakan iya girgije wasu cututtukan su rusa tasiri kan jikin. A takaice idan mutum yana cin abinci mai kyau, zai fi lafiya da tsawon rai a cikin lalurar kanjamau.

KARE KANKA DA KAMUWA DA WANNAN CUTA TA KANJAMAU KO SIDA TA WADANNAN HANYOYIN

1. Kare kanka daga zina, ku jira sai kun yi aure kuma ku tsaya ga abokan zamanku kawai.
2. Inda aka samu shakkar lafiya a tsakanin abokan zama. Za a iya yin amfani da kwaroron roba har sai an tantance da lafiyar juna
3. Kiyayi yin amfani da abubuwan da suka fito da jini a jiki ko wani ruwa na jiki kamar reza, almakashi, wuka da allura har sai an dauki wani mataki na tsarkakewa tabbatacce. In allura ce kullum a kan kowane mutum a sake sabo.

4. Kada a yi Karin jini har sai an tantance da lafiyar wanda aka diba a bayyane a kuma rubuce. A cibiyar awo mai nagarta.
5. Kar a yadda a taba jinin wani ba tare da an kare kai da robar hannu ba.

A yi azamar gwada jini domin tantancewa da matakin da za a dauka.

A sake gwada jini bayan wata uku tare da katange kai domin a tabbatar ba a kamu cikin lokacin da bata bayyana bare a cikin jini.

RAYUWA MAI MA'ANA TARE DA KWAYOYIN CUTAR KANJAMAU

Mai wannan lalura a jiki yakan iya rayuwa ta tsawon fiye da shekara ashirin . ashe zai fi amfani da cewa ba a sami yawan rai marar amfani ba.

Za ka rayu kamar ba za ka mutu ba wajen neman ci gaban rayuwa da kyautatawa wajen yin aiki mai kyau. Ka kuma taimaka wa mutane, domin fiyayyen alheri a cikin mu shi ne wanda mutane suka fi amfanuwa da shi. Ka taimaka da lafiyar da Allah ya baka da basirar da ya baka, da kyawun halin da ya yi maka da kuma dukkan baiwar da ya yi maka.

Kiyayi tausayin kanka, wannan shi yake kawo damuwar da take kawo hadiyar zuciya mutum ya ga gara ma ya mutu ya huta. Mutuwa ba shiri kuwa ba hutu ba ne. Karin kwana daya

zai iya kasancewa Karin wata rahamar, kiyaye ka yi aiki mai kyau da kyakkyawar niyya a kullum don rayuwar kowace rana ta zama riba a gareka. Haka kuma ba za ta samu ba sai an san tawakkali da imani da kaddara da kyakkyawan natsuwa.

Za a samu Karin gamsuwa idan aka shiga kungiyoyi na tallabi kamar Copop ko Hope Initiative a kano. Duba taka makwabtakar ka ga wadansu irin su da za a gudu tare a tsira tare. Hada kai da wadanda suka san ciwonka da mutuncin ka. Domin idan ka kasance tare da wadannan kungiyoyi kullum sai ka ga kamar kai wannan lalura ma bai wa ce a wajen ka. Kuma in an duba da kyau sai a ga za ta iya zama baiwar saboda ta kan iya sa wa ka kusanci rayuwa.

Ka tabbatar yayuwarka ta yi maana da amfani duniya da lahira domin kai kana ganin kamar an takaita maka rayuwa. Ko daya ke dukkanmu ajali ya na kan mu.

Daga ka ga yar cuta karama ka dauki mataki don kada ta habaka, zai fi alheri ka yi amfani da magunguna, yan dabaru na gida ka sami waraka da wuri ga misali idan ka fara:
Gudawa:- hadiyi yayan gwanda kwaya hudu (4) sannan da safe 2 da yamma 2. kwana uku gudawa za ta tsaya.
Ko ka yi amfani da ganyen mangwaro.
Asha ruwan gishiri da sikari.
Tari da mura: lemon tsami da zuma cokali 1 safe da yamma.
Kurajen gaba da kaikayin gaba:- a nika tafarnuwa a shafa a kai sai su washe.
Ci abinci mai kyau mai gina jiki idan ana cin mai kyau sai ta dade ba ta ratsa ka ba.
Kiyaye kan ka daga sharrin taba da shaye-shayen giya, da ganye da makamantansu.
Kiyaye kanka daga yawace-yawace. Tsaya ga matarka idan ba ka jiba sai abubuwa su tabarbare ma ka.
A tsaftace jiki da muhalli a kodayaushe.

Dan karin bayani, ka tuntubi

Babban Ofishinmu
Gidan AHIP,, Gida mai Lamba 270/271, kan titin Maiduguri,
Akwatin gidan waya, 12846, Kano Nigeria
Tarho:064-667286, sakon karta kwana (234) 064-663193
Sakon yanar gizo : youngpeople@ahipnig.org
Adireshin yanar gizo: www. Ahipnigeria.org

Wannan Shiri ne daga: Kungiyar samar da bayanai don kyautataLafiyar Matasa, (AHIP)

CUTUTTUKAN

da ake kamuwa da su ta HANYAR YIN JIMA'I

ADOLESCENT HEALTH & INFORMATION PROJECTS

AHIP

Enhancing Life

FOR YOUTH EMPOWERMENT

Daina Dabi'un da za su iya kau ka ga Halaka

CUTUTTUKAN DA AKE KAMUWA DA SU TA HANYAR YIN JIMA'I

YAYA SUKE: Cututtukan da ake kamuwa ko ake dauke ta hanyar jima'I, cututtuka ne da kan yadu daga jikin mara lafiya zuwa jikin mai lafiya ta hanyar saduwa, wato jima'i. Idan aka kyale wannan cuta ba tare da an yi magani ba da wuri ta kan haifar da rashin haihuwa da matsanancin ciwo da rashin lafiya da kuma mutuwa. Misalin wadan nan cututtuka, sun hada da ciwon sanyi (gonoriya), da tunjere (sifilis) da ciwon kandidaisis da ciwon Herpes da kuma cutar Kanjamau.

YADDA AKE KAMUWA : Akan kamuwa da wadannan cututtukan ta wadannan hanyoyi:

1. Ta hanyar jima'i tare da wanda da ke dauke da cutar
2. Ta hanyar tsotson bakin mai cutar ko tsotson farjin ko zakarin mai cutar, (amma wannan ya shafi cutar Herpes, Cutar Herpes ta baki ne kawai)

KWANAKI NAWA CUTAR KAN DAUKA KAFIN TA BAYYANA ?

Yawancin wadannan cututtukan sun bambamta da juna saboda haka alamominsu ma sun bambamta.
Wadansu kan dauki kwanaki biyu (2) ko fiye kafin su bayyana, bayan kamuwa da su.

YADDA ZA AYI MAGANIN WADAN NAN CUTUTTUKA

- Zuwa wurin shan magani shine abin daya dace ga mai cutar ko wanda ya fara ganin alamomin cutar, domin a duba shi a tabbatar masa da cewa yana dauke ko baya dauke da cutar.
- Kada kayi kokarin yiwa kanka maganin cutar ba tare da neman shawarar likita ba.
- Ya dace ka sanar kuma ka baiwa abokan ka shawara cewa su je wajan likita domin ya duba su don tabbatar musu cewa basu kamu ba, idan kuma sun kamu, ayi musu magani.
- Kayi amfani da maganin da likita ya rubuta maka da irin yadda ya dace.
- Kada ka yi jima'I har sai likita ya tabbatar maka da cewa ka warke sosai
- Kada ka yi jima'I a lokacin da kake 'karbar magani, idan kuma har ya zama dole, to ka yi amfani da kwaroron roba, domin kare iyalin ka daga kamuwa da cutar.

<u>CUTAR KANJAMAU</u>

Cutar kanjamau ta kan shige cikin jinni da sauran ruwan jikin dan adam ta hanyar tarawa da wanda ya kamu da ita tun

farko. Alamominta sun hada da yawan gajiya ko kasala da kumburin 'gabobi da zazzabi da yawan zufa da rama da tari da kuma gudawa.

Kwayar cutar tana karya garkuwar jikin dan adam, ta kan shiga cikin jini ne, sannan bayan ya kashe kwayoyin garkuwar jikin sai jikin wanda ya kamu da wannan cutar ya zama bashi da karfin da zai yi yaki da kowacce irin cuta, sai cutar ta bayyana. Wannan yakan faru ne ta hanyar yin jima'I tare da mutumin da yake dauke da wannan cuta, ko kuma ta hanyar yin allura da sirinjin da mai cutar yayi amfani da shi. Haka macen da ke dauke da wannan cuta, zata iya harbin 'dan da zata Haifa idan ta 'dauki ciki. Wadanda kuma ke kan hatsarin kamuwa da wannan cuta sune: 'yan kwaya da abokan jimain su, da kuma mutanen da ke yin jimai barkatai da masu neman maza. Har yanzu wannan cuta ba ta da magani.

CIWON HAPIS

Wannan shima ciwon jimai ne da kan bayyana bayan mutum ya kamu da shi a kwanaki biyu zuwa kwanaki goma sha hudu. Yanayi da alamun wannan ciwo ya kunshi: fitowar tabo ko kuraje a matancin mace ko mazakutar na miji. A wani lokacin kuma akan ga alamun zazzabi bayan kurajen su fashe sukan yi ciwo, musamman idan fitsari ya taba wajen. Haka kuma koda kurajen sun warke, kwayar cutar tana cikin jiki, don haka a kowanne lokaci zasu iya dawowa batare da masaniya ba. Yaduwar wannan cutar ta hanyar jimai ta fi sauri idan su wadan nan kurajen sun bayyana.

Kurajen mashashshara suma wasu nau'I ne na cutar Hapis, don haka mai irin wadannan kuraje a bikinsa ko a leben sa, ya dace ya gujewa ko wane irin yanayi na jima'I kamar tsotson baki (Kis, sumbar baki) ko farji ko zakari domin gujewa kamuwa da wannan cutar ga wanda aka yiwa Kis ko sumbar baka 'din. Mace mai juna biyu da ke dauke da wannan cuta a matancin ta, ya dace ta sanar wa likita domin kare lafiyar 'dan da ta ke dauke da shi. Rashin yin haka kan janyo matsananciyar rashin lafiyar jariri ko mutuwar jaririn. Babu wani magani da kan wakar da wannan cutar. Amma akwai magungunan da kan taimaka wajen maganin alamomin ciwon.

CUTAR HANTA

Wannan cuta ce da ke addabar hanta kuma cuta ce da kwayar bairus kan haddasar da ita, wannan kwayar cutar tana zama ne a cikin yawu da ruwan hallita da ke jikin mutumim daya kamu da ita, wanda kan yadu ta hanyar jima'I ko ta hanyar amfani da allura guda tare da wanda ke dauke da cutar. Alamominta sun kunshi kasala da rashin socin abinci da zazzabi da kumallo, da ciwon gabobi da kuraje da sauyawar kalar jiki da sauyawar kalar idanu. Likitoci kan rubutawa mutanen da ke dauke da wannan cutar hutu mafi yawan mara sa lafiya kan samu sauki bayan wannan hutu amma wasu kuwa kan dauki dogon lokaci kafin wannan cuta ta warke , don haka zasu iya harbin wani da ita ta hanyar jima'I ko ta hanyar amfani da allura guda da mai cutar yayi amfani da ita. Akan yi rigakafi kafin wannan cuta ga wadanda ake zatan cewa sun a kan hatsarin kamuwa da ita.

CIWON SIFILIS (TINJERE)

Akan kamu ne da wannan cuta ta hanyar shigar kwayar cutar cikin jinni a lokacin jima'I kuma ta kan farwa dukkan sassan jiki. Bayan kamuwa da wannan a cikin kwanaki goma ko kwanaki casa'in (10-90) kurajen kan fito akan ko a gefen matunci ko mazakuta, ko a mara ko acikin baki. Kurajen basu da zafi, don wani lokacinma a kan dauka cewa kurajen barni da mugu ne ko kurajen sanyi, wato mushashshara sukan warke a cikin mako biyu zuwa mako uku amma yawancin kurajen sukan biyo baya da zazzabi da ciwon kai da kumburin gabobi da ciwon makogwaro da kurajen baki.

Sifilis, akan yi maganinsa da maganin kuraje amma babu maganin da zai kawar da illar da cutar ta haifar a jikin mutum. Rashin yin maganin wannan cuta akan lokacin kan jawo makanta da cutar zuciya da 'tabuwa. Dangane da mai juna biyu kuwa, rashin maganin wannan cuta kan jawo mata haihuwa 'da mara cikkakiyar hallita ko kuma mutuwar jariri tun ba a haife shi ba. Don haka ya dace ga mace mai dauke da wannan cuta da ta je asibiti domin a gwada jininta atabbartar cewa bata dauke da wannan cuta.

CIWON GONORIYA (CIWON SANYI)

Wannan cuta, wata kwayar hallita ce wanda a ke kira bakteriya da ke haddasa ta. Yadda take yaduwa shine ta hanyar yin jima'i daga mai dauke da ita zuwa ga mai lafiya. Ga na miji ta kan far wa mafitsarar azzakarin mutum, ga mace kuma ta kan kama wuyar mahaifar ta a cikin matuncinta da mara da kuma makogwaro.

Illar wannan cuta ga maza shine ta kan ha'far da matsananciyar wahalan yin fitsari, sannan yakan fidda wani ruwa daga azzakarinsa. Dangane da mata kuwa ba safai akan gane alamomin ta ba har sai an yi gwaji a asibiti za a tabbatar. Rashin yin maganin wannan cuta a kan lokaci yakan haddasar da rashin haihuwa ga mata har ga maza haka dangane da mata wannan kan iya jawo wasu cututtuka kamar ciwon mara da zazzabi da kuma sa mace yin bari da kuma rashin haihuwa.

CIWON KILAMIDIYA
(KILAMIDIYA-SABITATIS)

Wannan ciwon matunci ne dakan addabi mata. Cuta ce dake kumburewar wuya mahaifar mace. Akan dauki wannan cuta ne ta hanyar jima'i. alamun wannan cuta ga mata basu da wani tasiri, to amma idan sun bayyana sukan sa fitar ruwa daga farjin mace, rashin yin maganin cutar akan lokaci kan haifar da ciwo mai tsanani da kuma zazzabi da rashin samun haihuwa. Jariran da uwarsu ke dauke da wannan cuta kan iya kamuwa da ciwon ido da kumburewar huhu.

CIWON NON-GONOKOKKALURE THRISTS
(NGU) (MAI KAMA DA CIWON SANYI)

Wannan cuta ce da kan shafi mafitsara, ta kan haddasar da ciwo ko zafi yayin fitar fitsari ga namiji. Wannan cutar ba ciwon sanyi ba ne, ko da ya ke suna da alamu iri daya. Yawanci lokatai cutar kilamidiya ita kan jawo wannan cuta kuma za a iya daukanta toyin jima'I da mai cuta. Alamomin wannan cuta mafi yawan lokatai, basu da illa ko rikitarwa ta yadda mai dauke da cutar ba zai iya zatan yana da wannan cuta ba.

CIWON VENERAL WARTS
(TUSAR JAKI TA GABA)

Wannan ciwon kwayar hallitar bairus ita ke haddasa ta. Wannan kwayar hallita ita kan zauna a cikin mazakutan namiji ko matuncin mace har tsawon watannia uku idan kananan kuraje ne aka yi maganinsu ta hanyar shafa magani a kansu. To amma idan sun yi girma to zasu yadu su yi girma da har sai anyi tiyatar su. Haka kuma sukan yi jinni da kuma ciwo ko radadi mai tsanani.

Don haka wanda matarsa ke dauke da wannan cuta ko namijin da ke dauke da ita, ana zaton cewa shima ko ita ma na dauke da wajen kashi sittin daga cikin dari na cutar. Don haka ana shawartarsu dasu je a gwada shi ko ita a asibiti duk shekara domin gujewa kamuwa da cutar sankarau ta mahaifa.

CIWON VAGINITIS
(CIWON MATUNCI)

Wanna cuta ce dake kumbura matumcin 'ya mace, wata kwayar hallita ce da ke haddasawa ta hanyar jima'i. Biyu daga cikin ire-iren wannan cuta da suka fi yawa sune:

1. Ta farko ita ake kira “Trichomonal Baginitis”. Yadda alamominta suke , sun hada da fitar ruwan kurji mai wari da kaikayi da kuma rurewa ko kodewar fatar wurin da kuma jin zafi yayin jima'i. Irin wannan cuta amafin yawan lokatai akan yi maganinta. Don haka ya dace da mai cutar ya tumtubi likita. Idan har aka sake, cutar kan iya illa ga mahaifar mai wannar cuta. Namijin da ya yi jima'I da mai cutar na iya kamuwa da cutar mafisara.;
2. kashi na biyu na wannan cuta ita ake kira da turanci (Yeast Baginitis). Haka kuma ana kiranta da suna (Candidiasis) ko (Monilla). Kwayar cutar da ke haifar da ita ana kiran ta (Fungus), wande ke zama a jikin 'dan adam. Mace da ta kamu da wannan cuta, takan fitar da farin ruwa mai kama da cukwui, yakan sa kai ka yi da rurewar matuncin mai hana barci. Mafi yawan lokatai akan yi maganin wannan ciwo ne da maganin kuraje na shafawa.

FADAKARWA:

Zai iya kasancewa mutum ya kamu da nau'o'in irin cututtukan jima'i fiye da guda daya a lokaci guda, haka kuma zai iya kasancewa mutum ya sake kamuwa da ciwon jima'I ko da ya warke.

Daukar dogon lokaci kafin ka nemi maganin ciwon zai iya jawo babbar illa ga lafiyar ka. Idan ka zaci cewa ka samu daya daga cikin wadannan cututtukan na jima'I, ya dace ka ziyarci likita ko wuraren shan magani cikin sauri.

Idan har ka samu daya daga cikin wadannan cututtukan, ya dace ka kai matarka domin a gwada lafiyarta, kuma a yi muku magani tare don gudun sake harbin juna da cutar.

Dan karin bayani, ka tuntubi

Babban Ofishinmu
Gidan AHIP,, Gida mai Lamba 270/271, kan titin Maiduguri,
Akwatin gidan waya, 12846, Kano Nigeria
Tarho:064-667286, sakon karta kwana (234) 064-663193
Sakon yanar gizo : youngpeople@ahipnig.org
Adireshin yanar gizo: www. Ahipnigeria.org

Wannan Shiri ne daga: Kungiyar samar da bayanai don kyautataLafiyar Matasa, (AHIP)