

## Sangara ak diangoro VIH

Sangara moy li nite di dieufeundiko témouye ague si sa khéle li eupeu si réwou Espagne, moye niéntéle si li nou meuna khagne wérgu yarame. Nite gni amé diangoro VIH, moye linouye gueuna dieufeundiko. Wagniko, dina takhe walanté diangoro VIH wagnékou, dinatakhite ngaye dieule sayes garabes bou bakhe ba domana ame ayes diafé diafés si sa wérgu yarame.



Li sangara di déff si sa yarame, lou beurri dina koye firndéle, sa awra, sa poids bou yarame, gawaye bi nga koye nané, boudé bo koye nane darâ dou néke si sa bire, khétou sanagar bi ngaye nanea k nouko sa yarame di nango. Sangara daye takhe sa khéle dou lére boye khalate, lolou meuna indi ngaye dieule décisions you meuna yokes ayes risk gnou waleu wala nga walé diangoro VIH.

Amoule lime bou wore si nane sangara. Bagna rombe digue bi gnouye yakare né risk bi souféna si nane sangara, mi ngui tolou si 20g/si béss bou nék bodé gore ak 10g/ si béss bou né bodé djiguéne, di chi yoke né nane gougou meuna done, amna ayes risk. Nane sangara si lou eupe lime yoyous, dina indi dé ngou beurri boudé dina gnou nataplé ak gni doule nane dara wala gniye nane si lime bi gnou wakhone.

Si eupeu, nites gni amé diangoro VIH, dano wara wagni séne nane sangara si lou eupeu béne sangara si béss boudé djiguéne ak niarry sangaras boudé gore, moytou di nane béss bou nék (<10-20g/dia).

Nites gni amé diangoro VIH di nane sangara, name daffa yéme, gno eupe lounou meuna ame ayes yakhouté si séne yarame que nites gniyes nate sangara té amou gnou diangoro VIH. L lou mo takhe, gni amé diangoro VIH, séne dieufeudnikou sangara, dafa wara soufé torape boudé meunou gnou ko bayi.

### Natoupe nane sangara bou ande ak risk bou touty



**10 g**  
sangara/  
béss bou né



**1 copou**  
**bou touty**  
(40%) di 30 mL



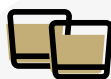
**Khadjou**  
**copou**  
**bou vin**  
(10%) 125 mL



**1 potou**  
**bierre**  
(5%) 250 mL



**20 g**  
sangara/  
béss bou né



**2 copous**  
**bou touty**  
(40%) di 60 mL



**Bénn**  
**copou**  
**bou vin**  
(10%) 250 mL



**1 potou**  
**bierre**  
**réye**  
(5%) 500 mL

## Lane la nane sangara meuna déff nite ki amé diangoro VIH?

- Sangara bokena si li meuna takhe nite ame lou meuna nioke ayes diafé diafés si wérgou yarame si lou ague si 200, di chi bolé diangoroye khole, hépatites, lou dieume si khéle ak yarame bou nékhe ak diuorome niarry khétou cancer.
- Sangara meuna yoke yakhouté bi diangoro VIH di déff si sa yarame di ko diarré yones you beurri.
- Di chi yoke, nane sangara, dina takhe, sa résse bi dina liguéye lou beurri pour meuna guéne salté bi nék si bire yarame. Dadjalé salté bobou, dina takhe sa yarame dina nassakhe bolé chi sa résse bi dina ame ayes yakhoutés.
- Nites gni amé diangoroye VIH taye nate sangaram lolou dina takhe, dina gnouye gniak proteine biye diokhe dolé séni ayes yakhes, té lolou dina yok ayes risk gnou amé fébar biye takhe sayes yakhes ame ayes beune beunes. Yakhes you néwe dolé beurri na si gni amé diangoro VIH, di chi bolé gni nga khamné domou diangoro dji meunou gnou ko guisse si séne yarame ndakhe garabe yiyes khékhe diangoro dji gnouye nane.
- Firndéle yi ngouye guisse si nane sangara bou beurri, meuna indi ayes diafé diafés si nane garabe yi si nimou waré, ndakhe meuna indi teupeu nane garabe yi. Bagna topeu nane garabe yoyou meuna takhe dounou meuna controler diangoro VIH si sa yarame.

## Ndiglé ndakhe gnou meuna wagni nanoume sangara

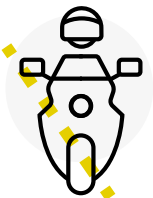


**Risk bi, dina gnou chi meuna mouche si gnou bagna nane sangara.**

**Meune nga wagni sa nane sangara si bagni niarry (2) fanes youd oule nane sangara si bire semaine bi.**



## Moytou di nane sangara bo néké si situations yi :



**Bo dawale woto**



**Bo di nampalé sa dome**



**Bou dé ndanga eumbe**



**Bou dé ndanga nék si liguéye bou lache téwlou**



**Bo dé khalé**



**Bou dé yangui nane yéne domou garabes ndakhe yénes diangoro yi**



**Bo néké si yéne yeugueu tou you ame ayes risk**



**Bo waré séte waka néke aka yes khalés**

**gt** grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH  
ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA  
ONG DE DESARROLLO



**¿TIENES DUDAS SOBRE EL TEMA? PREGÚNTANOS**

Tel. 93 458 26 41

### Dou sounou responsabilité

Khobar yi gnou khatime fi si kéyite bi, soublou wounou chi, sopi khobar gni ngaye diote si sa doctor. Bépeu décision boye dieule si sa wérgou yarame, war nga ché wakhe ak gni séne khame khames mache si wérgou yarame. Khobar yiyes dieume si wérgou yarame, meuna sopékou si lou gawe.

Boudé binga liré kéyite bi ba paré, gni ngui laye digueule nga séti sa doctor ak enfirmière wala nga wognou a GTT-VIH si numéro telephone bi 93 458 26 41 pour thiyatou ndakhe amou khobar you béss.

### SUBVENCIONA



✓ POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Generalitat de Catalunya

Salut/ Agència de Salut Pública de Catalunya

Diputació de Barcelona

Àrea d'Iguatlat i Sostenibilitat Social

Ajuntament de Barcelona

### COLABORA



Vall d'Hebron | eSPiC  
Equip de salut pública i comunitària

[www.gtt-vih.org](http://www.gtt-vih.org)

SI TE HA PARECIDO ÚTIL Y INTERESANTE EL CONTENIDO, COMPÁRTELO.