State of Minnesota logo



# HIV ဒီး တၢ်မၤကွၢ် HIV တၢ်ဆါ

အတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီ ကအိၣ်ဒ်လဲၣ်ဂ့ၤဒ်လဲၣ်ဂ့ၤ, ပဟ့ၣ်လီၤ တၢ်မၤကွၢ် HIV တၢ်ဆါ (သွံၣ်တၢ်မၤကွၢ်) လၢပှၤဆါကိးဂၤအဂီၢ် အစှၤကတၢၢ်တဘျီ ဖဲသးနံၣ် 15 နံၣ် ဒီး 18 နံၣ်အဘၢၣ်စၢၤ န့ၣ်လီၤ. အဂ့ၤဒ်လဲၣ် HIV တၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ဂာ် အပတီၢ်လၢ မံၣ်နံၣ်စိထၣ်အပူၤအံၤ အဒိၣ်ဝဲအါဝဲ ဒီး တုၤထီၣ်ဘးဒီး ထံကီၢ်ဒီးကီၢ်စဲၣ် တၢ်နဲၣ်ကျဲတဖၣ် လၢတၢ်မၤကွၢ်ညီနုၢ်တဘျီဘၣ်တဘျီအဂီၢ်အဃိသးန့ၣ်လီၤ. အနီၢ်ကီၢ်န့ၣ်, HIV တၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ဂာ် အပတီၢ်အထီကတၢၢ် လၢမံၣ်နံၣ်စိထၣ်အပူၤန့ၣ် ကဲထီၣ်အသးလၢ ပှၤသးစၢ်ဒိၣ်တုာ်ခိၣ်ပှဲၤတဖၣ်အကျါန့ၣ်လီၤ.

## တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအကါဒိၣ်ဘၣ်ဃး HIV:

* HIV (ပှၤကညီနီၢ်ခိဂံၢ်ဘါတၢ်ဒီသဒၢစှၤလီၤတၢ်ဆါ) န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲ ဘဲရၢးစ်လၢ အဒုးကဲထီၣ် AIDS (နီၢ်ခိဂံၢ်တြီဆၢ လီၤစှၤတၢ်ဆါ) န့ၣ်လီၤ. HIV ဘဲရၢးစ်အံၤ မၤဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး ပှၤကညီတဂၤ အနီၢ်ခိဂံၢ်တြီဆၢတၢ်ဆါသနိ ဒီး မၤဆူးမၤဆါအဝဲသ့ၣ် နးနးကလဲာ်သ့ ဒီး ဒုးကဲထီၣ် တၢ်သံ ဒၣ်လဲၣ် သ့န့ၣ်လီၤ.
* HIV ရၤလီၤအသး ခီဖျိ တၢ်မံဃုာ်အိၣ်ဃုာ်လိာ်သး အကလုာ်ကလုာ် လၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ဒီသဒၢ (ပိာ်မုၣ်က့ၢ်ဂီၤ, ခံပူၤ, မ့တမ့ၢ် ကိာ်ပူၤ) ဒီးပှၤလၢအအိၣ်ဒီး HIV တဂၤ; ခီဖျိဘၣ်ဒွံးဘၣ်ဒွါလိာ်သးဒီး သွံၣ်လၢဘၣ်ကူဘၣ်ဂာ်ဒီး HIV ခီဖျိစူးကါသကိး ထးတဖၣ် (တၢ်ပျံာ်ဖျိတုၢ်ဖျိတၢ်, တၢ်ဆဲးကံၣ်ဆဲးကွီသး, မ့တမ့ၢ် တၢ်စူးကါ ကသံၣ်မူၤဘှိး); ခီဖျိ ပှၤမိၢ်ဒၢလၢဘၣ်ကူဘၣ်ဂာ်ဒီး HIV တဖၣ် ဆူအဝဲသ့ၣ်အဖိတဖၣ် ဖဲဒၢထီၣ်အဖိအခါ မ့တမ့ၢ် ဖဲအိၣ်ဖျဲၣ်ထီၣ်အဖိအခါ, မ့တမ့ၢ် ခီဖျိ တၢ်ဒုးအီနုၢ် သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.
* ပှၤလၢအဘၣ်ကူဘၣ်ဂာ်ဒီး HIV အါတက့ၢ်န့ၣ် တသ့ၣ်ညါလီၤအသးလၢ အဝဲသ့ၣ်အိၣ်ဒီး ဘဲရၢးစ်အံၤဘၣ်. တၢ်ဆၢကတီၢ်ယံာ်ဝဲအါမးလၢ ဘဲရၢးစ်အံၤ အပနီၣ်တဖၣ် ကဟဲအိၣ်ဖျါထီၣ်အသးန့ၣ်လီၤ.
* တၢ်မၤကွၢ်သးလၢတၢ်အံၤအဂီၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲ ကျဲထဲတဘိလၢကသ့ၣ်ညါဘၣ် မ့ၢ်ပှၤတဂၤအိၣ်ဒီး HIV ဧါန့ၣ်လီၤ.
* ဒ်သိးပှၤလၢအိၣ်ဒီး HIV/AIDS တဖၣ် ကအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ ဒီး အသးသမူကထီအဂီၢ် တၢ်ကူစါယါဘျါတဖၣ်အိၣ်ဝဲန့ၣ်လီၤ.

## ဘၣ်မနုၤ တၢ်မၤကွၢ်ယၤလၢ HIV အဂီၢ်လဲၣ်?

* တၢ်ဃုထံၣ်န့ၢ် HIV တၢ်ဆါသီသီ လၢ US အပူၤ လၢပှၤ 5 ဂၤအကျါ အါန့ၢ်ဒံး 1 ဂၤန့ၣ်မ့ၢ်ဝဲ ပှၤသးစၢ်လၢအသးအိၣ် 13-24 နံၣ်တဖၣ်လီၤ.
* လၢသးနံၣ်လါကရူၢ်ခဲလၢာ်အပူၤ, ပှၤသးစၢ်လၢအိၣ်ဒီး HIV တဖၣ်န့ၣ် အဖျါလၢ အတုၤအိၣ်ဒိးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲ ဆူၣ်ချ့တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ အစှၤကတၢၢ်လီၤ.
* HIV တၢ်ဆါတၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ဂာ် အပတီၢ်လၢ လၢမံၣ်နံၣ်စိထၣ်အပူၤန့ၣ် အအါဝဲဒၣ်အိၣ်မးအဃိ, အမဲရကၤဖိသၣ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါဂ့ၢ်ဝီပီညါအခဲဒမံၣ် (American Academy of Pediatrics), တၢ်ဖီၣ်ဂၢၢ်ဒီးတၢ်ဒီသဒၢ တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလီၢ်ခၢၣ်သးတဖၣ် (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), ဒီး မံၣ်နံၣ်စိထၣ်ဆူၣ်ချ့ဝဲၤကျိၤ ဟ့ၣ်ကူၣ်ဝဲဒၣ်လၢ ပှၤလၢအသးအိၣ် 15 နံၣ် တုၤဆူ 18 နံၣ်တဖၣ်, အတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီလၢ HIV အဂီၢ် ကအိၣ်ဝဲဒ်လဲၣ်ဂ့ၤဒ်လဲၣ်ဂ့ၤ, ကမၤကွၢ်အသး အစှၤကတၢၢ်တဘျီန့ၣ်လီၤ.
* တၢ်ဟ့ၣ်လီၤ တၢ်မၤကွၢ် HIV တၢ်ဆါ သွံၣ်တၢ်မၤကွၢ်န့ၣ် အလီၢ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢ ဖိသၣ်ဒီးပှၤလိၣ်ဘိ တၢ်သမံသမိးတဖၣ် (Child and Teen Checkups) တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအဂီၢ်လီၤ.
* နပှၤဟ့ၣ်ဆူၣ်ချ့တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ မ့ၢ်နာ်လၢ နတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီလၢ HIV အဂီၢ် မ့တမ့ၢ် လၢမုၣ်ခွါသွံၣ်ထံးဂ့ၢ်ဝီတၢ်ဆါဘၣ်ကူဘၣ်ဂာ်လိာ်သး (STI) အဂၤတဖၣ်အဂီၢ် မ့ၢ်ဒိၣ်မ့ၢ်အါဝဲအဃိ, အဝဲသ့ၣ် ကဟ့ၣ်ကူၣ်နၤလၢ ကလဲၤမၤကွၢ်သး ခဲအံၤခဲအံၤန့ၣ်လီၤ.

## တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအကါဒိၣ်ဘၣ်ဃး HIV တၢ်မၤကွၢ်-

* မ့တမ့ၢ်ဘၣ်သၢပျၢၤလၢနမၢပှၤအဃိ, တမ့ၢ်ပကဟ့ၣ်လီၤ တၢ်အစၢတဖၣ်အံၤဆူ နမိၢ်ပၢ် မ့တမ့ၢ် ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဘၣ်.
* ကတီၢ်ဆိတၢ်မၤကွၢ်အံၤ အစၢမ့ၢ်ဖျါလၢအိၣ်ဒီး HIV ဘဲရၢးစ်န့ၣ်, တၢ်ကမၤ တၢ်ဟံးဂ့ၢ်ဝီပိာ်ထွဲမၤကွၢ်တၢ်ဆူညါန့ၣ်လီၤ.
* HIV တၢ်မၤကွၢ်တဖၣ် ထီဘိ လီၤတံၢ်လီၤဆဲးဝဲ ခဲလၢာ်ဃၣ်ဃၣ် သနာ်က့, တၢ်ဟံးဂ့ၢ်ဝီပိာ်ထွဲမၤကွၢ်တၢ်ဆူညါ န့ၣ် မၤစၢၤ နပှၤဟ့ၣ်ဆူၣ်ချ့တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအံၤ လၢကသ့ၣ်ညါလီၤတံၢ် တၢ်ဃုထံၣ်တၢ်ဆါအံၤ အဘၣ်ဝဲန့ၣ်လီၤ.

## တၢ်ဒီသဒၢန့ၣ်မ့ၢ်ဝဲ ကျဲအဂ့ၤကတၢၢၢ်တဘိလၢကပဒ့ၣ်ဟးဆှဲး တၢ်ဒိးန့ၢ်ဘၣ် HIV လီၤ-

မ့ၢ်ကမၤလီၤစှၤ နတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီဒ်လဲၣ်န့ၣ် သံကွၢ် နပှၤဟ့ၣ်ဆူၣ်ချ့တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ တက့ၢ်.

ပှၤမ့ၢ်သူအီၤကြၢးကြၢးဘၣ်ဘၣ်န့ၣ် ခွါတၢ်ဖျီၣ်တဖၣ်န့ၣ် အတုၤလီၤတီၤလီၤဝဲ ဒိၣ်ဒိၣ်ကလဲာ်လၢ တၢ်ဒီသဒၢ HIV ဒီး STI အဂၤတဖၣ်အဂီၢ် ဒီး တၢ်ဒိးန့ၢ်အီၤဖဲ ကသံၣ်ကျးတဖၣ် ဒီး ဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်တိာ်ကျဲၤ ကသံၣ်ဒၢးတဖၣ် သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.

တၢ်သံကွၢ်မ့ၢ်အိၣ်ဒီးနၤန့ၣ် ဆဲးကျိး မံၣ်နံၣ်စိထၣ်ဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်တိာ်ကျဲၤ (MN Family Planning) ဒီး STI လီတဲစိကျိၤလီၤဆီ ဖဲ 1-800-783-2287, ကွဲးဆှၢ ASKMN ဆူ 66746, မ့တမ့ၢ် လဲၤဆူ sexualhealthmn.org တက့ၢ်.

Sincerely,

Provider’s/clinic name  
Clinic  
Address  
###-###-####   
(optional) Author’s contact information  
[Clinic](http://www.health.state.mn.us/) website

Optional: Your Logo