

Ndi nga kona u di nangela?

Ee! Arali 6MMD i sa khou vha shumela...

rwedzi wa 1	rwedzi wa 2	rwedzi wa 3
		
rwedzi wa 4	rwedzi wa 5	rwedzi wa 6
		

Nahone vha tshi khou toga u vhona mualafhi wavho kiliniki miñwedzi ya rathi miñwe na miñwe fhedzi vha tshi khou toga mishonga miñuku – Vha nga nanga u fhandekanya mishonga yavho luvhili, ya u thoma vha ya vha i dzhia kha miñwedzi miraru musi vha tshi ya u vhona mualafhi, i tevhelaho vha nga i dzhia fhethu huñwe na huñwe hune vha funa kana kilabani ya vha no tevhedzela dzilafho

rwedzi wa 1	rwedzi wa 2	rwedzi wa 3
		
rwedzi wa 4	rwedzi wa 5	rwedzi wa 6
		

Vha khou toga u vhona mualafhi wavho tshifhinga tshinzi hu si miñwedzi ya rathi miñwe na miñwe fhedzi– vha nga nanga u vhona mualafhi wavho kiliniki miñwedzi miraru miñwe na miñwe nahone vha wana mishonga yavho ya miñwedzi miraru tshifhinga tshothe musi vha tshi tola nga mualafhi.

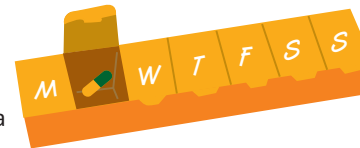
Zwino arali nda nga lwala musi duvha la u ya kiliniki li sa athu u swika?

Naho vho vha vho fhiwa dziARV dza miñwedzi ya rathi, vha tea u humela kiliniki tshifhinga tshinwe na tshinwe vha tshi pfa vha tshi khou lwala kana vha na dziñwe mbilaelo kana thaidzo.

Vha songo lindela duvha lo tiwaho arali vha sa di pfi zwavhudi kana vha tshi khou toga thikhedzo. Zwo luga arali vha da kiliniki vha tshi khou lwala naho vha kha 6MMD.

Dzi ARV dzanga ndi dzi thogomela hani?

- Kha vha vheye mushonga wavho wa ARV fhethu hu rotholelaho, ho omaho, ho tsireledzeaho, kule na tshedza tsha duvha nahone kule na vhana.
- Vha songo shulula philisi dzothe kha khontheina ya mishonga vha shela kha iñwe khontheina.
- Vha nga shululela philisi thukhu kha kubogisi kwa vhege kana kha khontheina thukhu uri vha dzinwe nga duvha kana nga vhege.
- Vha songo bvisa kupakete kutuku nga ngomu ha khontheina yo faraho mishonga, ndi mushonga wa u omisa une wa thivhela murongwe uri philisi dzi dzule dzo oma.
- Kha vha vale tshitibo tshi kwathe vha tshi fhedza u nwa mishonga.
- Vha songo fha mishonga yavho muñwe muthu uri a ñwe.
- Vha humbule u nwa dzi ARV duvha iñwe na iñwe uri vha dzule vha na mutakalo wavhudi nahone vha bvelephanza na u wana 6MMD.



Kha vha ambe na vho nese kana vho dokotela namusi u pfesesa arali vho tewa nga 6MMD!



MAFHUNGO MADIFHA!

Vha nga wana dzi ARV dza miñwedzi ya rathi nga u tou dalela kiliniki yavho luthihi fhedzi! Hezwi zwivhidzwa upfi 6MMD.



Kha vha sikene khoudu uri vha wane mafhungo nga vhuḏalo



health

Department:
Health
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA



6MMD ndi mini? Hu khou shanduka mini?

Muhasho wa Mutakalo u khou leludzela vhalwadze vhane vha khou nwa dzi ARV dzavho zwavhugdi.

Zwa zwino vha vho tendelwa u ya u dzhia mishonga ya miñwedzi ya rathi nga u tou dalela kiliniki luthihi. Hezwi zwi vhidzwa upfi **6MMD: u wana mishonga ya miñwedzi ya rathi.**



6MMD i thusa ngani?



- A vha yi kiliniki lunzhi – vha ya luvhili fhedzi nga ñwaha
- A huna jinwalo la ndovhololo ya u dzhia mishonga line la tode.
- Vha vhulunga ya u namela na u sa lova mushumo kana tshikolo
- I thusa arali vha tshi khou fara lwendo lwa mushumo kana lwa mutsa lwa tshifhinga tshilapfu

Ndi nnyi ane a tendelwa u wana 6MMD?

Vha nga tendelwa arali:

- Vha na miñwaha i fhiraho mitanu
- Vha songo dhiwala nahone vha si na nwana are fhasi ha ñwaha muthihi
- Vha khwiye vha si na TB kana mañwe malwadze kana nyimele dzine dza toda u tolwa tshifhinga tshothe lwa tshifhinga tshire fhasi ha miñwedzi ya rathi
- Tshivhalo tsha zwitshili zwi re muvhilini wavho tshi sa khou wanala (Tshikalo tsha zwitshili tshi fhasi ha 50/mL)
- Vho no nwa mishonga lwa minwedzi i swikaho fumimbili (12)
- Dzilafho javho la ARV li LTD*.
- Vha tshi khou toga u wana mishonga ya miñwedzi ya rathi nga luthihi kiliniki

Vho nese kana vho dokotela vha do lavhelesa faela yavho u itela u khwaṭhisedza arali vha tshi tewa nga nzudzanyo ya 6MMD.

* thanganyelo ya mishonga yo tiwaho i sa shanduki T= Tenofovir disoproxil fumarate, L = Lamivudine, D= Dolutegravir (DTG) nahone vha si na vhuñwe vhalwadze vhu sa fholi

Vha wana ngafhi dzi ARV dzavho?

Vho nese kana vho dokotela vhavho vha do vha tola na u vhafha jinwalo la u dzhia mishonga. Vha nga fhiwa mishonga ya miñwedzi ya rathi ya dziARV nga vho nese kana vho dokotela kana zwenezwo vha tshi tou fhedza u tolwa, vha do ya vha dzhia mishonga henefho khemisini ya kiliniki.

Hu itea mini musu vho ya kiliniki?



Liga la 1: Vha ya u vhona vho nese kana vho dokotela vhavho u tola mutakalo lwa nga misi.



Liga la 2: Arali vho tendelwa, Mualafhi u do vha nangisa arali vha tshi khou toga 6MMD.



Liga la 3: Arali vha dzhia tseo ya u ri vha khou toga 6MMD, mualafhi wavho u do vha ñwalela lunwalo lwa u dzhia mishonga ya miñwedzi ya rathi.



Liga la 4: U bva afho, vha do ya vha dzhia dzi ARV dza miñwedzi ya rathi nga lenelo duvha henefho kiiniki.



Liga la 5: Vha do fhiwa datumu ya u vhuya ngayo nga murahu ha miñwedzi ya rathi musu vha tshi ya u tolwa mutakalo.

Ndi a tea u wana 6MMD, arali ndi tshi khou nwa mishonga ya vhalwadze vhu sa fholi?

Zwa zwino, 6MMD ndi ya vathu vhane vha vha kha TLD* fhedzi.

6MMD a i athu vha hone kha mañwe malwadze a sa fholi. Arali vha kha TLD nahone vha tshi khou nwa mishonga ya vhalwadze vhu sa fholi sa ha mutsiko wa malofha kana ha swigiri vhune ha langea, **vha nga wana jinwalo la u dzhia mishonga la miñwedzi ya rathi, fhedzi hu si mishonga ya miñwedzi ya rathi tshifhinga tshothe vha tshi ya u tolwa mutakalo.**

Hezwi zwi amba uri vha do vhona mualafhi wavho miñwedzi ya rathi miñwe na miñwe fhedzi vha do wana mishonga luvhili ya miñwedzi miraru. Mishonga ya miñwedzi miraru ya u thoma vha do i dzhia zwenezwo hanefho kiliniki, mishonga ya miñwedzi miraru yo salaho, vha do i wana hune vha funa hu no dzhiwaho hone mishonga (hu nga vha kiliniki kana huñwe na huñwe) kana kilabani ya vha no tevhedza dzilafho.

Hu itea mini nda sa ya nga duvha lo tiwaho?

Arali vha sa kona u ya nga duvha lo tiwaho, kha vha kwame tshiimiswa tshine vha dzhia mishonga khatsho nga u tavhanya u itela u wana datumu ntswa uri vha kone u ya u dzhia mishonga tshifhinga tshidaho.

6MMD i thoma lini?

Muhasho wa Mutakalo wo thoma u getshedza 6MMD u bva nga la 1 Thangule 2025 kha zwiñwe zwiimisa nahone i do getshedza 6MMD u bva nga la 1 Lambamai 2026 kha zwiimiswa zwothe zwa mutakalo. Kha vha vhudzise vho nese kana vho dokotela arali i hone kiliniki ya havho na uri vho tewa naa nga u i wana.

