

MAFHUNGO MADIFHA!

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



*Kha vha sikene
khoudu uri vha
wane mafhungo
nga vhuḽalo*



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 zwavhuḽi.

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



6MMD i thusa ngani?



- A vha yi kiḽiniki lunzhi – vha ya luvhili fhedzi nga ḽwaha
- A huna ḽinwalo ḽa ndovhololo ya u dzhia mishonga ḽine ḽa ṽodea.
- Vha vhulunga ya u namela na u sa lova mushumo kana tshikolo
- I thusa arali vha tshi khou fara lwendo lwa mushumo kana lwa muṽa lwa tshifhinga tshilapfu

Ndi nnyi ane a tendelwa u wana 6MMD?

Vha nga tendelwa arali:

- Vha na miḽwaha i fhiraho miṽanu
- Vha songo ḽihwala nahone vha si na nwana are fhasi ha ḽwaha muthihi
- Vha khwiṽe vha si na TB kana maḽwe malwadze kana nyimele dzine dza toda u ṽolwa tshifhinga tshoṽthe lwa tshifhinga tshire fhasi ha miḽwedzi ya rathi
- Tshivhalo tsha zwitzhili zwi re muvhilini wavho tshi sa khou wanala (Tshikalo tsha zwitshili tshi fhasi ha 50/mL)
- Vho no nwa mushonga lwa minwedzi i swikaho fumimbili (12)
- Dzilafho ḽavho ḽa ARV ḽi LTD*.
- Vha tshi khou ṽoda u wana mishonga ya miḽwedzi ya rathi nga luthihi kiḽiniki

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

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

Vha wana ngafhi dzi ARV dzavho?

Vho nese kana vho dokotela vhavho vha do vha tola na u vhafha liñwalo 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 toda 6MMD.



Liga la 3: Arali vha dzhia tsheo ya u ri vha khou toda 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 vhulwadze vhu sa fholi?

Zwa zwino, 6MMD ndi ya vhathu 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 vhulwadze vhu sa fholi sa ha mutsiko wa malofha kana ha swigiri vhune ha langea, **vha nga wana liñwalo la u dzhia mishonga la miñwedzi ya rathi, fhedzi hu si mishonga ya miñwedzi ya rathi tshifhinga tshoṱhe vha tshi ya u ṱolwa mutakalo.**

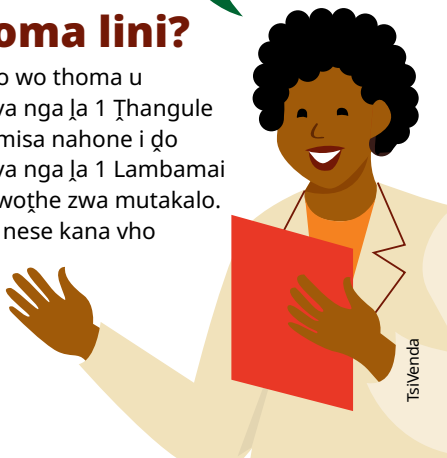
Hezwi zwi amba uri vha ḑo vhona mualafhi wavho miñwedzi ya rathi miñwe na miñwe fhedzi vha ḑo wana mishonga luvhili ya miñwedzi miraru. Mishonga ya miñwedzi miraru ya u thoma vha ḑo i dzhia zwenezwo hanefho kiliniki, mishonga ya miñwedzi miraru yo salaho, vha ḑo i wana hune vha funa hu no dzhiiwaho hone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

Hu itea mini nda sa ya nga ḑuvha lo tiwaho?

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

6MMD i thoma lini?

Muhasho wa Mutakalo wo thoma u ṅetshedza 6MMD u bva nga la 1 Ṱhangule 2025 kha zwiñwe zwiimisa nahone i ḑo ṅetshedza 6MMD u bva nga la 1 Lambamai 2026 kha zwiimiswa zwoṱhe 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.



Ndi nga kona u di nangela?

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

<i>nwedzi wa 1</i> 	<i>nwedzi wa 2</i>	<i>nwedzi wa 3</i>
<i>nwedzi wa 4</i> 	<i>nwedzi wa 5</i>	<i>nwedzi wa 6</i>

Nahone vha tshi khou tḡḡa u vhona mualafhi wavho kiliniki minwedzi ya rathi minwe na minwe fhedzi vha tshi khou tḡḡa mishonga mituku – Vha nga nanga u fhandekanya mishonga yavho luvhili, ya u thoma vha ya vha i dzhia kha minwedzi miraru musi vha tshi ya u vhona mualafhi, i tevhelaho vha nga i dzhia fhethu huḡwe na huḡwe hune vha funa kana kilabani ya vha no tevhedzela dzilafho

<i>nwedzi wa 1</i> 	<i>nwedzi wa 2</i>	<i>nwedzi wa 3</i>
<i>nwedzi wa 4</i> 	<i>nwedzi wa 5</i>	<i>nwedzi wa 6</i>

Vha khou tḡḡa u vhona mualafhi wavho tshifhinga tshinzhi hu si minwedzi ya rathi minwe na minwe fhedzi– vha nga nanga u vhona mualafhi wavho kiliniki minwedzi miraru minwe na minwe nahone vha wana mishonga yavho ya minwedzi miraru tshifhinga tshoṡhe musi vha tshi tḡḡwa nga mualafhi.

Zwino arali nda nga lwala musi dḡvha ḡa u ya kiliniki ḡi sa athu u swika?

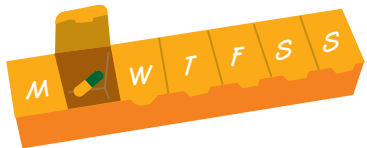
Naho vho vha vho fhiwa dziARV dza minwedzi ya rathi, vha tea u humela kiliniki tshifhinga tshiḡwe na tshiḡwe vha tshi pfa vha tshi khou lwala kana vha na dziḡwe mbilaelo kana thaidzo.

Vha songo lindela dḡvha ḡo tiwaho arali vha sa di pfi zwavhuḡi kana vha tshi khou tḡḡa thikhedzo. Zwo luga arali vha ḡa kiliniki vha tshi khou lwala naho vha kha 6MMD.



Dzi ARV dzanga ndi dzi t̥hogomela hani?

- Kha vha vheye mushonga wavho wa ARV fhethu hu rotholelaho, ho omaho, ho tsireledzeaho, kule na tshedza tsha ɔuvha nahone kule na vhana.
- Vha songo shulula philisi dzothe kha khontheina ya mishonga vha shela kha inwe khontheina.
- Vha nga shululela philisi t̥hukhu kha kubogisi kwa vhege kana kha khontheina t̥hukhu uri vha dzinwe nga ɔuvha kana nga vhege.
- Vha songo bvisa kupakete kuɔuku 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 kwaɔhe vha tshi fhedza u nwa mishonga.
- Vha songo fha mishonga yavho muinwe muthu uri a inwe.
- Vha humbule u nwa dzi ARV ɔuvha linwe na linwe uri vha dzule vha na mutakalo wavhudi nahone vha bvelephanda na u wana 6MMD.



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

