

**Fahasoavana,  
Fandraisana an- tànana sy  
Fanamarinana**

**Taridalana momba ny Tsimok'aretina VIH sy  
ny Sida**

**Fiangonana Loterana Malagasy**

# **Tenin'ny Filohan'ny FLM**

# Fanoroam-pejy

<b>Tenin'ny Filohan'ny FLM.....</b>	<b>1</b>
<b>Fanoroam-pejy.....</b>	<b>2</b>
<b>Fanolorana.....</b>	<b>3</b>
<b>Fampidirana.....</b>	<b>4</b>
<b>Fizarana voalohany: Ny zava-misy ara-pahasalamana sy ny fomba fisorohana.....</b>	<b>8</b>
Inona no atao hoe VIH sy Sida.....	
Ahoana ny fomba anafihan'ny tsimok'aretina VIH ny sela CD4?.....	
Ahoana ny fomba fifindran'ny tsimok'aretina VIH?.....	
Ny mahasamihafa ny VIH sy Sida.....	
Ny ambaratongam-pivoaran'ny tsimok'aretina VIH.....	
Ny ambaratongam-pivoaran'ny Sida.....	
Ny fomba famantarana fa mitondra ny tsimok'aretina VIH ny olona iray.....	
Ny fanafody ARV.....	
Ny fisorohana ny HIV.....	
Tari-kevitra ho an'ity fizarana ity.....	
<b>Fizarana faharoa: Ny miralenta, ny fananahana ary ny filazana ny marina.....</b>	
Ny vehivavy, ny tovovavy sy ny VIH sy ny Sida.....	
Ny mahalahy sy ny mahavavy.....	
Ny filazana ny marina momba ny firaisana ara-nofo.....	
Tari-kevitra ho an'ity fizarana ity.....	
<b>Fizarana fahatelo: Ny famaliana ireo fanontaniana mipetraka momba ny finoana.....</b>	
Inona no nataon'i Jesosy?.....	
Toa an'iza moa Andriamanitra?.....	
Ny olombelona mifandray amin'Andriamanitra.....	
Inona ary ny fahotana?.....	
Eo anatrehan'ny fijaliana, ny faniriana ny fahasitranana.....	
Inona no ato hoe fahasitranana.....	
Inona ary no mahamarina antsika eo anatrehan'Andriamanitra?.....	
Inona no heverin'ny olona?.....	
<b>Fizarana fahaefatra: Ny ministeran'ny fiahiana sy dinidinika manokana.....</b>	
Ny fiahiana sy ny dinidinika manokana amin'ny sehatry ny VIH sy Sida.....	
Tsy maintsy toherina ny fanilikilihana sy fanavakavahana.....	
Ny mahazava-dehibe ny fanaovana fitiliana.....	
Ny fampiasana sy ny fiankinan-doha amin'ny zava-mahadomelina.....	
Ny fomba fiainana samihafa ny maha-lahy sy mah-vavy.....	
Mila dinihina indray mandeha ny fomba amam-panao.....	
Ny fitokana-monina.....	
Ny henatra sy ny fanamelohan-tena.....	
Nahoana no tonga amiko izao.....	
Azo anaovana dinidinika manokana sy fiahiana ny fotoam-pandevenana.....	
Traikefa sy fahaiza-manao vitsivitsy ho entina manatanteraka dinidinika manokana.....	
Ny fampaherezana ara-panahy ho an'ireo izay miahya.....	
Tari-kevitra ho an'ity fizarana ity.....	

**Fizarana fahadimy: Ny fiahiana ao an-tokantrano.....**

- Ny andraikitra fototry ny mpikarakara.....
- Ny tombony amin'ny fiahiana ao an- tokantrano.....
- Ny fikarakarana ao an-tokantrano manoloana ny trangan'aretina ao amin'ny OMTVIH.....
- Ny fihinanana sakafy ara-pahasalamana.....
- Ny fiahiana ny OMTVIH zaza sy tanora.....
- Ny fitandremana ho an'ny mpikarakara.....
- Ny fiahiana ho an'ny efa ambavahaona.....
- Tahirin-kevitra ho an'ity fizarana ity.....

**Fizarana fahaenina: Ny fisoloam-bava.....**

- Mivavaha, miaraha-mamindra ary miova toetra.....
- Fanovana ny fitsipi-pandaminana sy fomba fiasa.....
- Fisoloam-bava amin'ny alàlan'ny fampitam-baovao.....
- Fantaro ny andraikitra fototry ny Fanjakana.....
- Ny fihaonana amin'ireo olona afaka manova zavatra.....
- Ny fandraisana anjara amin'ny tambazotra iraisam-pirenena sy ireo fikambanana mikendry fanovana
- Fehin-kevitra: Aiza no ametrhana ny fanantenantsika.....
- Tahirin-kevitra ho an'ity fizarana ity.....

**Tovana.....**

- Tovana 1: Ny ambaratongam-pivoaran'ny VIH ao amin'ny olon-dehibe sy tanora.....
- Tovana 2: Ny fanafody ARV (Antirétroviral).....
- Tovana 3: Ny tahirin-kevitra voarakitra ao amin'ny Baiboly ho amin'ny asa fitoriana amin'ny alàlan'ny fiahiana.....
- Tovana 4: Ny fahasorenana sy ny harerahan'ny olona mpikarakara.....
- Tovana 5: Tahirin-kevitra fanampiny azo vakina.....

# Fanolorana

Efa hatramin'ny 1980 no niatrehana ny Fiombonan'ny Fiangonana Loterana Eran-Tany (FFLET) ny olana ateraky ny VIH sy Sida.

Tamin'ny taona 2002 no natomboka naely sy nampiharina ilay drafitr'asa novokarin'ny FFLET (raha adika malalaka): ny fanatrehan'ny fiangonana ny VIH sy Sida: hatsaram-panahy, fiovana (toetra, toetsaina, fijery), fiahiana.

Natao fanamby ny fiatrehana ny ady amin'ny VIH sy Sida amin'ny drafitr'asan'ny FFLET.

Hitohy foana ny hanaovana izany ady izany ho fanamby eo anivon'ny mpikambana FFLET.

Mitombo hatrany ny fahavitrihan'ireo mpikambana ao amin'ny FFLET mandray anjara amin'ny fiatrehana ny ady amin'ny VIH sy Sida. Nisy ny fivoriana natao tany Afrika, Azia, Eropa, ary Amerika Latina mikasika izany. Zava-dehibe sy maika tokoa ny fandraisana fepetra fisorohana mba hiarovana ny ain'olona.

Amin'ny maha mpikambana antsika ao amin'ny FFLET dia miharihary fa ilaina ny fampitoviana ny fomba fijery teolojika sy pastoraly eo anivon'ny ezaka atao amin'ny fanatrehana ny Olona Miaina Miarakana amin'ny VIH (OMMVIH). Voarakitra amin'ity boky ity ny fisorohana, ny fitsaboana, ny fikarakarana ao an-tokantrano ary ny torohevitra samihafa.

Fantatray fa mbola betsaka ny azo lazaina momba ireo voalaza ireo sy lafiny hafa koa mahakasika ity areti-mandoza ity. Mikasa ny hanampy sy hanatsara izay voalaza ao anatin'ity torolàlana ity izahay ary hamokatra fitaovana vaovao any aoriana any.

Fiaraha-miasa sy fandraisan'anjara mavitrika nataon'ny olona maro no nahazoana namokatra izao boky izao. Ao anatin'izany ny fivoriana teolojika tamin'ny desambra 2005 natao tamin'ny toerana iray tsy lavitr'i Lausanne Suisse. Tao koa ny fivorian'ny tompon'andraikitra eo amin'ny fiangonana, mpitsabo, mpitsabo mpanampy, mpanao asa soa, mpanolotsaina ary olona hafa manao izany asa lehibe izany tao Nairobi Kenya tamin'ny jona 2006. Ireo rehetra ireo dia samy nandray anjara avokoa amin'ny fizarana rehetra amin'ity torolàlana ity. Ny fanoratana sy fanaovana printy ity torolàlana ity dia notontosain'ny komity manokana. Ankasitrahana avokoa ireo olona rehetra nandray anjara tamin'ny fanatanterahana ity asa ity.

Manantena izahay fa ho fitaovana fanovozan-kevitra mahomby ity, ka tsy ny Fiangonana Loterana sy ny soritr'asa ao aminy ihany no hahita tombontsoa amin'ity fa mba hanampy ireo fiangonana hafa ihany koa. Na dia voasoratra mazava aza fa ny maha kristiana no fototra iaingana, dia maro koa ireo fomba fijery sy toro-hevitra voasoratra ato no mifanaraka amin'ireo fomba fijerin'ny finoana hafa sy ny an'ireo fikambanana tsy miankina amin'ny fiangonana. Fandraisan'ny Loterana anjara amin'ny ezaka ekiomenika sy iraisam-pinoana amin'izao fotoana izao izany.

Ny FFLET dia manamafy hatrany ny fiaraha-miasa amin'ny ekiomenisma, amin'ny finoana hafa, amin'ny fitondram-panjakana, amin'ny fiarahamonim-pirenena (Société civile), ary mpiara-miombon'antoka.

**Fampidirana:**

**Nahoana no tsy maintsy mirotsaka an-tsehatra  
ny fiangonana tsirairay?**

Tsy azontsika odian-tsy fantatra ny fiantraikan'ny VIH sy Sida eto amin'izao tontolo misy antsika. Voakasika ity areti-mandoza ity avokoa ny fiarahamonina misy antsika, ny fianakaviansika, ny fiangonantsika, ny namantsika ary ny tenantsika koa indrindra ho an' izay nifindran'ny VIH sy Sida na mifandray amin' olona voan'izany. Efa hitantsika na niainantsika ny tahotra sy ny fijaliana ateraky ny fisintahana sy fanilikilihana ireo OMMVIH sy Sida. Mety ho nanampy ireo matin'ny Sida isika, ary mety ho natahotra hanao izany, mety nangina isika na tsy nanambara ny tena antony nahafatesany. Antenaina anefa fa novangian'ny fahalemem-panahy ny fonsika mba hanatona ary hanampy ireo izay mitondra'io tsimok'aretina io. Mety ho efa nanao fanentanana ho azy ireo ihany koa isika mba hahazoany ny fanafody sy ny fikarakarana ilainy sy fanentanana momba ny fisorohana mba hiarovana ny ain'ny hafa.

« Natahotra ny handeha hivavaka aho satria natahorako ny fitsaran'Andriamanitra. Ary natahotra ny fijery sy ny fitsaran'ny olona. Kanefa nandeha niangona ihany aho... ary tsy nisy niseho mihintsy ireo zavatra ireo. Tsy nisy nanao fijery hafahafa. Tsy nisy nikisaka na niala ny dabilio raha nipetraka aho. Niarahaba ary namihina ahy avokoa ny olona teo. Ary teo dia tsapako fa tia ahy Jesosy. »

ELCA News Service  
22 Novambra 2006

Maro ny antony mahatonga ny olona avy amin'ny antokom-pivavahana hirotsaka antsehatra amin'ity asa ity. Zava-dehibe ny fiaraha-miasa amin'ny olona tsy mitovy finoana:

Kanefa na dia eo aza izany dia efa zava-dehibe ny filazana mazava ny antony andraisana anjara amin'ny asa amin'ny maha Fiangonana eo an-toerana sy fikambanana miankina amin'ny Fiangonana. Indrindra fa misy izany toe-javatra izany noho isika antsoin'Andriamanitra ho fiarahamonina manisa ny rehetra ho anisany mahazo fahasoavana avy amin'Andriamanitra, araka izay efa fantantsika ao amin'i Jesosy Kristy.

Ny Kristiana Loterana dia mahafantatra fa ao amin'ny fiangonana no itoriana ny tenin'Andriamanitra sy ny fanomezana anolorana marina ny sakramenta. Tonga nandray fahasoavana sy famindram-po ary fiainana vaovao isika ary mahatsapa ihany koa ireo zavatra mbola mamatopatotra antsika amin'ny fahotana. Lasa azo tsapain-tanana sy azo andramana amin'ny vava amin'ny alalan'ny mofo sy divay ao amin'ny fanasan'ny Tompo ny fahasoavan'Andriamanitra. Eo no andraisantsika ny firaisana amin'Andriamanitra mahavonjy sy manasitrana. Mahazo hery isika, omena tanjaka ary ovaina ho vatatenan'i Jesosy eo amin'izao tontolo izao. Manasa antsika ho eo amin'ny Latabatry Kristy; ny vita batisa rehetra dia voaasa avokoa. Tsy toy ny fomba amam-panao eto amin'izao tontolo izao izay manavakavaka ny olona araka ny toerana fiaviany na ny asa ataony ny Fanasan'ny Tompo, fa samy raisina avokoa izay mino rehetra.

Ny fiangonana dia efa natao voafaritra ho mpifanandrana amin'ny fiarahamonina noho ny fandraisany ireo olona ailiky ny fiarahamonina ao aminy misy azy. Eo anivon'ny osa sy ny ory no ahitana Ilay Andriamanitra voahombo. Mihaona amin'i Kristy nitsangana tamin'ny maty isika ao amin'ny fanapahana famakiana ny mofo (Lio. 14:13-53), ary voavolavola tonga iray aminy ho iray. Manjary iray amin'ireo izay mety hoheverina fa "maloto", "mampatahotra", na "afabaraka" na manalabaraka.

Tafaray amin'ny tenan'i Kristy Voaisa anatin'ny vatatenan'i Krity isika amin'ny alalan'ny batisa. An'i Kristy isika ary noho izany dia mpihavana amin'ny alalany, mpirahalavy sy mpirahavavy ao amin'i Kristy. Na miaina miaraka amin'ny VIH sy Sida sy ny manodidina azy ; na tsy miara-miaina amin'izany, dia samy anisan'ny tena iray ary mifandray ao anaty fandraisana iray. Araka izany ny tenan'i Kristy dia *ahitana ny VIH sy Sida*. Kristy dia eo anilantsika amin'ny fandraisana; voaantso ho eo anilan'ireo mizaka sy miara-miaina amin'ny tsimok' aretina VIH sy Sida isika.

Fa nahoana no tsy afa-mijoro ho fanasina sy fahazavana ao anatrehan'ireny toe-javatra ireny ny fiangonana maro? Noho ny tsy fahafantarana ve? sa noho ny tahotra? Noho izay zavatra henontsika na nampianarina antsika taloha ve? sa efa tototra loatra ny Fiangonana? Nahoana no ela vao mihetsika ny Fiangonana maninona no maro ireo fiangonana tsy afaka nanatanteraka ny asa maha « fanasina » sy « fahazavana » teo anatrehan'ireto toe-javatra ireto? Ny tsy fahafantarana ve no mahatonga izany? Noho ny fampianarana sy ireo zavatra re tany aloha tany ve? Sa mahatsapa tena ho tsy afa-manohitra ve ny fiangonana? Inona no mahatonga ny fiangonana mampiangandry ny famaliana?

Ny diakonia (fanompoana) dia anisan'ny fototry ny vatatenan'I Kristy.momban'ny maha- izy azy ny tenan'i Kristy. Fomba fihetsiky ny fiangonana io, fomba ijoroany vavolombelona amin'izao tontolo izao: mitady amin'ny fahalemem-panahy ny ho eo anilan'ny ory sy hanampy azy, indrindra fa ireo miara-miaina amin'ny VIH sy Sida, ary ny miara miasa sy manohana azy ireo. Ny fitiavana tsy manampetran'i Kristy dia "toetra fototry ny diakonia miaramiaina, miara-mandeha, mifampikasika, mamantatra, mifampizara, mifampiahy ary miara mitolona." Anisan'izany koa ny fiantsoan'ny fiangonana haminany mba hikendry izay anarahana ny marina, ny fitovian'ny zo ary ny fanavotana ho an'ireo miaramiaina amin'ny VIH sy Sida sy voakasika izany. Tokony ho toerana ahazoana fampaherazana arapanahy sy fanasitranana ara-piaraha-monina ny fiangonana, toerana izay mitory fanantenana ho an'ny ho avy ary miaina izany.

Araka ny fiantsoany ho amin'ny diakonia, dia efa nanampy ireo voan'ny aretina maro samihafa ny fiangonana hatramin' izay. Kanefa, maninona moa no mbola maro ireo fiangonana misalasala ny hanao izany manoloana ny fisian'ny VIH sy Sida? Matetika eto dia ny fiangonana sy ny kristiana no olona, indrindra indrindra rehefa manavakavaka ny fomba amam-pihetsiny, ka manilika ireo voakasika sy voan'ny VIH sy Sida.

Mampalahelo fa matetika dia ao am-piangonana no iatrehan'ny olona izany fanavakavahana, fanilikiliana na fandroahana an-kolaka izany. Misy ireo izay tsy navela handray intsony, na handray amin'ny kapoaka fandraisana iray. Araka ny tenin'i Paoly, ny fiangonana dia vatatenan'I Kristy. Kanefa, araka ny nolazain'ity olona iray izay efa matin'ny VIH sy Sida ity: "Toa tsapako indraindray fa misy ireo izay toy...ny nify, ary izaho kosa anefa toa anisan'ny loto izay tian'ny vatana havoaka." Zava-mahamenatra izany fa voaantso hijoro vavolombelana sy hiaina ny fitiavana tsy manampetran' Andriamanitra ny kristiana araka izay efa voambara ao amin'i Kristy.

Ity boky kely ity dia mikendry ny hanampy ny olona rehetra amin'ny toe-piainana samihafa mba hazoto sy ho afaka hanome tanana ireo olona miara-miaina amin'ny VIH sy Sida sy voakasik'izany; ary amin'ny alalan'izany fanampiana hoentiny izany dia hijoro vavolombelona ny amin'ny fahasoavan'Andriamania, ny fiahiany ary ny fahamarinany ho an'ny olona rehetra.

Mikendry ny hanampy ny olona

fanamarihana: misy ancadré iray izay tsy tafiditra dia ilay amin'ny Mat.25/35-40 manao hoe " fa noana aho , nomenao hanina..."

**Fizarana Voalohany: Ny zava-misy ara-pahasalamana sy fomba fisorohana**

Zava-dehibe ny hisaintsainan'ny kristiana ny vokatry ny fikarohana siantifika noho ny fisian'ny finoanoam-poana sy ny honohono ary ny fiheveran-diso maro momba ny VIH sy Sida. Mino an'Andriamanitra Ilay Mpahary isika. Voamarin'ny siansa sy ireo manampahaizana izany. Satria “ny VIH dia tsimokaretina fa tsy toe-piainana”, dia ny zava-misy arapahasalamana sy paikady fisorohana voasedra mahakasika izany no hanombohantsika ny dinidinika.

### ❖ Inona no atao hoe VIH sy Sida?

**Ny VIH:** Virus Immunodéficiencie Humaine dia tsimokaretina mampihena ny hery fiarovana amin'ny tenan'ny olombelona. Tsimokaretina miady amin'ny hery fiarovana ao amin'ny tenan'olombelona ka mampihena na mamono tanteraka azy ireo Manafika ny sela fotsy manokana antsoina hoe CD4 lymphocytes (karazana cellule T manokana) izay manana anjara toerana lehibe ao anatin'ny hery fiarovana ny tsimokaretina VIH.

Miditra ao anatin'ny CD4 ny VIH ka mampiditra ny akoran-javatra ao anatin'ny sela mba hahafahan'ny tsimokaretina mitombo ary mandrava ny sela. Izany hoe, hampiasain'ily tsimokaretina ny sela mba hahafahany mitombo sy manaranaka. Rehefa simbany ilay sela namoranany tsimokaretina maromaro dia lasa mikoriana ao anatin'ny lalan-dran'ilay olona indray ireo voaforona ireo. Manao izany ao amin'ny sela CD4 hafa ireo tsimokaretina ireo ary mihena tsikelikely ny isan'ny sela CD4 ao amin'ny vatana.

Vokatr'izany mihena ny herin'ilay olona hoentiny miady amin'ny aretina samihafa, ka mitarika azy hoany amin'ny aretina Sida.

Ho an'ny olon-dehibe salama tsara, dia eo amin'ny 600 ka hatramin'ny 1 800 eo no isan'ny sela CD4+ isaky ny mililitatra tora telo ny ra. Rehefa midina 500 ny isany, manomboka mora andairan'ny aretina ilay olona. Rehefa midina hatramin'ny 200 io isa io dia miseho ny soratraretina sy ny fambaran'aretina Sida.

**Ny Sida:** Syndrome Immuno Déficiencie Acquise dia fitambarana soratraretina maromaro ateraky ny fihenany hery fiarovana ao amin'ny tenan'olombelona vokatry ny fanafihan'ny tsimokaretina VIH.

### ❖ Ahoana ny fomba anafihan'ny tsimokaretina VIH ny sela CD4?

Tafiditra ao anatin'ny sokajin'ny tsimokaretina antsoina hoe retroviral ny VIH. Ny otrikaretina sy tsimokaretina rehetra dia samy manana firakotra ety ivelany izay atao hoe fonosana izay fitambarana proteina voatokana ho an'ny karazan'ny organisma tsirairay avy. Ny VIH dia fetsifetsy amin'ny fanintsanana sy ny fanesorany ny firakony ety ivelany alohan'ny hidirany ao anatin'ilay sela CD4. Ka lasa tsy voavaka ho organisma hafa amin'ny tena ary eken'ny sela CD4. Noho izany dia afaka miaina anatin'ny tenan'ilay olona iray mandritra ny taona maromaro ny VIH ary tsy misy fiantraikany mivantana amin'ny fahasalamany.

### ❖ Ahoana ny fomba fifindran'ny tsimokaretina VIH?

Ho an'ny olona mitondra ny tsimokaretina VIH (OMTVIH), hita eo amin'ny rà, ny tsiranoka mahavavy na mahalahy ary ny nonon'ny reny ny tsimokaretina VIH. Ka amin'ny alalan'ireo tsiranoka ireo no ifindran'ny tsimokaretina amin'ny olona hafa.

## ***Ny firaisana ara-nofa***

Ny VIH dia mifindra amin'ny alalan'ny firaisana ara-nofa tsy voaaro (tsy nampiasana fimailo) amin'ny olona mitondra ny tsimokaretina VIH. Mora amin'ny VIH ny miditra amin'ny tenan'ny olona mandritry ny firaisana ara-nofa. Manamora ny fifindrana ny fisian'ny ratra ao amin'ny taovam-pananahana sy ao anaty vava amin'ny fifanorohana.

Ny aretina azo avy amin'ny firaisana ara-nofa na IST no varavarana idiran'ny tsimokaretina VIH. Ny fery madinidinika sy hoditra mitresaka dia manamora ny fidirany. Ny fitsaboana haingana ireo aretina azo avy amin'ny firaisana ara-nofa ireo dia anisan'ny fomba hiarovana amin'ny fifindran'ny aretina.

Misy ireo faritra eto amin'izao tontolo izao izay manao firaisana ara-nofa “maina”: misy zavatra asisika ao amin'ny fivaviana mba hanamaina azy. Mampitombo ny fikasohana mandritra ny firaisana izany ary misy ireo lehilahy mahita fahafinaretana amin'izany. Kanefa mandrovidrovitra ny fonon-kamban-tsela ao anatin'ny fivaviana izany ka manamora ny fidiran'ny VIH. Tsy izay ihany fa tsy eo intsony ny tsiranoka antiseptika voajanahary vokarin'ny fitaovam-pananahana vavy hiady amin'ny aretina mifindra mahavao ny fitaovam-pananahana. Farany, lasa mora rovitra kokoa ny fimailo noho ny fitomboan'ny fikasohana.

Tsy dia misy ahiana loatra ny amin'ny firaisana ara-nofa am-bava sy amin'ny fivaviana kanefa tsy azo atao ho azo antoka tanteraka. Ny ratra eo amin'ny vava, ny fivontosana tafahoatra na ny fandehanan-dran'ny akanjo nify; ny areti-tenda na koa ny firaisana ara-nofa am-bava sy amin'ny fivaviana amin'ny vehivavy mitondra ny tsimok'aretina VIH mandritry ny fadimbolany dia mety mamindra VIH avokoa.

Araka ny fikarohana izay natao dia mihena 60 ka hatramin'ny 70 isanjato ny mety hampifindra ny aretina raha vao voafora ny lehilahy. Noho ny toetoetran'ny hoditra mihoatra no mahatonga izany, fa misy toetoetrany manamora ny fidiran'ny aretina. Rehefa voala io hoditra io amin'ny famorana dia mihena ny tahan'ny fifindran'ny VIH.

## ***Amin'ny alalan'ny ra na lio***

### **- NY FIFANDIMBIASANA FAMPIASANA FITAOVAM-PANINDROMANA.**

Ny fifandimbiasana fampiasana fitaovam-panindromana iray dia mampitombo ny mety hifindran'ny tsimokaretina VIH. Toy izany koa ny fifampindramana fitaovana hoentina handrahoana fanafody; hasy, na rano hampifangaroana azy sy hanadiovana. Fa na ra kely tavela eo amin'ilay fitaovana aorian'ny nampiasana azy aza no misy VIH dia afaka mamindra an'ilay tsimokaretina. Io fitaovana io ihany no mampiditra azy ho ao amin'ny lalan-dran'ny olona mampiasa azy manaraka.

### **- NY FAMINDRANA RÀ NA LIO MISY VIH.**

Voamarina fa iray amin'ny iray tapitrisa no mety hahazoana ny VIH avy amin'ny famindrana rà sy zavatra mahakasika izany rehefa voatily amin'ny famantarana ny fisian'ny VIH. Mety mitovitovy amin'izay ihany koa ny mety ahazoana azy amin'ny alalan'ny fampidirana taova. Amin'izao andro iainantsika izao, ampandalovin'ny bankin'ny rà sy ny taova sivana ny mpanome rà na taova mba hanitsanana ireo izay misy VIH, toy izany ihany koa ny rà sy ny taova, angalana sombiny mba hizahana tsara sao misy aretina. Na dia eo aza izany, mbola

mety hisy olona manome rà ka tsy mahafantatra fa mitondra VIH izy fa mbola amin'ny ambaratongam-pivoarana voalohany; fotoana kely izay tsy ahitana ny aretina ao amin'ny fitiliana. (jereo ny "Famantarana ny olona mitondra tsimokaretina VIH p12)

Tsy dia misy atahorana loatra ny hifindran'ny VIH avy amin'ny olona tsaboina amin'ny mpiasan'ny fahasalamana, kanefa mety hifindrany ihany izy raha voatsindron'ny fanjaitra na irarahana ra maromaro. Ny olona miasa ao anatin'ny laboratoara mikirakira ra koa dia mety hifindran'ny VIH, toraka izany koa ireo mpiasa mikirakira loto sy lamba voaloto.

#### **- NY FAMINDRAN'NY RENY AMIN'NY ZANAKA**

Ny VIH dia afaka mifindra avy amin'ny reny ho amin'ny zanaka ao an-kibo na amin'ny alalan'ny nonon-dreny. 20 isan-jato ka hatramin'ny 30 isan-jaton'ny zaza ateraky ny reny mitondra ny VIH no mety ho voan'ny VIH avy amin'ny reniny.

Fomba telo no mety hifindrany:

- mandritry ny fitondrana vohoka (transmission antepartum),
- mandritry ny fiterahana (transmission intrapartum),
- na koa mandritry ny fotoana fampinonoana (transmission postpartum).

Fa ny fotoana atahorana indrindra hifindrany dia mandritry ny fiterahana. Mameny ny tsiranoka avoaky ny lalan-jaza ilay tsimokaretina, ary mety haratra kely ny hoditry ny zaza mandritry ny fiterahana ka manamora ny fidiran'ny tsimokaretina VIH ao aminy. Raha jerena indray ny famindrana postpartum, dia amin'ny alalan'ny fampinonoana no ahazoan'ny zaza ny aretina VIH. Ny nonon-dreny mitondra VIH dia misy VIH ka arakaraka ny faharetan'ny fampinonoana (mihoatra ny 6-9 volana) no mety hahazoan'ny zazakely ny aretina bebe kokoa.

#### **- NY TSY FIFINDRAN'NY VIH**

Ny mpahay siansa sy ny mpitsabo dia miaiky fa tsy afaka miaina tsara ivelan'ny tenan'ny olona ny VIH. Noho izany tsy dia atahorana hifindra amin'ny alalan'ny rivotra izy. Rehefa maina tanteraka ireo tsiranoka nitondra azy dia heverina ho tsy misy ny fifindrana.

Ny VIH dia tsy miparitaka na mifindra amin'ny alalan'ny:

- rivotra, ny kohaka sy evina
- ny fanorohana, ny famihinana, ny fandraisan-tanana na ny otra
- ny fitambarana lovia, kaopy na sotro sy antsy fihinanana
- ny fipetrahana amin'ny lavapiringa
- ny kaikitry ny biby sy bibikely (tsy afaka mamindra VIH ny moka sy ny bibikely)
- ny dobo filomanosana
- ny fihinanana sakafo amboarin' olona mitondra tsimokaretina VIH tsy misy ratra
- ny fampindramana akanjo sy lamba famaohana.

#### **❖ NY MAHA-SAMIHAFANA NY VIH SY NY SIDA**

Ny olona mitondra ny tsimokaretina VIH dia atao hoe séropositif:

- mety tsy ahitana soratretina ety ivelany .
- Afaka manohy ny asany andavan'andro sy miaina elaela raha voara-maso izy, mihinana sakafo ara-pahasalamana, mikojakoja tsara ny tenany, raha toa ka manaja tsara ny fepetra rehetra voapetraka, ary afaka mahita sy mihinana fanafody antiretroviral (ARV).

Raha voan'ny SIDA ilay olona dia hita taratra amin'ny toe-pahasalamany mivantana izany; ary matetika, tsy maintsy miady amin' aretina maro izy. Raha tsy voatsabo amin'ny fanafody antiretroviral (ARV) dia efa voafetra sahadry ny andro iainan'ilay olona.

Misy fahasamihafana lehibe ny VIH sy SIDA. Amin'ny faritra maro manerana an'izao tontolo izao dia efa azo fehezina ny VIH. Azo halavaina ny andro iainan'ny olona iray raha misy ny fanafody. Ka noho izany tsy tokony hatambatra intsony ny fanononana VIH / SIDA fa tokony hosarahina ny VIH sy ny SIDA, fa na dia misy ifandraisany aza izy roa ireo dia toe-pahasalamana roa samy hafa izy ireo.

❖ **NY AMBARATONGAM-PIVOARANAN'NY TSIMOKARETINA VIH**

- **TRANGANARETINA VOALOHANY**

Tsy tsaroan'ilay olona ny fotoana ahazoany ny aretina. Ny antsasaky ny olona mitondra ny tsimokaretina VIH mandritra ny 6-8 herinandro voalohany, dia voan'ny tazo ary mety hafana hoditra, reraka, voan'ny aretin-koditra, marary vanintaolana, marary an-doha ary mivonto ny atodin-tarimo (tamboavoan-dio). Fa mandalo fotsiny ireo aretina ireo ary matetika dia tsy mampiahiahy ny olona akory. Kanefa mandritra ny tranganaretina voalohany dia mankany amin'ny tamboavoan-dio ny tsimokaretina. Mety afaka telo ka hatramin'ny dimy andro eo izy vao tonga any. Rehefa avy ao izy dia manaranaka ary mamoka VIH be dia be ao amin'ny lalan-drà. Mandritra ny 2-3 volana no iakaran'ny hamaron'ny VIH ao amin'ny ra. Mandritra izany fotoana voafaritry izany, be dia be ny VIH ao amin'ny ra ary manomboka mamokatra rahasetra (anticorps) ny herim-piarovana. Izany toe-javatra izany no atao hoe "seroconversion".

- **NY FOTOANA TSY AHITANA SORATRARETINA**

Ity ambaratongam-pivoaran'aretina ity dia maharitra folo taona eo ho eo. Milamina tsara ny toe-pahasalamana'ilay olona na dia mety mivontovonto aza ny tamboavoandio. Afaka manohy ny fiainany ary miaina tomady tsara mandritra ny taona maromaro, eo amin'ny 10 ka hatramin'ny 12 taona izy na dia tsy mihinana fanafody antiretroviral aza

Arakaraky ny olona ihany anefa izany, mety ho afaka roa taona dia efa miseho sahady ny aretina amin'ny olona sasany, ny sasany indray dia any amin'ny 12 taona any izy vao mararin'ny SIDA.

- **AMBARATONGAM-PIVOARANA MISY SORATRARETINA**

Rehefa mihena ny hery fiarovan'ny olona iray dia manomboka andairan'ny aretina madinidinika isan-karazany izy toy ny sinusite (aretin'ny fivontonsan'ny lozoka), bronchite, matetika mafana hoditra, aretin-koditra, aretina hoho, ratra anaty vava, ary mihamahia. Raha efa mandroso amin'ny ambaratonga manaraka ilay aretina dia mety ho voan'ny tiberkilaozy na raboka (BK), thrush (misy tsiranoka fotsifotsy mivoaka eo amin'ny vava, ny tenda sy ny lela) sy herpès eo amin'ny vava na eo amin'ny taovam-pananahana.

Tahirin-kevitra ho an'ity fizarana ity.....

❖ **NY AMBARATONGAM-PIVOARAN'ARETINA Sida**

Arakaraka ny fihenana'ny hery fiarovan'ny vatana dia mihena koa ny fahafahany miady amin'ny aretina samihafa. Mety hivalana, hanjary mahia, ho voan'ny pnemonia, aretina mahazo ny ati-doha, fanadinoina sns... ilay olona. Manjary mora andairana "aretina mpanararaotra" izy, aretina izay entin'ny otrikaretina, mycose sy parasites. Raha olona salama tsara dia mety tsy andairan'ireo aretina ireo, fa ao amin'ny olona mitondra ny tsimokaretina VIH dia manararaotra ireo aretina ireo ary mahazo vahana. Izany no antony iantsoana azy ireo hoe "aretina mpanararaotra".

#### ❖ NY FOMBA AMANTARANA RAHA MITONDRA NY TSIMOKARETINA VIH NY OLONA IRAY

Tsy amin'ny fijery ety ivelany no ahafantarana raha mitondra ny tsimokaretina VIH ny olona iray. Mamindra amin'ny olona hafa ny olona mitondra VIH na dia toa salama tsara aza izy. Iray ihany ny fomba azo amantarana raha mitondra VIH ny olona iray na tsia, dia ny fitiliana ra izay itadiavana ny rahasetran'ny VIH (serologie)

Ny rahasetra dia protéine miady amin'ny aretina izay foronon'ny tenan'ny olona iray rehefa misy zavatra avy any ivelany tafiditra ao amin'ny vatana toy ny otrikaretina. Rehefa mitondra ny tsimokaretina VIH ny olona iray dia mamorona rahasetra voatokana ho an'ny VIH ny vatan'ny olona. Tsy dia mahatohitra ny aretina VIH loatra io rahasetra io kanefa ny fisiany ao amin'ny ra dia fambara mazava fa mitondra ny tsimokaretina VIH io olona iray io. Matetika dia 4 ka hatramin'ny 12 herinandro aorian'ny nahazoana ny tsimokaretina VIH no manomboka mamorona an'io rahasetra io ny vatana. Saika efa mahavoaforona rahasetra avokoa ny olona mitondra ny tsimokaretina VIH ao anatin'ny enim-bolana.

Mandritra ny 12 herinandro voalohany aorian'ny nahazoana ny VIH, mety tsy misy rahasetra ao anatin'ny ran'ilay olona ka na dia manao fitiliana aza izy dia tsy ho hita fa mitondra ny tsimokaretina VIH. Io fotoana kely tsy amantarana ny olona mitondra ny tsimokaretina VIH io no fotoana faran'izay mampidi-doza, fa na dia hanome ra olona aza izy dia tsy misy fomba ahitana ny tsimokaretina. Ho an'ny olona vitsivitsy dia maharitra hatramin'ny 6 volana io fotoana io. Toy izany ihany koa ny olona nanao firaisana ara-nofo tamin'ny olona mitondra ny tsimokaretina VIH ka nahazon'ny VIH avy aminy, tsy hita faritra ao amin'ny rany izany mandritra io fotoana kely io. Izay no maha-zava-dehibe ny hamerenana ny fitiliana 3 volana aorian'ilay fitiliana voalohany

Ny isan'ny tsimokaretina VIH isaky ny 1 ml ny rà no atao hoe charge virale

. Miakatra io charge virale io rehefa mihamaro ao amin'ny lalan-dra ny tsimokaretina.

Ambony io isa io aloha kelin'ny famoronana rahasetra mandritra ny ambaratongampivoaran'aretina voalohany, ary amin'io fotoana io no tena mamindra na dia tsy hita ao amin'ny fitiliana aza ny rahasetra. Avy eo dia midina ny “charge virale, mijanona ho isa ambany indray izy ka mahazo aina ny vatan'ilay olona. Raha tsy voatsabo, aorinan'ny taona vitsivitsy dia lasa tsy mahatohitra ny aretina ny vatana ary miakatra indray ny “charge virale. Arakaraka ny handrosoan'ny aretina dia miakatra ny “charge viral” ary mihena ny isan'ny CD4 ao amin'ny rà

#### ❖ FANAFODY ARV

Hatramin'ny niantombohan'ny fifindran'ity tsimokaretina VIH sy Sida ity dia efa maro ireo karazana fanafody voavoatra mba hanalavana ny andro iainan'ireo olona mitondra ny tsimoka aretina VIH (jereo ny Fanampiny 2). Ireo fanafody ARV ireo dia afaka mampijanona ny fitomboan'ny tsimokaretina manatara ny fitrangan'ny Sida amin'ny alalan'ny fampandehanana miadana ny fivoaran'ny aretina. Tsy manasitrana akory anefa ireo. Ny fanafody voaporofa ho mandaitra indrindra dia ny “Highly Active Antiretroviral Therapy (HAART)”, izay fitambarana fonafody ARV telo na maromaro, mikendry indrindra ny hampiadana ny fitomboan'ny tsimokaretina ao amin'ny tena

Ny mahatsara ny fihinana ny ARV:

- mampidina ny hafaingan'ny fitomboan'ny tsimokaretina VIH ao amin'ny vatana ka mampidina ny “charge virale ,
- Miaro na mamerina ny tanjakan'ny hery fiarovana ,mampiakatra ny tahan'ny CD4
- mampiadana ny fivoaran'ny aretina

- Rehefa tsy voatily ny charge virale ( latsaky ny 50 copies ) dia mihena ny taham-pamindrana

Ny mahasarotra ny fampiasana ny fanafody ARV kosa dia:

- Ny fampiasana aloha loatra ny fanafody dia misy fiantraikany eo amin'ny toe-piainana.
- Mety tsy hahatohitra an'ilay tsimokaretina intsony ny fanafody ARV ka hanasarotra ny fitsaboana any aoriana
- Tsy maintsy tohizana tsy an-kijanona ny fitsaboana.

#### **TARIDALANA HO AN'IREO MIHINANA FANAFODY ARV**

##### **▪ FANARAHANA FENO NY FITSABOANA VOAFARITRA:**

Matetika dia fitambarana fanafody 3 ka hatramin'ny 5 karazana avy amin'ny sokajim--panafody 2 samy hafa no indray omen'ny mpitsabo hohanina (cocktail-na fanafody). Raha latsaky ny asain'ny dokotera hohanina no hanin'ny marary na tsy ara-potoana no ihinanany azy dia lasa mihamahay manohitra sy mihamahatanty ny fanafody ilay aretina. Izany hoe tsy misy asany intsony ny fanafody. Araka ny fahaizan'ny VIH miova endrika dia misy ny VIH afaka manohitra fanafody. Noho izany dia manampy amin'ny fanoherana azy kokoa ny fampiasana fanafody maromaro ary ny fihinana azy ara-dalàna

##### **▪ FITANDREMANA EO AMIN'NY SAKAFO**

Ny fihinanam-panafody tsy arahin-tsakafo ara-pahasalamana dia mahatonga fivalanana, tsy fahampian-drà, maloilo

##### **▪ NY FAMPIANARANA NY MARARY:**

- faneken'ny marary hihinana ny fanafody
- fanoherana ny fanafody
- fihinana fanafody ara-potoana
- fihinanana sakafo ara-pahasalamana
- ny zavatra mety mitranga amin'ny vatan'ny olona vokatry ny fanafody.
- fitohizan'ny fahafahany mamindra amin'ny hafa (misy ireo izay diso hevitra ka mieritreritra fa rehefa mihinana fanafody izy dia tsy mamindra ny VIH amin'ny hafa intsony)
  - lanjan'ny fitiliana ra, sns.

Azo atao ny mampiasa mpirotsaka an-tsitrapo mba hanao izany fampianarana izany.

##### **▪ NY FANOHERANA FANAFODY**

Atomboka amin'ny fanomezana fanafody farany izay tsootra aloha ny fitsaboana ny marary (dingana voalohany). Afaka taona maromaro dia mety tsy handaitra intsony ireo fanafody ireo, ary tsy maintsy omena fanafody dingana faharoa ilay marary.

##### **▪ FANARAHANA-MASO**

**MARO NY FANARAHANA-MASO ATAO AMIN'NY MARARY AN'ISAN'IZANY NY ISAN'NY CD4 sy ny "charge virale isaky ny 3 ka hatramin'ny 6 volana**

#### **❖ FISOROHANA NY VIH**

Zava-dehibe ireo fomba rehetra azo atao mba hisorohana ny tsimokaretina VIH sy ny Sida fa sady miaro no manavotra aina. Ny tanjona tokony ho kendrena dia ny hanavotana ain'olona fa zava-tsarobidy eo imason'Andriamanitra izany.

**NY FISOROHANA NY FAMINDRANA NY VIH AMIN'NY FIRAISANA ARA-NOFO**

Tsy fanaovana firaisana ara-nofa amin'ny olona mitondra ny tsimokaretina VIH na fampiasana fimailo ara-dalàna :

. Fimailo ho an'ny lehilahy tsy miaro 100 isan-jato ankoatra ny tsy fanaovana firaisana ara-nofa. Raha toa ka mpivady izy ka ny iray mitondra ny tsimokaretina VIH, ny iray tsy mitondra dia tsy azo ialana ny fampiasana fimailo. Na dia samy mitondra ny tsimokaretina VIH izy roa dia tsy maintsy mampiasa fimailo mba hisorohana ny famindrana karazana VIH hafa. Raha tsy voaaro izy ka mifamindra VIH dia mampitombo ny 'charge virale. Ny fampiasana fimailo dia miaro amin'ny fahazoana indray mandeha ny tsimokaretina

. Fimailo ho an'ny vehivavy dia fono polyurethane misy faribolana amin'ny tendrony roa, izay azon'ny vehivavy atsofoka anatin'ny taovam-pananahany hatramin'ny 8 ora alohan'ny hanaovany firaisana ara-nofa. Miaro amin'ny vohoka tsy nirina sy ny aretina azo amin'ny firaisana ara-nofa izy io ary hatramin'izao dia tsy misy voka-dratsy aterany. Ny tombony lehibe indrindra dia ny fahafahan'ny vehivavy mitandro ny toe-pahasalaman'ny taovam-pananahany. Tsy maintsy mifampiera sy miara-miasa amin'ny lahy koa anefa ny vavy amin'ny izay fotoana izay.

Ny microbicide koa dia mety ho afaka miaro amin'ny fifindran'ny aretina azo avy amin'ny tsimokaretina VIH sy ny aretina mifindra azo amin'ny firaisana ara-nofa rehefa ahosotra ny taovam-pananahana vavy. Mety ho azo vidina izy io afaka taona vitsivitsy amin'ny endrika hafa toy ny gel, crème, suppositoire, film, eponge, anneau.

**NY FISOROHANA NY FAMINDRANA NY VIH AMIN'NY ALALAN'NY TSINDRONA ZAVA-MAHADOMELINA**

- tsy fampindramana fitaovam-panindromana amin'ny samy mpampiasa zava-mahadomelina tsindronina. Sarotra amin'ny mpihinana zava-mahadomelina ny mijanona tsy mihinana intsony.
- ny fandaharan'asa fialana amin'ny fiankinandoha ny zava-mahadomelina dia manampy azy hiala amin'izany

**FISOROHANA NY FAMINDRANA VIH AVY AMIN'NY RENY MANKANY AMIN'NY ZAZA**

**OMENA** fanafody ARV ny reny bevohoka mitondra ny tsimokaretina VIH mba hisorohana ny famindrana VIH amin'ny zaza. Mampihena ny "charge virale ireo fanafody ireo ka mampihena ny fifindran'ny VIH mankany amin'ny zaza ao an-kibo. Efa fanao amin'ny tany mandroso ny fiterahana amin'ny alalan'ny fandidiana mba hisorohana ny famindrana VIH mandritra ny fiterahana, kanefa sarotra ny manao izany eny amin'ny toerana tsy ampy fitaovana.

Azo atao ny manome vovo-dronono ny zaza vao teraka mba tsy hifindran'ny VIH amin'ny alalan'ny nono. Mety ho sarotra anefa io ho an'ny firenena sasany, mety ho lafo na koa voararan'ny fiarahamonina. Mety tsy hisy ny rano madio azo antoka hanaovana ny rononon-jaza ary ny biberon tsy voadio sy tsy voavono daholo ny otrikaretina eo aminy dia mety hampirongatra ny aretin-tsinay.

Raha tsy hita ny fomba hanoloana ny nonon-dreny dia tokony homena sakafo ny zaza raha vao azo atao izany. Mandra-pahatonga amin' izany dia ny nonon-dreny ihany no omena azy ary tsy afangaroharo fanomezana vovo-dronono fa mety hanamora ny fifindran'ny VIH.

**Fanamarihana:** Ny politikan'i Madagasikara momba ny fanomezana sakafon'ny zaza vao teraka ka hatramin'ny fahaenim-bolana ao anatin'ny sehatry ny VIH sy Sida dia ny fampiharana ny fanomezana nonon-dreny irery ihany mandritry ny enim-bolana ary sarahina nono aloha

#### *FISOROHANA NY FAMINDRANA VIH EO AMIN'NY TOBIM-PAHASALAMANA*

Fampiharana ny lalàna mifehy ny fitandroana ny fahasalamana ankapobeny no hiarovan'ny mpiasan'ny fahasalamanana ny tenany

- Misy ireo fepetra arahina hisorohana ny fifindran'ny tsimokaretina azo avy amin'ny tsindrom-panjaitra, sy ny tsiranoka. Ny fampiasana arotanana, aroakanjo tsy tanteraky ny rano, kiraro fiarovana, solomaso sy ny fanaovana saron-tava dia samy miaro amin' izany avokoa

Raha sendra tojo ny tsy nampoizina anefa dia tsy maintsy sasana madio amin'ny savony sy rano eo no ho eo ilay faritra voaratra na voatsindrona, (kobanina amin'ny rano madio, alona ao anaty rano misy eau de javel 1/10 mandritry ny 5 minitra farafahakeliny)

- Atao avy eo ny fitiliana mahazatra, an'ilay olona voahosona sy ilay olona tompon'ny ra na ny tsiranoka ahiahina. Raha mivaly ny fitiliana ka maneho fa tsy mitondra tsimokaretina

VIH ny olona voahosona ary mitondra kosa anefa ilay olona tompon'ny ra na ahiahiana mafy ho mitondra, dia tsy maintsy manatona mpitsabo voahofana manokana hahazoany mandinika tsara ny toe-java- misy

- Raha ahiana dia tsy maintsy mihinana fanafody ARV ao anatin'ny 24 ora (tsara raha adiny 4 aoriana ka hatramin'ny 48 ora Izany no atao hoe post-exposure prophylaxis (PEP).

Ho an'ny olona voalana indray dia mitovy ihany ny dingana arahina ary mety arahina fitiliana fanaraha-maso 3 na 6 volana aty aoriana.

#### *NY TOROLALANA “ABD”*

Fomba fisorohana malaza ihany koa ny torolalana “ABD”:

- Aza manao firaisana ara-nofo alohan'ny fanambadiana
- mBa ataovy iray ihany ny olona anaovana firaisana ara-nofo
- ary mampiasa conDom ( fimailo ) raha tsy mahafehy tena

Ny toro-lalana ABD dia mahomby raha atao fitaovam-piarovana, kanefa ho an'ny vehivavy dia voafetra ihany io.

Raha jerena ireo zazavavy sy vehivavy iharan'ny herisetran'ny filana dia sarotra aminy ny tsy hanao firaisana ara-nofo. Toy izany koa ny vehivavy terena hanambady sy hiteraka mba ho fanatanterahana ny adidiny eo amin'ny tokatranony Tahaka izany koa ny tsy fanaovana firaisana ara-nofo afatsy amina olona iray ihany, tsy afaka miantehitra amin' izany fombam-pisorohana izany ny vehivavy nampakarina lehilahy efa mitondra ny tsimokaretina VIH talohan'ny fanambadiany na mamonjy vehivavy hafa.

Ny fahefana ananan'ny lehilahy no vato misakana eo amin'ny fahombiazan'ny fampiasana fimailo hisorohana ny VIH sy Sida. Sarotra amin'ny vehivavy ny mandresy lahatra ny lahy hampiasa azy io. Raisin'ny lehilahy sasany ho fanevatevana, fanalam-baraka na fiampangana momba ny fitondran-tena raha vao manome soso-kevitra hampiasana fimailo ny vehivavy, indrindra eo amin'ny fanabeazana aizana

## *NY “SAVE” APPROACH*

NY African Network of Religious Leaders living with or personally affected by HVI and AIDS (ANARELA+) dia nahaforona modely hamaliana ny VIH antsoina hoe: “SAVE”

- **Sedraina amin ‘ny fomba fisorohana azo antoka ny VIH sy SIDA**

Anisan’izany ny fomba fisorohana rehetra toy ny tsy fanaovana firaisana ara-nofo, vady tokana ihany, ny fampiasana fimailo, fampiasana fanjaitra madio, fampiasana ra madio sy taova, fisorohana ny fifindrany avy amin’ny reny mankany amin’ny zaza

- **Atao izay hahamora ny fahazoana fanafody**

Raha misy fanafody azo itsaboana dia tokony hatomboka avy hatrany ny fihinanana izany mba hanakanana ny aretina tsy hivoatra sy hanatsarana ny toe-pahavelomana

- **Vonona hirotsaka an-tsitra-po hanao fitiliana sy harahina maso**

Zava-dehibe ny fanaovana fitiliana an-tsitra-po

. Ny firotsahana an-tsitra-po hitily ra sy hanaraka fampiofanana dia manome fahalalana an’ily olona momba ny toe-pahasalamany manoloana ny VIH, ary mampahafantatra azy ireo fomba hisoroana ny fifindran’ny VIH amin’ny alalan’ny fandraisany andraikitra eo anivon’ny fiaraha-monina

- **Entina am-bavaka sy ampaherezana**

Ampaherezina ny olona mitondranysimokaretina VIH mba hananany fanantenana sy fomba fijery mahatoky amin’ny alalan’ny dinika, ny vavaka sy ireo sakafom-panahy samy hafa. Manampy be dia be amin’ny fampandehanana miadana ny fivoaran’ny tsimokaretina izany. (jereo ny fanampiny 3)

❖ TAHIRIN-KEVITRA HO AN'ITY FIZARANA ITY

*Averting HIV & AIDS*, amin'ny [www.avert.org](http://www.avert.org)

Barlett, John, MD, *Pocket guide to HIV&AIDS Treatment 2006* (John Hopkins AIDS Service), amin'ny [www.hopkins-aids.edu/publications/pocketguide/pocketGD0106.pdf](http://www.hopkins-aids.edu/publications/pocketguide/pocketGD0106.pdf)

UK Department of health, *HIV Post-exposure Prophylaxis: Guidance from the UK Chief Medical Officer's Expert Advisory Group on AIDS*, 2<sup>nd</sup> edition, amin'ny [www.dh.gov.uk/PublicationsAndStatistics/Publications/PublicationsPolicyaAndGuidance/PublicationsPolicyAndGuidanceArticle/fs/en?CONTENT\\_ID=4083638&chk=qtPweH](http://www.dh.gov.uk/PublicationsAndStatistics/Publications/PublicationsPolicyaAndGuidance/PublicationsPolicyAndGuidanceArticle/fs/en?CONTENT_ID=4083638&chk=qtPweH)

UNAIDS, *Report on the Global Aids Epidemic, 2006*, amin'ny [www.unaids.org/en](http://www.unaids.org/en)

UNAIDS, *Intensifying HIV Prevention. UNAIDS Policy Position Paper 2005*, amin'ny [www.data.unaids.org/publications/irc06/jc1165-intensif\\_hiv-newstyle\\_en.pdf](http://www.data.unaids.org/publications/irc06/jc1165-intensif_hiv-newstyle_en.pdf)

US Dept. of Health & Human services, *AIDS info series*; amin'ny <http://aidsinfo.nih.gov>

Center for Disease Control, *US division of HIV/AIDS prevention*, amin'ny [www.cdc.gov/hiv/dhap.htm](http://www.cdc.gov/hiv/dhap.htm)

World Health Organisation, *HIV & AIDS: Care & Treatment, 2004*, amin'ny [www.who.int/hiv/en](http://www.who.int/hiv/en)

World Health Organisation, *Universal Precautions Including Infection Safety*, Septambra 2004, amin'ny [www.who.int/topics/Precautions/Universal/en](http://www.who.int/topics/Precautions/Universal/en)

World Health Organisation, *Preventing HIV/AIDS in Young People, Evidence from Developing Countries, WHO Technical Report Series*, No 938, amin'ny [www.who.int/child-adolescent-health/publications/ADH/ISBN\\_92\\_4\\_120938\\_0.htm](http://www.who.int/child-adolescent-health/publications/ADH/ISBN_92_4_120938_0.htm)

**FIZARANA FAHAROA: Ny miralenta, ny fananahana ary ny filazana ny marina.**

Amin'ny fihanaky ny aretina azo avy amin'ny tsimokaretina VIH sy Sida, tsy voahaja ny fitovian-jo eo amin'ny vehivavy sy ny lehilahy, tsy hita taratra ny hasarobidin'ny firaisan'ny mpivady sy ny filazana ny marina. Fahasimbana no vokatr'izany. Lasa diso miantefa aty amin'ny vehivavy sy ny zazavavy loatra ny tahotra sy ahiahy kanefa ny fahanginana dia mitondra mankany amin'ny fahafatesana fa tsy fiainana.

❖ **NY VEHIVAVY, NY TOVOVAVY ARY NY VIH SY NY SIDA**

Maro ireo faritra eran'izao tontolo izao ahitana fa maro anisa kokoa ny vehivavy sy ny tovovavy mitondra ny tsimokaretina VIH sy Sida toy izay ny lehilahy sy ny zazalahy. Mampatahotra ny fitomboan'ny tahan'ny vehivavy sy tovovavy mitondra io. Inona no antony mahatonga izany? Ahoana ny fiantraikan'izany manoloana ny ady amin'ny Sida ?

Ny elanelan'ny isan'ny vehivavy sy ny lehilahy mitondra ny tsimokaretina VIH dia manambara mazava ny tsy fitovian-jo

Maro ny VIH hita ao amin'ny ranon'aina lahy noho ny amin'ny tsiranoka ao amin'ny taovam-pananahana vavy.

Mivelatra ny faritra mora idiran'ny VIH eo amin'ny fivaviana. Afaka miditra ao amin'ny lalandra amin'ny alalan'ny fery madinika mandritry ny firaisana

ny tsimokaretina VIH . Ny ratra eo amin'ny taovam-

pananahana dia manamora ny fidiran'ny aretina ihany koa. Izay no antony mahatonga ny vehivavy ho mora idiran'ny VIH kokoa mandritran'ny firaisana noho ny lahy.

❖ **NY TSY FANANANA FANAPAHAN-KEVITRA DIA MITONDRA AMIN'NY FIANKINAN-DOHA ARA-PAHEFANA SY ARA-BOLA**

Ho an'ny vehivavy maro, ny fiankinana ara-bola, ara-javatra, ara-piaraha-monina dia mahatonga ny vehivavy tsy hanana fahefana amin'ny tenany ka anerena azy hanao firaisana , tsy afaka miady hevitra izy mba tsy hifindran'ny aretina , tsy afaka manery ny lahy izy hampiasa fimailo. Maro ny fanavakavahana eo amin'ny lahy sy ny vavy Ny fahantrana tafahoatra dia manery ny vehivavy sy ny zazavavy hivaro-tena mba hanatsarany ny fiainany toy ny sakafo sy ny zavatra hafa Misy ireo zazavavy fitahin'ny lehilahy be taona (antsoina hoe “sugar daddies” azo adika ho “ngahy mpanome mamy”), zay vonona hanome zavatra mahafinaritra azy ,toy ny fanampiana ara-bola ny fianakaviany, raha mazoto hiaraka aminy. Mitombo ny fahasahiranana'ily vehivavy raha mitondra ny tsimokaretina izy

❖ **NY FAHANGINANA MOMBAN'NY FIRAISANA ARA-NOFO**

Ny tsy fahafantaran'ny tovovavy sy ny vehivavy ny fananahana dia mampiakatra ny tahan'ny fahazoana ny tsimokaretina VIH nohon'ny tsy fampiharana ireo fepetra fisorohana

❖ **NY TSY FAHAMPIAN'NY FAMPINANARANA**

Tsy mahazo ny fahalalana sahaza azy ny tovovavy sy ny vehivavy mitaha amin'ny ankizilahy sy lehilahy amin'ireo faritra ahitana ny tahan'ny VIH ambony. Manampy azy amin'ny fanatsarana ny fari-piainany toy ny fahazoana asa, fiarovana ny tenany amin'ny aretina ny

fahalalany azo hatramin'ny ambaratonga faharoa. Ny fanabeazana dia mampitombo ny fahalalana, ny fampiasana fimailo, ny fifampiresahan'ny mpivady momba ny fisorohana ny VIH.

#### **NY HERISETRA MIAINGA AVY AMIN'NY MIRALENTA**

Ny herisetra ampiharina amin'ny tovovavy sy ny vehivavy dia anisany mampitombo ny tahan'ny fifindran'ny tsimokaretina VIH sy Sida. Toy ny fanolanana sy ireo herisetra arabatana hafa ary koa ireo fomba amam-panao nentin-drazana: famorana ny vehivavy . Ny fianakaviana no mangataka izany  
Araka ny famaritana omen'ny Firenena Mikambana, ny herisetra dia miseho mivantana sy ankolaka ihany koa

Ny teny hoe “herisetra amin'ny vehivavy” dia ireo fihetsika amam-pomba fanao izay miteraka fanimbana ara-batana, ara-pananahana na koa ara-tsaina na fampijaliana vehivavy, anisan'ny izany ny famoretana, na fanerana tsy ara-dalana ny fahafahany amin'ny fiainany na amin'ny fiarahamonina

Raha voalana ny vehivavy dia be kokoa ny taha mety ahazoany ny tsimokaretina VIH nohon'ny ratra mahazo azy eo amin'ny fivaviana na eo amin'ny fivoahana. Ao an-trano no itrangan'ny fanolanana na koa eny an-tanana, eo anivon'ny polisy sy any am-ponja, amin'ny fotoanan'ny korontana sy ny ady. Ny tahotra sy ny henatra dia afaka mampihemotra ny vehivavy tsy hikaroka fahalalana momba ny VIH na manakana azy tsy hanao fitiliana na hitsabo tena, na dia miahiahy mafy izy fa mitondra ny tsimokaretina

Eo amin'ny vehivavy manambady, bebe kokoa ny tahan'ny VIH noho ny lehilahy noho izy noho ny vadiny OMTVIH. Terena izy ireo hanao firaisana ara-nofo amin'ny vadiny OMTVIH

#### **NY FANAVANA NY ZO HANDOVA SY NY HANANA FANANANA**

Marefo ny vehivavy noho ny tsy fitovian-jo amin'ny resaka lova sy fananana, ny fomba fanao izay mampitondra doty ny tovovavy hanambady ka entiny miverina raha misy ny fisarahana. Na dia miovaova aza ny fisehon'izany eran-tany, ny tsy fanajana ny miralenta hita amin'ny toerana rehetra. Matetika ny lahy no manana fananana sy tany ka amin'ny alalan'ny fanambadiana no ahazahoan'ny vehivavy fananana.

Noho ny tsy fisiana lalana miaro ny zon'ny tovovavy sy ny vehivavy handova na ny zony hanana fananana, manjary mahantra tampoka izy rehefa maty ny ray aman-dreniny na ny vadiny. Etsy ankilany anefa, ny fahantrana sy ny fiankinan-doha ara-bola dia mamela malalaka ny hafa hanararaotra azy sy hanao herisetra aminy.

Amin'ny firenena sasany, raha  
matin'ny Sida ny vadin'ilay vehivavy,  
lasa fananan'ny fianakaviana ny  
hareny. Tsy voaaro izy

#### **NY VADY LOVA**

Amin'ity fomba ity, ny vehivavy maty vady dia ampakarina lehilahy havan'ny maty ho vadiny. Izany hoe "lovaina" izany ilay vehivavy, hita ao anatin'ny fianakaviana mampirafy, izany izay tsy mamela hitaiza ny zanany intsony. Noho izany voatery izy ny hanao firaisana ara-nofa na tsy azo antoka aza izany. Raha misy iray amin'izy mivady OMTVIH vao maika mampitombo ny fifindrany izany

#### **NY FANDIDIDIDIANA NY FIVAVIANA**

Ny fampiasana hareza, antsy sy fanjaitra tsy voadio mba handidiana ny fivaviana dia manamora ny fidiran'ny tsimok'aretina VIH ao amin'ny vehivavy sy ny tovovavy. Manamora ny fidiran'ny tsimok'aretina VIH ny fisian'ny fery amin'ny fivaviana mandritry ny firaisana ara-nofa amin'ny lehilahy mitondra ny tsimok'aretina VIH. Sarotra ho an'ny lehilahy ny manao firaisana ara-nofa amin'ny vehivavy toy izany, miteraka tsy fahafaham-po, sy herisetra mandritry ny firaisana ka mampitombo ny fifindrany ny aretina.

#### **NY FINOANOAM-POANA SY NY FOMBA AMAM-PANAO MAMPIDI-DOZA**

Misy ireo izay mino fa ny fanaovana firaisana ara-nofa amin'ny virijiny dia mahasitrana ny lehilahy amin'ity aretina VIH sy Sida ity. Misy koa ireo lehilahy izay mino fa azo antoka kokoa ny manao firaisana ara-nofa amin'ny tovovavy tanora fa tsy ahiana ho voan'ny VIH. Kanefa dia nanjary maro ireo vehivavy mbola tanora sy tovovavy OMTVIH vokatry izany. Anisan'ny mampihanaka ny aretina VIH ihany koa amin'ny faritra sasany eto amin'izao tontolo izao ny fanaovana firaisana ara-nofa "maina" (jereo ny fizarana 1).

#### **NY TSY FANANANA FAHEFANA AHAZOANA FITSABOANA**

Any amin'ny sehatra tsy miankina, moramora ho an'ny lehilahy ny mahazo fikarakarana sy fitsaboana momba ny VIH sy Sida. Mbola sarotra ho an'ny vehivavy sy ny tovovavy ny fahazoana torohevitra sy fitiliana, ny fanatonana ny sampandraharaha miandraikitra ny fahasalamana ara-pananahana; ny lehilahy anefa tsy dia manatona toeram-pitsaboana miankina amin'ny fanjakana. Mitatra hatrany ny programan'ny fitsaboana, kanefa mitombo hatrany koa ny ahiahy momba ny tsy fahafahan'ny vehivavy maro anisa mamantatra ny toe-pahasalamany eo anatrehan'ny VIH sy ny tsy fahazoany fitsaboana tandrify. Matahotra izy ireo fa raha voan'ny VIH izy ka mahafantatra izany ny vadiny dia hitombo ny fanenjehana azy ary hiharan'ny herisetra

Tokony hojerena ny sakana mahatonga ny vehivavy tsy hahazo fitsaboana sy fikarakarana. Miankina amin'ny fahalalana fototra sy ny sampandraharaha miandraikitra ny fahasalamana ara-pananahana anefa izany. Ny fampidirana ao anatin'ny fitsaboana fototra sy ny sampandraharaha miandraikitra ny fandrindrana ny fianinam-pianakaviana momba fitsaboana ny aretina azo avy amin'ny firaisana dia mampihena ny tahotr'ireo vehivavy ka ahafahany manatona ny toeram-pitsaboana. Mila ezaka be ny fampihenana ny fanavakavahana mombany VIH. Sarotra ho an'ny tovovavy latsaky ny 18 taona ny mahazo torohevitra, ny manao fitiliana an-tsitrabo ary ny fitsaboana noho ny tsy faneken'ny mpanabe azy.

## **NY FITERAHANA SY NY VIH SY SIDA**

Mety mamindra ny VIH amin'ny zanany ny vehivavy OMTVIH raha tsy manatanteraka ny fepetra voalaza ao amin'ny fizarana 1. Mandritra ny vohoka sy ny fiterahana, ny vehivavy OMTVIH tonga amin'ny ambaratongam-pivoaran'ny VIH ambony dia atahorana hiatrika fahasaratana noho ny fahalemen'ny herim-piarovana ka mila fikarakarana manokana. Misy ireo vehivavy bevohoka OMTVIH tsy maintsy esorina ny zaza na koa sakanana tsy hiteraka intsony. Misy fiantraikany amin'ny sain'ny vehivavy izany ary lasa marika eo amin'ny fiainany. Ny tsy fisiana na tsy fahampian'ny fikarakarana aloha sy aorian'ny fiterahana dia mety handreraka ilay vehivavy ka hotafihin'ny aretina mpanararaotra izy. Mety hahavao ny zazakely sy ireo havana miara- monina ao ihany koa izany.

Raha voan'ny VIH ny zaza vao teraka dia mahatsapa ho tompon'andraikitra ny reny matetika. Mety manamelo-tena ihany koa ireo lehilahy izay OMTVIH ka mahafantatra fa mamindra ny aretina amin'ny vadiny sy ny zanany vao teraka izy raha toa ka mikasa hiteraka. Ny faneren'ny fiarahamonina mba hanehoany ny mahalehilahy azy amin'ny alalan'ny fiterahana na ny fametrahana ny hasin'ny vehivavy eo amin'ny fiterahana dia samy manaparitaka ny VIH sy Sida .

## **NY VEHIVAVY MPIKARAKARA**

Eran'izao tontolo izao ny vehivavy no mpiandraikitra voalohany amin'ny fikarakarana. Mbola mampitombo izany ny fisian'ny VIH sy ny Sida. Ao amin'ny firenana ahitana VIH be indrindra, 90% ny fikarakarana tsy maintsy atao amin'ny OMMVIH dia ao an-tokatrano avokoa. (jereo ny fizarana faha-5). Kely ny fanohanana ara-tsaina sy ara-pitaovana ny ankamaroan'ny vehivavy sy tovovavy izay manao izany asa fikarakarana izany. Tsy mahazo fampiofanana na fanampiana izy ireo ary matetika dia tsy manana izay ho enti-manana handoavana ny fikarakarana sy ny fampianarana ny zanany akory. Noho ny fivangongoan'ny adin-tsaina ny sy asa amin'ny fikarakarana ireo havana marary sy ny hafa (toy ny kamboty), sy ny fahasahiranany mitady sakafo, fanafody sy fampidiram-bola, dia tsy manampotoana hieritreretany sy hikarakarany ny tenany ny vehivavy.

Noho ireo vehivavy OMMVIH miasa any ivelan'ny tokantrano mba hamelomany fianakaviany dia miantehitra any amin'ny be antitra sy ny tovovavy tanora ny fikarakarana. Toe-java-misy ankehitriny ny fitomboan'ny fitaizan'ny renibe ny zanany sy ny zafiny ary koa ireo zaza kamboty noho ny Sida. Vokatry'izany, mijanona amin'ny fianarany ny tovovavy hanampy amin'ny fikarakarana sy ny famelomana ny fianakaviana mitarika azy hivaro-tena izay mampitombo ny ny fifindran'ny VIH.

## **TONTOLON'NY ASA TSY AZO ANTOKA**

Karazan' asa sasany dia mety mampitombo ny aretina avy amin' ny VIH. Anisan' izany ny fifindra-monin'ny vehivavy sy ny fivezivezeny mitady asa, ny vadin'ny mpiasa mandeha sy mivezivezy lava, ny vehivavy miasa amin'ny toerana vitsy vehivavy, ny vehivavy mpiasa an-trano (indrindra ireo izay kilasimandry), sy ireo vehivavy mivaro-tena. Ny tsy fisian'ny miralenta eo amin'ny toeram-piasana dia miteraka herisetra amin'ny vehivavy.

## ❖ NY MAHALAHY SY MAHAVAVY

Ny mahalalahy sy ny mahavavy dia nohariana mba hahafahana maneho fitiavana sy fitohizan'ny aina, mampifandray am-po sy mifanome fahafinaretana. Lahy sy vavy no namoronan' Andriamanitra antsika ary nolazainy fa tsara izany (Gen 1:27, 31, jereo koa ny Tononkiran'i Solomona). Noho ny ota, dia simba izany ary tonga lavitra an'Andriamanitra sy ny namantsika isika. Ka lasa miseho mampahory ny olona sy ny fiarahamonina ny mahalalahy sy ny mahavavy. Manome fifaliana lehibe, antom-piainana sy firaisana ny mahalalahy sy ny mahavavy kanefa mampahory ihany koa.

Marefo isika amin'ny alalan'ny firaisana ara-nofa ka manolotra ny tenantsika monontolo amin'ny olon-kafa. Andriamanitra izay tia antsika dia nametraka ny mahalalahy sy ny mahavavy ho entina mitia sy mizara izany. Noho izany dia zava-dehibe ny fanehoan'ny firaisana ara-nofa fitia mifamaly, fiahiana sy fifankatiavana fa tsy fanararaotana, fandratrana, fanolanana na famindrana aretina amin'ny hafa. Ny fitiavana dia aseho amin'ny alalan'ny fanajana ny hasina sy ny fiarovana ny iray. Ny teny hoe “firaisana ara-nofa” dia samihafa amin'ny fiteny andavanandro “fanaovana”.

Ny fahatsaran'ny fifandraisan'ny mpivady izay manao firaisana ara-nofa, ny fahamafisan'izany na ny fitomboan'ny herisetra sy ny fanimbana ny hafa no zava-dehibe tokony hofakafakaina. Amin'ny tambitamby sy am-pitivana ny fanaovana firaisana ara-nofa ka mahatonga farisihana ho azy izany ary mampivelatra azy eo anivon'ny fiara-monina. Mivaona ny mahalalahy sy ny mahavavy raha natao ho fifaliana ho an'ny tena ihany nefa mampahory na ho natao fanehoana fanaparam-pahefana sy fanitsakitsahana ny hafa

“Ny fandraisana andraikitra sy ny fanaja-tena eo amin'ny lehilahy sy vehivavy no paikady mahomby indrindra ho fisoroana ny fihanaky VIH sy SIDA”

One body...,  
Op. cit. (nota 1), p. 17

Fahadisoana ny fanerena ny olona hanao firaisana ara-nofa tsy antsitrapo. Mety hiseho ao mpivady izany na ao anatin'ny fianakaviana; eo amin'ny vavy samy vavy na lahy samy lahy na eo amin'ny lahy sy vavy ihany koa.

Zava-dehibe ny fanoherana ny finoanoam-poana miaraka amin'ireo fomba nentin-drazana momba mahalalahy sy ny mahavavy ny fiatrehana ny zava-misy ary ny fiantraikany amin'ny olona tsirairay sy ny fianakaviana... Toherina ihany koa ireo fihetsika sy ny fomba amam-panao manimba na mangeja sy manilika ny olona tsy mamela azy handray anjara amin'ny fanompoana ao am-piangonana<sup>7</sup>

Tsy fananan'ny lehilahy na fitaovana iterahana sy hamalifaliana ny lehilahy fotsiny akory ny vehivavy. Ezaka lehibe ho an'ny lehilahy sy ny tovolahy ny fahazoan'ny fifandraisana eo amin'ny fomba fijerin'ny lehilahy sy ny fitondrantenany sy ny fihanaky ny VIH sy Sida; mba hampanaiky azy ny handray andraikitra manoloana izany, mamporisika azy hanao izany mba hisorohana ny fihanaky ny VIH sy ny SIDA, sy hiaina miaraka aminy ho an'ireo izay efa voa. Fahadisoana ho an'ny lehilahy OMTVIH ny fanerena ny vadiny na ny olona miaraka aminy ny fanaovana firaisana ara-nofa tsy voaaro aminy. Mampisavorovoro izany raha toa ka tsy maintsy manaiky izay atao azy ny vehivavy fa tsy afaka manohitra ny fahefan'ny lehilahy izay tsy manaiky ny fampiasana fimailo ho fiarovana ny vehivavy mba tsy hifindran'ny aretina.

## ❖ NY FILAZANA NY MARINA MOMBAN'NY FANAOVANA FIRAISANA ARA-NOFO

Maro amin' ireo kolontsaina no tsy mamela ny lahy sy ny vavy hiresaka malalaka momba ny firaisana ara-nofo. Heverina fa tsy hanao firaisana ara-nofo ny olona alohan'ny fanambadiana ary ny vadiny irery ihany no iarahany rehefa manambady izy. Tsy izany anefa matetika zava-miseho. Tsy maintsy hatsahatra ny fahanginana, ary ambara marina ny tena zava-misy.

Raha mamaky an'ity tatitra natao momba ny fiarahamonina afrikanina ity ianao dia eritrereto izay fomba amam-panao misy any aminao ka itondrana fanazavana:

Maro olona iarahana kokoa ny lehilahy toy izay ny vehivavy anefa tsy mampiasa fimailo loatra izy amin'izany. Inona no antony anaovan'ny lehilahy'izany? ... Maro ny lehilahy sy ny vehivavy izay mihevitra fa "voajanahary" ho an'ny lehilahy izany na koa manana filana bebe kokoa ny lehilahy ka tsy hay sakatsakanana. Rehefa samy mitombo mihalehibe, mihevitra ny tovolahy fa "manan-jo" hanao firaisana ara-nofo araka izay tiany izy ary mihevitra koa ny tovovavy fa adidiny ny manao izay mahafapo ny lehilahy. Tsy sahy ny hiresaka amin'ny vadiny ny vehivavy momba ny fepetra hiarovana ny tenany.

Ny mahalehilahy dia manan-danja amin'ny atao hoe lehilahy satria mira manam-pahalalana momba ny fananahana, fampirafesana, maherisetra, manam-pahafana amin'ny vehivavy ary sahy miatrika ny sarotra. Raha ny lehilahy no mamporisika ny fiovam-pitondratena ara-soratra masina dia hihena ny fifindran'ny VIH, lasa matanjaka izy, ary tsy voatondro ho mpampihanaka ny tsimokaretina fa ho namana miara-milanja sy miaramitady vahaolana.

Ireo paikady hoentina hisoroana ny VIH sy ny SIDA amin'izao fotoana ankehitriny izao dia ny tsy fanaovana firaisana ara-nofo alohan'ny fanambadiana, ny fananana vady tokana, fanajana ny vady, olona iray ihany ary ny fampiasana fimailo ho an'ireo OMTVIH...[kanefa] ireo paikady voalaza eo aloha ireo dia tsy mijery ny mahalehilahy, ny mahalaly sy ny mahavavy ka tsy hita ny fiantraikany. Jerena fomba mahomby ny fampiasana ireo paikady ireo miaraka.<sup>8</sup>

## ❖ VAKIO IHANY KOA ITY FISEHON-JAVATRA MANODIDINA NY FIARAHAMONINA ANY AVARATRY EROPA ITY:

Ny mahalaly sy ny mahavavy dia maneho indrindra ny toetra ao anatin'ily olona... Any amin'ny bolan-tany Avaratra tsy nisy hasiny intsony ny mahalaly sy ny mahavavy fa nanjary nanimba sy nanapotika. Ny mahalaly sy ny mahavavy dia tonga entam-barotra ho an'ny sasany, ary fivarotan-tena, ...lasa atao fitaovam-pifandraisana ny zavatra rehetra manodidina ny firaisana ara-nofo hoentina mitady izay tadiavina: fitadiavana toky fa mitia isika, fa tsy fanimbana tena araka ny feo mibitsika avy ao anaty mikiky ny fanahy...NY SIDA dia aretina mikiky ny saintsika: lasa matahotra ny fandranganana isika; matahotra ny mahalaly sy ny mahavavy .ny tahotry ny fahafam-baraka vokatry ny aretina izay mangeja antsika ary tsy voafehy.<sup>9</sup>

Inona no zavatra tokony hodinihina ao amin'ny fomba amam-panao misy eny amin'ny fiaraha-monina misy anao? Inona no zavatra azonao atao hampirisihana ny vehivavy aman-dehilahy tanora hilaza ny marina momba ny zava-misy? Amin'ny fomba toy inona no azo anampiana ny vehivavy sy lehilahy hazoto hifampiresaka malalaka momba ny fiarovana ny tenany tsy ho voan'ny VIH? Fomba amam-panao toy inona no tokony hovaina?

❖ **TAHIRIN-KEVITRA HOAN'ITY FIZARANA ITY**

Bala Nath, M., Gender; *HIV and Human Rights: A Training Manual* (United Nations Development Fund for Women, The joint United Nations Programme on HIV/AIDS, and United Nations Population Fund, 2000), amin'ny [www.genderandadis.org/modules.php?name=news&file=article&sid=120](http://www.genderandadis.org/modules.php?name=news&file=article&sid=120)

De Bruyn, M., H. Jackson, M. Wijermars, V. Curtin Knight and R. Berkvens, *Facing the Challenges of HIV/AIDS/STDs: A Gender-based Response* (The royal Tropical Institute, the Netherlands; Southern Africa AIDS Information Dissemination Service, Zimbabwe; World Health Organisation, 1996) amin'ny [www.data.unaids.org/Topics/gender/FacingChallenges\\_en.pdf](http://www.data.unaids.org/Topics/gender/FacingChallenges_en.pdf)

Center for Development and population Activities (CEDPA), *Faith Community Responses to HIV/AIDS: Intergrating reproductive Health and HIV/AIDS for NGOs, FBOs&CBOs*, vol. II (CEDPA,2003), amin'ny [www.cedpa.org/content/publication/detail/697](http://www.cedpa.org/content/publication/detail/697)

JHPIEGO Corporation, US Departement of Health and Humn Services and USAID, *ReproLearn: Care of Women with HIV Living in Limited Resource Settings* (2001), amin'ny [www.reproline.jhu.edu/english/6read/6issues/6jnt/v4/tn111tutorials.htm](http://www.reproline.jhu.edu/english/6read/6issues/6jnt/v4/tn111tutorials.htm)

*Training Manual for the Media: Gender, HIV/AIDS anr Rights* (Interpress Service [IPS], 2003), amin'ny [www.ipsnews.net/aids\\_2002/ipsgender2003.pdf](http://www.ipsnews.net/aids_2002/ipsgender2003.pdf)

UNAIDS, *Operational Guide on Gender, HIV and AIDS: A Rights Based Approach* (2005), amin'ny [www.genderandaids.org](http://www.genderandaids.org)

**Fizarana fahatelo: Ny famaliana ireo  
fanontaniana mipetraka momba ny finoana**

Ny finoantsika matetika no manakana antsika tsy hanome tanana an'ireo olona voan'ny Sida sy miaina ao anatin'izany. Indraindray ny olona mamaly amin'ny fomba mandratra ny sasany ka mampitombo ny fahoriany. Maro amin'ireo zavatra nianarantsika na noheverintsika tany aloha no mila hodinihina indray mandeha, mila lavina na raisina amin'ny fomba fijery vaovao. Iaintsika ny mieritreritra sy manontany tena raha mifanaraka amin'ny fototra iorenan'ny finoantsika tokoa ny fomba fijerintsika.

Hojerentsika manaraka eto ireo fanontaniana fototra avy amin'ny fomba fijerin'ny kristiana izay nobeazina tamin'ny fampianarana loterana. Atombotsika amin'ny fandinihana ny fomba fiasan'i Jesosy izay tsy manavakavaka amin'ny fanampiany ny olona mila famonjena. Mety ho samy hafa ny valim-panontaniana omen'ny finoana hafa, kanefa amin'ny soatoavina fototra sy ny fomba fiasa dia betsaka no itoviana ka manome ny fototra iorenan'ny fiarahamiasa.

### ❖ INONA NO NATAON'I JESOSY?

Amin'ny maha-olombelona Azy, Jesosy dia nifanerasera sy nihaona tamin'ny olona teny amin'ny toerana rehetra nisy azy ireo tamin'ny fotoanandrony. Matetika Izy dia nifanandrina tamin'ny fomba amam-panao sy ny hevitra ara-pivavahana tamin'ny alalan'ny teny toy ny: “Efa renareo fa..., fa Izaho kosa milaza aminareo hoe...”. Nampianatra ireo mpanara-dia Azy fomba vaovao hifandraisany amin'ny olona Izy noho ny halalin'ny fitiavany azy ireo. Nanova tanteraka ny fanantenan'ny olona Izy amin'izany. Ary mbola toy izany ny fiasany mandraka ankehitriny.

Tsy ilaintsika ny maminavina izay mety ho nataon'i Jesosy amin'izao androntsika izao. Efa voarakitra ao amin'ny Filazantsara ny asa nataon'i Jesosy fony Izy mbola tety an-tany. Tsy nanao ny Tenany ho toy ireo olona manan-kaja sy “masina” Izy fa nanatona ireo malemy, marary, ambany saranga sy ailiky ny fiarahamonina. Anisan'izany ireto:

- NY olona nosokajina ho maloto sy voailikilika noho ny toe-batany na ny aretany (Ohatra: ny boka).
- Tsy nomena hasina noho ny maha-vehivavy na maha-lehilahy azy na koa ny saranga misy azy eo amin'ny fiarahamonina (Ohatra: ny vehivavy sy ny mahantra)
- Ambanimbanina noho ny zavatra izay heverina fa nataony (Ohatra: ny mpivaro-tena sy ny mpijangajanga)

Nanatona, nikasika ary nanasitrana ireo izay nailiky ny fiarahamonina i Jesosy. Amin'ny izany anefa dia nandika ny lalàna ara-pivavahana (izay mandrara ny fanasitrana amin'ny andro Sabata) sy ireo fady eo amin'ny fiarahamonina (izay manohitra ireo olona manana fitondran-tena ratsy) Izy. Vokatr'izany dia nitombo hatrany ny fiահiahian'ireo manampahefana ara-pivavahana sy ara-politika Azy sy ny mpianany tamin'ny fotoanandrony. Tsy zakan'izy ireo ny fitiavan'i Jesosy tsy voafetra ho an'ny olona rehetra.

Ao amin'i Jesosy no tonga vatana Andriamanitra ary Izy no manambara Azy mivantana indrindra. Ny fahafenoan'Andriamanitra no hita ao amin'i Jesosy Kristy: Izy no Tenin'Andriamanitra tonga nofo (Jao 1). Izy no ivon'ny Tenin'Andriamanitra. Izy no fanalahidy amin'ny famakiana sy fanazavana ny Soratra Masina izay vavolombelon'ny fahasoavan'Andriamanitra sy ny Teny fikasana ao amin'ny tantara ara-Baiboly. Ampiraisina amin'i Jesosy amin'ny alalan'ny batisa ny Kristiana: tonga tenan'i Kristy eto amin'izao tontolo izy ireo. Koa dia “ao amin'i Kristy” izy ka manao ny asany.

Araka izany, dia tsy maintsy toherintsika ny fananarana be atao amin'ireo OMTVIH sy OMMVIH. Ny fitsarana, ny fanilikilihana, ny fanaovana ankilabao ary ny fanavakavahana azy ireo dia mifanohitra amin'ny fomba fandraisan'i Jesosy olona. Raha mitory ny finoantsika

an'i Jesosy isika, dia tsy maintsy miara-mijoro amin'ireo izay voailikilika sy natao ankilabao noho izy ireo mitondra ny VIH. Mihaona amin' Andriamanitra izay ao amin'i Kristy isika, tsy ivelan'ny OMTVIH sy OMMVIH, fa ao amin'izy ireo sy amin'ny alalan'izy ireo.

#### ❖ TOA AN'IZA MOA ANDRIAMANITRA?

Ny olona sasany mihevitra fa Andriamanitra dia Tsitoha sy mpitsara. Kanefa mifanohitra amin'izany no ampahafantaran'Andriamanitra ny Tenany ao amin'i Jesosy Kristy: amin' ny alalan'ny faharefoana, ny fahalemena, ny fijaliana ary fahafatesana izay toetra ananan'ny olombelona. Izany hoe mampahafantatra ny tenany Andriamanitra amin'ny alalan'ny zavatra mifanohitra amin'izay heverin'ny olona momba Azy. Izany no atao hoe teolojian'ny hazofijaliana.

Rehefa mahatsapa isika fa nilaozana ary miantsoantso miaraka amin'i Jesosy teo amin'ny hazofijaliana hoe “Andriamanitra ô, nahoana no dia mahafoy ahy Hianao?” dia eo no isehoan'Andriamanitra amintsika.

Mifanohitra amin'izay efa henonao momba an'Andriamanitra ve ity fanoritsoritana ity? Fanovana toy inona no entin'izany ho an'ny OMTVIH?

Io Ilay Andriamanitra malemy fanahy izay onena, momba sy miara-mijaly amin' ireo OMMVIH sy OMTVIH. Matetika dia efa vesarin'ny fanamelohana ny sain'ireo olona ireo. Kanefa ny vaovao mahafaly dia ny herin'Andriamanitra voambaran'ny fitiavany tsy misy fepetra - amin'ny alalan'ny fahasoavana sy ny filazantsara - fa tsy amin'ny alalan'ny fitsarana sy ny fanamelohana. Izany fitiavana mahatoky izany no ivon'ny finoantsika: tsy misy “hahasaraka antsika amin'ny fitiavan'Andriamanitra izay ao amin'i Kristy Jesosy Tompontosika” (Rom 8:39). Ity Andriamanitra Ity no atao an-tsary ao amin'ny fanoharana momba ilay zanaka adala (Lio15:11-31), dia Andriamanitra izay Ray be fitiavana. Maneho fitiavana tsy misy fepetra Andriamanitra ka tsy mitsara na mamakafaka ny fitondran-tenan'ny zanany. Nofihinin'ny rainy sy noraisiny ilay zanany niverina na dia mbola tsy nilaza ny fifonany aza. Tsy faly anefa ilay zokiny satria na dia niaina araka ny sitrapon'ny rainy aza izy dia tsy mba nahazo tombontsoa manokana tahaka ilay zandriny.

Tia izao tontolo izao Andriamanitra (Jao 3:16). Noho ilay fitiavany miaritra fijaliana dia miditra amin'izao tontolo izao Izy ary miara-miaritra aminy. Miboiboika ao Aminy ny fitiavana, ny fahasoavana ary ny famindram-po. Asehon'ny fiangonana amin'ny alalan'ny fifandraisan'Andriamanitra Telo izay Iray - Ray sy Zanaka ary Fanahy Masina - izany. Izany Andriamanitra izany dia te-hanana fifandraisana amintsika koa. Ny fomba ifandraisan'Andriamanitra Telo izay Iray amintsika amin'ny alalan'ny famoronana, fanavotana, ary fihazonana antsika koa no fototra iorenan'ny fifandraisantsika samy isika.

Tonga zanak'Andriamanitra amin'ny alalan'ny Fanahy Masina izay raisintsika amin'ny batisa isika ary amin'ny alalan'ny Fanasan'ny Tompo no iombonantsika amin'i Kristy voahombo sy nitsangana tamin'ny maty. Ao Aminy no hita maso sy azo tsapain-tanana ny Fanahin'Andriamanitra.<sup>10</sup>

#### ❖ NY OLOMBELONA MIFANDRAY AMIN'ANDRIAMANITRA.

Amin'ny maha-olombelona antsika, dia noharin'Andriamanitra hanana fifandraisana Aminy sy amin'ny mpiara-belona amintsika isika. Betsaka tokoa ny fahasamihafana hita ao amin'izany fiarahamonin'olombelona izany. Tsy tokony hanao ny hafa ho tsara mihoatra noho ny sasany isika noho ny tsy fitoviana tahaka ny maha-vehivavy sy maha-lehilahy, ny fifampilan'ny samy lehilahy sy ny samy vehivavy, ny fitondrana ny tsimokaretina VIH sy ny

fiaraha-miaina amin'ny Sida, fa amin'ny fanehoana fitoviana, fiombonana ary fitiavana mifamaly no ifandraisantsika amin'ny hafa.

Nomen'Andriamanitra hasina sy fahamendrehana mitovy avokoa ny olona na vavy na lahy satria samy nohariny tahaka ny endriny (Gen 1, 26). Mamela antsika hitondra ny fiainantsika Andriamanitra, fa tsy ho fehezin'ny hafa. Raha tsy manaja izany isika fa manao tahaka ny lehilahy manjakazaka amin'ny vehivavy (jereo ny fizarana faha2), dia manitsakitsaka ny endrik'Andriamanitra.

Ho amin'ny fiahiansika ny hafa sy ny fikarakarantsika ny tenantsika no ampaherazan'Andriamanitra antsika handray andraikitra. Izany no antso ho antsika amin'ny maha-kristiana antsika. Ao anatin'izany ny fanoherana sy ny fanovana izay tsy ara-drariny mba hisian'ny fifandraisana araka izay tokony ho izy amintsika samy isika, sy handraisantsika andraikitra amin'ny tenantsika sy amin'ny mahalahy sy mahavavy.

Ao anatin'ny ankamaroan'ny tantaran'ny fiangonana sy amin'ny kolontsaina maro ankehitriny dia misy ny firehana diso izay iheverana ny vatana ho ratsy sy ny fanahy ho tsara. Mifanohitra amin'ny ivon'ny finoana kristiana, dia ny fahatongavan'Andriamanitra ho nofo sy vatana ao amin'i Jesosy Kristy, anefa izany: “fa ao amin'ny tenany no itoeran'ny fahafenoan'ny fomban'Andriamanitra rehetra;” (Kol 2:9)

Noho izany dia tokony ho tsara ny fiheverantsika ny vatantsika, fa tsy ho zavatra latsa-danja. “Tempolin'Andriamanitra” ny tenantsika (I Kor 3:16). Loharano anovozana fifaliana sy fahafinaretana izy, na dia mora azon'ny aretina, ny fijaliana, ny fanararaotana ary ny fahafatesana. Ny fanekem-pinoana Apostolika dia manambara ny finoantsika ny fitsanganan'ny tena amin'ny maty. Izany dia misarika ny saintsika hametraka fanontaniana mavesa-danja hoe “inona no fikarakarana tsara hataontsika amin'ny vatantsika amin'ny mahalafin-javatra iray ao amin'ny etikan'ny fikarakarana tena izany?” Anisan'izany ny fandraisana andraikitra mba hisoroana ny loza, amin'ny fahafantarana fa manimba ny tsy fitandremana sy ny fanaovana fomba amam-pihetsika tsy voahevitra.

Tamin'ny taonjato fahenina ambin'ny folo, nisy aretina mora mifindra mahafaty nandringana fiarahamonina maro tany Eropa afovoany. Raha nila hevitra tamin'i Martin Lotera ny olona ka nanontany raha tokony handositra hiala teo ny kristiana dia nanome torohevitra pratika amin'ny maha-pastora azy i Lotera izay mifototra amin'ny finoana ny fampanantenan'Andriamanitra. Nampirisika azy ireo izy mba tsy handositra ny marary “araka izay fomba fanaon'i Satana maka fanahy antsika”. Ary tsy tokony haka fanahy an'Andriamanitra isika ka tsy hitandrana, izany hoe raha raisintsika ho amin'izao androntsika izao dia ny fampiasana ireo fomba fisorohana (toy ny fimailo na fanjaitra madio). Hoy i Lotera:

Zavatra...mahamenatra izany olona tsy mikarakara ny vatany sy tsy miaro azy araka ny tokony ho izy amin'ny areti-mifindra, ka mamindra sy manapoizina ny hafa izay nety ho velona teo ihany raha nikarakara ny tenany araka ny tokony hataony izy. Noho izany, tompon'andraikitra eo anatrehan'Andriamanitra izy amin'ny fahafatesan'ny namany ary koa dia tsy mitsahatra mamono olona”<sup>12</sup>

## ❖ INONA ÀRY NO ATAO HOE FAHOTANA?

Amin'ny fomba fijery Kristiana Loterana, ny atao hoe fahotana dia lalina kokoa satria tsy mijanona amin'izay atao sasantsasany fotsiny. Tsy fanindriana fa ny fahotana dia zavatra nataontsika (na tsy nataontsika) ihany, fa zava-dehibe ny ijerentsika fa ny fahotana koa dia famatorana sy fanandevozana izay tsy haintsika ialana.

Ny fahotana dia toe-javatra izay mampisaraka antsika amin'Andriamanitra, mampisaraka amin'ilay olona araka izay namoronan'Andriamanitra azy, mampisaraka antsika amin'ny olona hafa sy amin'ny zavaboary hafa. Samy tafiditra ao anatin'izany isika rehetra na ny miara-miaina amin'ny VIH na tsia.

Izany famatoran'ny fahotana izany no mahatonga antsika handika ny Didy Folo, ohatra rehefa mampidi-doza ny fiarahamonina ny olona iray na manimba ny fiainan'ny mpiara-belona aminy na tsy manampy na manohana azy amin'izay rehetra ilainy eo amin'ny fiainany (ny didy fahadimy: aza mamono olona), na rehefa tsy tia na tsy manaja ny vadiny izy (ny didy fahenina: aza mijangajanga).<sup>13</sup>

I Martin Lotera manazava fa sady marina (noforonina sy navotan'Andriamanitra) no mpanota (mbola voageja'ny ota) isika. Tsy mitsahatra ny ady amin'ny fahotana ataontsika ao anatintsika sy amin'izao tontolo izao misy antsika. Ara-teolojia dia ny lalàna izay natao hisorohana sy hamehezana ny fahotana no mampahafantatra izany famatoran'ny fahotana izany.

Kanefa raha vao tanteraka ny asa ratsy dia tsy manan-kery intsony ny lalàna. Tsy afaka manavotra izy. Ny fampiharana ny karavasin'ny lalàna amin'ireo OMMVIH sy OMTVIH dia tsy hamaha ny olana, fa vao mainka hampitombo izany.

Raha ataontsika fa fitambaran'ny asa sokajin'ny fiarahamonina ho diso sy ratsy ny fahotana dia misy ny olona izay ahiahiana ho mpanota be mihoatra ny hafa, indrindra fa ireo olona mitondra ny VIH sy voan'ny Sida. Izany no mitarika mankany amin'ny fanilikilihana sy fanavakavahana ireo olona mitondra ny VIH sy voan'ny Sida. Ny fanesorana ireo olona ireo ho any ivelan'ny fiarahamonina dia efa endriky ny fahotana. Sady fampiviliana no fahotana ny fanomezan-tsiny etsy sy eroa. Tsy maintsy toherintsika izay mety ho fakampanahy handrisika antsika hanavaka ireo mitondra ny VIH sy voan'ny Sida ho “meloka” na “marina”. Hoy i Jesosy, “Aza mitsara” (Mat. 7:1; Lio. 6:37). Mandrara izany fisainana mitsara izany koa i Paoly Apostoly. Marihiny fa “samy efa nanota izy rehetra ka tsy manana ny voninahitra avy amin'Andriamanitra” ary lazainy fa samy “hamarinina maimaimpoana amin'ny fahasovany izy noho ny fanavotana izay ao amin'i Kristy Jesosy.”(Rom 3:23-24)

Zava-dehibe ny hahafantarana sy ny hamotopotorana ny antony ifindran'ny aretina toy izay ny hanameloka olona noho ny fitondran-tenany. Anton-javatra tena mampihanaka ny aretina ny fahantrana eo amin'ny fiarahamonina sy ny tsy fisiana rehetra izay miaraka aminy. Mila ovana ireo fomba fanao tsy azo antoka, toy ny firaisana ara-nofy tsy voaaro, ny fanjaitra fanindromana voaloto sy ireo fitaovana voaloton'ny ra tsy azo antoka.

Na dia noharin'Andriamanitra tahaka ny endriny ny olona dia misy nefa ireo fomba amam-panao sasany izay manao tsinontsinona sy manosihosy izany. Ka ireo fomba amam-panao manjakazaka amin'ny malemy na manitsakitsaka azy, toy ny famorana vehivavy, ny fanolanana virijiny sy ireo fomba hafa isehoan'ny herisetra amin'ny vehivavy sy ny zaza no lazaina amin'izany.

Maneho ny fanjakan'ny fahotana eo amin'ny fiainan'ny olona ny tsy fitoviana izay miseho, ny fanavakavahana ary ny fanjakazakana izay mifototra amin'ny maha-lahy sy maha-vavy,

amin'ny fari-piainana, ny fiaviana, ny fitiavana eo amin'ny samy vehivavy na samy lehilahy, sns. Toy izany ihany koa ireo fomba izay mametraka ny sehatry ny firaisana ara-nofo ho feheziny fitsipiky ny fananana (ohatra ny vehivavy izay heverina ho toy ny fananan'ny lehilahy) na ny fitsipiky ny fahadiovana (ohatra ny toetra sasany tsy ekena noho ny fiheverana azy ho maloto na fady). Tamin'ny andron'ny Baiboly no nahitana toe-javatra toy izany ary mbola mitohy ihany mandraka ankehitriny eo anivon'ny fiarahamonina maro.

Zava-dehibe no hanekentsika fa Jesosy dia nanohitra mandrakariva ireo fitsipika miorina amin'ny resaka fananana sy fahadiovana. Notoheriny ampahibemaso ireo izay “manafoana ny tenin'Andriamanitra” noho ny fomba nentin-drazana (Mat. 15:6), sy ireo izay tsy mahafovy ny fomba nentin-drazana ka tsy manokatra ny fony amin'ny lamina vaovao natombok'Andriamanitra tao amin'i Jesosy Kristy (Mark. 7:1-13). Ao amin' izany drafitra vaovao izany dia tsy ataon'ny lehilahy ho toy ny fananany intsony ny vehivavy (Marka. 10: 4-9) fa ny fifanekena ao anatin'ny fitiavana no ifampitondran'ny mpivady.

Matetika ny fiangonana dia mangina na manohana mihintsy ny fomba fisainana, ny fihetsika, ny tsy fanaovana ny rariny matetika, sy ny fanjakazakana izay manampy ny fihanaky ny VIH sy ny Sida. Ao anatin'izany ny:

Ny fibebahana dia tsy maintsy miantomboka ao anatin'ny fiangonana

- Ny tsy fanampiana ireo mitondra ny VIH sy voan'ny Sida amin' ny fiarahana sy ny fikarakarana azy ireo
- Ny tsy fijerena ny fahantrana ho toy ny vala mampirongatra ny VIH sy ny Sida
- Ny tsy fanoherana ny fomba fisainana izay mampanjakazaka ny lahy ka mamela ny lahy hanao firaisana ara-nofo tsy voaaro (tsy misy fimailo) ary manery ny vehivavy hanaiky izany.
- Ny tsy filazana mazava fa tsy ny tsy fanaovana firaisana ara-nofo ihany no fomba hoentina miady amin'ny VIH sy Sida.

“Ka noho izany manolotena izahay ary manao antso avo ho an'ny fiangonana mpikambana mba: hanohy hatrany ny fampahalalana momba ny fisorohana ny VIH sy Sida amin'ny alalan'ny fanabeazana, sy ny fampahalalana, ka ao anatin'izany ny fanoherana ny firaisana ara-nofo izay manimba, manitsakitsaka ary manararaotra atao amin'ny vehivavy na amin'ny lehilahy; ao anatin'izany koa ny fitsaboana ny aretina amin'ny alalan'ny firaisana ara-nofo, ny fampirisihana ny fanajana ny fanambadiana, ary ny fampahalalana ny fomba fisorohana mahomby (ohatra ny tsy fanaovana firaisana ara-nofo, ny fampiasana fimailo, ny fahadiovana ny fanajana amin'ny alalan'ny famonoana aretina, tahirin-drà madio)”

*Fanapahan-kevitra ny Fihaonana faha  
Folon'ny Federasiona Loterana Eran-tany,  
Winnipeg 2003.*

Na dia ny tsy fanaovana firaisana ara-nofo mialoha ny fanambadiana sy ny fanajana ny vady aza no kendrena sy iadian'ny Kristiana, dia tokony ho tsaroany fa raha tena mahatoky tokoa izy dia tsy maintsy mifanaraka amin'ny zavamisy iainana sy ny fomba fifindran'ny VIH ny vahaolana omeny. Manoloana ny fanahiana ny fihanaky ny VIH sy ny Sida dia ireo fepetra miaro ny aina sy ny mahasoana ny fiainan'ny olona rehetra no tsy maintsy omena anjara toerana lehibe, fa tsy izay heverin'ny Kristiana ho mendrika ihany.

#### ❖ EO ANATREHAN'NY FIJALIANA, NY FANIRIANA NY FAHASITRANANA

NY fijaliana matetika dia ampifandraisina amin'ny fahotana. Ampirisihina ny olona mararin'ny aretina samihafa mba hiaiky ny fahotany ka hahatonga azy hiverina indray amin'Andriamanitra. Ny tantaran'i Joba anefa dia mifanipaka amin'izany: tsy ny tsy

fanarahany ny sitrapon'Andriamanitra no nitondrany fahoriana be. Hitantsika fa ny toe-javatra ara-piarahamonina, ara-toe-karena ary ara-politika no anton'ny fahoriana be amin'izao androntsika izao.

Niaina sy nitory ny Filazantsara tamin'izao tontolo izao izay mampifandray ny aretina amin'ny fahotana Jesosy. Raha nahita lehilahy izay teraka jamba ny mpianany (Jao. 9:1-3), dia nanontany hoe: “ iza moa no nanota; io lehilahy io va, sa ny ray aman-dreniny no dia teraka jamba izy?” Ary namaly Jesosy hoe: “Tsy io lehilahy io no nanota, na ny ray aman-dreniny”. Amin'izany dia nampisafotofoto ny fiheveran'izy ireo Izy, ary nampahatsiahy azy ny herin'Andriamanitra. Na dia nampahiratra ny mason'ity jamba ity aza Jesosy dia maro ny olona narary tamin'io fotoana io izay tsy nositrany.

Miara-mijaly amintsika Andriamanitra.

Tsy mandao antsika Andriamanitra na dia mety hahatsapa ny tenantsika ho tena irery aza isika amin'ny fotoana iaretana ny mafy. Jesosy niantsoantso mafy

hoe: “Andriamanitra ô, nahoana no dia mahafoy ahy Hianao!” (Sal.22:1; Mat.27:46; Mar.15:34). Na dia tsy tsapa aza fa teo Andriamanitra dia teo Izy. Ny fijaliana dia tsy midika akory fa nandao antsika Andriamanitra.

Ny fijalian'ny olona matetika dia noho ny tsy fisiana fiarahamonina miahazy. Ny VIH sy Sida dia anisan'ny mampifandray ny olona sy mahatonga azy ireo hiaina ny fitiavan'Andriamanitra amin'ny OMMVIH sy OMTVIH. Amin'ny alalan'ny vavaka, asa, fiaraha-miory ary fikarakarana azy ireo no anehoan'ny mpiara-belona izany (jereo ny fizarana faha-4)

#### ❖ INONA NO ATAO HOE FAHASITRANANA?

Raha ny Baiboly no jerena, ny fahasitranana dia fampiverenana fifandraisana marina amin'Andriamanitra, amin'ny tenantsika ary amin'ny mpiara-belona. Ny fahasitranana dia asan'Andriamanitra izay andraisantsika anjara. Ny fahasitranana dia tsy mitovy amin'ny fitsaboana. Raha raisina ny amin'ny VIH sy Sida, dia mbola ao ihany ny aretina, fa ny miova dia ny faneken'ny olona ny OMMVIH sy OMTVIH ho olona feno ao amin'ny fiarahamonina. Ny fahasitranana dia mifandray akaiky amin'ny famelan-keloka, izany hoe fampihavanana amin'izay niseho tany aloha mba tsy hivesaran'izany intsony ny eritreritra. Izany no fahagagana ataon'Andriamanitra amin'ny fiainantsika ao amin'i Kristy amin'ny alalan'ny herin'ny Fanahy Masina. Nambaran'i Jesosy fa fahagagana mihoatra noho ny fanasitranana ara-batana ny famelan-keloka (Mar. 2:5-12).

Ireo olona narary ka nihaona tamin'i Jesosy dia nokasihiny ka niova ary voatafy hery tamin'ny alalan'ny fahasoavany. “Matetika Jesosy dia nantsoina hoe mpanasitranana, nanao ho zava-dehibe ny fanirian'ny olona hahazo fanasitranana Aminy. Niditra tamin'ny tantaram-piainan'ny tsirairay sy niaina ny fahoriany Izy ka nitondra fanafahana azo tsapain-tànana tamin'ny fiainany.”<sup>15</sup>

Toy izany koa, ny asam-panasitranana amin'izao andro izao dia “ny famelana olona maro hiaina ny fiainany amin'ny fomba izay ahafahan'ny hafa manaiky ny endrik'Andriamanitra velona ao aminy, ka ho afaka hiaina sy hitoetra amin'ny maha-olona feno azy mandra-pahafatiny.”<sup>16</sup>

Ny “fandraisana ny Fanahy Masina” dia ny fahitana ny asan'Andriamanitra ao amin'ny sy amin'ny alalan'ny fahapotehan'ny fiainantsika sy izao tontolo izao, mba hitondrana fanasitranana sy fahafenoana. Na dia

“Toy ny nitenenan'i Jesosy tamin'ilay vehivavy nanjoko hoe ‘afaka amin'ny rofinao hianao’, no nitenenany tamiko koa. Nafahana tamin'ny rofiko aho, ary tsy ny rofy ara-batana no nampanjoko ahy, fa ny rofy ara-tsaina sy ara-panahy”

ELCA News Service,  
22 Novambra 2006,

[www.elca.org/news/releases.asp?A=3489](http://www.elca.org/news/releases.asp?A=3489)

Andriamanitra no mpanasitrana faratampony, dia manana anjara koa isika olombelona. Manao izany amin'ny fiaraha-miasa amin'Andriamanitra isika. Andriamanitra miasa, ohatra, amin'ny alalan'ny dokotera, ny infirmiera, sy ny fitsaboana.

Ny hoe noharina tahaka ny endrik'Andriamanitra dia midika fa izay rehetra ataontsika dia tokony hanome voninahitra an'Andriamanitra. Ao amin'i Kristy no anafahan'Andriamanitra antsika mba hahafahantsika manao safidy araka izay tokony ho izy. Ny OMMVIH dia tsy tokony ho faty nohon'ny fahasaratana entin'ny Sida rehefa mahazo ny fanafody ilaina amin'ny fitsaboana. Ny fahazoana fanafody mamelona dia mifototra amin'ny fisian'ny fahamarinana. Ny tsy fisian'izany dia mampitombo ny fijaliana sy ny fahotana misy.

#### ❖ INONA ÀRY NO MAHAMARINA ANTSIKA EO ANATREHAN'ANDRIAMANITRA?

Tsy ny zavatra ataon'ny olona, ny fitondran-tenany sy ny toe-piainany tsara – ao anatin'izany ny tsy maha OMMVIH sy OMTVIH – no mahamarina azy eo anatrehan'Andriamanitra.

Voavonjy sady hamarinina isika, tsy amin'ny alalan'ny asa ataontsika na tsy ataontsika fa noho ny finoana irery ihany omen'Andriamanitra maimaimpoana izay ambara ao amin'i Jesosy Kristy. Izany fahasoavana mahagaga izany dia mifanohitra amin'ny fiheverantika olombelona fa ny zavatra ataontsika no ahazoantsika fankasitrahina amin'Andriamanitra.

Ny finoantsika an'Andriamanitra dia aseho amin'ny alalan'ny fitiavantsika ny hafa, ho valin'ny fitiavan'Andriamanitra antsika. Avy amin'ny Didy voalohany no iantonan'ny didy hafa rehetra. Nanome didy vaovao antsika Jesosy dia ny hifankatiavantsika. Izany fitiavana izany dia manafaka ny tahotra rehetra, ka ao anatin'izany ny tahotra izay mitarika antsika hanilikilika ny hafa.

Tsy Andriamanitra no mila ny asa soa ataontsika fa ny namantsika

Ka amin'izany, manan-danja tokoa izay ataontsika – eo imason'ireo izay mila ny fiahantsika, ny famihinantsika azy am-pitiavana, ny fanekentsika ary ny fanampiantsika azy. Izany no karazana “fahamasinam-piainana” izay mikoriana avy amin'ny fanekena feno fahasoavana avy amin'Andriamanitra. Tafiditra amin'izany ny fiarovana ny tena mba tsy ho voan'ny aretina, sy ny fitadiavana ny fanampiana tandrify izany raha toa ka nifindrany.

#### ❖ INONA NO HEVERIN'NY OLONA?

Inona no mety heverin'ny olona raha manatsotra ny tanantsika amin'ny olona voateniteny, ambanimbanihana ao amin'ny fiarahamonina, na heverina ho tsy mendri-kaja isika? Raha mikiry milaza ireo avy amin'ny fiangonana hafa, kolontsaina hafa, na finoana hafa fa tsy maintsy amin'ny alalan'ny fanarahana fitsipika mifehy ny fitondran-tena no hanekena anao na hamonjena anao, na manana fomba fijery hafa ny atao hoe lehilahy na vehivavy, ahoana ny ho fomba fijeriny antsika?

“Lozanareo raha milaza soa anareo ny olona rehetra! Fa izany no nataon'ny razany tamin'ny mpaminany sandoka.”  
(Lio. 6:26)

Izany no zavatra natrehan'ny kristiana matetika, ary efa hatramin'ny mpianatr'i Jesosy voalohany izany. Tahaka izay nataon'i Jesosy, dia nifanerasera tamin'ny mahantra, ny marary, ny vehivavy, ary tamin'ireo izay nailikiliky ny fiarahamonina izy ireo,

ka nahatonga ny mpitondra fivavahana sy politika tsy natoky ary tsy tia azy ireo mihitsy aza. Tamin'ny alina mialoha ny fanomboana an'i Jesosy tamin'ny hazo fijaliana, sy amin'ny fotoana rehetra ahitantsika olona maty amin'ny tsy rariny amin'izao androntsika izao dia

alaim-panahy handà ny maha-mpanaradia an'i Jesosy antsika isika, toy ny nandavan'i Petera Azy fahiny (Mat. 26:74; Mar. 14: 66-72). Matetika dia sarotra ekena ny fitiavan'i Kristy tsy manam-petra sy lalim-paka. Kanefa izany karazana fanekena mamihina izany no iantsoin'i Kristy antsika, na dia mety hanohintohina ny lazantsika aza.

**Fizarana faha-4: Ny ministeran'ny fahiana sy  
dinidinika manokana**

Ny fiarahamonina kristiana sy ny hafa koa dia antsoina hifampitondra izay mavesatra amin'ny alalan'ny fiarahana miahy. Ny ministeran'ny fiahiana sy ny dinidinika manokana dia ahitana:

- Ny fitoriana ny Filazantsaran'ny fanantenana manoloana ny VIH sy ny Sida
- Ny fihazonana ny hasin'ireo olona OMMVIH
- Ny fisoloam-bava sy ny firaisan-kina amin'ny olona izay mijaly vokatr' io aretina io
- Ny famporisihana, ny fampiononana ary ny fampaherezana ny olona misaona ny fahafatesan'ny olon-tiana
- Ny fiarahana amin'ny olona mitady fanasitranana sy ao anatin'ny hakiviana

Izany dia adidin'ny kristianina rehetra vita batisa – ny lehilahy, ny vehivavy ary ny tanora – fa tsy an'ireo vita ordinasiona, natokana na voatendry manokana ihany. Maro ny loholona laika manokana fotoana ho fitsimbinana ny olona tsirairay na fianakaviana mandalo tsy fahasalamana, fahasahiranana, na alahelo, na fahafatesana.

Hoy Jesosy, “Izaho avy mba hananany fiainana, sady hananany be dia be” (Jao. 10:10). Amin'ny alalan'ny finoana an'i Kristy, ny fitoriana fototra amin'ny alalan'ny fiahiana sy ny dinidinika manokana dia tanterahina amin'ny fomba izay mahatohitra ny fahatahorana ny VIH sy Sida.

Ireo asa ireo dia samy anisan'ny “fiahiana pastoraly”, ka tafiditra ao amin'izany ny fikarakarana any an-tokantrano izay mavesadanja tokoa. Eo anatrehan'ny VIH sy ny Sida, dia voaantso hanamafy sy hampitombo izany asa izany ny fiangonana, ka hampiditra olona maromaro kokoa ho ao anatin'ny izany fitoriana

amin'ny alalan'ny fiahiana izany.

Ny ankamaroan'ireo izay manome fiahiana ara-panahy amin'izany sehatra izany dia tsy voaofana ara-dalàna amin'ny asa fiahiana pastoraly. Ka noho izany, ity fizarana ity dia manome ny fahalalana fototra hanampiana ny olona hanatanteraka ireo andraikitra ireo amin'ny sehatra samihafa.

### ❖ Ny fiahiana sy ny dinidinika manokana amin'ny sehatry ny VIH sy Sida

Ny teny “fiahiana” sy “dinidinika manokana” dia mifamatotra ary indraindray dia ampiasaina amin'ny toeran'ny iray ny iray. Ny fitoriana amin'ny alalan'ny dinidinika manokana dia mifanohy amin'ny fitariham-panahy ny olona mandalo zava-tsarotra izay miteraka korontana ara-pihetseham-po, ara-tsaina, ara-piarahamonina, na ara-panahy. Ka anisan' izany ny tahotra sy ny tebiteby, ny fahatsapana ho irery, ny alahelo ary ny fametrahana fanontaniana teolojika sy ara-panahy.

Tafiditra ao anatin'ny “fiahiana” ny fitserana sy ny fampiononana ireo izay niantefan'ny fahoriana sy ny fanomezana azy ireo fanampiana. Mety ho tafiditra amin' izany ihany koa ny fampiononana, ny fampihavanana, ary ny fanasitranana. Amin'ny maha- sehatra iray ao amin'ny diakonia azy, voafono ao anatin' izany ihany koa ny fitadiavana ny rariny sy ny fanovana ny tontolom-piarahamonina ireo OMMVIH.

Ny olona rehetra dia afaka mandray dinika. Ny mahatonga azy ho “pastoraly” dia miorina amin'ny fomba fijery kristianina, amin'ny fahatokiana ny fitarihan'ny Fanahy Masina, Ilay Mpananatra. Ny dinidinika manokana kristianina dia manovo avy amin'ny loharanom-panahy toy ny Soratra Masina, ny vavaka, ny hira, ny zavatra litorjika, sy ny sakramentan'ny Fanasan'ny Tompo ho fanafahana, ho fampaherezana ary ho fahatanterahana ao anatin'ny fiangonana ny maha- vatan'i Kristy (raha mitady tahirin-kevitra biblika mihoatra noho izany ianao dia jereo ny Fanampiny faha-3)

Ny filazantsaran'ny fiasan'Andriamanitra ao amin'i Kristy no ifotoran'ny dinidinika manokana, amin'ny alalan'ny herin'ny Fanahy Masina, mba hitondrana fiainambaovao eo anivon'ny fijalian'ny olona. Fifandraisan'ny olombelona tsotra izany, izay miara-mandeha amin'ny fifanajana, mba hahafahany manazava sy mifankahazo momba ny zavatra iainan'ny iray, ka mba hahitana fahafenoana ao anatin'ny fijaliana. Lalana voatokana izay andehanan'ny olombelona malemy sy be fahotana mitady valim-panontaniana, fanasitranana sy fanavaozana. Miaraka amintsika amin'izany lalana izany Jesosy Kristy, ary ampahafantariny antsika ny zavamiaina momba an'Andriamanitra. Amin'ny fahafantarana fa manimba antsika rehetra ity aretina ity, dia miray hina amin'ireo OMMVIH mandalo zava-tsarotra, ara-tsaina ara-pihetseham-po, hatezerana, ahiahy, tahotra, sy fahatsapana fa ilaozan'ny olona.

Ny fiahiana pastoraly sy ny dinidinika manokana dia midika fanatonana fa tsy fanalavirana ireo namantsika OMMVIH.

### **Tarigetra sy Tanjona**

Ny tarigetra amin'ny ankapobeny kendren' ity fitoriana ity dia ny fampanjariana ny Vaovao Mahafaly voambara ao amin'i Jesosy Kristy ho azo tsapain-tànana. Ka mahatonga ny olona hifanome fanantenana sy mifampahery no sady manondro an'Andriamanitra ho loharanom-pamonjena sy fanasitranana.

Amin'ny tantaran'i Mosesy sy ny Israelita, dia nisy menarana misy poizina nandoza ny olona tany an'efitra. Tsy nesorin'Andriamanitra ny menarana, fa nandidy an'i Mosesy hanamboatra menarana varahina Izy ka hametraka izany amin'ny hazo lava ka raha mijery an'izany ilay olona dia tsy ho faty fa ho velona (Nom. 21:1-8). Toy izany koa, nohomboana tamin'ny hazo fijaliana izay sarin'ny fahafatesana Jesosy, ary teo no nandreseny ny herin'ny ratsy sy ny fijaliana ary nanafaka antsika rehetra tamin'ny herin'ny fahafatesana. Izany no hafatra entin'ny fiahiana pastoraly sy iainana ao aminy (Mat? 8:16-17 sy Mark. 9: 25-62). Ka amin'izany ny fitoriana amin'ny alalan'ny fiahiana dia fihaonan'ny samy olombelona izay mamela antsika hihaona amin'i Kristy voahombo sy nitsangana tamin'ny maty

Ireo tanjona lehibe amin'ny fiahiana ara-panahy sy ny dinidinika manokana amin'ny sehatry ny VIH sy Sida:

- Ny fanaraha-maso mba ho voahaja tsara ny hasina maha olombelona, ary hasandratra hatrany ny fahamasinana sy ny fahatsaran'ny fiainana.
- Ny fampirisihana ny firaisan-kinan'ny olona amin'ny alalan'ny fifanohanana mba tsy hisy ny fankahalana na ny famelana olona ho irery noho izy mitondra ny VIH.
- Ny fampiononana, fampaherezana ary fampirisihana ny olona hametraka ny fahatokiany amin'i Jesosy Kristy izay mahaleo ny herin'ny ratsy sy ny fahafatesana.
- Ny fampirisihana ny olona rehetra hanaraka ny fepetram-pisorohana mba hisakanana ny fiparitahan'ny aretina.

### **Ny Zavatra Tokony Hialana**

Ny fitoriana amin'ny alalan'ny fiahiana sy ny dinidinika manokana dia tsy filazana amin'ny hafa ny zavatra tokony hataony tsy akory fa fanomezana azy toro-lalana na valin-teny. Ny OMMVIH dia mila fanajana, fandraisana, toky, ary fitserana marina. Ireto fomba fanatonana ireto dia manome toerana malalaka ho an'ny olona misalasala hanokatra ny fony sy hizara ny tantarany. Ka amin'izany ny olona izay mitantara sy ny olona mihaino dia samy afaka mamantatra bebe kokoa momba ny toe-javatra misy.

Ny fitoriana atao amin'ny alalan'ny fiahiana sy ny dinidinika manokana dia tsy miankina amin'ny fahaizana miresaka fa amin'ny fahaizana mihaino.

Amin'ny fiahiana sy ny fandraisana dinika dia tsy azontsika atao ny mametraka ny tenantsika ho ambonin'ny hafa sy ho marina;

Ny naman'i Joba dia nihevitra fa nanao fiahiana pastoraly tsara tokoa tamin'ny fikirizany nilaza tamin'ny Joba fa ny fahotany no nahatonga ny fijaliany. Notenenin'izy ireo i Joba mba hiaiky heloka sy hibebaka (Joba 4 sy 11). Arakaraka ny nitenenan'izy ireo an'i Joba no vao mainka niaro ny fahamarinany i Joba, ka nampisaraka an'i Joba sy ny namany. Tsara ny fikasan'izy ireo, kanefa tsy nety ny fomba nentina nanatanteraka izany fikasana izany.

Ny olona mijaly sy ory dia te hamerimberina ny tantarany; mila faharetana sy fahaizana mihaino izany. Mety ho azo atao koa indraindray ny fizarana zavatra niainanao mba hampaherezana azy, nefa tsy tokony hatao ivon'ny resaka izany. Rehefa mahatsapa ny tenany ho mila olona hihaino azy ny mpandray dinika dia tokony hiantso fanampiana avy amin'olon-kafa izy.

### ❖ **Ny fanomanana amin'ny fiahiana sy ny dinidinika manokana**

- **Vaovao mitombina sy ara-potoana:** Ny tsy fahampian'ny vaovao mikasika ny VIH sy Sida dia nitondra fahoriana tsy tambo isaina. Noho izany zava-dehibe ny fijerena indray mandeha ny fizarana voalohany amin'ity boky kely ity, raha toa ka ilaina izany, sy ny fanovana araka izay zava-misy hitan'ny dokotera. Ny mpiara-mivavaka sy ny olon-kafa ao amin'ny fiarahamonina dia tsy maintsy manohy ny fifampianarana momba ny fomba fifindran'ny VIH, ny fisorohana mahomby, ny korontana ara-tsaina, ara-piarahamonina, sy ara-teolojia izay mifandray amin' io aretina mihanaka io, sy ny fomba entina hiatrehana izany. Zava-dehibe koa ny fahalalahana ny zava-misy eo antoerana atrehin'ny OMMVIH. Anisan'izany ny fisian'ny fanafody, ny dinidinika manokana sy ny ivotoeran' ny fanaovana fitiliana, ny fikambanana manohana samihafa. Misy fiantraikany amin'ny sehatra ara-toe-karena, na ara-tsosialy sy arakolontsaina ny fisian'ny VIH
- **Ny fanatrehantsika ny tahotra:** tsy maintsy jerena mialoha ny tahotra ny hifanerasera amin'ny OMTVIH, izay mety hitondra mankany amin'ny fanavakavahana sy fanilikilihana ary fanalam-baraka.
- **Ny vavaka sy ny famakafakana ara-panahy:** ny fitoriana amin'izao sehatra izao dia mila **famakafakana** mitohy sy fandinihana. Anisan' izany ny fangatahana fitarihana avy amin' Andriamanitra mba hahitan'ny olona mijaly sy ilay manolotra fiahiana fanantenana ao anatin'ny zava-manjo.

#### **Kalita manan-danja**

- **Fandraisana sy fifankatiavana:** Ataovy izay hahatsara fandraisana ny olona rehetra mba hahatsapany fa misy tia, miaro, ary afaka mitantara malalaka ny fiainany izy. Mampirisika ny olona hiresaka malalaka momban'ny fiaretana nandalovany tamin'ny fianany izany, ary afaka mitarika azy ho any amin'ny fahasitranana, ny famelan-keleka, ny fampihavanana, ary ny fiovana.
- **Fanorenana fahatokisana:** Kolokoloy ny fifandraisana misokatra sy feno fifampatokisana amin'izy ireo mba hisy tokoa ny fifanakalozana azo antoka sy ny tsiambaratelo. Manampy ny olona hisokatra amin'ny hafa izany sy mamela azy hiditra ao amin'ny tantaram-piainany. Ny fifandraisana feno fifampitokisana dia mitaky famaritana: tanjona ho an'ilay fihavanana, ny fizotrany, ny fetrany sy ny zavatra andrasana aminy.

- **Ny tsiambaratelo:** Ny fitandrovana ny tsiambaratelon'ny olona dia fitsipika fototra amin'ny dinidinika manokana. Mamelatra ny fiainany eo imason'ny hafa ilay olona amin'ny fahatokiana fa tsy ho voatantara amin'ny hafa ny fiainany ka hanjary resaky ny olona. Rehefa tsy azony antoka fa ho voatazona ny tsiambaratelon'ny olona, dia mety hanakatona ny varavaram-piainany amin'ny hafa izy. Avahana amin'ny izany ny fampitahorana, ny herisetra manimba, rehefa mitady hamono tena na misy loza mitatao amin'ny ilay olona.
- **Fitandremana amin'ny teny ampiasaina:** tokony haneho fanajana sy fanomezana hasina ilay olona ny teny amam-pihetsika mba hampatoky azy fa tsy hahatonga fihafahafana. Aza mampiasa teny izay manohina ny fanavakavahana, ny fanilikilohana ary ny fanalam-baraka. Ezaho ho fantarina hatrany ny fiovana misy eo amin'ny teny ampiasaina sy ny fahalalana azo tovozina eo amin'ny sehatry ny VIH sy Sida.
- **Fahatsiarovan-tena:** fantaro tsara ny herinao, ny fahalemena sy ny fetranao, ary ny fahaizanao mifehy ny alahelona sy ny fihetseham-ponao. Ny fahazoana misokatra amin'ny fianarana sy ny fivelarana dia manamafy ny fifampitokisana. Mety hanimba ny fahatsaran'ny fiahiana omentsika ny hafa ny tahotra ao anatintsika, ny fitsarantsika, ny finoantsika, ny fomba fiainantsika amin'ny OMMVIH, ny fahalalantsika momba ny VIH ary ny fahazoantsika ny finoana.
- **Fifantohana:** zava-dehibe ny fanavahana ny VIH sy ny olona voan'ny Sida. Tsy ho fanoherana ilay olona no anaovana ny ady, fa ho fanoherana ny VIH sy ny fahasahiranana rehetra entiny. Tokony hifantoka amin'ny ilay olona sy ny karazana fandrosoana tiana hatao aminy hatrany ianao.
- **Ny fitserana:** Ny fitserana dia tsy midika hoe tsy maintsy malahelo ny hafa na maneho fahontsana azy. Mirakitra fitiavana izany fitserana izany, fiahiana lalina sy ny fanantenana fa hisy ny fahasitranana sy ny fahafenoana. Ny fitserana dia ny fanekena ho lalana fampitana ny famindrampon'Andriamanitra amin'ny alalan'ny fijoroana miaraka amin'ny ory. Aseho amin'ny alalan'ny hatsaram-panahy, ny fandraisana ary ny fitiavana izany.
- **Hamafiso ny hasina sy ny lanjan'ny olona rehetra:** tamin'ny andron'i Jesosy, ny olona voan'ny habokana dia nosokajina ara-ritoaly ho maloto sy voailiky ny fiarahamonina. Araka izany rehefa nikasika ireo voan'ny habokana ireo i Jesosy dia lasa naloto koa izy ara-ritoaly. Hatramin'izao androntsika izao, ny OMMVIH dia atao toy ny olona voan'ny habokana koa. Fa tsy tokony hanao izany isika, fa ohatra ny nataon'i Jesosy, tsy maintsy manamafy ny hasina sy ny lanjan'ny olona rehetra isika amin'ny maha olona tian'Andriamanitra azy.

❖ **Tsy maintsy toherina ny fanilikilohana sy ny fanavakavahana ary ny fanalam-baraka**

Ny fahazoana ny VIH dia matetika ampiarahina hatrany amin'ny fitondran-tena ratsy, fivarotan-tena, ny tsy famehezan-tena manoloana ny firaisana ara-nofy, ny fampiasana zava-mahadomelina tsindromina amin'ny lalan-drà, ary amin'ny sehatra sasany, ny fanaon'ny mpanelaka (homosexuel), ny mpila lahy no sady mila vavy, na koa ny zavatra rehetra fanaon'ny olona tsy mirona amin'ny fitambaran'ny lahy sy ny vavy. Noho izany fanambarana toe-javatra izany dia lasa alaina baraka ny OMTVIH sy iharan'ny fanavakavahana sy fanilikilohana. Misy koa ny mihevitra fa famaizana avy amin'Andriamanitra noho ny fahotany no mahatonga ny OMTVIH. Rehefa mitarika ny olona tsy hazoto handray tanana ireo OMTVIH, na hiray kapoaka fandraisana aminy, manjary maka endrika fitsitokotokoana manavakava-bolo-koditra izay mila toherina sy fongorina tanteraka.

Ny fanalam-baraka mifandraika amin'ny VIH sy SIDA dia manamafy orina ny fanavakavahana sy ny tsy fitoviana ara-piarahamonina mifototra amin'ny maha-lehilahy na maha-vehivavy, ny fitiavana lahy na vavy, na ny toeram-piaviana. Ny fanalam-baraka dia mahatonga ny fanambaniana ny antokon'olona sasany ary manandraitra ny sasany heverina ho tsara fitondran-tena kokoa. Ny fanilikilihana, ny fanavakavahana ary ny fanalam-baraka dia mifanohitra amin'ny zo fototry ny olombelona: matetika dia mahavery asa izany na arian'ny fianakaviany sy ny namany Manameloka ny OMTVIH ny fianakaviana indraindray fa mitondra henatra sy fanalam-baraka ho azy.

Ny fanilikilihana, ny fanavakavahana ary ny fanalam-baraka miaraka dia sakana amin'ny fiadiana amin'io aretina mifindra io, ary manome hery azy mihitsy amin'ny ankapobeny.

Lasa matahotra ny fanilikilihana, ny fanavakavahana mihoatra noho ny aretina ny olona.

**Fanovana ny fanilikilihana, ny fanavakavahana, ary ny fanalam-baraka**

“Tsy maintsy tia ny tenako aho ary tokony iainako ny tsy fanavakavahana vao afaka tsy hanavakavaka ny hafa.”

ELCA News Service,  
22 Novambra 2006,

Amin'ny [www.elca.org/news/Releases.asp?a=3489](http://www.elca.org/news/Releases.asp?a=3489)

Ny fanovana ny fanilikilihana, **ny fanavakavahana, ary ny fanalam-baraka**

ho fiahiana sy dinidinika manokana dia anisan'ny fanamby lehibe indrindra. Tsy maintsy re ny zavatra niainana sy ny fomba fijerin'ny olona miaina miaraka amin'ny VIH sy SIDA ka anovozan-kevitra hanoherana ny fanilikilihana, **ny fanavakavahana, ary ny fanalam-baraka**. Amin'ny alalan'ny fanovan'ny fiangonana ny fijeriny momba ny OMMVIH sy ny fanandratany ny feony hanohitra ny fanavakavahana ihany no ahafahana manome toky fa azo antoka tokoa ny fijoroany vavolombelana.

Ny fomba fandikana sy ny fanambarana ny Soratra Masina izay mampirisika ny fanilikilihana, ny fanavakavahana, ary ny fanalam-baraka dia tsy maintsy toherina sy hazavaina indray mandeha. Diniho tsara ny fandraisan'i Jesosy sy ny fanekenany ny olona izay nalaina baraka ka natao hoe moloto sy mpanota:

- Tamin'ilay olona voan'ny habokana ka nailikilika dia “Naninjitra ny tanany Jesosy ka nanendry azy” (Mat.8:3)
- Tamin'ilay vehivavy Samaritana izay tsy tian'ny olona ka nitenenan'i Jesosy hoe “Omeo Aho ho sotroiko”(Jao4:7)
- Tamin'i Levy, izay mpamory hetra, anisan'ny noheverina ho farany izay mpanota indrindra, no nilazan'i Jesosy hoe “Manaraha ahy” (Mark. 2:14)
- Tamin'ilay vehivavy izay nandeha rà nandritra ny taona maro izay nosokajiana ho moloto ara-ritoaly no nitenenan'i Jesosy hoe “Matokia ry zanako-vavy, ny finoanao no efa nahasitrana anao” (Mat 9:22)

Amin'ny alalan'ireo ohatra ireo, ny fiangonana, Tenan'i Kristy amin'izao androntsika izao, dia tsy maintsy mandray an-tanana sy mijoro vavolombelona amin'ireo izay miaritra fahoriana vokatry ny aretina. Ny firesahana malalaka ny voka-dratsy ny aretina dia mety hampitsahatra ny fanilikilihana, ny fanavakavahana ary fanalam-baraka. Ka noho izany,

- Amporisiho ny olona hieritreritra mikasika ny traikefany momban'ny niainany ny fanilikilihana, ny fanavakavahana ary ny fanalam-baraka ka anontanio azy ny fihetseham-pony tamin' izany.
- Iangavio ny OMMVIH hizara ny fomba niainany ny fiantraikan'ny ny fanilikilihana, ny fanavakavahana ary ny fanalam-baraka teo amin'ny fiainany
- Antanio azy ny fomba niatrehany ny fanilikilihana, ny fanavakavahana ary ny fanalam-baraka. Inona no nanampy na tsy nanampy azy?
- Hadihadio inona no azon'ny fiaraha-monina atao hanafoanana ny ny fanilikilihana, ny fanavakavahana ary ny fanalam-baraka amin'ny VIH sy Sida.

#### ❖ Ny mahazava-dehiben'ny Fanaovana Fitoliana VIH

Noho ny fahatahorana ny fanalam-baraka matetika dia aleon'ny olona tsy mamantatra ny toe-pahasalamany mikasikany VIH. Mitarika mankany amin'ny fivoaran'ny aretina sy ny fihanakany anefa izany. Matahotra ny olona ny hanao fitoliana, ny hanambara fa OMTVIH izy, ny handray fepetra hiarovana ny hafa, ny hitady fitsaboana. Mety izy ihany no hanala-baraka ny tenany, ka hahatsapa ny tenany ho very hasina, hanozona ny tenany na hanokantena tanteraka ka hiala amin'ny fiaraha-monina.

Ny olona tsirairay sy ny fianakaviana dia samy amporisihina hanao fitoliana, kanefa tsy voatery hilaza ny valim-pitoliana amin'ny hafa izy. Ny olona mitondra ny tsimokaretina VIH dia tsy tokony ho terena hilaza izany ampahibemaso. Ny olona izay nampahafantarina fa mitondra ny tsimokaretina VIH dia mila olona ho eo anilany mba hanampy azy amin'ny fihetseham-po mety hitranga, amin'ny fitadiavany ny fitsaboana ilainy ary amin'ny fepetra tokony ho raisiny hisorohana ny famindrana ny tsimokaretina amin'ny hafa.

#### ❖ Ny fampiasana sy ny fiankinan-doha amin'ny zava-mahadomelina

Amin'ny fiahiana ara-panahy ny olona miankin-doha amin'ny zava-mahadomelina ary OMMVIH dia ilaina ny mamantatra ny zavatra rehetra mifamahofaho amin'izany. Ho an'ny olona sasany, ny fandraisana zava-mahadomelina dia raisiny ho vaha-olana hanatrehana ireo fahasahiranana ara-piarahamonina, ara-pianakaviana, ny tenany manokana. Ka noho izany manampy azy tokoa ny fidiranao ao anatin'ny tontolony, ny hihainoanao ny tantarany sy ny fahazoanao ny fomba fijeriny mba hahafahana mitady fomba handrosoana amin'ny fifanakalozana.

#### ❖ Ny fomba fiainana samihafa ny maha-lahy sy maha-vavy

Ny olona manao fiahiana ara-panahy sy manao dinidinika manokana dia antenaina hanokatra varavarana amin'ny rehetra, anisan' izany ireo olona izay manana fomba fiainana samihafa. Tena zava-dehibe ho an'ny OMMVIH ny fisiana eo anilany am-pitiavana, ny fahazotoanao miaraka aminy sy hanazava ny zava-misy iainany ary hifanakalo hevitra aminy hitadiavana vahaolana. Mety hisy koa ireo toe-javatra mahakasika ny fomba fiainany izay mila ho tandremana, satria ny ministeran'ny fiahiana sy ny dinidinika manokana dia tsy mifototra amin'ny fitsarana ny fomba fiainan'ny olona. Tokony ho jerena amin'ny maha zanak'Andriamanitra azy daholo ny olona. Toy ireo olona mirona amin'ny fitambaran'ny lahy sy ny vavy, **ny mpanelaka** ary ny mpila lahy sy vavy miaraka izay manana ny hasina mahaolombelona. Samy mendrika ny hahazo anjara avy amin'ny ministeran'ny fiahiana sy ny dinidinika manokana avokoa izy rehetra avy amin'ny fiangonana, satria ilainy ny ho

olombelona feno ara-panahy, ara-pihetseham-po hanatsarany ny fihavanana amin' Andriamanitra, amin'ny olona ary amin'ny tena manokana.

### ❖ Mila dinihina indray mandeha ny fomba amam-panao

Ny kolontsaina dia lafin-javatra iray mampiavaka ny fiarahamonina sy ny firaisankin' ny olombelona. Na eo aza izany dia mety ho sakana amin'ny ady atao amin'ny VIH sy SIDA, indrindra raha ny kolontsaina manamafy ny fanilikilihana sy ny fifindran'ny tsimokaretina. Anisan'ny lafin-javatra ao amin'ny kolontsaina (jereo ny fizarana faha2) ny: tsy fitovian-jo ny vehivavy sy ny lehilahy, ny herisetra amin'ny vehivavy na ny lehilahy, ny fanararaotana vehivavy sy zazavavy, ny famorana ny vehivavy, ny fananana olona maro iarahana manao firaisana ara-nofo (anisan'ny izany ny fananana vady maro), ny fanaovana firaisana ara-nofo mba hanaporofa fa tonga taona ny lehilahy ary ny fiheverana diso fa ny fanaovana firaisana ara-nofo amin'ny vehivavy virjiny dia afaka manasitrana amin'ny VIH. Ny fanoherana ireo fomba amam-panao ireo dia fanamby ho an'ny fiangonana mijoro vavolombelona amin'ny alalan'ny filazantsaran'ny fanafahana sy fiainana be dia be ho an'ny rehetra.

Mila tomanana ny soatoavina rehetra apetraky ny kolontsaina mba ahalalana raha tena miaro ny fianana tokoa izy na tsia

Amin'ny kolontsaina sasany fady ny miresaka momban'ny maha-lahy sy maha-vavy. Sarotra amin'ny ray aman-dreny ny miresaka momba ny maha-lahy sy maha-vavy amin'ny zanany. Araka ny fomba nentin-drazana sasany, ny vehivavy maty vady izay mbola misaona ny vadiny dia mila "diovina", izany hoe asaina manao firaisana ara-nofo amin'ny rahalahin'ny vadiny izy. Ny fanoherana ny fomba amam-panao toy izany dia fanamby sy mila havaozina indrindra amin'izao andron'ny VIH sy Sida izao

Ny hasina sy ny hajan'ny ain'ny olombelona dia mavesan-danja mihoatra noho ny fitandrovana ny soatoavina apetraky ny kolontsaina. Izany indrindra no antony niaretan'i Kristy sy nahafatesany. Amin'ny fanoharana momba ny ondry very, (Lio. 15:1-10), nampianarin'i Jesosy antsika fa ny ain'ny olona iray izay ahiahiana ho very dia manan-danja lehibe imason'Andriamanitra ka nandaozany ny 99 sisa mba hitadiavana azy sy hamerenana an'io anakiray very sy natahorana ho faty io.

### ❖ Ny fitokana-monina

Ny OMMVIH matetika dia mitoka-monina sy manalavitra ny hafa noho ny fanavakavahana, ny fanamelohana avy amin'ny fiangonana sy ny fiarahamonina. Ny sasany aza mety hanala ny tenany amin'ny fiarahamonina sy ny fiangonana. Matetika mihataka ny OMMVIH noho ny tahotra ny fitsarana ivelany ataon'ny olona, ny fampifandraisana ny aretina amin'ny fitondrantena, ny fitsaran'ny fianakaviany, ny havany sy ny namany akaiky. Andraikitra sy fanamby ho an'ny fiarahamonina kristianina iray manontolo ny fanoherana ny fitsaratsarana sy ny fandravana ireo rindrina mampisaraka antsika amin'ny hafa. (Efe. 2:14)

Ny fitokana-monina dia mahatonga ny olona hanalavitra an'Andriamanitra koa. Tsy maintsy ihoaran'ny fiangonana ny rindrin'ny tahotra sy ny fitsarana fitondran-tena ka hijoro vavolombelona amin'ny fampihavanan'i Kristy. Araka ny nosoratan'i Paoly, "Andriamanitra ao amin'i Kristy nampihavana an'izao tontolo izao, ka tsy nanisa ny fahadisoany; ary efa napetrany aminay ny teny fampihavanana" (2 Kor. 5:19)

### ❖ Ny henatra sy ny fanamelohan-tena

Mety manamelo-tena ny OMTVIH, na mihevitra fa avy amin'ny famaizan'Andriamanitra azy ny fahoriany. Izany dia hamafisin'ny fitsaratsaran'ny fiangonana sy ny fiaraha-monina. Vokatry izany ny OMMVIH dia mijaly noho ny fanamelohan-tena sy ny fahatsapana ho voaozona.

Zava-dehibe eto ny Filazantsaran'ny Fahasoavan'Andriamanitra. Ny olona manamelo-tena sy mahatsapa ho tompon' andraikitra amin'ny fahazoany ny VIH dia mila mandre sy mahatsapa ny famindram-po sy ny famelan-kelok'Andriamanitra. Izany no ivon'ny fiahiana ara-panahy, fanafahana ny henatra sy ny fanamelohana ary ny fampanantenana fiainana vaovao ao amin'i Kristy.

Tsy midika tsy fiheverana ny adim-panahy lalina ao anatin'ny izany. Ny fahafantarana sy ny firesahana momba ny loharanon'ny henatra sy ny fanamelohan-tena dia manamafy ny fanomezana lanja ny famelan-keloka. Raha tsy izany mantsy dia azo oharina amin'ny fanafody fanosotra ny fahasoavana, izay hosorana amin'ny bay tsy nodiovina mialoha ary tsy nokarakaraina tsara.

### ❖ Nahoana no tonga amiko izao?

Ny fahasorenana ara-panahy sy ara-pihetseham-po dia mety hahatonga ny OMMVIH sasany hanontany hoe: vokatry ny fahotako sy famaizan'Andriamanitra ahy ve no mahatoga ahy hiara-miaina amin'ny VIH? Na koa: Inona no nataoko? Tsy mora valina ireo fanontaniana ireo. Ny tantara ao anatin'ny Baiboly momba an'i Joba dia maneho ny fahasarotan'ny famaliana ny fanontaniana hoe "nahoaana?" raha niezaka hanome valiny marina an'io fanontaniana io ny naman'i Joba.

Na dia misy tambiny daholo ny fanapahan-kevitra ny olona, ny filazana fa OMTVIH ny olona iray noho ny fahotana dia mampitombo ny fanilikilihana sy ny fanavakavahana ary ny fanalam-baraka ka mampihemotra ny ezaka efa natao hanampiana ny OMMVIH. Ka noho izany ny fiahiana pastoraly dia tokony hifantoka amin'ny fampanantenan'i Jesosy hamela heloka sy hanasitrana, fa tsy hifantoka loatra amin'ny famaliana ny fanontaniana hoe "Nahoana?".

### ❖ Azo anaovana dinidinika manokana sy fiahiana ny fotoam-pandevenana

Amin'ny fotoana sasany, hafa ny fandaminana ny fotoam-pivavahana fandevenana ny olona fantatra fa maty noho ny Sida, ary misy koa ireo pastora izay tsy manao ny zioga fanaovany amin'ny fandevenana tsotra. Ny fomba manavakavaka toy izany dia mampitombo ny tahotra, ny fitokana-monina, noho izany mila toherina. Ao anatin'ny fiarahamonina sasany, ny fiantraikan'ny VIH sy ny Sida dia miseho amin'ny alalan'ny fahamaroan'ny olona maty. Noho ny fisian'ny fandevenana maro izay mety mihoatra noho ny tokony ho izy izay tsy maintsy notanterahina ao anatin'ny fitandremana iray, tsy dia nanam-potoana sy hery hoentina hanatanterahana ny andraikiny hafa amin'ny fitoriana ny Filazantsara ny mpitondra fiangonana. Ny fandevenana dia fotoana azo hararaotina anaovana fiahiana pastoraly araka ny ho an'ny namana sy fianakaviana hanohanana sy hampiononana azy ary hampitana ny hafatra fampanantenana ao amin'i Jesosy Kristy.

Ny karazana teny ampiasaina amin'ny fotoam-pivavahana fandevenana dia zava-dehibe. Ny litorjian'ny fiangonana dia tokony ahitana lahatsoratra, hira ary fahanginana izay mamela ny

olona haneho ny alahelony ary hitalaho amin' Andriamanitra, araky ny ohatra ao amin'ny Salamon'ny fitomaniana. Ny litorjia koa dia tokony hampirisika ny olona hijery ankoatry ny fasana ka hibanjina an'i Kristy izay efa nandresy ny fahafatesana.

Amin'ny toerana sasany, misy fomba amam-panao vaovao niforona momba ny fandevenana Ny fandevenana ara-dalàna dia tsy maintsy misy vata-paty lafo, tsy maintsy misy fialam-boly ahitana olona voaasa manokana, sy fandania maro samihafa. Lany amin'izany ny vola izay azo ho entina hamelomana ny vady navela, ireo zaza kamboty sy ny ankehonana manontolo izay novelominy. Alevina ara-bakiteny miaraka amin'ny maty, ka tavela hiaina amin'ny trosa ny olona sisa velona. Ny fiarahamonina kristianina dia mila mandinika izay mety ho dikan'ireo fomba amam-panao ireo amin'ny finoany an'Andriamanitra sy ny fitiavany ny namany. Inona no fomba hafa azo anehoana ny fitiavan'izy ireo ny havany maty sy ny firaisany hina amin'ny mbola velona? Ho an'ny velona ve no andaniana vola be amin'ny fandevenana sa ho an'ny maty? Ahoana no atao hanehoana fitiavana amin'ny olona dieny izy mbola velona toy izay ny hiandry ny hahafatesany?

❖ **Traikefa sy fahaiza-manao vitsivitsy ho entina manantanteraka dinidinika manokana**

*Ny Fihainoana*

Ny olona tsirairay dia samy manana ny fifaliany sy ny alahelony izay izy ihany no mahafantatra azy. Ny fitenenana be loatra mety manjary fahavalon'ny fahalalana. Voalohany indrindra, mety ho diso ny fandraisana ny fihetseham-po sy ny fahasaratana iainan'ilay olona na tsy ho voazava tsara noho ny sasin-teny. Faharoa, mety nisy fotoana tokony nohararaotina hanampiana azy nefa tsy natao. Fahatelo, ny fitenenana be loatra dia mety hanakona ny maha eo an'i Kristy izay vahiny Masina ka tsy ahitana ny fahatongavany.

Amin'ny alalan'ny fihainoana dia miaraka amin'ireo OMMVIH isika, ka manamora ny fanasitranana sy ny fanavaozana ny hasin'ny olombelona. Ny fihainoana tsara mamela ny olona hizara malalaka ny tantarany ary hitady antony sy lalana vaovao ho an'ny fiainany. Fifantohana ara-tsaina, ara-piarahamonina, ara-pihetseham-po no ilaina fa tsy ny fihainoana ihany.

Ny fihainoana tsara dia mitaky:

- **Ny fahazoana ny teny sy ny fihetsika ampitana ny hafatra:** ny tantara momba ny olona mijaly matetika dia mifangaro fihetseham-po sy ny zavatra niainany. Ezaho ho azo izany, ifantohy tsara ary adikao ny fihetsik'ilay olona araky ny endriky ny tarehiny rehefa miresaka izy, ny hamafin'ny feony, ny fomba fihetsiny sy famaliany. Tandremo tsara anefa sao dia mivily ny resaka, sao be loatra ny fandikana atao, na manome dikany be fotsiny ny zavatra voalaza.
- **Fijerena ny sehatra amin'ny ankapobeny:** Diniho tsara ilay tontolon'ilay olona: ara-piarahamonina, ara-kolontsaina, ara-politika, ara-toe-karena, sy ny fiantraikan'izany aminy.
- **Fandraisana ny toeran'ilay olona iresahana:** Henoy tsara ary ezaho hatrany ny mifantoka amin' ilay olona araka izay azo atao. Ny fihainoana amin'ny fandraisana ny toerany dia fomba iray hidirana sy hamantarana ny zavatra iainany, ary hamerenana aminy ny zavatra rehetra norenesina.

Teknikam-pihainoana hafa: ny fijery mifanatrika, fipetraka mahitsy, saina misokatra, liana amin'ny zavatra lazainy. Ny fihainoana dia mifantoka amin'ny resaka ifanaovana, famintinana sy fanamarinana ny zavatra voalaza.

### ***Ny fametrahana fanontaniana***

Tsy maintsy tandremana tsara ny fomba ametrahana fanontaniana. Ny antony anaovana izany dia ho fanampiana ilay olona fa tsy fitiavana te-hahafantatra fotsiny. Ny fanontaniana “Ahoana no nahazoanao ny aretina” dia tsy manampy azy na voatery apetraka. Na dia misy ny toe-javatra mahakasika ny fitondran-tenany izay mila ho resahina ao amin'ny dinika, tsy tokony hikiry hamantatra izany isika.

Ny fanontaniana misokatra, toy ireto manaraka ireto, no mampaharisika kokoa:

- “Azonao atao ve ny manambara amiko ny tahotrao sy ny fihetseham-ponao raha nandeha hanao fitiliana ianao?”
- “Azonao atao ve ny mizara amiko ny fihetse-ponao voalohany raha vao nahare ianao (ny vadinao, ny mpiaraka aminao, ny zanakao, sns)”fa mitondra ny tsimokaretina VIh?”
- “Raha niteny ianao hoe tezitra tamin'ny vadinao (mpiaraka aminao, zanakao, pastoranao, Andriamanitra). Azonao atao ve ny hilaza izany bebe kokoa?”

Raha sorena ianao, na mahatsapa ho tapi-dalan-kaleha, na manahy ny ho lazaina, dia afaka faranana ny resaka.

Ohatra, azonao atao ny miteny hoe “Misaotra anao amin'ny fahazotoanao nizara ny tantaram-piainanao. “Azonao atao ve ny mizara amiko manao ahoana ianao izao, ary ahoana ny itiavanao hamaranana ny resaka anio?”

### ***Fampitovian-kevitra na fanamby***

Ilaina ny fampitovian-kevitra na fanamby hidirana lalin-dalina kokoa amin'ny zavatra voalaza. Zava-dehibe ny tsy fahatahoran'ilay olona. Izany dia mitaky fanomezana azy fotoana (na fampirisihana) hanazavany ny tiany ambara ary hanondro izay tsy mitombona. Ny tanjona dia ny anazavana izay manjavozavo. Ohatra: ny olona izay fatra-mpanameloka ny hafa, misalasala amin'ny fandraisana andraikitra, tsy mazoto hiresaka momba ny sehatra sasany, miala-tsiny amin'ny zavatra tsy mety miova, na rehefa tsy mazava ny lazainy.

### ***Ny fametrahana tanjona***

Zava-dehibe ny fahafahan'ny OMTVIH hiaina sy hiatrika fiainana feno. Ampirisiho hanana tanjona izy ireo amin'ny alalan'ny fisaintsainana an'ireto manaraka ireto: Inona no tiany atao? Ahoana no ahafahany manao izany amin'ny zavatra eo am-pelatanany? Iza no hanampy azy amin' izany? Tokony hazava, azo tanterahina sy refesina ny tanjona apetraka. Hadihadio izay mety ho sakana amin'ny fanatrarana ireo tanjona ireo.

Ilain'ny OMMVIH ny manadiady ahoana no afahany miaina tsara sy am-pahamendrehana?. Azo atao amin'ny alalan'ny fifanakolozan-kevitra malalaka izany, amin'ny fandinihana ny

toe-javatra toy: ny anton'ny fandehanana mitily, ny fahazoana fitsaboana, ny fisedrana ny olona momban'ny fandraisan'ny olona azy, ny filazana amin'ny vady na olon-tiana momban'ny toe-pahasalamana, ny fampihavanana amin'ny ankohonana sy ny fianakaviana, na izay mety ho zavatra ilaina andavanandro toy ny fitaovana.

### ***Ny fibanjinana ny fiainana sy ny fanantenana***

Ny miaina miaraka amin' ny aretina mitarazoka dia mitaky ny fanatrehana ny maha olona mety maty antsika. Ny fahatahorana ny fahafatesana dia anisany mahaolombelona sady ilaina ifampiresahana. Kanefa ny fifantohana amin'ny fiahiana sy ny dinidinika manokana dia tsy mirona mankany amin'ny fampahalalana ny amin'ny maha toe-javatra tsy azo ihodivirana ny fahafatesana, fa mibanjina kokoa ny fomba tsara iainana, noho ny amin'i Jesosy Kristy, fanantenan' ny fiangonana. Ny fitsanganan'i Jesosy amin'ny maty dia manome fanantenana eo anatrehan'ny fahafatesana. Araky ny voalazan'i Apostoly Paoly "fa raha velona isika, dia velona ho an'ny Tompo; ary raha maty isika, dia maty ho an'ny Tompo; koa amin'izany, na velona na maty isika, dia an'ny Tompo ihany. Fa izany no nahafatesan'i Kristy sy nahavelomany indray, mba ho Tompon'ny maty sy velona Izy" (Rom 14:8-9).

### ***Ny fanekena ny fetra***

Ny fanatanterahana ny sitrapony, ny fihombon'ny aretina, ny hatezerana lalina, ny fanamelohan-tena sy ireo zavatra ilaina andavanandro toy ny fanafody, sakafo, sy ny sarampianaran'ny ankizy dia hahatsapana ny fetran'ny tena. Ny fiekena izany dia herin'ny olona iray fa tsy fahalemena tsy akory. Tsy tsara ny miteny hoe: "fantatro tsara ny zavatra tsapanao", fa tsaratsara kokoa ny hoe: "henoko tsara ny alahelonao"; "malahelo anao aho..."; na koa "fantatro fa fotoana sarotra no lalovanao izao, anefa eto aho hanampy anao."

Raha tsy matoky tena amin' izay tokony ho lazaina na hatao ianao, dia tsaratsara kokoa ny fiaikena ny fetra ny tena ka hanoroana lalana an'ilay olona hanatona olon-kafa afaka hanome azy izay ilainy. Ireo OMMVIH koa dia afaka manoro lalana ny fomba tokony hatao mba handrosoana amin'ny fiatrehana ireo fihetsehampo mifamahofaho ao anatin' izany sehatra izany.

### ***Ny famaranana***

Zava-dehibe ny fametrahana dieny vao manomboka ny zavatra ho dinihina mba ahafahan'ilay olona manatrika ny fiainana, sy hamantarana ny fotoana tokony hamaranana ny resaka. Mety ho voan'ny fakampanahy ireo olona manao izao karazana ministra izao ka ahatsapa fa ilain'ny olona izy ka tsy hamarana ny dinidinika manokana fa hanohy azy hatramin'ny fotoana tsy voafetra. Na dia misy aza ireo toe-javatra mila fandraisana dinika maromaro, tokony hisy ny paikady izay ampirisihana an'ilay olona raisina "hitsangana ka handeha", na hitady fiahiana sy fanohanana avy amin'ny fianakaviany na avy amin'ny hafa.

### **❖ Ny fampaherezana ara-panahy ho an'ireo izay miahy**

Tsy mora ny manampy olona ao anatin'ny fiaretana; mila hery ho entina miasa izany ary mety hahatonga fahavizanana sy fahasorenana. Ka noho izany ireo izay manome fiahiana dia mila miahy ny tenany ary mandray avy amin'ny hafa koa. Nampitandrina an'i Mosesy vinanto lahiny i Jetro, "Samy ho reraka mihitsy, na hianao na izao olona miaraka aminao izao; fa

mavesatra aminao loatra izao zavatra izao, ka tsy ho zakanao irery ny hanao izao.” (Eks. 18:18). Ny fahendren’i Jetro dia mampatsiahy antsika hiahy ny tenantsika.

Ny fiahiana ny tena dia midika fanokanana fotoana sy toerana hialana ny fahasorenana sy ny fihetseham-po vokatry ny fanaovana fiahiana. Mety ho tafiditra ao amin’ izany ny vavaka, ny fianarana Soratra Masina, na ny fifanakalozana amin’ olona miahy anao (izay afaka mitandro tsara ny tsiambaratelo) I Jesosy dia nanome ny modely arahina amin’ izany tamin’ny fitokanany irery na miaraka amin’ny mpianany amin’ny toerana mangingina mba hieritreretana, hivavahana sy hanovozana hery vaovao (Mark. 6:31; Jao. 8:28).

Ny mpanao fiahiana dia mila olona hafa ho eo anilany sy hiara-dia aminy. Ny fiarahana amin’ny olona manao fitiliana, ny fiahiana ireo OMMVIH, ny fiarahana amin’ny marary, ny vadiny, ny sakaizany, ny zaza irery ao an-trano, ny fiarahana mandeha amin’ny ray amandreny ory, ny fanaovana fandevenana, ary ny fampiononana an’ireo izay misaona – adidy mavesatra daholo, mora mandreraka. Noho izany zava-dehibe ny fananan’ny olona tsirairay mandray an’izany andraikitra izany, olona izay azony hizarana ny fihetseham-pony lalina, afaka mivavaka ho azy, sy toerana izay ahafahany miala sasatra sy miaina amin’ny maha olombelona azy. (Jereo ihany koa ny fanampiny 4)

❖ **Tahirin-kevitra hoan'ity fizarana ity**

Aalton, Ritta and Veiko Munyika *et al.* (eds), *Challenging the Current Understanding of HIV and AIDS: An African Christian Perspective* (CUAHA: 2005).

Bonhoeffer, Dietrich, *Spiritual Care*, transl. by Jay C. Rochelle (Philadelphia: Fortress Press, 1985)

Dube, Musa W. (ed.), *Africa Praying: A Handbook on HIV/AIDS Sensitive sermon Guidelines and Liturgy* (Geneva: The World Council of Churches, 2004).

Hedrich, Ute, *God Breaks the Silence; Preaching in Times of AIDS*, mission 21 – protestant mission basel (Basel: United Evangelical Mission, 2005).

Fr.Igo, Robert, *Listening with Love: Pastoral Counseling, a Christian Response to People living with HIV/AIDS* (Geneva: The World Council of Churches, 2005).

Jonson, Jonas (ed.), *Pastoral work in Relation to AIDS. LWF Documentation No. 25* (Geneva: The World Council of Churches, 1988).

Maldonado, Jorge E. (ed.), *A Guide to HIV/AIDS Pastoral Counseling*. (Geneva: The World Council of Churches, 1990).

Tappert, Theodore (ed and transl.), *Luther: Letters of spiritual counsel* ( London: SCM Press Ltd., 1955)

UNAIDS, *Uniting the World Against Aids*, amin'ny  
[www.unaids.org/en/Issues/Prevention\\_treatment/stigma.asp](http://www.unaids.org/en/Issues/Prevention_treatment/stigma.asp)

USA for Africa, *HIV/ AIDS Stigma and Discrimination*, at  
[www.usaforafrica.org/knowledge/stigma.htm](http://www.usaforafrica.org/knowledge/stigma.htm)

## **Fizarana fahadimy: Fiahiana ao an-tokantrano**

Ny fiahiana ao an-tokantrano dia fikarakarana ara-pahasalamana tanterahin'ny olona voaofana na tsy voaofana any an-tranon'ny marary, fa tsy any amin'ny hopitaly ary tafiditra amin'izany ny ara-batana, ara-tsaina, ara-panahy, ary ny fampitoniana ny aretina. Amin'ny alalan'ny fiahiana tsara sy tandrify, ny tanjona dia ny hananan'ny marary fahaleovan-tena, sy toe-piainana tsara hatramin'ny farany. Mora vidy kokoa ny fiahiana ao an-tokantrano ary mety ho moramora kokoa amin'ny marary ny manatanteraka azy, fa tsy mila mandeha lavitra manatona hopitaly intsony izy, fa karakaraina ao amin'ny toerana efa mahazatra azy. Maro amin'ireo aretina miaraka amin'ny VIH sy Sida no azo tsaboina any an-tokantrano raha mahazo ny fahalalana fototra ny mpikarakara, izany indrindra no kendrena homena amin'ity fizarana ity.

Raha ny tokony ho izy, ny mpikarakara dia ofanina hahay ny fiahiana sy ny fanampiana, na hiasa an-tsitrapo izy na ho karamaina, ka hifandray amin'ny tobim-pahasalamana na amin'ny mpiasan'ny fahasalamana afaka manampy azy, hanara-maso, hanome toro-làlana sy izay ilainy. Ny mpikarakara no manatanteraka ny ankamaroan'ny asa. Ireo mpikarakara matihanina dia manolotra fanohanana fanampiny amin'ny alalan'ny fanaraha-maso, ny fampiofanana ary ny fiahiana ireo voan'ny aretina maro karazana. Zava-dehibe ho an'ny mpikarakara ny manovo fahalalana avy amin'ny zava-misy ao an-toerana, toy ny hopitaly, ny tobim-pitsaboana, ny mpiasan'ny fahasalamana voaofana, ny fikambanana mpanohana, ary ireo mpitsabo nentin-drazana.

Zavatra maromaro no ilain' ireo OMTVIH, anisan'izany ny ara-batana, ara-tsaina, ara-piarahamonina, ary ara-panahy.

#### **Ny zavatra ilainy ara-batana**

Ny mpikarakara dia tokony hanara-maso mba hahazoan'ny marary fitsaboana sy ny kojakojam-piahiana tandrify azy. Ny fihinanan-tsakafo dia zava-dehibe, ary tokony ho voalanjalanja tsara izany. Toy izany koa ny fahadiovana mba hisorohana ny aretina. Tokony hampianarina fitandrovana fahadiovana amin'ny ankapobeny ny marary sy ny fianakaviany, toy ny nify, ny volo, ny hoditra ary ny trano. Tokony hanao fanatajahan-tena ara-potoana ny marary. Raha malemy loatra izy, dia tokony hanampy azy hanetsiketsika ny tanany sy ny tongony ny fianakaviana.

#### **Ny zavatra ilainy ara-tsaina**

Ny olona manana aretina mitaiza na eo ambavahaona dia manana ahiahy maro sy tahotra. Tokony hampirisihin'ny mpikarakara hilaza ny ao am-pony izy ireo, mba hahafahany mitady vahaolana samihafa hanatrehana izany.

#### **Ny zavatra ilainy ara-piarahamonina**

Satria matetika manirery ny marary na hadino indraindray dia zava-dehibe ny hifaneraseran'ny mpikarakara sy ny fianakaviana aminy amin'ny alàlan'ny fialam-boly. Mila ampandraisina anjara amin'ny dinidinika sy fanapahan-kevitra momba azy koa ny marary.

#### **Ny zavatra ilainy ara-panahy**

Ny olona manana aretina mitaiza dia mety ho very fanantenana sy tsy te-hiaina intsony. Ny mpikarakara dia tokony hanome toky azy fa misy dikany avokoa ny minitra rehetra iainany, ary tokony hifantoka amin'ny zavatra mbola azony atao izy.

- Ampahatsiahivo ilay marary fa olona manan-kasina sy tian'Andriamanitra izy ireo
- Hamafiso fa ny fahafatesana, na oviana na oviana no itrangany, dia tsy tompon'ny teny farany ho an'ny olona matoky ny fampanantenan'Andriamanitra. (jereo ny fizarana faha 4 sy ny Fanampiny 3)

#### ❖ NY ANDRAIKITRA FOTOTRY NY MPIKARAKARA

Misy dikany lehibe ny andraikitry ny mpikarakara any an-tokantrano. Mihazona ny fahatsaran'ny toe-piainan'ny marary izy ary manome fanohanana sy fiahiana ho azy. Manome fahalalana momba ny fisorohana ny VIH, fampianarana sy fanampiana amin'ny serasera ho an'ny tsirairay, ny fianakaviana, ary ho an'ny fiarahamonina koa izy. Ankoatra ny fananana fahalalana mari-pototra sy ara-potoana momba ny aretina (jereo ny fizarana voalohany), ny mpikarakara dia tokony hahay mitandro ny fahadiovan'ny marary sy ny tranony ary misoroka ny aretina sy ny ratra. Zava-dehibe ny fahafantarana ny fanafody ilainy, ny sakafo tokony hohaniny sy ny fomba ary ny olona ahazoana fanampiana raha misy ilana vonjy tampoka.

Zava-dehibe ny ifandraisan'ny mpikarakara matetika amin'ny marary sy ny hanampiany azy mba tsy hampidirina hopitaly azy ireo amin'ny zavatra tsy dia ilàna izany. Ny mpikarakara koa dia mila manohana ara-pihetseham-po, manampy amin'ny asa andavanandro,( ohatra: famahanana sakafo, fampandroana, fampiankanjoana, fandehanana an-kabone, sy ny fikarakarana tokantrano), manome sy mampirina tsara ny fanafody sy ny zavatra ilaina ary mamantatra tsara ny fotoana tokony handefasana ny marary tsy hay karakaraina an-trano intsony any an-toeran-kafa afaka mikarakara azy. Ny mpikarakara koa dia tokony hitazona an-tsoratra ny zava-miseho amin'ny marary, ary hanampy azy amin'ny fitantanana ara-bola, ara-panjakana, na eo amin'ny sehatry ny fandovana (manampy azy hanoratra ny didim-pananany) araka ny fiangavian'ny marary.

#### ❖ NY TOMBONY AMIN'NY FIAHIANA AO AN-TOKANTRANO

Ny fiahiana ao an-tokantrano dia izay fiahiana rehetra atao amin'ny olona marary any an-tranony, tafiditra ao anatin' izany ny ara-batana, ara-tsaina ary ara-panahy. Ny tombony amin'ny fiahiana ao an-tokantrano:

- Tsy atahorana hifindran'ny aretina hafa indray ny marary
- Afaka mipetraka miaraka amin'ny fianakaviany ihany ny marary
- Karakaraina amin'ny toerana ahazoany miala sasatra sy mahazatra azy ny marary
- Voahodidin'ny fianakaviany ny marary ary mahatsapa tena ho tiana izy
- Matetika ny fianakaviana no manome ny fiahiana tsara indrindra amim-pahalem-panahy
- Voaro amin'ny tahotry ny fahitana ny fahafatesana any amin'ny hopitaly
- Voatazona ny tsiambaratelo

#### ❖ NY FIKARAKARANA AO AN-TOKANTRANO MANOLOANA NY TRANGAN'ARETINA EO AMIN'NY OMTVIH

#### HAFANAN-KODITRA

Mafana hoditra ny olona rehefa mihoatra ny 38°C ny hafanan'ny vatany. Ny hafanan-koditra (37-38°C) ateraky ny VIH sy Sida matetika misava dia miverina, fa ny mihoatra ny 38°C dia mety hampidi-doza raha toa ka tsy voatsabo. Amin'ny olon-dehibe dia mety hiteraka fahaverezan-tsaina na fibedibedena ary amin'ny zaza mety hangotsokotsoka na mifanintona. Samy mety hahatonga fahaverezan-drano amin'ny vatana ireo. Mety ho avy amin'ny VIH mivantana ilay hafanan-koditra, na avy amin'ny aretina miaraka aminy toy ny tazo, ny raboka, na ny pneмония. Amin'ny ankamaroan'ny tranga dia tsy fantatra ny mahatonga azy.

**Raha mafana hoditra ny marary:** ataovy madio tsara, ampandroy amin'ny rano matimaty na faohy amin'ny lamba mando ny vatany, tandremo tsara mba tsy hisy hahita izy rehefa ampandroina, ary rakofy amin'ny lamba maivamaivana. Ampisotroy rano betsaka izy, ohatra rano, dite, na ranomboakazo. Omeo fanafody toy ny paracetamol/panadol na Aspirine isaky ny adiny 4 miaraka amin'ny sakafo mandra-pijanon'ny hafanana, fa tsy mihoatra ny telo andro raha tsy neken'ny dokotera; araho tsara ny torolalana voasoratra amin'ny fonon'ny fanafody na eo amin'ny taratasim-panazavana. Aza mihoatra ny fatra be indrindra: pilina Paracetamol 8 (500mg) ao anatin'ny 24 ora. Tsara ho marihina fa ny ankizy mafana hoditra dia tsy tokony homena Aspirine, raha tsy neken'ny dokotera.

Amin'ireto toe-javatra manaraka ireto dia mila manatona tobim-pahasalamana farany izay akaiky azy indrindra ny marary:

- Tsy mety misava ny hafanana ao anatin'ny 2 andro nampiasana ny fanafody na dia efa narahina ireo torolalana etsy ambony.
- Ireto fambara manaraka ireto no miaraka amin'ny hafanan-koditra: mihenjana ny hatoka, manaintaina mafy ny vatana, kohaka tsy mitsahatra, torana, mavomavo ny maso, mivalana tampoka, na mangotsokotsoka.
- Tera-bao na afa-jaza vao haingana ny marary

#### **ARETIM-PIVALANANA**

Ny aretim-pivalanana dia fivalanana maranoka mihoatra ny telo isan'andro. Amin'ny ankamaroan'ny olona dia mitranga arakaraky ny fivoaran'ny VIH izy io. Mety handreraka mafy ilay olona izy io ary mety hiteraka tsy fahampian-drano. Anisan'ny fambaran' ny tsy fahampian-drano: ny vava maina, ny maso lalina, ny fahakelezan'ny fivalanandrano, ny faheverezan-tsaina ary ny tsy fahatsiarovan-tena.

Manampy azy ny fisotroana ORS na 1sy8. Anatin'ny “sachet” no ahitana azy ary afangaro amin'ny rano madio. Azo amboarina any an-trano koa ny ORS amin'ny alalan'ny fandranoana sira eran'ny sotrokely iray ary siramamy in-8 ny sotrokely amin'ny rano madio iray litatra na rano mangatsiaka avy nampangotrahina.

**Raha voan'ny aretim-pivalanana:** omeo rano be dia be, ohatra, rano madio, lasopy, ranomboakazo, ranon-tsakafo, ary halaviro ny kafe, ny dite, ny zava-pisotro mamy loatra na misy alkola. Manamboara ORS na 1sy8 ary ampirisiho izy hisotro sy hihinana araka izay tratrany. Omeo sakafo mahasalama matetika izy. Araho maso tsara izy sao voan'ny tsy fahampian-drano, ohatra, ativava maina, maso lentika, hoditra mora mivalona. Soloy sy sasao ny lamba voaloto ary mampiasà aro tanana rehefa mikarakara ireo.

Amin'ireto toe-javatra manaraka ireto dia mila entina amin'ny toeram-pitsaboana akaiky indrindra ny marary:

- Ny tsy fahampian-drano tafahoatra (maina ny ativava, mihena ny fivalanan-drano sady matroka lokony, maivamaivana ny lohany, tsy mahatombo-tsiraka, mangatsiaka ny tanany sy ny tongony, mitepo malakilaky ny fony, tsy afaka mitsangana na mandeha, tsy mahatsiaro-tena.)
- Tsy mijanona ny fivalanana
- Tsy mazoto homana–tsy afaka mihinana intsony ny marary fa reraka loatra.
- Misy rà ny fivalanany
- Mafana hoditra be izy (mihoatra ny 38°C).

Sakafo tokony hohaniny hanoherana ny areti-pivalanana:

- Ampirisiho hisotro ranon-javatra 8-10 kaopy isan'andro ilay olona hisorohana ny tsy fahampian-drano. Ny lasopy karaoty dia manolo ny vitaminina sy ny mineraly, misy pectin ihany koa izy, mampihena ny fivalanana, ary mampazoto homana.
- Mihinana sakafo toy ny vary sosoa sy ovy izay mandeha miadana ao anatin'ny tsinay ka mampihena ny fandehanana mivalana.
- Mihinana akondro sy voatabia (ny akondro, noho izy misy potassium)
- Mihinana sakafo maivamaivana in-5 na in-6 isan' andro toy izay sakafo mavesatra in-3
- Asio mioskady ny sakafo
- Mihinana sakafo mitovy hafanana amin'ny efitrano, ny sakafo mafana na mangatsiaka be loatra dia maika mampihombo ny fivalanana.
- Aza mihinana sakafo be faikapaikany (ohatra, esory ny hoditry ny anana sy ny voankazo)
- Aza mihinana sakafo voaendy
- Aza misotro ranon-javatra mamy ary tapohy rano ny ranom-boakazo sotroina
- Aza mihinana zavatra vita amin'ny ronono; ny fihinanana azy dia vao mainka hampivalana ny marary sasany. Azo iahafiana ny yaorta.

## FANAINAINANA

Miteraka fanaintainana sy tsy fahazoana aina ny toe-javatra sasantsasany mifandray amin'ny VIH sy Sida. Matetika ny mahatonga ny fanaintainana dia:

- Fivontosan'ny hozatra ([Sensory peripheral neuropathy](#) )
- Aretina an-doha vokatry ny fahavoazan'ny fonon'ny ati-doha
- [Herpes zoster \(shingles\)](#)
- Tazo
- Aretina mahazo ny vava na/sy ny taovam-pananahana ([Thrush](#) )
- [Aretin-koditra \(Extensive Kaposi's sarcoma\)](#)
- Fanaintanan'ny vanin-taolana ( [arthralgia](#))
- Fanaintainan'ny nofotra ([myalgia](#))
- Fanaintainan'ny tratra
- Fanaintainan'ny fitombenana
- Fanaintainan'ny hoditra

**Raha manaintaina:** ampio ny marary mba hanova ny fomba fipetrahanany mba ahazoany aina, iresaho izy ary omeo zavatra atao izy hanafoanana ny tebiteby. Manàna faharetana, fitiavana ary fahalalana ny mahazo azy. Ory moramora ny hozatra marary; asio lamba mafana na mangatsiaka ary ampandroy rano mafana ny marary. Omeo fanafody mampitony

fanaintainana izy toy ny Paracetamol/Panadol na Aspirine isaky ny adiny 4 miaraka amin'ny sakafo izy mandra-pijanonan'ny hafanan-koditra, fa tsy mihoatra ny 3 andro raha tsy hoe asain'ny dokotera tohizana. Araho tsara ny torolalana voasoratra amin'ny fonon'ny fanafody na eo amin'ny taratasim-panazavana. Aza manome fanafody mihoatra ny fatra be indrindra izay voafetra ho pilina na Paracetamole 8 (500mg) ao anatin'ny 24 ora. Tsara ho marihina fa ny ankizy mafana hoditra dia tsy tokony omena Aspirine, raha tsy neken'ny dokotera.

Amin'ny toe-javatra manaraka ireto dia mila entina any amin'ny toeram- pitsaboana akaiky indrindra ny marary:

- Mihamafy ny fanaintainana
- Misy fambaran'aretina hafa miseho toy ny aretin'an-doha, ny hatoka mihenjana, ary hafanan-koditra.

### **KOHAKA SY SEMPOTRA**

Ny aretin- tenda na tratra dia mety hahatonga kohaka tsy mety afaka. Mety ho sempotra koa ilay olona. Ny mety mahatonga ny kohaka na ny sempotra dia:

- Ny raboka ao amin'ny havokavoka
- Ny fivontosan'ny lalan-drivotra ([Bronchitis](#))
- Fivontosan'ny havokavoka noho ny aretina (Pnemonia)
- Ny “allergies”
- Ny “asthme”
- Ny aretim-po
- Ny fisian'ny rano ao amin'ny tratra
- Ny fisian'ny zavatra ao anaty lalan-drivotra sy havokavoka
- Ny fisian'ny kankana ao anaty havokavoka

**Raha mikohaka sy sempotra:** apetraho amin'ny efitrano be rivotra ny marary ary ataovy mahitsy tsara ny fipetrany- ny fitongilanany mankany aloha sy ny fametrahana ny sandrintanany amin'ny latabatra dia mety manampy azy. Mampiasà ondana maromaro na zavatra hanohana ny lamosiny. Mipetraha miaraka aminy ary aza avela ho irery izy (mety hampatahotra ny fahasemporana). Miresaha aminy ary ampaherezo ilay marary. Omeo fanampiana miaina (inhalation) izy raha azo atao – mampiasa ravin- kininina na solila. Omeo ranon-javatra mampandrehoa izy sy fanafody mahafaka aretin-tenda, ohatra tantely na ranom-boasary makirana. Ny fikapohana moramora ny tratra sy ny lamosin'ilay olona amin'ny tanana mivonkona dia manampy amin'ny fampandrehofana sy manamora ny fikohafana.

Mila entina amin'ny toeram-pitsaboana akaiky indrindra ny marary raha:

- Tsy miasa aminy ny fitsaboana
- Lasa mafana hoditra
- Manaintaina mafy ny tratrany, tsy mahazo aina ary tsy afa -miaina
- Mikoha-drà izy
- Mamofona ny rehoka

### **RABOKA (TB)**

Ny raboka, izay matetika mpahazo ny olona voan'ny VIH sy Sida, dia aretina maharitra izay ateraky ny mycobacterium (karazana mikroba). Matetika ny havokavoka no simbainy ary indraindray ny taova hafa. Tsy maintsy mpitsabo matihanina no mizaha azy. Anisan'ny fambaran'ny aretina raboka ny:

- Kohaka arahin-drehoka mihoatra ny 3 herinandro miaraka na tsy miaraka amin'ny rà
- Mihamahia
- Mafana hoditra amin'ny alina ary tsemboka
- Marary tratra
- Malain-komana
- Misy atody tarimo ( eo amin'ny vozona, ny tehezana (groin), sns)
- Marary ny vanin-taolana
- Aretin-damosina maharitra.

**Raha voan'ny Raboka:** ampirisiho hanaraka an-tsakany sy an-davany ny fitsaboana ilay marary. Omeo ranon-javatra sy sakafo ara-pahasalamana izy. Araho-maso tsara ny fihinanany ireo ranon-javatra ireo, ary tandremo sao misotro zavatra misy alkola na mifoka sigara ny marary ary raro izy tsy hiasa mafy loatra na mamizan-tena. Ataovy ampy rivotra tsara ny efitra atoriany. Ampio izy mba ho afaka hipetraka tsara. Toroy hevitra ny marary mba hanampina ny vavany rehefa mikohaka ary omeo zavatra misy sarony izy handrorany. Ny rehoka dia tokony ariana any an-kabone na alevina. Ampirisiho ny marary hanaraka ny fitsaboana arahi-maso mivantana na Directly Observed Treatment (DOT).

Ny “DOT” dia fomba fitsaboana ny marary voan'ny raboka izay arahin'ny mpiasan'ny fahasalamana maso ny fihinanana fanafody rehetra. Ny “DOT” dia fomba fitsaboana ekena eran-tany fa anisan'ny mahomby indrindra amin'ny fitsaboana ny raboka. Amin'ny alalan'ny fampiasana ny “DOT”, dia mahazo ny fanohanana rehetra ilainy sy ny fitsaboana feno ny mararin'ny raboka.

Amin'ireto toe-javatra manaraka ireto dia mila entina amin'ny toeram-pitsaboana akaiky indrindra ny marary:

- Tsy mihatsara ny fahasalamany.
- Mandoa ny marary aorian'ny fihinanana fanafody
- Lasa mafana hoditra na vao mainka mihasempotra
- Mijanona tsy mihinana fanafody intsony ny marary na tsy mety manaraka ny “DOT”

## **ARETIN-KODITRA**

Ny aretin-koditra amin'ny ankapobeny dia manimba ny ety ivelan'ny vatana. Ny OMTVIH matetika dia voan'ny aretin-koditra sarotra sitranina, hidihidy na radratra mangirifiry. Ny mety hahatonga izany:

- Fisehona “[allergie](#)”
- Aretin-koditra avy amin'ny hafanana
- [Herpes zoster virus infection \(shingles\)](#)
- Lagaly “Scabies”
- Tsy fahadiovana
- Mivalan-drano am-pandriana na aretim-pivalanana.
- Fery avy amin'ny fatoriana maharitra (Escarrhe).

- Ny nendra
- Kaposi's sarcoma

**Raha voan'ny aretin-koditra:** Ampandroy ara-potoana tsara ny marary amin'ny rano mafana sy savony (azo ampiasaina hapandroana an'ilay olona koa ny taharo: menaka sakafo eran'ny sotro afangaro amin'ny rano 5 litatra), tandrovny ho madio sy maina mandrakariva ny hoditra, amfangatsiaho na kopakopahy ilay hoditra, aza avela hafana na ho voan'ny rano mafana ilay hoditra. Tapaho fohy ny hoho ary tandrovny mba hadio lalandava mba tsy hisorohana ny aretina sy hisakanana ny fihaorana. Raha sendra mangidihidy dia osory kokombra na fonon-dite lena (na ravin-dite atao anaty lamba madio ary alona anaty rano mafana. Mampiasa gentiane violet, zavatra miady amin'ny baktery sy ny fungus eny amin'ny tany mafana) mba hamoahana ny nana. Ampiasao ny menaka fanosotra na "lotion" natoron'ny dokotera, ohatra, whitfield's (asidra benzoic) na lotion Calamine. Raha hita fa allergie no mahatonga ny aretina dia halaviro izay rehetra mahatonga izany (fanafody, savony, na sakafo). Sasao amin'ny rano masirasira kely ny ratra, ampiankanjo any anjo madio izy isan' andro ary asio hosory fanafody avy amin'ny dokotera. Ampirisiho hihinana sakafo mahasalama ampy tsara ny marary. Raha manaintaina ny marary, omeo fanafody mampitony ny fanaintainana toy ny Paracetamol/Panadol na Aspirine isaky ny adiny 4 miaraka amin'ny sakafo izy mandra -pijanonan'ny hafanan-koditra, fa tsy mihoatra ny 3 andro raha tsy hoe asain'ny dokotera tohizana. Araho tsara ny torolalana voasoratra amin'ny fonon'ny fanafody na eo amin'ny taratasim-panazavana. Aza manome fanafody mihoatra ny fatra be indrindra izay voafetra ho pilina na Paracetamol 8 (500mg) ao anatin'ny 24 ora. Tsara ho marihina fa ny ankizy mafana hoditra dia tsy tokony homena Aspirine, raha tsy ny dokotera no manome izany.

Amin'ireto toe-javatra manaraka ireto dia mila entina amin'ny toeram-pitsaboana akaiky indrindra ny marary:

- Lasa mafana hoditra izy
- Misy nana ilay fery
- Mitombo ny fanaintainana
- Manomboka mandeha ra
- Lasa mivonto sy mafana ny fery
- Tsy mandaitra amin'ny marary intsony ny fitsaboana.

#### NY ARETIN'NY ATI-VAVA SY NY TENDA

Ny fangirifirian'ny ativava sy ny tenda izay mahatonga ny fitelemena harary dia matetika mpahazo ny OMTVIH. Anisan'ny mahatonga ny aretina ativava sy tenda ny:

- Ratra/teboteboka fotsifotsy eo amin'ny vava sy ny tenda ([Thrush](#))
- [Herpes simplex infection \(cold sores\)](#)
- Maradratra sy vakivaky ny ati-vava
- Tsy fahampiana sakafo

**Raha voan'ny aretim-bava sy tenda:** ampirisiho ny fanotsanam-bava sy ny fanaovana gararaka (asio sira indray mitsongo ao anaty rano eran'ny vera, na bikarbonaty ½ sotrokely ranoina anaty rano ½ litatra). Mampiasa borosy nify malefadefaka na hazo kely hanesorana ny kaka. Raha misy ratra sy teboteboka fotsy dia ampifangaroy pilina na Aspirine 2 ao anaty rano ary ampikontsany in 4 isan' andro amin'ny ny vavan'ny marary. Raha misy thrush, mampiasa 1% gentian violet solution isaky ny 8-12 ora. Ampirisiho ny marary hihinana

zavatra be rano ary omeo sakafo mahasalama izy. Ampio ny marary mba ho afaka hihinan-kanina araka izay tratrany mandritra izany fotoana izany, amin'ny alalan'ny fifadiana voankazo makirana, ny sakafo misy zava-manitra sy asidra, fihinanana sakafo mitovy maripana amin'ny efitrano na mangatsiaka, fampihinanana azy sakafo malemy, misy ranondranony (ohatra, ranon-dasopy, ovy, tantely; ronono mangatsiaka, sns). Fadiana ny kafe sy ny zava-pisotro misy alkola. Raha manaintaina ny marary dia omeo fanafody toy ny Paracetamol/Panadol na Aspirine isaky ny adiny 4 miaraka amin'ny sakafo mandra-pijanonan'ny hafanan-koditra, fa tsy mihoatra ny 3 andro, raha tsy hoe asain'ny dokotera tohizana. Araho tsara ny torolalana voasoratra amin'ny fonon'ny fanafody na eo amin'ny taratasim-panazavana. Aza manome fanafody mihoatra ny fatra be indrindra izay voafetra ho pilina Paracetamol 8 (500mg) ao anatin'ny 24 ora. Tsara ho marihina fa ny ankizy mafana hoditra dia tsy tokony omena Aspirine, raha tsy ny dokotera no manome azy izany.

Amin'ireto toe-javatra manaraka ireto dia mila entina amin'ny toeram-pitsaboana akaiky indrindra ny marary:

- Tsy afaka mitelina ny marary
- Tsy afaka miaina tsara ny marary
- Tsy ampy rano ny vatan'ny marary
- Lasa mafana hoditra ny marary
- Tsy mandaitra amin'ny marary ny fitsaboana

## NY FAHAKIVIANA

Ny aretina ara-batana rehetra dia mety mahatonga fahakiviana, indrindra ny VIH sy ny Sida, noho ny toetoe try ny aretina sy ny fanalam-baraka ary ny fanilikilihana miaraka aminy. Toe-javatra maromaro no mitarika an'ilay olona ho kivy. Ho an'ny OMTVIH dia mety ho avy amin'ny tontolo manodidina azy sy fihetsehampo izany, toy ny fihetsiky ny ny fianakaviana sy ny fiarahamonina, ny fihafahafana, ny fanokana-monina, ny fisaonana, asa, na fihenanan'ny fidiram-bola noho izy OMTVIH, ary ny fahafantarana fa tsy maintsy ho faty izy. Mety vokatry ny fiovana biolojika ao anatin'ny simian'ny atidoha, ary mety ho zavatra manaranaka na mipetraka ao anatin'ny fototarazon'ilay olona (gène) no iavian'ny fahakiviana.

Ny fahakiviana dia toetry ny olona mahatsapa tena ho ambany ary isehoan'ireto soritr'aretina ireto mandritra ny roa herinandro mahery:

- Malahelo lalandava, mitebiteby, na mahatsapa tena ho tsinontsinona
- Tsy fahitana tsirony na fahafinaretana intsony amin'ny fiainana
- Fanamelohan-tena na tsy tia ny tenany ary tsy manome lanja ny tenany
- Tsy mahita tory, tsy mazoto homana, reraka, hasasarana mitohitohy.
- Kely hery ary tsy afaka mifantoka amin- javatra iray.

Ireo olana ireo dia lasa maharitra na miverimberina ka mahatonga ilay olona tsy hahay mandray andraikitra sy manefa ny asa fanaony andavanandro.

**Raha voan'ny fahakiviana:** Omeo tontolo azo antoka ilay olona ary ampandraiso anjara amin'ny asa andavanandro araka izay azo atao. Ampirisiho ny namany hamangy azy ary ny marary hilaza ny olana atrehiny amin' olona atokisany. Ampirisiho izy hifanerasera amin'ny hafa, indrindra ny namany sy ireo OMTVIH. Miresaha matetika aminy, ary ampirisiho hiresaka momba ny ahiahiny. Anaovy dinika izy, anisan' izany ny fampaherezana ara-panahy. Jereo tsara mba ho voazaha doholo ny aretina ara-batan'ilay olona ary ho voatsabo.

Amin'ireto toe-javatra manaraka ireto dia mila entina any amin'ny toeram-pitsaboana akaiky indrindra ny marary:

- Mipirimpirina ilay marary
- Tsy mety misakafo ny marary
- Te hamono tena ny marary
- Mitaraina ho tsy ampy torimaso ny marary

Fanafody “antidépessif” sy “psychothérapie” fohy sy manara-penitra dia mahomby ho an'ny 60%-80% ny olona kivy mandritra ny fitsaboana voalohany. Kanefa, latsaky ny 25% ny olona kivy (ao amin'ny firenena sasany latsaky ny 10%) no mahazo izany karazana fitsaboana izany. Anisan'ny sakana amin'ny fiahiana mahomby ny tsy fahampian'ny enti-manana sy ny olona voaofana ho amin' izany, ary ny fanilikilihan' ny fiara-monina ny marary saina toy ny kivy.

#### **NY FERY AVY AMIN'NY FATORIANA MAHARITRA**

Ny fery avy amin'ny fatoriana maharitra dia miseho rehefa tsy miovaova ny fomba fandrin'ilay olona. Izany fery izany dia mitranga noho ny tsy fahampian'ny rà mikoriana amin'ny faritra iray eo amin'ny hoditra, ka mahatonga azy ho rotidrotika sy ho faty. Matetika dia eo amin'ny faritry ny kiho, tehezana, kitrokely, vodilamosina (sacrum), na ny voditongotra, no tratrany ary tena sarotra sitranina izany.

Anisan'ny mety mahatonga ny fery avy amin'ny fatoriana maharitra ny:

- Fandriana tsy miovaova, amin'ny faritra iray amin'ny tena, mandritra ny fotoana maharitra.
- Fikasohana maharitra lambam-pandriana mioritroritra, amin'ny poti-tsakafo, na tsy fahaizana mivalan-drano amin'ny tavy.
- Ny hamandoana avy amin'ny tsy fandiovana tsara ny vatana aorian'ny fivalanandrano na fivalanana.

Ny olona efa narary nandritra ny fotoana ela, miaina ao anatin'ny tsy fahampiana, manana tambantsela tsy dia salama loatra, tsy afa-mihetsika, tsy mahatsiaro tena no voan'ny fery avy amin'ny fatoriana maharitra

**Raha voan'ny** fery avy amin'ny fatoriana maharitra: avadibadiho matetika ny marary ary ory ny toerana voatsindry isaky ny ora vitsivitsy. Ampirisiho hazoto hihetsiketsika hanao fanatanjahantena na ahitseho moramora ny tongotra aman-tanany. Amboaro isan' andro ny fandriany 'ovao ny lambam-pandriany (raha azo atao izany). Atsangano eo am-pandriana izy-aza sintonina fa maharovitra hoditra izany. Asio zavatra malemitemy eo ambanin'ilay olona marary toy ny servieta vita amin'ny hasy malemy. Ny ratra madinika dia azo diovana amin'ny rano masira ary avela ho maina. Raha tsy lalina ny fery dia azo avela ho azon'ny rivotra izy. Mila diovana isan' andro amin'ny ranon-tsira ny fery lalina. Azo asiana papay masaka koa ny fery ary rakofana lamba maivamaivana. Lamalamao amin'ny “crème” na menaka fanosotra vatana, na mena-bolon'ondry, na menaka fihinana ny hoditra rehefa mandro.

Amin'ireto toe-javatra manaraka ireto dia mila entina any amin'ny toeram-pitsaboana akaiky indrindra ny marary:

- Tsy mihatsara ny marary
- Miova loko ny hoditry ny marary

#### NY HARERAHANA

Ny havizanana, ny fahatrotrahana, dia mpahazo ny OMTVIH. Anisan'ny mety hahatonga izany:

- Ny VIH sy ny aretina hafa miaraka aminy
- Ny fahakiviana
- Anemia (tsy fahampian-drà)
- Tsy fihinanana sakafo ara-pahasalamana.
- Raboka
- Aretin'ny havokavoka
- Areti-pivalanana sy/na tsy fahampian-drano

Raha voan'ny hasasarana: ampio ny marary rehefa mandeha mivalandrano na mivalana, rehefa mandro, midina na miakatra ny fandriana, ary misakafo. Mampiasà tavy raha reraka loatra ny marary ka tsy afaka mandeha any an-kabone. Ahetseho moramora sy matetika ny tongotra aman-tanany, avadibadiho koa izy ary ory ny toerana voatsindry. Apandroy ny marary ary ezaho ho madio sy maina mandrakariva ny hodiny. Omeo ary ampirisiho ny marary hisotro ranon-javatra betsaka ary hihinana sakafo manome hery. Aza avela ho irery ny marary ary ampaherezo.

Raha tsy mihatsara ny marary dia mila entina any amin'ny toeram-pitsaboana farany akaiky indrindra.

#### NY TSY FAHAMPIANA SY TSY FANJARIAN-TSAKAFO

Atao hoe “tsy ampy sakafo” ny olona rehefa tsy ampy ny sakafo haniny na tsy ara-pahasalamana. Ny fambara ny tsy fahampian-tsakafo:

- Tsy miombo ara-dalàna ny zaza
- [Edema](#) (fivontosan'ny vatana)
- Mihamahia
- Miendaka ny hoditra
- Miova loko ny volo
- Aretim-pivalanana na/sy [anemia](#)

**Raha tsy ampy sakafo:** ampihinano ara-potoana izy; tokony hihinana karazan-tsakafo maromaro, tsikelikely mandritra ny andro izy. Asio menaka sakafo toy ny voanjo voatoto. Jereo tsara mba tsy ho sakafo tsy mahasalama sy tsy ilaina no andaniana ny vola. Omeo sakafo malemy ny marary raha sahirana izy rehefa mitsako sy/na mitelina ary ampirisiho izy hisotro ranom-boakazo maro.

Raha tsy mety mihinana ny marary ary tsy mety mandroso ny fahasalamany dia mila entina amin'ny toeram-pitsaboana akaiky indrindra.

#### ❖ NY FIHINANANA SAKAFO ARA-PAHASALAMANA

Misy fifandraisany ny fomba fisakafoanana sy ny VIH. Ny fihinanana sakafo ara-pahasalamana dia mampitombo ny hery fiarovana sy mampatanjaka. Ny OMTVIH dia tokony hihinana sakafo voalanzanjanja tsara hanampy ny hery fiarovany vatany. Ny fahazoana sakafo mahasalama dia manampy ny fiarovany vatana ary mampiadana ny fivoaran'ny aretina. Ny fiarahamonina sy ny fianakaviana dia tokony handray anjara amin'ny fampiharana ny sakafo ara-pahasalamana araka izay azony atao.

#### **NY FAHADIOVAN'NY SAKAFO**

- Tandrovny tsara mba hadio sy tsy hisy bibikely ny toerana rehetra anomananao sy ihinananao sakafo.
- Saromy tsara ny ambin-tsakafo mba hisorohana ny fandotoana azy
- Tazony hafana ny sakafo mafana ary tazony hangatsiaka ny sakafo mangatsiaka
- Aza ampirimina mihoatra ny indray andro ny sakafo masaka ary hafanao aloha vao hanina.
- Raha manana vata fampangatsiahana ianao dia ataovy ao anatin'ny sakafo sisa tsy lany rehetra.

#### **Ny rano**

- Tandremo tsara mba hadio ny rano. Ampangotraho tsara mandritra ny iray minitra fara fahakeliny ny rano (iray minitra aorian'ny fangotrahany)
- Tehirizo anaty zavatra misarona ny rano
- Manasa tanana mandrakariva amin'ny savony aloha sy aorian'ny fikarakarana sakafo

#### **Ny hena**

- Ahandrovny ny hena rehetra (henan'omby sy henan-kisoa, henan'akoho, trondro sy atody)
- Aza mihinana atody ampongotrachina tsy dia masaka loatra na hena mantamanta (misy ranony menamena)
- Sasao tsara ny toerana sy ny zavatra avy nikarakarana sakafo manta, indrindra ny hena sy ny henan'akoho, alohan'ny handraisanao sakafo hafa.
- Saromy amin'ny lamba madio ny hena (henan'akoho na ny trondro) ary saraho amin'ny sakafo hafa mba tsy hifamindra ny loto.

#### **Ny voankazo sy anana**

- Mampiasa rano madio handiovana tsara ny voankazo sy anana rehetra izay ho hanina manta
- Esory ny bobongolo rehetra hita.

#### **NY FIHINANANA SAKAFO MAHASALAMA**

Ny fihinanana sakafo mahasalama ho an'ny olona rehetra, indrindra fa ny OMTVIH, dia mitaky fihinanana **macronutriments** (glucide, lipide sy proteine), sy micronutriments (vitamina sy mineraly) ampy tsara. Ny tsy fahampiana **macronutriments** dia mampihen-danja.

- Ny glucide toy ny hita ao amin'ny tavolo sy siramamy dia manome ny hery ilain'ny vatana. Ny glucide matetika dia mora vidy ary mora hita. Mety hanampy be dia be izy amin'ny fiadiana amin'ny fahasasarana. Anisan'ny sakafo be glucide ny mofo, ny mangahazo, ny voamaina (tsaramaso, petit pois, mahalay), ny voankazo, ny vary (ny katsaka, ny varimbazaha, ny ampemba, sorghum, oats), ny voanjo, ny ovia, ny ovy, ny vomanga, ny saonjo, ary ny siramamy.

- Ny tavin-kena sy ny menaka dia manome hery entina miaina no sady manana anjara toerana lehibe ao anatin'ny sela velona. Manana anjara toerana lehibe amin'ny fitrohana otrikaina izy ireo (indrindra ny otrikaina A, D sy E) sady ilaina amin'ny zavatra miseho sasantsasany ao anatin'ny vatana. Anisan'ny sakafo misy tavin'ny sy menaka ny zavokà, ny henan'omby, ny henan'akoho, ny voanio, ny oliva, ny voanjo voatoto, ny voan-javatra, ny voanjo. Ny trondro matavy, indrindra ny lamàtra, ny “mackerel”, ny haranga, ary ny sardine dia samy feno “acide gras” izay tena ilaina. Ny voa toa ny sakoa sy ny voan'ny voatavo dia samy mahasalama avokoa.
- Ny proteine dia mihazona sy manamboatra ny tambatselan'ny vatana. Ny tsy fahampian'ny proteine dia mahatonga ny vatana hihena na simba ny hery fiarovana. Ny hena no betsaka proteine indrindra. Ny henan'akoho sy ny henam-borontsilozana dia mora levonina kokoa nohon'ny henan'omby. Ny zavatra amboarina avy amin'ny ronono toy ny habobo, ny yaorta ary ny fromazy malemy dia samy loharano azo anovozana proteine daholo no sady mora levonina. Ny hazandrano dia loharano na proteine mora levonina nefa mora masiso ka mety hanapoizina ny sakafo. Rehefa azo antoka tsara ny mahavao ny hazan-drano vao tokony hohanina. Aza hanina manta mihitsy ny trondro.

Ny singampamelona “micronutrimint, indrindra ny otrikaina A, B6, B12 ary ny “fer”, sy ny “zinc” dia zava-dehibe amin'ny fanorenana hery fiarovana sy ny fiadiana amin'ny aretina.

Ny otrikaina dia manana anjara toerana lehibe amin'ny ankamaroan'ny fiasan'ny vatana. Ny ankamaroan'ny otrikaina dia saika hita ao anatin'ny voankazo sy ny anana izay mora levonina. Arovy amin'ny otrikaretina ny hoditra ny voankazo sy ny anana. Ny fomba tsara indrindra hanasana ireto sakafo ireto alohan'ny hihinanana azy dia ny fanasana azy amin'ny ranom-boasariamakirana sy rano masira. Na afangaroy amin'ny rano iray litatra ny “eau de javel na sur'eau » na “dioxide de hydrogene” izay antsoina ihany koa hoe “eau oxygénée” eran'ny sotrokely. Ny otrikaina manaraka eto dia tena ilaina ho an'ny fahasalaman'ny OMTVIH:

- Ny otrikaina A dia manampy amin'ny famoronana sela fotsy, manatsara ny fahitana ary manome fahasalamana ny hoditra, manampy ny taolana sy ny nify izy ary miaro amin'ny aretina. Raha kely loatra ny otrikaina A ao amin'ny vatana dia mety hahatonga sery, hoditra maina, areti-maso toy ny tsy fahazakana masoandro ary ny tsy fahitana amin'ny alina, ary nify sy hoho marefo. Mety ho hita ao anatin'ny alfalfa, ny tapotsin'atody, ny anana maitso, ny atin-kena, ny ronono, sy ny voankazo ary ny anana vony sy mivolomboasary. Hita tokoa fa ny fanomezana otrikaina A ny zaza nateraky ny reny OMTVIH dia mampihena ny tsy fahasalamana, indrindra ny aretim-pivalanana. Ampirisihina koa ny reny tera-bao sy ny zaza 6 volana no miakatra hihinana otrikaina A. Ny tsy fahampian'ny otrikaina A dia mahatonga ny taha ny famindran'ny reny amin'ny zanany ho ambony, ny fivoaran'ny VIH ho Sida haingana kokoa, ny taha ny fahafatesan-jaza ho ambony ary ny taha ny fitomboan'ny ankizy ho ambony.
- Ny otrikaina B12 dia manampy amin'ny fanamboarana ny sela mena, mampatanjaka ny sela fotsy ary mihazona ny hozatra sy ny tambatselan'ny kibo sy ny tsinay. Nytsy fahampian-dra, ny fanjavonjavoan'ny saina, ny fahaverezan-tsaina, ny fanadinoana, ny olana eo amin'ny hozatra, ny sofina maneno, ny faharerana dia samy fambaran'ny tsy fahampian'ny otrikaina B12. Ahitana azy avokoa ny fromazy, ny henan'akoho, ny atody, ny fo, ny voankenana, ny atikena, ny hena mena, ny sardine, ny lamatra, ny varimbaza, ny yaorta.

- Ny otrikaina C dia manampy amin'ny fanamboarana taolana, nify, sy hihy salama tsara. Manampy amin'ny fiadiana amin'ny aretina sy ny fitrohana ny “fer” izy ary miasa amin'ny maha “antioxidant”(ny akora rehetra manohitra ny asa fanimbana ataon'ny “oxygène” ao anatin'ny tambatsela) . Raha tsy ampy ny otrikaina C ao anatin'ilay olona dia mety hiseho ny fambara toy ny fandehan'ny rà amin'ny ankanjo nify, mora maratra, matetika voan'ny sery, marary hozatra sy ny tonon-taolana, sy ny fiadananan'ny fahasitranana. Saika hita amin'ny voankazo rehetra ny otrikaina C, indrindra ny voasary, ny goavy, ny alfalfa, ny anana be maro raviny maitso, ny ovy, ny poivron, ary ny voatabia
- Ny otrikaina E dia manohana ny hery fiarovana, miaro ny lipida sy ny vitamina amin'ny “oxidation” (ny fitambaran'ny akora amin'ny “oxygène”) ary miasa amin'ny maha “antioxidant” azy. Ny volo maina, ny tsy fiterahana, ny fahalemen-dratsambatana, ny fivonkinan-kozatra, ny tsy fahatonian'ny fo, ny fahalemen-kozatra, ny olana eo amin'ny hozatra ary ny fahasasarana dia samy avy amin'ny tsy fahampian'ny otrikaina E. Ny otrikaina E dia hita ao amin'ny alfalfa, ny anana maitso antitra, ny atody, ny anana, ny voanjo, ny voanjavatra, ny varimbazaha, ary ny menaka sakafo vita avy amin'ny anana.

Mavesa-danja amin'ny fiasan'ny vatana ara-simia amin'ny ankapobeny ny mineraly. Ireto mineraly manaraka ireto dia tsy azo ialana amin'ny fihazonana ny fahasalaman'ny OMMVIH:

- Ny kalisiôma dia hita ao anatin'ny ronono sy ny trondro ary ilaina hampatanjaka taolana.
- Ny “fer” dia ilaina amin'ny fanampiana ny risikaina mandritry ny fifanakalozana “oxygène” ao amin'ny rà. Ny fanimpanina, ny faharerahana, ny aretinan-doha, ny mora tezitra, sy ny hatsatra dia samy mariky ny tsy fahampiana “fer”. Maro “fer” ny alfalfa, ny abriko, ny atody, ny anana maitso maro ravina, ny voan-kena, ny anana, ny atinkena, ny hena, ny voanjo, ny ovy, ny hazandrano, ary ny voanjavatra.
- Ny “magnesium” dia “antioxidant” tsara ho an'ny hozatra, ny nofo ary ny fandevonana ny tavikena. Ny tsy fisiana “magnesium” dia mety hitarika hovitra, ny fivonkinan-kozatra, mahatonga an'ilay olona hanana fahaserotana amin'ny fandehana mivalana (mitohana). Ahitana “magnesium” ny zavoka, ny anana maintso antitra maro ravina, ny anana, ny voanjo, ny voankazo, ny hoditry ny anana, ny hazandrano, ny voanjavatra ary ny varimbazaha.
- Ny “potassium” dia hita ao anatin'ny akondro sy ny tsaramaso ary manampy amin'ny fihazonana ny nofo.
- Ny selenium” dia hita ao anatin'ny alfalfa, ny vary mivolontany, ny tamenaka atody, ny tongololay, ny atin-kena, hena, ronono, tongolo sy varimbazaha. Tsy ahitana azy ny voly ambolena amin'ny tany kely mineraly.Misy koa ny pilina “selenium”. Tsy fitomboana, aretim-po, fahasimbana eo amin'ny pancreas, ary ny harerahana dia samy fambaran'ny tsy fahampiana selenium.
- Ny “zinc” no mineraly farany izay tsy misy ao anatin'ny tenan'ny OMTVIH. Ny “zinc” dia sady miaro ny hery fiarovan'ny vatana no sady ilaina amin'ny fandevonan-

kanina, ny fihazonana ny nofo, ny fanasitranana fery misy nana, ary amin'ny fampanjariana hery ny otrikaina A. Ny tsy fahampiana “zinc” dia mety miteraka tsy fahazotoana mihinana, aretim-pivalanana, fery tsy mety sitrana tsara, sofina maneno, aretin-koditra, tsy fitomboana halava firy, ary ny tsy fandrenesana tsiro amin'ny lela sy fofona intsony.

❖ **NY FIAHIANA NY OMTVIH ZAZA SY TANORA**  
**NY FIAHIANA NY OMTVIH ZAZA SY TANORA**

Ny tanora sy ny ankizy OMTVIH dia mety ho voan'ireo aretina matetika mpahazo ny zaza toy ny aretin-tsofina sy ny tratra. Ny aretin-kibo sy ny raboka dia mpahazo azy ireo. Matetika ahitana atody tarimo sy aty mivonto koa izy ireo. Eo amin'ny zaza, ny fambaran'aretina hita matetika dia ny hafanan-koditra, ny aretim-pivalanana ary ny aretin-koditra mahavao ny vatana amin'ny ankapobeny. Anisan'ny fambaran'aretin'ny ankizy OMTVIH ny:

- Mihamahia na tsy mety mitombo halava
- Aretim-pivalanana maharitra mihoatra ny 1 volana
- Hafanan-koditra maharitra mihoatra ny iray volana
- Fivontosan'ny atody tarimo tsy mety mihena
- Aretin'ny ativava sy/na ny tenda ( oral thrush)
- Aretin-tratra (pneumonia na raboka)
- Aretin-koditra.

Sarotra ny mamantatra raha voan'ny VIH na tsia ny zaza. Na dia tiliana amin'ny izy vao teraka sy efa lehibe ny zaza dia mety ho avy amin'ny anticorps ny reniny izay mankany amin'ny ran'ny zanany no mahatonga ny fitiliana azy ho VIH +. Ny anticorps avy amin'ny reniny dia mety hijanona amin'ny zaza hatramin'ny 18 volana. Ny fitiliana ny rà ny zazakely dia tokony haverina indray mandeha rehefa mahatratra 18 volana izy. Ny zaza ateraky ny reny OMTVIH ka marary mafy mandritra ny 2 taona voalohany dia saika azo antoka fa voan'ny VIH koa. Kanefa ny zaza salama tsara indray, izay mitombo ara-dalana, dia azo heverina ho tsy mitondra ny aretina.

Rehefa mikarakara ankizy sy zaza OMTVIH, dia manokana fotoana manokana handehanana hanao fizahana ny toe-pahasalamany sy ny fitomboany. Omeo sakafo mahasalama izy mba hampatanjaka ny hery fiarovany. Omeo feno an'ny zaza ny fanafody fiarovana amin'ny VIH sy Sida raha toa ka salama tsara ilay zaza ary tsy ahitana fambaran'ny fivoaran'ny VIH efa lasa lavitra. Tandremo tsara mba ho hita sy ho voatsabo mialoha daholo ireo aretina mpahazo ny zaza ary hamafiso ny fahitana sy fitsaboana mialoha izay mety ahiahiana ho raboka amin'ny fianakaviana iray manontolo.

Ny ankamaroan'ny aretina miaraka amin'ny VIH dia aretina tsotra mpahazo ny olona andavanandro izay azo sorohina na tsaboina any an-trano, na eny amin'ny toeram-pitsaboana. Zava-dehibe ny itsaboana avy hatrany ny aretina.

**Torolalana fanampiny ho an'ny fiahiana ny zaza sy ny tanora OMTVIH:**

- Ny zaza OMTVIH dia tokony hatao araka izay fanao amin'ny zaza rehetra. Ialao ny fanalam-baraka sy ny fanilikiliana. Ampirisiho izy hiara-milalao amin'ny ankizy namany.
- Aza afenina amin'ilay zaza ny aretiny.
- Ny fanafody dia mety hiteraka voka-dratsy. Raha misy aretin-koditra na hafanan-koditra ilay zaza dia ajanony avy hatrany ny fanafody ary milà hevitra amin'ny mpitsabo

- Araho maso tsara any zaza mba hahazoany fanohanana ara-pihetseham-po sy fampaherezana. Zava-dehibe ny ihainoana ny fanontanian'ny zaza sy ny ahiahiny.
- Ny fitomboan'ny zaza OMTVIH dia mety ho miadana kokoa ary mety ho menatry ny fahakelezany izy. Mila fanohanana ara-pihetseham-po izy amin' izany.
- Jereo tsara mba tsy hizaka samirery ny asa ao an-tokantrano ilay zaza amin'ny alalan'ny fanentanana ny fianakaviana sy ny fiarahamonina mba hanampy azy.
- Ampirisiho handray anjara amin'ny raharaham-piangonana ny zaza OMTVIH sy ny fihetsiketsehana samihafa mba ahafahany mitondra ny anjarabirikiny amin'ny fitomboany ara-panahy.
- Ampio izy mba hahazo ny fanafody tandrify hiarovana azy amin'ny aretina mpanararaotra araka ny torolalan'ny dokotera
- Miadia ho an'ny zo sy ny hajan'ny zaza OMTVIH

❖ **FITANDREMANA HO AN'NY MPIKARAKARA**

Tsy dia misy atahorana loatra ny hahazoana ny aretina VIH raha arahina tsara ireto torolalana ireto:

- Manaova aron-tanana rehefa hikasika zavatra misy tsiranoka avy amin'ny vatana. Ny VIH dia mitoetra ao anatin'ny ra sy ny tsiranoka rehetra amin'ny vatana
- Rakofy tsara ny fery (ny an'ny marary sy ny an'ny mpikarakara).
- Manaova aron-tanana mandrakariva na harona plastika hiarovana ny tanana rehefa manadio ra na tsiranoka hafa avy amin'ny vatana.
- Tsy misy ahina ny fifampikasohana ao an-tokantrano (tsy mila aron-tanana)- diovy amin'ny eau de javel fampiasa an-trano fotsiny ny ra, ny fivalanana ary ny fivalanandrano.
- Diovy amin'ny eau de javel na sur'eau tsootra ny vilia sy sotro, ny lamba, ny toerana fandroana, sns.
- Saraho amin'ny lamba sasana ao an-trano ny lamba maloton'ny ra, ny fivalanana na tsiranoka hafa avy amin'ny vatana. Mampiasa plastika na taratasy, aron-tanana na ravin-javatra lehibe handraisana ny lamba voaloto.
- Aza miombona borosy nify, harena, fanjaitra na zava-maranitra hafa izay afaka mandratra ny hoditra, amin'ilay olona
- Sasao amin'ny savony sy rano rehefa avy manadio lambam-pandriana sy akanjo voaloto na raha vao avy nikasika zavatra voaloton'ny tsiranoka avy amin'ny vatana.
- Mampiasa fimailo raha sendra manao firaisana ara-nofo
- Tsy voatery hanao aron-tanana rehefa mampanandro ny marary raha samy tsy misy ratra na ny mpikarakara na ny marary

❖ **NY FIAHIANA HO AN'NY EFA AMBAVAHAONA**

Ny fiahiana ny olona efa ambavahaona dia mety ho sarotra no sady misy fisedrana maro. Ny mpikarakara dia tsy maintsy ampiomanina mialoha hanatrika ny fisedrana maro sy ny zava-misy marina. Rehefa tsy misy firy intsony ny azo atao amin'ny alalan'ny fanafody fitsaboana, dia mijanona eo ny fianteherana aminy fa manomboka kosa ny fiahiana ny olona efa ambavahaona. Miseho izany fiovana izany rehefa tsy misy intsony ny fanafody fitsaboana na tsy miasa amin'ny marary intsony, rehefa miteny ilay olona fa vonona ho faty, ary/na manomboka tsy miasa intsony ny taovan'ny vatan'ilay olona (ny aty, ny voa, ny havokavoka, ny fo). Ny fiahiana ny eo ambavahaona dia azo atao eny amin'ny hopitaly fa aleon'ny ankamaroan'ny olona maty any an-tranony.

## **INONA NO AZO ATAO?**

- Ataovy izay hahazoan'ny marary aina. Arovy amin'ny olona mety handreraka azy bebe kokoa izy.
- Ampio ilay olona mba hahaleo tena araka izay tratrany
- Ampio izy amin'ny fotoana mampalahelo azy, ary ampio izy amin'ny fiatrehany ny fahareseny
- Ampio izy sy ny fianakaviany hiatrika ny fahafatesana. Mety ho tafiditra ao amin'ny izany ny fanoratana ny didim-pananana, ny fitarihana ny fianakaviana sy ny havana hanaiky ny fiafarana, ary manomana ny famindrana andraikitra.
- Tazony ho eo anivon'ny fiarahamonina sy ny fianakaviana mandritra ny fotoana lava araka izay tratra ilay olona
- Mivavaha miaraka aminy ho azy ireo.
- Ataovy izay hampisy olona eo anilany rehefa madiva ho avy ny fotoana hahafatesany na dia tsy mahatsiaro tena aza izy.
- Manomeza fampaherezana
- Raha manaintaina lava ilay olona dia omeo fanafody. Mampiasà teknika mampiala sasatra toy ny fisafosafona ny lamosina.
- Tohizo hatrany ny fikarakaram-batana mba hadio sy ho maina lalandava ilay olona mba hisorohana ny aretin-koditra sy ny fihenjanana na ny fihidian'ny vanin-taolana.
- Ampirisiho ny fifanakalozana eo anivon'ny fiarahamonina sy ny fianakaviana
- Safosafoy izy amin'ny alalan'ny fikasihana azy; ny fandraisana ny tanany, ary ny famihinana azy.
- Anomano na ikarakarao fanohanana pastoraly sy ritoaly izy(fanosorana menaka ny marary,sns)
- Hajao tsara ny hajan'ilay olona efa akaiky ho faty.
- Hajao ny fanapahan-kevitr'ilay olona na dia mandà ny hisakafo aza izy, te-hitsangana na mikiry ny hitsangana nefa ny miala sasatra no tsaratsara kokoa
- Hajao tsara ny fiangaviany manokana (ohatra momba ny mpamangy)
- Anontanio azy izay fihetseham-pony. Avelao ilay olona hilaza izay ao am-pony ary henoy tsara
- Ekeo izay fihetseham-pon'ilay olona na fahatezerana izany na tahotra, na alahelo na fihetseham-po hafa.
- Aza afenina azy ny fahafatesana izay tsy maintsy ho tonga aminy.

## **FANOMANANA AN'ILAY OLONA AMIN'NY FAHAFATESANA**

- Mety hatahotra ny fahafatesana na tsy maniry hiresaka momba ny fahafatesana ilay olona. Mety ho amin'ny alalan'ny hasosorana, ny fahakiviana ary herisetra no ampahafantarany ny tahotra ao anatiny.
- Manomeza fanohanana ara-panahy ary manome toky azy amin'ny fiatrehana azy.
- Tsarovy fa ny ahiahy matetika mpitranga dia ny hoavin'ny zanaka
- Fantaro tsara ny fahatahoran'ny marary ny hijaly amin'izy efa akaiky ho faty
- Tsarovy ihany koa fa mety hiahiahy ny amin'ny zavatra hiseho aorian'ny hahafatesany ilay marary. Omeo toky izy ny amin'ny ny fitiavan'Andriamanitra izay eo anilany mandrakariva sy ny fiainana mandrakizay (jereo ny Fanampiny 3)
- Omeo fanohanana ara-pihetseham-po, ara-panahy ary ara-batana mandrakariva izy mandra-pahatongan'ny fahafatesany.

#### **FIKARAKARANA NY FATY**

- Karakarao tahaka ny fanajanao azy fahvelony ilay vatana mangatsiaka.
- Hajao tsara ny sitrapon'ny fianakaviana amin'izay atao amin'ny razana
- Arovy tsara ny tananao rehefa manadio sy mampandro ilay razana, indrindra raha misy tsiranoka mivoaka avy amin'ilay razana toy ny fivalanana na ra.

#### **NY FAHABANGANA**

- Omeo fotoana ny olona hiresaka momba ny zavatra niseho nandritra ny andro niainany, hatramin'ny fahaterahany sy ny fahafatesany.
- Omeo toky ny olona fa fomban-javatra ihany ny tsy finoana, ny fandavana, ny alahelo, ny ratram-po, ary ny fahatezerana.
- Avelao ny olona hamoaka izay ao am-pony indrindra raha sarotra ho azy ny manao izany eo imason'ny namana sy ny fianakaviana.
- Ampio ny olona hanaiky ny fahafatesan'ilay marary sy hibanjina ny hoavy.

#### **NY FANAMPIANA NY FIANAKAVIANA AORIAN'NY FAHAFATESAN'ILAY OLONA.**

- Rehefa maty ilay marary mety mbola mila ampiana ny fianakaviana mba hahafahany misaona na hikarakara izay toe-javatra misy. Mety ho afaka hanampy ianao amin'ny alalan'ny fihainoana azy ireo sy manampy azy ireo amin'ny fikarakarana ny fandevenana araka ny fomba amam-panao ao an-toerana.
- Raha azo atao dia ampio izy ireo hikarakara fotoam-pahatsiarovana ho an'ilay olona maty mba hankalazana ny fiainany.
- Ampahatsiahivo azy ireo fa amin'ny maha-kristianina antsika dia mino isika fa maty Jesosy mba handresy ny fahafatesana (Heb 2:9), ary apetratsika amin'ny Teny fikasan'Andriamanitra ny amin'ny fitsanganana amin'ny maty ho amin'ny fiainana vaovao ny finoantsika. Omeo toky izy fa miaina am-piadanana miaraka amin'ny Tompo izao ilay olon-tiany.

❖ **TAHIRIN-KEVITRA HOAN'ITY FIZARANA ITY**

Family Health International, *HIV/AIDS Care and Treatment: A Clinical Course for People Caring for Persons Living with HIV/AIDS*, December 2004, amin'ny [www.fhi.org/en/HIVAIDS/pub/Guide/careandtreatmentclinicalcourse2.htm](http://www.fhi.org/en/HIVAIDS/pub/Guide/careandtreatmentclinicalcourse2.htm)

WHO, *Caregiver Booklet. A Guide for Patients, Family Members and Community Caregivers*, amin'ny [www.who.int/hiv/pub/imai/en/imai\\_caregiver.pdf](http://www.who.int/hiv/pub/imai/en/imai_caregiver.pdf)

WHO, *Integrated Management Of Adolescent and Adult Illness Modules (IMAI)*, amin'ny [WWW.WHO.INT/3BY5/PUBLICATIONS/DOCUMENTS/IMAI/EN/1](http://WWW.WHO.INT/3BY5/PUBLICATIONS/DOCUMENTS/IMAI/EN/1)

## **FIZARANA FAHAENINA: NY FISOLOAM-BAVA**

Ny fisoloana vava dia anisan'ny fomba iray mampiseho amintsika ny fitiavantsika ny namantsika ho setrin'ny fitiavan'Andriamanitra natolony antsika ao amin'i Jesosy Kristy. Miasa isika mba hitondra fiovana eo amin'ny fiarahamonina hanatsara ny fomba ahazoana fikarakarana sy fitsaboana ilaina mba hahafahany miaina, sy hananany toe-piainana aradalàna; miahy ireo OMMVIH sy OMTVIH, miaraka aminy ary mikarakara azy ireo. Ireo fiovana ireo miaraka amin'ireo fiovana hafa ilaina, araka izay efa nodinihina tao amin'ireo fizarana teo aloha, dia fomba fisehon'ny fisoloana vava izay tokony hitohy lalandava.

Ny atao hoe “fisoloana vava” dia fiadiana ho an'ny hafa, miaraka aminy ary mandray fitenenana amin'ny anaran'izy ireo. Rehefa hitan'i Jesosy fa nitombo hatrany ny fanoherana Azy dia nanondro ny fahatongavan'ny Fanahy Masina Izy, izay ho « mpisolo vava » na vavolombelona hanambara Azy (Jao 15:26). Ny kristiana matetika dia manondro an'i Jesosy

“Hilaza ny teny vavolombelona eo anatrehan'ireo mpanjaka aho ka tsy ho menatra” (Sal. 119:46)

ho mpisolo vava azy eo anatrehan'Andriamanitra Ray. Ao amin'ny Baiboly, ireo mpaminany nitondra eo anatrehan'ny mpanjaka sy mpisorona ny fahoriana manjo ny olona noho ny tsy rariny dia misolo vava azy ireo.

Ny fisoloana vava dia miezaka handresy lahatra ireo izay manana ny fahefana mba hampiasa izany amin'ny fomba hafa sy hanova ny politikam-pitondrany sy fomba fanaony izay mahatonga ny olona sy ny zava-boahary sisa rehetra iharan'ny tsy rariny.

Io karazana fisoloana vava io matetika dia fanamby faran'izay sarotra ho an'ny fiarahamonina eo an-toerana noho ireo manam-pahefana toa lavitra (na tsy miraika manoloana) ny zava-misy atrehan'ny fiarahamonina. Ny fahasahiana mijoro sy miteny koa nefa dia mety hitarika fanoherana na zava-tsarotra mihatra amin'ny tena mihitsy.

Maro ireo ambaratonga isehoan'ny fisoloana vava, ao anatin'izany ny:

- fifandraisan'ny olona samy olona, ny fianakaviana na ny mpiaramonina
- ny fanjakana sy ireo manampahefana eo an-toerana
- ny sampan-draharaham-panjakana sy ny sampan-draharaham-paritany ary ireo sampan'asam-panjakana
- ny sampam-pitondrana eo amin'ny firenena sy orinasam-panjakana
- Orinasa iraisam-pirenena (toy ny UN) sy orinasa tsy miankina amin'ny fanjakana (ONG)

Ny fanapahan-kevitra ataon'ny ambaratonga iray matetika dia misy fiantraikany lehibe amin'ny ambaratonga hafa. Noho izany fifandraisana izany dia ilaina ny fisoloana vava amin'ny ambaratonga rehetra mba hahatonga ny fiovana hahomby sy haharitra ela. Zava-dehibe koa ny fanomezana vaovao mitombina sy ny mahafantatra hoe inona sy taiza ny fanapahan-kevitra raisina. Noho ny fiangonana hita amin'ny ambaratonga rehetra dia manana ny toerana mety afahany misolo vava sy miady ho amin'ny fiovana izy indrindra amin'ny alalan'ny fampifandraisana ny fiarahamonina ao an-toerana amin'ireo tomponandraikitra manao ny fanovana.

## ❖ MIVAVAHA, MIARAHA-MAMINDRA ARY MIOVA TOETRA

Mandray anjara amin'ny endrika fototry ny fisoloana vava mihitsy isika amin'ny fanononana ny anaran'ny hafa sy ny fanandratana azy am-bavaka. Misolo vava mitondra ilay olona na ity toe-javatra ity eo anatrehan'Andriamanitra isika. Rehefa atao amin'ny fivoriam-pivavahana izany, dia manome feo sy toerana eo anatrehan'Andriamanitra sy ny fiangonana manontolo ireo ory izay nangina sy mahantra hatramin'izay isika. Amin'izany dia lasa fototra iorenan'ny asa ny vavaka. Tsy afaka hilaza isika fa mivavaka ho an'ny olona raha tsy manao na inona na inona manoloana ny toe-javamisy iainany.

Amin'ny alalan'ny vavaka no ifaneraserantsika sy “ifandraisantsika” amin'Andriamanitra, Izay loharanon'ny herintsika ara-panahy. Mihazona antsika ny Fanahin'Andriamanitra amin'ny asa maharitra sy sarotry ny fisoloana vava izay manaraka sy mampirisika ary mampahery antsika hanohitra ny fahefana sy ny fomba izay miteraka ny tsy rariny sy fahafatesana.

Ireo fomba maro izay iarahantsika sy iahiantsika ireo olona sy ny fianakaviana miaina miaraka amin'ny VIH sy mitondra ny tsimokaretina VIH ary ireo voan'ny Sida dia azo lazaina ho sokajy iray amin'ny fisoloana vava. Tafiditra ao amin'ny asa fiahiana sy fampaherezana koa ny fisoloana vava ho firaisan-kina amin'ireo ampahorin'ny tsimokaretina.

Misy amintsika izay mety tsy mahazohazo aina raha mipetraka eo anilan'ireo fianakaviana OMMVIH.

Ny famatopatoran'ny toe-javatra maro, ny fiorenan'ny fiheverana teolojika sy ara-pitondran-tena no mahatonga antsika ho toy izany. Ny efitrefitra toy izany dia mampisaraka antsika sy ny fiangonana amin'ireo izay tena mila fiahiana sy fandraisana an-tanana, ary manakana ny fiangonana tsy hijoro vavolombelona haminany ho an'ny ory sy voahitsakitsaka. Ny fihainoana am-pahalemam-panahy ireo OMMVIH sy OMTVIH dia midika fanoherana sy fandrodanana ireo efitrefitra rehetra izay manakantsakana antsika tsy hifankatia sy hitady ny rariny ho an'izay rehetra nohariana amin'ny endrik'Andriamanitra.

Amin'ny fiarahantsika miasa amin'ny olona ao an-toerana dia mety ho tojo fomba fijery, fomba fisainana ary honohono izay manala baraka sy mitarika mankany amin'ny fanavakavahana izay tsy maintsy toherina rehefa mitranga. Tsy maintsy mahafantatra ny fiantraikan'ny fomba fiainana sy ny fomba fanaon'ny olona amin'ireo OMMVIH ny mpisolo vava, indrindra rehefa sokajina izy ireo, odiana tsy hita na ampanginina. Noho ny fanitsakitsahan'ny fomba fisainana sy fomba amam-panao toy izany ny zo maha olombelona ny hafa, dia tsy maintsy miasa mafy ny mpisolo vava hanohitra sy hanova ny fomba toy ireny. Tokony hazoto hampirisika ny fampiasana ireo fomba fisorohana ireo ihany koa izy ireo. Ny fiarahana miresaka, ny fampahalalana ary ny fampianarana dia samy zava-dehibe amin'ny fisoloam-bava. Mila mandinika indray mandeha ny fomba fijeriny ny maha-vehivavy na maha-lehilahy, ny firaisana ara-nofo ary ny VIH sy ny Sida ny fiangonana ka hiaiky fa mampirisika ny fanalam-baraka sy ny fanavakavahana izy matetika.

## ❖ FANOVANA FITSIPI-PANDAMINANA SY NY FOMBA FIASA

### Mamantatra ary mamahavaha

Maro ireo sakana ara-drafitra, fomba fiasa sy fitsipi-pandaminana izay vao mainka manasarotra ny toe-piainan'ireo OMMVIH. Miseho amin'ny zava-misy samihafa ao anatin'ny fahantrana izany. Ka mahatonga tsy fahafahana mitsabo, ny tsy fahampiana sakafo, ny tsy fisian'ny fikarakarana ara-pahasalamana, ny tsy fahampian'ny fampianarana, tsy fisian'ny antom-pivelomana, sy ny fandavana ireo zo fototra (indrindra ho an'ny vehivavy, jereo ny fizarana faha 2), sy ireo zavatra maro samihafa tsy ara-drariny.

Manaraka izany, ireo fomba amam-panao mifototra amin'ny kolontsaina ka manamora ny fifindran'ny aretina amin'ny olona sy ny fiparitahany dia mila ovaina (toy ny fanaovana toambo-kavatsa, ny fanaovana kavina amin'ny vatana, ny fananana vady maro, ny fivarotana olona, fandidiana ny taovam-pananahan'ny vehivavy, ny fanamarihana foko, ny fanambadiana an-keriny, ny fanaovana firaisana ara-nofy amin'ny zazavavy tsy ampy taona, sns).

Fisoloam-bava hiarovana ny zon'ireo OMTVIH, anisan'izany:

- Ny fahafahana mandray anjara tanteraka amin'ny fiainam-piangonana, tafiditra ao anatin'izany ny fahazoana mifidy azy sy mampiasa azy hanefa asa ao ampiangonana
- Ny fahafahana mahazo fikarakarana ara-pahasalamana, fanafody sy fitaovam-pisorohana.
- Ny zo ahazoana sakafo ara-dalana, fialofana, fianarana, sy asa
- Ireo zony voasoritry ny lalana
- Ny fanafoanana ireo fitsipi-pitondrana sy fomba amam-panao mandrisika ny fanavakavahana

Zava-dehibe ny famantarana ny sakana maika sy mavesa-danja amin'ny fomba amam-panao, mba hahafahana mamahavaha izay tokony hovana sy ny fomba hanaovana izany, ka hamoronana tetikady hitaomana ny olona amin'ny fanovana araka izay ilana izany.

### AMPITOMBOY NY MPIKAMBANA ARY MIARAHA- MIASA AMIN'NY Hafa

Rehefa hita ireo zavatra mila ovana ka voavahavaha ary efa natomboka ny fampiharana ny tetikady, dia mampidira mpikambana mba handray anjara amin'ny ezaka sy fiaramiasa amin'ny fikambanana na orinasa hafa izay manana ahiahy mitovy. Ataovy ho anisan'izany koa ireo OMTVIH. Ny fiaraha-miasa sy ny fandaminana dia zava-dehibe mba hahafahana mifandray, mifanohana na mifampahery amin'ny ezaka atao, amin'ny paikady ary amin'ny asa mba hisian'ny fanovana mahomby izay hitondra fanavaozana eo amin'ny toe-piainan'ireo OMMVIH.

### FANDAMINANA SY FANAOVANA DRAFITR'ASA

Rehefa mivory dia zava-dehibe ny fametrahana tanjona sy zava-kendrena mazava ka hanomezana soso-kevitra ho entina hanatrarana izany. Inona avy ny asa ilaina amin'izany? Iza no hanao inona ary amin'ny fotoana toy inona? Famatsiam-bola sy mpiasa manao ahoana no ilaina? Ahoana ny fomba hanentanana ny olona hanohana ny ezaka? Ahoana ny hampitana izany amin'ny hafa, anisan'izany ny fampitam-baovao? Inona avy no mety hatahorana hiseho sy hanakantsakana, ary inona no hoentina hanatrehana izany? Amin'ny fotoana toy inona no tsy maintsy asiana fifanatrehana?

## **FANARAHAMASO SY TOMBANA**

Tsy maintsy arahi-maso ny fandrosoan'ny asa fandresen-dahatra, jerena raha toa ka tratra tokoa ireo tanjona napetraka sa ilana fanovana ny tetikady noraisina. Azo atao ny maka lesona amin'ny zava-bita sy ny zavatra tsy tody hatramin'ny farany ary mamantatra izay hahazo tombontsoa na fatiantoka amin'ny fanatanterahana ny asa.

### **❖ FISOLOAM-BAVA AMIN'NY ALALAN'NY FAMPITAM-BAOVAO**

Antsoy ny mpampita vaovao ao an-toerana mba hahafahanao milaza ny fikasanao momba ireo OMTVIH. Ankoatra ny fampitam-baovao miankina amin'ny fiangonana dia ezaho ihany koa ny tsy miankina amin'ny fiangonana indrindra ireo izay miorina eo amin'ny fiarahamonina toy ny radio, fahitalavitra, ny tranonkala, ny gazety, sarimihetsika, haino aman-jery, ny kapila mangirana CDROM na DVD, tantara an-dampihazo, ny fifampiresaham-bahoaka (forum public), fitantarana, fanaovana poezia, tantara mampihomehy (mock sessions), fakana sary, ny zavakanto, ny cinéma mobile, ny autocollant, taratasy pastoraly, ny opération carte postale, fifaninana famoronan-dahatsoratra, fampisehoana, sns. Ny fandraisana ireo olona na mpanao politika malaza eny an-toerana dia anisany zava-dehibe eo amin'ny fampitana ireo hafatra momba ny fanilikilihana sy fanavakavahana.

Ireo andian'olona maromaro tiana hampitana ny hafatra no tokony hifantohana. Mety ho fomba fiasa hafa no ilaina ampiharina amin'ny mpitondra fiangonana, mpitondra fivavahana, ny mpampianatra sy mpanabe samihafa, ny zaza sy ny tanora, ny vehivavy, ny lehilahy, ny ankilabaon'ny fiarahamonina toy ny mpipetrpetraka eny an-tsisin-dalana, squatters, slum dwellers, ireo OMTVIH, ireo mpiasan'ny fahasalamana, differently abled peoples, ny gadra sy ny tafiditra am-ponja, ireo mpifindra monina sy ireo olona nesorina amin'ny toerany tao amin'ny fiarahamonina.

Tsy maintsy tandrify ny teny rehetra ampiasaina ao amin'ny fampitam-baovao, mahavoarakitra ny zavatra lazaina rehetra ary manaja tsara ny maha-vehivavy na maha-lehilahy sy ny zava-misy eo amin'ny kolontsaina. Ezaho mba tsy hisy ny fanasokajiana olona araka ny endriny ety ivelany sy ny fanavahana amin'ny alalan'ny “isika” sy “ry zareo”. Ataovy izay hampazava ny hafatrao ary hevero tsara izay mety ho “mpitana lakile” sy izay fomba hahavoaray ilay hafatra. Ampiasao ny fetim-pirenena sy ny andro iraisam-pirenena toy ny andro iraisam-pirenena ho an'ny Sida (I Desambra), ireo alahady voatokana sy fivoriam-piangonana, na ireo fotoana manokana rehetra azo iresahana sy anaovana fihetsiketsahana momba ny VIH sy Sida.

Entano ny mpampita vaovao tsy miankina eo an-toerana ary iangavio ireo loholom-piangonana mpikarakara ny peta-drindrina sy gazety mba hametaka vaovao momba ny Sida sy VIH na momba ny fihetsiketsehana mahavoakasika izany.

### **❖ FANTARO NY ANDRAIKITRA FOTOTRY NY FANJAKANA**

Ny fiangonana matetika dia mandositra ny zavatra rehetra manodidina ny raharaha politika sy ara-panjakana. Kanefa raha ny lafiny ara-teolojika no jerena dia ny fitondram-panjakana tsara dia anisan'ny fitaovana entin'Andriamanitra hihazona sy hanatsara ny fahamarinana sy ny

toe-piainana ho an'ny rehetra, indrindra ho an'ny ory. Manana anjara hisolo vava ireo tsy afa-miteny ny fiarahamonin'ny finoana, sy hampahatsiahy ny fanjakana ny andraikiny eo anatrehan'ny vahoakany, ny didy aman-dalàna sy ny zo maha-olombelona ary ireo didy sy fifanekena iraisam-pirenena samihafa izay nosoniaviny. Mitombo hatrany ny faneken'ny sampan'asa sy fitondram-panjakana iraisam-pirenena ny asan'ny fiangonana sy ny fikambanana miankina aminy, ka mazoto hanome anjara bebe kokoa azy amin'ny asa fisorohana ny VIH sy Sida.

Manana alalana sy fahefana hanadina ny fanjakana ny fiangonana araka ny finoana arahiny. Miasa am-pinoana sy amin'ny fahasahiana izy rehefa tratan'ny tsy finoana sy ny fahaverezam-panantenana ny hafa.

Ny fiangonana dia afaka manadina ny fanjakana momba ny/amin'ny alalan'ny:

- Ny firaisan-kina amin'ireo izay atao an-tsisiny sy voailikilika
- Fitanisana ny anton'ny olona mahatonga ny tsy fahamarinana sy ny fahantrana
- Ny fampirihana ny filazana ny marina ary ny mangarahara ao amin'ny fiainam-bahoaka
- Ny fananganana modely vaovao ho an'ny fivoaran'ny fiarahamonina izay handraisin'ny rehetra anjara, mitohy hatrany ny fampiharana izany ary miainga avy amin'ny olona.

#### ❖ NY FIHAONANA AMIN'IREO OLONA AFAKA MANOVA ZAVATRA

Mety ho olona voafidy na voatendry ao amin'ny fanjakana izany na mpanapa-kevitra ao amin'ny orinasa na ONG. Mety ho avy ao amin'ny fiarahamonina eo ihany izy (mety ho mpiara-mivavaka aminao aza), mety hiainga avy amin'ny fanjakana, faritra, na avy amin'ny foibem-pirenena. Na dia amin'ny alalan'ny fifandraisana amin'ny taratasy sy ny e-mail ary ny antso amin'ny telefonina aza no iantombohan'ny fifandraisana amin'ireo olona ireo, ny fihaonana mivantana no hita fa mety hahomby indrindra.

Amin'ny fanomanana ilay fihaonana, ireto misy fampahatsiahivana hanampy anao:

- Hadihadio mialoha ny mombamomba ny andraikitra sy fomba fijerin'ilay olona hiangavianao mba hahafahanao manao fanovana araka izay ilaina.
- Farito mazava ny tanjona kendrenao amin'ny famangiana
- Mitondrà vaovao mikasika ny asa vita hatramin'izay sy talohan'ny fihaonana
- Eritrreto izay fanontaniana mety hipetraka sy izay hamalianao izany
- Aza miezaka handresy lahatra loatra fa miezaha mba ho ny zavatra mahatsara no resahina
- Lazao mazava ny fomba fijerinao amin'ny maha-mpandresy lahatra anao sy ny lalana izoranao
- Mangataha valin-teny sy asa mazava voafantina
- Fantaro izay mety ho fomba azonareo iaraha-miasa hahatanteraka an'ireo fiovana ireo
- Manaova tatitra amin'ireo mpiara-miasa aminao ary karohy ny fomba azo atao mba hanarahan'ireo olona ireo maso ny fanatanterahana izay fanovana ilaina.

**❖ NY FANDRAISANA ANJARA AMIN'NY TAMBAZOTRA IRAISAM-PIRENENA SY IREO  
FIKAMBANANA MIKENDRY NY FANOVANA**

Na dia efa vita àry ireo dingana voalaza teo aloha momba ny fandresen-dahatra, dia mbola misy ireo toe-javatra mila fifanakalozana iraisam-pirenena; amin'ny alalan'ny Firenena Mikambana, na fikambanana iraisam-pirenena hafa. Noho izany zava-dehibe ny fanohizana ny fifaneraserana amin'ny alalan'ny fandresen-dahatra toy ny “Ecumenical Advocacy Alliance”, ny Fiombonan'ny Fiangonana Loterana Eran-tany, ny “World Council of Churches”, ireo sampan'asa miasa ho amin'ny fampandrosoana, sy ireo maro hafa koa. Mavesa-danja fandresen-dahatra eo amin'ny fiaraha-monina. Ny zava-miseho sy ny zavatra hita amin'ny alalan'ny asanao eo an-toerana dia tokony hozaraina amin'ireo olona miasa momba izany amin'ny sehatra iraisam-pirenena, ary, toy izany koa, tokony hamporisihina ny fandraisana anjaran'ny olona ao an-toerana rehefa manao fandresen-dahatra

Farany, ny fanaovana fandresen-dahatra dia fahalalana fa ny fahatokisana dia anisan'ny fomba fijoroana vavolombelona. Tsy handresy amin'ny ady rehetra tsy akory isika; mety ho resy isika indraindray na dia amin'ny zavatra tsotra. Fa zava-dehibe ny fitadidiana fa ilaina ny mahaeo antsika mba ho tanteraka ny fijoroantsika vavolombelona. Ny fijoroana vavolombelona amin'ny alalan'ny fandresen-dahatra dia fomba iray entina maneho ny fitiavan'Andriamanitra ny olona, ka amin'izany dia maneho ary mamerina ny zavatra ilain'ny OMMVIH amin'ny olona afaka manampy azy isika.

**❖ FEHIN-KEVITRA: AIZA ÀRY NO AMETRAHANA NY FANANTENANTSIKA?**

Ary nahita lanitra vaovao sy tany vaovao aho...Ary nahare feo mahery avy teo amin'ny seza fiandrianana aho nanao hoe: Indro ny tabernakelin'Andriamanitra dia eo amin'ny olona...Ary hofafany ny ranomaso rehetra amin'ny masony; ary tsy hisy fahafatesana intsony; sady tsy hisy alahelo, na fitarainana, na fanaintainana...” (Apok. 21:1-4)

Amin'ny maha kristianina antsika dia tsy ny fiainana aorian'ny fahafatesana ihany no inoantsika; fa mino indrindra ny fiainana alohan'ny fahafatesana koa. Ka miaina amin'ny eto sy ankehitriny isika., amin'ny alalan'ny fahazavan'ny fanjakan'Andriamanitra mitondra fanantenana eo amin'ny korontanana iainantsika. Eo anatrehan'ny fahaverezan-kevitra sy ny fahosana amin'ny fanaovana asa soa dia mahatsiaro isika fa Andriamanitra mampanantena tany hafa ankoatra ity tany mampijaly sy mamono ny vatana ,fanahy ary fiaraha-monina

Amin'ny maha-kristianina antsika, ny fanantenantsika dia ny miaina ny eto sy ny ankehitriny amin'ny alalan'ny fanoherana ny fahotana izay mampisaraka antsika amin'ny fandrotsahan'Andriamanitra ny fianana ho an'ny rehetra (Jao. 10:10), sy amin'ny alalan'ny asa ahazoan'ny rehetra fiainana Lavintsika ny filazana fa ny VIH na Sida dia mahafaty .Ny ataontsika dia mitady izay fomba fikarakarana sy fitsaboana tandrify ho eo ampelantan'ny rehetra. Manao izany isika satria mino isika fa misy ny fiainana anivon'ny fahafatesana sy ny fitsangan'ny tena amin'ny maty. Noho izany, tohizintsika hatrany ny asa hananantsika fiangonana sy fiaraha-monina miaina ara-drariny sy misokatra ho an'ny rehetra, eto sy ankehitriny.

❖ **TAHIRIN-KEVITRA HO AN'ITY FIZARANA ITY**

[WWW.E-ALLIANCE.CH](http://WWW.E-ALLIANCE.CH)

[WWW.ELCA.ORG/ADVOCACY](http://WWW.ELCA.ORG/ADVOCACY)

[WWW.LUTHERANWORLD.ORG/WHAT\\_WE\\_DO/OIAHR/OIAHR-WELCOME.HTML](http://WWW.LUTHERANWORLD.ORG/WHAT_WE_DO/OIAHR/OIAHR-WELCOME.HTML)

“Reclaiming the Vocation of Government: A Statement from the LWF Consultation,” in Karen L. Bloomquist(ed.), *Communion, Responsibility, Accountability. LWF Documentation 50/2004* (Geneva: The Lutheran World Federation, 2004).

**TOVANA**

## **TOVANA 1:**

### **NY AMBARATONGAM-PIVOARAN'NY VIH AO AMIN'NY OLON-DEHIBE SY NY TANORA ( OMS)**

**(2006 nahitsy)**

Ao amin'ireo fiarahamonina izay tsy ampy ny enti-manana, dia tsy manana fitaovana loatra ny tobim-pitsaboana ary tsy afaka manao fizahana ny isan'y CD4 sy ny charge viral mba hahalalana ny fotoana tokony hanombohana ny fitsaboana. Noho izany ny OMS dia nandamina rafitra araka ny ambaratongam-pivoaran'ny tsimok'aretina VIH izay mifototra amin'ny fomba fisehon'ny aretina araka izay fizahana ataon'ny mpitsabo:

#### **Ny ambaratonga voalohany:**

- Tsy misy soratr'aretina
- Atody tarimo (Lymphadenopathie) manerana ny vatana, tsy mety sitrana.

#### **Ny ambaratonga faha II**

Fihenana-danja antonony tsy voazava tsara\* (latsaky ny 10% amin'izay heverina ny lanjan'ilay olona)\*\*

- Matetika tsy salama ny lalan-drivotra ([sinusites](#), [amygdalite](#), [otite moyenne](#), [pharyngite](#))
- [Herpès zoostérien](#)
- [Chéilite angulaire](#)
- [Ulcération orale récurrente](#)
- [Eruption papuleuse prurit](#)
- [Dermatite séborrhée](#)
- [Infections mycosiques des ongles](#)

#### **Ny ambaratonga faha III**

Fihenana-danja tafahoatra tsy voazava\* (mihoatra ny 10% amin'izay heverina ny lanjan'ilay olona.)\*\*

- aretim-pivalanana mitohy tsy voazava\* mihoatry ny iray volana
- hafanan-koditra maharitra tsy voazava\* (mielanelana na mitohy mandritry ny iray volana.
- [Candidose oral](#) tsy mety sitrana
- [Leucoplasie orale poilue](#)
- Raboka amin'ny havokavoka
- Voan'ny aretina mahery vaika avy amin'ny bacteria (pneumonie, [empyème](#), , aretin'ny taolana na ny vanin-taolana, )
- [Ulcération nécrosante aîgue](#), [stomatite](#), [gingivite](#) na [periodontite](#)
- Tsy fahampian-drà tsy voazava\* (ambanin'ny 8g/dl), [neutropenie](#) (ambanin'ny 0,5 milliard/l) sy/na [thrombocytopenie chronique](#) (ambanin'ny 50 milliard/l)

## Ny ambaratonga faha IV

- Fambara aretina VIH izay maneho fahasimbana tsikelikely
- [Pneumonie à Pneumocystite](#)
- [Pneumonie Bacterienne](#) mahery vaika, miverimberina
- [Chronic herpes simplex infection \(orolabial, visceral, genital ou anorectal\)](#) izay mihoatra ny iray volana
- [candidose Oesophagienne, candidose trachéale, bronchite, pulmonaire\)](#)
- Raboka ety ivelan'ny havokavoka
- [Sarcome de Kaposi](#)
- [Cytomegalovirus infectieux \(retinite na aretina mahazo ny taova hafa\)](#)
- [Toxoplasmose du système nerveux central](#)
- [HIV encephalopathy](#)
- [Cryptococcosis](#) ivelan'ny havokavoka anisan'izany ny [meningite](#)
- [Dissiminated non-tuberculous mycobacteria infection](#)
- [Progressive multifocal leukoencephalopathy](#)
- [Chronic cryptosporidiosis](#)
- [Chronic isosporiasis](#)
- [Mycose dissiminée \(histoplasmose ety ivelan'ny havokavoka, coccidiomycose\)](#)
- [Septicémie miverimberina \(anisany izany ny non-typhoidal Salmonella\)](#)
- [Lymphoma \(cerebral na B cell non-hodgkin\)](#)
- [Invasive cervical carcinoma](#)
- [Leishmaniose Atypique dissiminé](#)
- [Symptomatic HIV-associated nephropathy na HIV associated cardiomyopathy](#)

### Naoty:

\* Ny hoe “tsy voazava” dia milaza ny toe-javatra izay tsy azo hazavaina amin'ny zavatra hafa  
\*\* Rehefa mandanja ny vehivavy bevohoka dia tsy maintsy ampitahaina mandrakariva ny lanja tokony hitomboany amin'ny maha vehivavy bevohoka azy.

\*\*\*Misy koa ireo toe-pahasalamana hafa manokana izay azo ampidirina ao amin'ny fanasokajiana ara-paritra, toy ny famerenana ny [American trypanosomiasis meningoencephalitis](#) sy /na ny [myocarditis](#) ao amin'ny faritra OMS any Amerika sy ny [penicilliosis](#) any Asia.

Ny AVERT.org dia manana vaovao maromaro kokoa momba ny fitsaboana sy ny fiahiana mikasika ny VIH sy Sida ary fanazavana bebe kokoa momba ny fitiliana VIH

## Tahirin-kevitra

Avert, at [www.avert.org/hivstages.htm](http://www.avert.org/hivstages.htm)

## TOVANA 2:

### NY FANAFODY ANTIRETROVIRAL

Sokajin'ny Fanafody	Ny fiasany
Nucleoside Reverse Transcriptase Inhibitors (NRTIs)	Manakana ny fivadihan'ny fandikana ny risikaina izay mahatonga ny fanovana viral ny ARN hanjary ADN
Non-Nucleoside Reverse Transcriptase Inhibitors (NNRTIs)	Mitovy amin'ny eo ambony
Nucleoside Analogue Reverse Transcriptase Inhibitors (NtRTIs)	Mitovy amin'ny eo ambony
Protease Inhibitors (PIs)	Manakana ny risikaina <b>protease</b> izay mahatonga ny famoronana singa mamorona tsimok'aretina vaovao
Fusion Inhibitors (FIs)	Manakana ny fitambaran'ny tsimok'aretina amin'ny sela CD4 ka manakana ny fidirany ho ao anatin'ny sela.

### ANARANA FANAFODY ARV

Anaran'ny fanafody miombona fanamboarana	Fanafody manana famantarana voapetraka (de marque)
<b>NRTIs (Nucleoside Reverse Transcriptase Inhibitors)</b>	
3Tc-Lamivudine	Epivir, Lamivir
AZT-Zidovudine	Zidovir, Retrovir
d4T-Stavudine	Zerit, Stavir
DdC.-Zalcitabine	Hivid
Ddl.Didanosine	Videx
Abacavir	Ziagen
FTC-Emtricitabine	Emtriva
AZT/3TC	Combivir, Duovir
Abacavir/3TC	Kivexa
Abacavir/3TC/AZT	Trizivir
<b>NNRTIs (Non-Nucleoside Reverse Transcriptase Inhibitors)</b>	
Nevirapine	Viramune
Efavirenz	Sustiva
Delaviridine	Rescriptor
<b>NtRTIs (Nucleoside Analogue Reverse Transcriptase Inhibitors)</b>	
Tenofovir	Viread
<b>PIs (Protease Inhibitors)</b>	
Indinavir	Crixivan
Amprenavir/Fosamprenavir	Agenerase, Lexiva, Telzir
Nelfinavir	Viracept
Ritonavir	Norvir
Saquinavir ( <b>gel</b> mahery)	Invirase
Saquinavir ( <b>gel</b> malemy)	Fortovase

Ritonavir/lopinavir	Kaletra, Aluvia
Tipranavir	Aptivus
Darunavir	Prezista
Atazanavir	Reyataz
<b>FIs (Fusion Inhibitors)</b>	
T20 Enfuviritide	Fuzeon

Raha mbola mitady fanazavana fanampiny momban'ny sokajin'ny fanafodin'ny VIH/SIDA; anarana sy ny anarana ahitana azy any an-tsena jereo ny [www.aidsmap.com](http://www.aidsmap.com) sy ny [www.thebody.org](http://www.thebody.org)

### **Tahirin-kevitra**

Barlett, John G.; The Pocket Guide to Adult HIV/AIDS treatment: January 2006, amin'ny [www.hopkins-aids.edu/publications/pocketguide/pocketgd0106.pdf](http://www.hopkins-aids.edu/publications/pocketguide/pocketgd0106.pdf)

### **TOVANA 3:**

#### **NY TAHIRIN-KEVITRA VOARAKITRA AO AMIN'NY BAIBOLY HO AN'NY ASA FITORIANA AMIN'NY ALALAN'NY FIAHIANA**

Ireo OMMVIH sy OMTVIH dia mila toky avy amin'Andriamanitra, indrindra rehefa manomboka miharatsy ny toe-pahasalamany. Zava-dehibe ny anantitranterana ny fampanantenan'ny filazantsara ny amin'ny famelan-keloka, ny fanantenana ary fiainana mandrakizay. Ireto manaraka ireto misy loharano nanovozan-kevitra avy ao amin'ny Baiboly ho fitaizam-panahy:

- **Tia antsika rehetra Andriamanitra:** ny fitiavan'Andriamanitra dia atolotra ny olona rehetra tsy misy fepetra; tsy misy mahasaraka antsika amin'ny fitiavan'Andriamanitra ao amin'i Jesosy, na miara-miaina amin'ny tsimokaretina VIH isika na tsia. Na dia mahatsiaro isika fa tsy mendrika ny fitiavan'Andriamanitra dia tsy mampiova ny fitiavan'Andriamanitra antsika izany. Na dia amin'ny fotoana tsy ahombiazantsika na andaozan'ny hafa antsika, dia tia antsika mandrakariva Andriamanitra. Mety hampisaraka antsika amin'ny hafa ny tsimokaretina VIH izay mahavao antsika, kanefa ny fampanantenana dia ny hoe: tsy misy afaka hampisaraka antsika amin'ny fitiavan'Andriamanitra (jereo ny Rom: 8:93), na ny Sida aza. Azo raisina ara-bakiteny ny tenin'i Paoly “fa matoky aho fa na ny fahazoana VIH na ny fanilikilihana, na fanavakavahana, na aretina sy fijaliana, na ny Sida sy ny fanatrehana ny fetezana ho faty sy ny fahafatesana, na ny alahelo sy ny fisaonana, na ny zavatra ankehitriny na ny zavatra ho avy, na ny fahatsapana ho irery, na inona na inona amin'izao zavatra ary rehetra izao, dia tsy hahasaraka antsika amin'ny fitiavan'Andriamanitra izay ao amin'i Kristy Jesosy Tompontsika” (jereo ny Rom. 8:35-39; sy ny Jao 3:16-18; Jao 10:27-29; 1Jao 4:7,8).
- **Manome toky Andriamanitra fa hanatona antsika Izy:** Raha mandositra antsika ny olona dia manatona antsika sy mijoro miaraka amintsika Andriamanitra, ao anatin'ny tahotra sy ny fanantenantsika, ao amin'ny fifaliana sy ny alahelontsika, ary miantso ny hafa Izy hanao toy izany koa. Na dia ao anatin'ny fahoriana lalina aza isika dia matoky ny fampanantenan'Andriamanitra “Izaho tsy handao anao mihitsy na hahafoy anao akory” (Heb. 13:5; jereo koa ny Sal. 145:18)
- **Manome toky Andriamanitra fa hamela helotsika:** Misy fotoana izay ahatsapantsika ho meloka noho izay lazaintsika sy ataontsika “fa samy efa nanota izy rehetra ka tsy manana ny voninahitra avy amin'Andriamanitra” (Rom 3:23). Na dia eo aza izany, manasa antsika rehetra Andriamanitra, ny OMMVIH sy ireo olona tsy nahitana ny tsimokaretina, samy hametraka ny enta-mavesatry ny fahotana ho eo Aminy: “Avia ary hifandahatra isika hoy Jehovah: Na dia tahaka ny jaky aza ny fahotanareo, dia ho tahaka ny volonondry fotsy” (Isa 1:18; jereo koa ny 1Jao 1:9 22:2). Manasa antsika rehetra Andriamanitra mba hametraka ny enta-mavesatsika eo Aminy, hanomezany antsika ny famelan-keloka mba ahafahantsika manohy ny fiainantsika.
- **Manatrika antsika am-pitiavana mandrakariva Andriamanitra:** Izao tontolo izao, ao anatin'izany ny namana sy ny fianakaviansika akaiky, mety hanome lamosina antsika, fa Andriamanitra kosa dia manatrika antsika lalandava amin'ny Fitivana.

Nanome toky an'i Josoa Andriamanitra, “tsy handao anao na hahafoy anao aho” amin'ny andro rehetra hiainananao (Jos. 1:5). Ny Salamo 23 dia milaza fa manomana latabatra “eo imason'ny fahavaloko” Andriamanitra, tafiditra ao anatin'izany ny otrikaretina VIH izay ankahalaina. Toy ny “tanimanga” iafenan'ny fisian'Andriamanitra ny vatantsika eto an-tany. Mety alahelo isika (ao anatin'izany amin'ny VIH sy Sida), fa tsy voatorotoro; sahiran-tsaina fa tsy mamoy fo, ilaozan'ny olona hafa fa tsy nafoy; voan'ny otrikaretina VIH mifindra sy ny fihanaky ny aretina Sida, fa tsy rava (2Kor. 4:7-10, tarazon-dahatsoratra, jereo koa ny Mat 28:18-20)

- **Mampanantena Andriamanitra fa hitondra soa amin'ny fiainantsika:** Mijaly isika no ho ny fisian'ny ratsy eto amin'izao tontolo izao. Mijaly isika noho ny loza voajanahary sy ny fisehoany. Mijaly isika noho ny fahadisoantsika, ny fandraisana fanapahan-kevitra diso, na safidy izay mitondra voka-dratsy. Mijaly koa isika noho ny fahadisoan'ny hafa sy ny fisian'ny tsy rariny eo amin'ny fiarahamonina. Fa eo anivon'ireo toe-javatra ireo, dia tian'Andriamanitra ny hiainantsika ny fiainana amin'ny fahafenoany. Manome toky Andriamanitra fa hitondra soa amin'ny fiainantsika. (jereo ny Rom. 8:28; Jas 1:2-4,12,17; 1 Pet. 1:3-9)
- **Mampisy antony ny fiainantsika Andriamanitra:** Mahatsiaro ho tsy manana fanantenana sy tsy manana antom-pisiana ny OMMVIH. Kanefa Andriamanitra manamafy fa manana antom-pisiana mandrakariva isika. Samy nomena talenta sy fanomezam-pahasoavana avy isika tsirairay mba hahafahantsika manatsotra ny tanantsika amin'ny hafa. (Jereo ny Jao 14:1-15; 2 Pet. 1:1-8).
- **Mampanantena Andriamanitra fa hanome hery antsika:** Rehefa voadona mafy amin'ny fianana isika, dia mety mieritreritra fa tsy afaka hiatrika ady hafa intsony. Kanefa, ao amin'i Kristy dia misy hery sy fanavaozana: “ampy ho anao ny fahasoavako, fa ny heriko dia tanterahina amin'ny fahalemena” (2 Kor.12:9); “Mahay ny zavatra rehetra aho ao amin'Ilay mampahery ahy” (Fil. 4:13).
- **Mampanantena Andriamanitra fa hanome ny fiadanana, fanantenana ary fifaliana ho antsika:** ny fikatsahana fiadanana, fanantenana ary fifaliana dia mitombo rehefa mahakasika ny fiainantsika ny VIH sy Sida. Zava-dehibe loatra ny fahitana fiadanana sy herim-po. Ny fiadanana omen'Andriamanitra antsika dia manome antsika fiadanana hafa noho ny an'izao tontolo izao (Jao. 14:27). Mety mijaly ny vatantsika, kanefa Jesosy dia manome toky fa miara-miaritra amintsika Andriamanitra. Miseho amin'ny alalan'ny olona miara-mijoro amintsika, manohana antsika ary mivavaka ho antsika, ilay Andriamanitra tsy hita maso. Noho izany, mandray fiadanana isika ka afaka miaina. “Koa aoka isika hanatona ny seza fiandrianan'ny fahasoavana amin'ny fahasahiana, mba hahazoantsika famindram-po hahitantsika fahasoavana ho famonjena amin'izay andro mahory” (Heb.4:16).
- **Miandany amin'ny mahantra sy ny marary ary ny voageja Andriamanitra:** Andriamanitra dia miahay ny olona rehetra, fa indrindra indrindra ireo izay mahantra, marary sy voageza. Zava-dehibe ao anatin'ny Baiboly ny fiahiana ny mahantra, ny vahiny ary ny azom-pahoriana. Melohina ny tsy ara-drariny, toy ireo izay manjakazaka amin'ny fahefana ananany, na manakipy ny masony amin'izay ilain'ny hafa. Matetika voailika ny OMMVIH ka lasa mihamahantra noho ny fijaliany. Kanefa miandany amin'izy ireo sy miara-mijoro aminy Andriamanitra ary izany koa no tsy maintsy ataontsika (jereo Am. 5:10-15, 21-24; Mat. 5:1-12; Jas 1:27, 2:2-9)

- **Tsy mandao antsika mihitsy Andriamanitra:** Tsy mitana ny fampanantenana omeny ny olona indraindray, ka mahatonga antsika tsy hatoky azy intsony. Mety ho diso fanantenana isika amin'ny fihetsika mampalahelo asehon'ny olona ao ampiangonana sy amin'ny fiarahamonina ka mahatonga antsika ho leo sy ho kivy. Raha mpiara-mivavaka amintsika no nanafintohina antsika, dia voan'ny fakam-panahy hiala amin'ny fiangonana isika. Mety ho voan'ny fakampanahy hiala amin'Andriamanitra mihitsy aza isika. Kanefa Andriamanitra tsy mandao antsika. “Noho ny fampahoriana ny ory sy ny fisentoan'ny malahelo, dia hitsangana Aho ankehitriny, hoy Jehovah; Hataoko mahita ny famonjena iriny izy” (Sal. 12:5-6). Na dia tofoka amin'ny olona aza isika dia tsy tokony ho tofoka amin'Andriamanitra mihitsy.

## **TOVANA 4:**

### **NY FAHASORENANA SY NY FAHARERAHAN'NY OLONA MPIKARAKARA**

Tokony hofantarin'ny olona mpikarakara tsara ny mahatonga ny fahasorenana mba hahafahany mamaly izany amin'ny fomba mendrika. Ny faharerahana dia mitranga rehefa sorena isika ka tsy mitondra fahombiazana amin'ny asa. Matetika mitranga izany amin'ny fiahiana ireo izay OMTVIH. Ny fahafantarana ny anton'ny fahasorenana, dia afahana manova fitondratena ka mampihena ny fitrangany.

#### **Soratr'aretin' ny fahasorenana**

- sarotra ny mifantoka amin'ny zavatra iray
- Mieritreritra ny olona mandrakariva
- Manonofy ratsy na tsy mahita tory
- Mitokantokana (tsy dia tia mihaona amin'ny olona loatra ilay olona mpikarakara)
- Tsy manao ireo zavatra tiana taloha intsony
- Be tebiteby, matahotahotra, mora tezitra, malahelo na reraka
- Tsy mety misakafo

#### **Ny zavatra ataon'ilay olona mahatonga fahasorenana**

- Tsy mahay mitantana ny fotoanany
- Miezaka hanao ny zavatra rehetra irery fa tsy mety hampian'ny hafa
- Ny manantena ny tenany hahavita zavatra maro mihoatra noho ny tena vitany
- Ny fanaovana asa tsy voasoritra tsara
- Tsy fahaizana mifandray amin'ny hafa
- Ny fahatsapana ho tsy manan-kery manoloana ny fanapahan-kevitra
- Ny fifandraisana am-po amin'ny marary
- Ny fahaverezam-panantenana manoloana ny fahafatesana mitohitohy na dia teo aza ny fiezahan'ny mpikarakara.

#### **Fahasorenana avy amin'ny ataon'ny hafa**

- Ny fampanaovana anao zavatra izay tsy nampianarina anao tsara.
- Ny tsy fitovian-kevitra matetika amin'ny lehibe, ny marary na ireo iray fianakaviana aminao
- Ny fandavana ny anjara tokony homena anao (ohatra saram-pitaterana, sakafo)
- Ny tsy fahampian'ny tahiry (ohatra aro tanana sy fanafody)
- Tsy zarizary ny tontolon'ny toerem-piasana (ohatra, karama tsy ampy na tsy misy mihintsy aza)
- Olona maro amin'ny fotoana iray mitady fanampiana
- Ny ao an-trano, ny toeran'ny fianakaviana na ny tontolo manodidina

#### **Inona no atao hampihenana ny fahasorenana?**

- Henoy tsara ny vatanao ka jereo izay mety ho fampitandremana omeny (ohatra, ny faharerahana, ny nofy ratsy, ny tsy fahitana tory, ny fahatsapana fa niasa be loatra)
- Manokàna fotoana hiresahana amin'ny olona atokisanao sady fantatrao fa hahazo tsara ny zava-misy ary afaka hanampy anao hitady vahaolana
- Manaova fanatanjahan-tena maivamaivana
- Ahena ny kafe, dite,na Coca-cola sotroinao
- Matoria alohaloha tsindraindray ary ataovy izay haha-ampy torimaso anao
- Manaova zavatra mahafinaritra anao

- Manokana fotoana hivavahana sy hihavanana amin'ny fiaraha-monin'ny fiangonanao

**Inona no manampy amin'ny faharerahana?**

- Mazotoa misangisangy; manampy izany rehefa be ny fahasorenana
- Ovaovao ny zavatra tanterahinao fa tsy ny zavatra iray ataonao iny ihany no itarazoana.
- Miasa amin'ny ora voatokana. Ny ankamaroan'ny olona miasa be loatra dia tsy miasa tsara intsony rehefa avy eo
- Ampirisiho ny mpirotsaka an-tsitrapo ary omeo valisoa izy ireo amin'ny alalan'ny fanaovana fety na fanomezana kely mba ahafantarany fa ankasitrahana ny asany. Mazotoa hamaly fanontaniana ary derao imason'ny olona ny ezaka ataon'izy ireo.
- Omeo hasina ny asa vita tsara. Mila ampahafantarina ny olona fa tsara ny asany. Ny olona tsirairay dia samy mila zavatra hafa, ka manomeza fandokafana voatokana ho an'ilay olona.
- Tsarovy hatrany ny tanjona amin'ny ankapobeny – ny zava-tsoa rehetra eo amin'ny fiainana – mba tsy ho revon'ny tolona atrehina isan' andro ianao.
- Ampiasao koa ireo olona be fanoloran-tena ao anatin'ny fiarahamonina izay afaka hiara-miasa aminy izy ireo. Mazoto sy tia manao asa tsara izy ireo matetika.
- Omeo andro fialan-tsatsatra ireo olona ireo mba hafahany miala sasatra sy hanavao ny heriny amin'ny fihetseham-po mahery vaika mety ho tsapany tany am-piasana.
- Ny olona rehetra dia mety ho sasatra, na ny filoha aza na ny mpitarika. Mitandrema tsara sao isehoan'ny fambaran'ny harerahana ianao na ny olona manodidina anao, ary miasa miaraka mba hisorohana an'izany.

## TOVANA 5:

TAHIRIN-KEVITRA FANAMPINY AZO VAKIANA

AIDSCAP Project, Policy and Advocacy in HIV-AIDS Prevention. Strategies for Enhancing Prevention Interventions, at

[www.fhi.org/en/HIVAIDS/pub/Guide/BCC+Handbooks//Policy+AND+Advocacy+in+HIV-AIDS+Prevention.htm](http://www.fhi.org/en/HIVAIDS/pub/Guide/BCC+Handbooks//Policy+AND+Advocacy+in+HIV-AIDS+Prevention.htm)

Clifford, Paula, *Theology and the HIV/AIDS Epidemic*. Christian Aid Publication, 2004.

Cimperman, Maria, *When God's People have HIV/AIDS. An Approach to Ethics*. Maryknoll, New York: Orbis Books, 2005.

CUAHA, *Grassroots' Tool Kit for HIV and AIDS. Responses to Common Questions*. Nairobi: Daystar University Publication, 2005.

Dube, Musa W. and Musimbi Kanyoro (eds), *Grant Me Justice! HIV/AIDS & Gender Readings of the Bible*. Pietermaritzburg and New York: Cluster Publications and Orbis Books, 2004.

Dube, Musa W., *Africa Praying: A Handbook of HIV/AIDS Sensitive Sermon Guidelines and Liturgy*. Geneva: WCC Publications, 2003.

Dullaert, Ricus (ed.), *Care for the Caregivers. Manual*. International Christian AIDS Network. Amsterdam: Nijmegen, & HET Spinhuis Publishers, 2006.

Ecumenical Advocacy Alliance, *The Next Steps. For Positive Change in Attitudes that Cause HIV and AIDS-related Stigma and Discrimination*. Geneva: Ecumenical Advocacy Alliance, 2003.

Essex, Max, Souleymane Mboup, Phyllis J. Kanki, Richard G. Marlink, and Sheila D. Tlou (eds), *AIDS in Africa*, 2<sup>nd</sup> edition. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers, 2002.

Ferrari, Joseph R. Leonard A. Jason and Doreen Salina « Pastoral care and AIDS: Assessing the stress and satisfaction from caring for persons with AIDS,» *Pastoral Psychology*, Volume 44, Number 2/ November, 1995, at [www.springerlink.com/content/f535v0301h2hr065/?p=6ec853db66914a61900d6a7d68efa820&pi=2](http://www.springerlink.com/content/f535v0301h2hr065/?p=6ec853db66914a61900d6a7d68efa820&pi=2)

Gill Robert, *Health Care and Christian Ethics*. New York: Cambridge University Press, 2006.

Hedrich, Ute, *God Breaks the Silence. Preaching in Times of AIDS*. mission 21—protestant mission basel. Basel: United Evangelical Mission, 2005.

Fr Igo, Robert, OSB, *Listening With Love: Pastoral Counselling: A Christian Response to People Living with HIV/AIDS*. Geneva: WCC Publications, 2005.

Kisubi, Wilson K. and Charles Omondi, *Home-based Care for People Living with HIV/AIDS:*

*Home Care Handbook: Supporting Primary Caregivers*. Nairobi: Pathfinder International, 2000.

Lutheran World Information, *PositHIVE Church*. LWI 11/2005. Geneva: The Lutheran World Federation, 2005.

Lynch, Gordon, *Clinical Counseling in Pastoral Settings*. London and New York: Routledge Publications, 1999.

Orlov, Lisandro, *And They Did It With Me: Practical and Pastoral Suggestions for the Accompaniment of People who Live with HIV and AIDS and their Affective Environment*. Buenos Aires, Epifania, 2006.

Paterson, Gillian, *Church Leadership & HIV/AIDS. The New Commitment, Discussion Paper 01*. Geneva: Ecumenical Advocacy Alliance, 2003.

Paterson, Gillian, *AIDS Related Stigma. Thinking Outside the Box: The Theological Challenge*. Geneva: Ecumenical Advocacy Alliance and World Council of Churches, 2005.

Taylor-Brown, Susan and Alejandro Garcia, *HIV Affected and Vulnerable Youth: Prevention Practice and Approaches*. New York: Haworth Press, 1999.

The Nordic-FOCCISA Church Cooperation, *One Body*. vols 1 and 2. Christian Council of Norway, 2005. Azo jerena koa eny amin'ny [www.norgeskristnerad.no/doc/OneBodyVol2%20-Eng.pdf](http://www.norgeskristnerad.no/doc/OneBodyVol2%20-Eng.pdf) sy ny [www.norgeskristnerad.no/doc/OneBodyVol2%20-Eng.pdf](http://www.norgeskristnerad.no/doc/OneBodyVol2%20-Eng.pdf)

UNAIDS, UNFPA and UNIFEM, *Women and HIV/AIDS: Confronting the Crisis*. UNAIDS, UNFPA and UNIFEM, 2004.

UNAIDS, *A Report of a Theological Workshop focusing on HIV - and AIDS-related Stigma*. Supported by UNAIDS, Windhoek, Namibia. UNAIDS Publications, 2005.

UNAIDS, *Report on the Global AIDS Epidemic. A UNAIDS 10th Anniversary Special Edition*. UNAIDS Publication, 2006.

Weatherford, Ronald Jeffrey and Carole Boston Weatherford, *Somebody's Knocking at Your Door: AIDS and the African American-Church*. New York: Haworth Press, 1998.

World Council of Churches, *Facing AIDS—The Challenge, the Churches' Response—A WCC Study Document*. Geneva: World Council of Churches, 1997.

## **Adiresin-tranonkala mety hilaina**

- WWW.AEGIS.COM
- WWW.AVERT.ORG
- WWW.CDC.GOV
- WWW.CSA.ZA.ORG
- WWW.E-ALLIANCE.CH

- [WWW.FHI.ORG](http://WWW.FHI.ORG)
- [HTTP://GLOBALHEALTH.ORG](http://GLOBALHEALTH.ORG)
- [WWW.UNAIDS.ORG](http://WWW.UNAIDS.ORG)
- [WWW.WHO.INT/HIV/FACTS/EN/](http://WWW.WHO.INT/HIV/FACTS/EN/)