Swahili

Je, ulijua?

Kaswende inaweza kuathiri kila mtu.

Kaswende ni maambukizo makubwa ya zinaa (STI) ambayo yanaambukizwa kutoka mtu mmoja kwenda kwa mwingine wakati wa kujamiana.

Huenda usiwe na dalili zozote

Watu wengine wanaweza wasijisikie kuwa wanaumwa au hawajui kuwa wana kaswende.

Angalia kama una vidonda au donda, upele, maumivu ya misuli na ya viungo, maumivu ya kichwa na uchovu.

Pata kipimo mara kwa mara

Omba daktari yako au tembelea kituo cha kimatibabu kupata kipimo kamili cha STI ambacho kinajumuisha kaswende.

Ikiwa umejamiana au umefanya ngono ya mdomo bila kondomu pata kipimo cha STI. Hakuna aibu katika kupimwa.

Matibabu

Matibabu ni rahisi – dawa huondoa maambukizo.

Mwambie mpenzi wako ili naye aweze kupimwa na kutibiwa. Hii itazuia kaswende kurudi kwako au kusambaza kwa wengine.

Kaa salama

Fanya ngono salama – kila wakati tumia kondomu yenye vilainishi vyenye maji au vya silikoni.

Ikiwa hujisikii vizuri kuwasiliana na wapenzi wewe mwenyewe, unaweza kutembelea kwa **www.letthemknow.org.au** ili kupata ushauri au zungumza na daktari yako.

Kuzungumza na muuguzi aliyefunzwa

Piga simu kwa Simu ya Maelezo ya Afya ya Kingono (SHIL) kwa **1800 451 624** Jumatatu hadi Ijumaa (Monday-Friday) Saa 3.00 asubuhi hadi Saa11.30 jioni (9:00am to 5:30pm).

Piga simu kwa **131 450** ili kuzungumza katika lugha yako. Inapatikana siku 7, masaa 24.

Tembelea tovuti kwa **www.shil.nsw.gov.au**

Changanua msimbo wa QR ili kujua zaidi kuhusu kaswende.

MULTICULTURAL HIV & HEPATITIS SERVICE

Wilaya ya Afya ya Mahali ya Sydney ya Kusini Magharibi
Huduma ya Kukuza Afya

NSW GOVERNMENT