

Nin nafa ka bon: Mɔɔɔ be se ka sidabana sɔɔɔ mɔɔɔ fe ka a sɔɔɔ a yecogo la bana te a la. Sidabanakise be se ka don mɔɔɔ joli la ka kalo caman walima san caman ke ka a sɔɔɔ a bana taamasijne kunfɔɔw ma ye, nka o waati kɔɔɔ, o tigi be se ka banakise yeɓema mɔɔɔ were la kafɔɔɔɔɔnya senfe walima pikiribijne fe. Sira kelen min be se ka a to a ka don ko sida te aw la, o de ye jolisegesege ye. Sidabanakise be mɔɔɔ min joli la, a be fɔ o ma tubabukan na ko seropozitif (*séropositif*).

1 Sidabanakise taamasijnew

A damine na, bana taamasijne caman te bange, wa sidabana taamasijnew kecogo te kelen ye mɔɔɔw la. A ka ca a la bana werew de taamasijnew be bange, dimi te minnu na, wa fana u be men senna.

Ni o taamasijne suguya caman banger a mɔɔɔ min na ani ka a bana, o be se ka ke sida ye (nka jolisegesege de be se ka a to a ko tijne ka don):

- a tigi fanga be ban ka taa a fe;
- kɔɔɔboli banbali be a tigi mine, min be se ka teme kalo kan, ani min be to taa ni ka segin na;
- farigan min be men ka teme kalo kan, tuma dow la nene be a tigi mine walina a be wosi sufe.

Tamasijne kelen walima a caman be se ka ye mɔɔɔ la:

- sɔɔɔsɔɔɔ gɛlen min ka ca ni kalo kelen ye;
- dakɔɔɔjoli min sababu ye safa ye (aw ye gafe ne [232](#) laje);
- genegene be se ka bɔ fari fan bee (aw ye gafe ne [88](#) laje);
- kurukuruw ni joliw, minnu be bonya ka taa a fe wa furakeli te u keneya, kerenkerennena la a minnu be bɔ dogoyɔɔw ni bobara la;
- a tigi segenen don tuma bee;
- sɔɔɔsɔɔɔɔnije ni fari kalankalanni banbali ka teli ka sidatɔ mine (aw ye gafe ne [204](#) laje).

Farafinna a be fɔ sida ma ko fasalibana barisa ni a bana juguyara cogoya dɔ la, banabagatɔ be fasa. Mali la dow be sida wele ko **siban** walima **sidan** ka sababu ke ko sida ye bana keneyabali ye.



2 A furakecogo

Tubabufura fara farafinfura kan, fura ma se ka sɔɔɔ min be sida furake fɔɔɔ. Nka fura werew be se ka di sidatɔw ma walasa u fari ka se ka bana tɔw keɓe. O fura ninnu be wele ko anti eretowiro (*antiretroviraux*), wa o fura ninnu be ke sababu ye sidatɔ keneman ka to ani ka men si la ka bana to a la (aw ye gafe ne [398](#) laje).

Bana werew be sidabanakisetow segen, o de kama u caman be kotirimokizazoli (*cotrimoxazole*) ta don o don walasa ka o banaw kunben (aw ye gafe ne [357](#) laje). Aw be aw jija ka bana bee furake:

- Ni kɔnɔboli don, aw be keneyaji min (aw ye gafe ne [152](#) laje).
- Ni safa don, aw be wiyole d zantiyani (*violet de gentiane*), nisitatini (*nystatine*) walima mikonazoli (*miconazole*) ta (aw ye gafe ne [232](#) ni [372](#) laje).
- Ni kurukuruw don, aw be asidi tirikulorasetiki (*acide trichloracétique*) walima podofilini (*podophylline*) ta (aw ye gafe ne [292](#) ni [359](#) ni [309](#) laje).
- Ni farigan don, aw be ji caman min, ka asipirini (*aspirine*) walima asetaminofeni (*acétaminophène*) ta ani ka fini su ji la ka o da aw fari kan walasa ka fari suman (aw ye gafe ne [119](#) ni [120](#) ni [121](#) laje).
- Ni sɔɔsɔɔ don, aw be ji caman min wa ni disidimi don, aw be banakisefagalan ta (aw ye gafe ne [251](#) laje).
- Ni sɔɔsɔɔ walima farigan temena dɔɔkɔn kelen kan, **aw be taa dɔɔtɔɔso la walasa ka ladilikanw sɔɔ ani ka sɔɔsɔɔnijefura sɔɔ** barisa nin bana ninnu ka teli ka sidato mine (aw ye gafe ne [179](#) ni [180](#) laje).
- Ni ɛɛɛ walima kurukuru don, aw be ɛɛɛfuraw ta (*antihistaminiques*) ani ka banamisenw furake.
- Aw be joli bee furake (aw ye gafe ne [88](#) ni [89](#) laje).
- Fari kalankalan don, aw be gafe ne [204](#) laje.

Aw ka keneya sabeticogo dɔ fana ye dumuni nafama dunny ye (aw ye sigida [11](#) laje); ka dɔɔ ni sigareti ni a ɔɔɔw dɔɔgu bee ye ka u to yen; ka tila ka aw lafiɛ ani ka sunɔɔ ka ne, o bee kɔ ka fugulan nafana don kafɔɔɔnyaw waatiw la.

Kun te a la ka sidatow bila ka da u kelen na. U wolo walima u ninakilito te se ka sida lase mɔɔ were ma. Nka farigan juguman, kɔnɔboli walima bana were be mɔɔ minnu na, olu ka kan ni furakeli kerɛkerɛnnen ye. A tigi somɔɔw ni a teriw be se ka a demɛ ni hakilisigi kumaw ye, min be a to u fari be sidabana kun.

3 Yeretangacogo sidabana ma

Hali bi, kunbenfura fosi ma sɔɔ sidabana la.

3.1 Sidabana yelemali kafɔɔɔnya senfe, o be se ka bali cogodi?

- Ka dan kafɔɔɔn kelen ma, ani ka tilen i kafɔɔɔn ye.
- Ka waleyaw ke kafɔɔɔnya waati, faratiba te waleya minnu na (aw ye gafe ne [290](#) laje). Fugulan nafama donni be sidabana yelemali farati dɔɔya.
- Ni dilannabana dɔ be aw la, aw be o furake joona.

3.2 Sidabana sɔɔli minen nɔɔlenw ni joli fe, o kumbencogo:

- Aw kana sɔn pikiri ka ke aw la ni aw dalen te a la ko pikirikeminenw banakise fagalen don. Keneyabaarakelaw man kan ka biye kelen ke ka mɔɔɔ fila sɔɔɔ abada ka sɔɔ u ma a tobi ka a banakisew faga (aw ye gafe ne [74](#) laje).
- Aw kana dɔɔɔgu pikiri ke aw yere la. Ni aw ma ne a kɔ, aw ni mɔɔɔ kana je biye kelen na, foni o ye a sɔɔ aw ye a ko ni jaweliji ye, walima ka a tobi jikalan na miniti 20 (mugan) jɔɔɔ;
- Aw kana aw kunw di ni lamu kelen ye;
- Aw ka da a la ko bolokoliminenw, tulosɔɔɔbiye, dasusubiye ani ladalako werew keminen banakisew fagalen don;
- Aw kana sɔn joli segesegebali ka ke aw la, walima aw be aw balima wala aw teri dɔ joli ke aw la, aw dalen don a la ko sidabanakise te min joli la (nka, o don ka gelen ni a ma jolisegesegeke).
- Ni aw be mɔɔɔ dɔ joli furake walima ka a farilaji josi, aw be aw jija ka gan walima mana don aw tege la.

3.3 Sidabana yelemali den na ba fe, o kumbencogo

Ni sidabana be musokɔɔma na, a ka kan ka a dɔn ko a be se ka a yelemali a den na. Walasa ka kunnafoniw sɔɔ sidabana yelemacogo la den fe, aw ye gafe ne [398](#) laje.

4 Musow ni baw ka keneya

4.1 Kɔɔmaya

Kɔɔmaya te ba ka sidabana juguya, nka geleyabaw be se ka ye kɔɔmaya waati ni sidabana be ba la. A be se ka:

- Kɔɔ tipe (den ni ni te wolo);
- Banamisenniw sɔɔ kɔɔmaya kɔfe, bana minnu keneya man di;
- Jigin ka sɔɔ a waati ma se, walima ka den banabagatɔ wolo.

Ni geleya be dɔnɔn kɔ, a ka di muso sidatɔ caman ye ka kɔɔ ta ani ka den sɔɔ.

Ni muso b'a fe ka kɔɔ ta, nka a te a dɔn ni sidabana be a kafɔɔɔɔn na, u fila be ka kan ka taa dɔɔɔɔɔɔ la ka u joli segesege. Ni u te se ka o ke, muso be se ka ni waleya minnu ke walasa ka sidabanakise yelemali farati dɔɔɔya:



A ka kan muso kelen kelen be ye ka a ka kɔɔmaya ni kɔɔta waati latige.

- Ka kafopɔɔɔnya ke a ka kɔɔta waatiw la (aw ye gafe ne [999](#) laje). Waati tɔw la, a be fugulan nafama don walima ka waleya werew ke, farati te waleya minnu na.
- A kana kafopɔɔɔnya ke abada ni dilannabana yelemata dɔ taamasije be a la

Musokɔɔma be ka kan ka u joli la CD4 segesege ka bana kekelanw jatemine (aw ye gafe ne [999](#) laje). Ni CD4 hake ma 350 bɔ, a ka kan ka furakeli kerenkerennen dɔ damine, a be fɔ min ma ko 'ARV' a yere ka keneya kɔɔn. Ni a kɔɔma don ani sidabana be a la, a ka fisa a ka a janto a yere la – ka dumuni dafalenw dun, ka bana tɔw kunben ani ka u furake (i n'a fɔ sumayabana) ani ka a jini ka sidabana furake.

ARV furakeli be ba lakana ani ka den ka keneya sabati.

Den be se ka bana sɔɔ ka a to denso la, jiginni walima sinji dili senfe. Ni furakeli te, den 3 o den 3, den 1 be sidabana sɔɔ. Fura kerenkerennenw (ARV) be se ka ba lakana ani ka den ka sidabana sɔɔli sababu dɔɔya. Aw be fura ninu tacogo kunnafoni jini keneyabaarakela dɔ fe, min ka kalan jesinnen don den ni ba ce sidabana yelemali ma kɔɔmaya ni jiginni waati.

Ni sidabana be ba la, den be se ka bana kekelanw sɔɔ a fe, nka a ma teli ka banakise yeleva a la. Ni sidabanakise segesegeli kera, a bena ye ko a be den na ka da a kan ba ka banakekelanw be to den joli la fo kalo 18. O kɔfe, ba ka banakekelanw be tunu ka bɔ den joli la, ola, ni sidabanakise ma to joli la, sidabana tena ye den na. Yɔɔ dɔw la, den joli be segesege ko kura a dɔɔkun 6 ka a laje ni sidabana te a la.

4.2 Jiginni

Den ka bana caman be sɔɔ jiginni de senfe. ARV furaw tali ka kɔn jiginni ne walima jiginni kɔfe, o be se ka ba ni den fila be lakana. Bana ka teli ka yeleva ni ji be bɔra den kan leri 4 ka kɔn jiginni ne, walima ni muso joginna ani ni joli ni musoyalaji dɔw sera den ma jiginni senfe.

Banamisenniw be se ka juguya jiginni kɔfe ni sidabana be ba la. Ola aw ka kan ka taa dɔɔtɔɔso la joona.

4.3 Sinji dili

Den be se ka sidabana sɔɔ ba sinji fe. A yelemali ka teli ni bana kelen kura don ka ba mine walima ni bana juguman don. Waleya dɔw be yen, muso sidatɔw be se ka minnu ke walasa bana kana yelema den fe:

- Ka ARV furaw ta walasa ka ba ni den lakana (aw ye gafe ne [999](#) laje);
- Ni den be sin min, ba ka kan ka a ke cogo be la a sinnukun kana perenperen ani ka joli bo a la (aw ye gafe ne [999](#) laje). Ni aw ye o taamasijne do ye aw la, aw be aw jija ka taa dogɔɔɔso la;
- Ni aw ye joli walima safa ye den da kɔɔ, aw be o furake joona (aw ye gafe ne [999](#) laje);
- Aw be dumuni werew di den ma, i n'a fo dennɔɔ, aw be se ka o ke fo waati jan.



Yɔɔ caman na, kɔɔboli ni balodese ka teli ka denw mine ka a sababu ke ji nɔɔlenw ye. Olu farati ka bon den ma ka teme sidabana kan u kalo 6 fo kɔɔ. O kɔɔn a ka fisa sidatɔ ka sin di a den ma. Kalo 6 kɔfe, aw be dumuni werew fara sinji kan ani ka den dabɔ a kalo 12 ni a se be aw ye ka a balo ka ne (aw ye gafe ne [999](#) laje). Den dabɔli be se ka men senna tile 3 fo dogɔkun 3.

4.4 Ka naniya siri den baloli la sinji la

Keneyabaarakela min ka baara ye denyereniw balocogo ye ani ka banaw kunben, u be minnu sɔɔ u baw fe, o tigi be se ka musokɔɔma deme ka nin jateminew ke:



- Yala sigida la, banamisenniw ni kɔɔbolibana walima balodese be denmisenniw mine ka caya fo ka se u fagali ma wa? Ni o ye tije ye, sinji be se ka ke o kelefuraw la puman ye.
- Sidabanafura be sɔɔ sigida la wa? o be a to denba sidatɔ be se ka sin di den ma.
- Nɔɔ walima dennɔɔ saniyalen nafama be sɔɔ sigia la wa? Denba mako bena jo kɔɔ na kalo 6 kɔɔ fo ka se kalo 12 ma, o dun musaka ka bon. Aw ka kan ka aw dege den ka dumuni dilancogo puman ni a dili la den ma, ola aw mako bena jo ji sanuman wulilen ani minenw na. Bagan nɔɔw te se ka den nafa, o kama aw kana u di den ma fo ni aw desera. Aw be vitamini ni sukaro ani jisanuman fara a kan. Aw bena nɔɔ dicogo min matarafa, aw be o kunnafoni jini keneyabaarakela do fe walima aw ka gafe ne [999](#) laje.

5 Sidabanakise tigilamɔɔ walima sidatɔ ladoncogo

Aw be se ka sidatɔ furake ka a sɔɔ a ma degun lase aw ma. Sidabanakisetigilamɔɔ ni sidatɔw ka kan ka ladon damu ni hakilisigi kɔɔ. U mako be deme na fana ka se ka balo puman ni fura sɔɔ.

Ni farigan juguman ni kɔɔboli walima farifanbeedimi be u la, o be a jira ko u mako be deme na saniyako ta fanfe. A ka ca a la, an be se ka o deme don u ye ka a sɔɔ a ma baasi lase an ma. Walasa ka sidabana bali ka jensen, aw kana pine:

- Ko joli, joginda, banakɔtaa jolima walima fɔɔɔ jolima, o fen ninnu be se ka ke sidabanakise jensenni sababu ye. Walasa aw kana maga banabagatɔ farilajiw la, aw be gan walima manaforoko don aw bolo la ani ka to ka aw tege ko tuma ni tuma.
- Finiw, dara ni seriwiyeti nɔɔɔlenw walima u jolimaw ka kan ka ladilan ni yere kɔɔsi ye. Aw be u ko jikalan na ni safine ye walima aw ka u ko ni jaweliji ye. Aw kana o finiw ni sokɔɔfinitɔw ko pɔɔɔ fe.

Ni bana sera yɔɔɔ dɔ ma, an te se ka fen ke tuguni walasa ka sidatɔ furake. A tigi somɔɔw ni a teriw be se ka a deme ni hakilisigikumaw ye sani a ka saya don ce (a ye gafe ne [330](#) laje).

