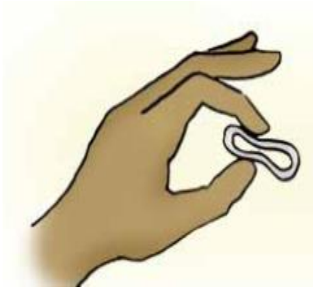
Kutheni kuneringi efakwa ekukwini ukuthintela i-HIV?
Ukubonelela ngeendlela zokuthintela i-HIV kubalulekile kuba owasetyhini ngamnye anganeemfuno ezahlukileyo. Iiringi ezifakwa ekukwini zingabonelela ngeenzuzo ezininzi:



- **Ukusebenza ixesha eliDe**: Iiringi ezifakwa ekukwini zifakwa ze zishiywe phakathi ekukwini kangangenyanga. Oku kunganceda abasetyhini abakufumanisa kunzima ukukhumbula ukusebenzisa imveliso mihla le okanye ngexesha lokwabelana ngesondo.
- **Ukubalula ukusebenzisa:** Abasetyhini abaninzi bakufumana kulula ukufaka nokukhupha iringi.
- **Ukhuseleko:** Uphando lubonise ukuba kukhuselekile ukusebenzisa iringi.
- **Ubucala:** Iiringi ezifakwa ekukwini zingafakwa ze zikhutshwe bucala. Abanye basetyhini bangabuxabisa ubucala ukuba abafuni abanye bazi ukuba basebenzisa imveliso yokuthintela i-HIV.

Isebenza njani iringi efakwa ekukwini ye -dapivirine?
Xa iringi isekukwini, iyeza eliyi-dapivirine likhutshwa ngokuthe chu kancinci. I-dapivirine isebenza ngokuthintela i-HIV ekuziphindaphindeni, ngoko ke ukuba owasetyhini usesichengeni se-HIV xa ifakiwe iringi ye-dapivirine, intsholongwane ingafa phambi kokuba yande emzimbeni. Uphando lubonise ukuba iringi efakwa ekukwini ye-dapivirine inganciphisa ithuba lowasetyhini losulelo lwe-HIV. Xa isetyenziswe ngamaxesha onke, kuquka nangexesha lokwabelana ngesondo nangelokuya exesheni, umngcipheko wosulelo uphantsi nangakumbi.

Ingaba kunzima ukufaka nokukhupha iringi?
Abasetyhini abaninzi bakufumana kulula ukufaka nokukhupha iringi. Akukho sithambiso sithile esifunekayo ukuze ufake iringi, kodwa amanzi angasetyenziswa xa kuyimfuneko. Xa iringi ifakwe ngokufanelekileyo, abasetyhini abaninzi abayiva.

Inganyibilika okanye ilahleke ngaphakathi emzimbeni iringi?
Hayi. Iringi ayizokunyibilika. Ekuhambeni kwenyanga, iyeza eliyi-dapivirine likhutshwa ngokuthe chu kancinci kodwa iringi ngokunokwayo ayitshintshi. Iringi ayinako ukutyhalelwa kude okanye ilahleke ngaphakathi emzimbeni.

Ingaba iza kuwa iphume iringi?
Oku akuqhelekanga, kodwa kungenzeka. Ukuba abasetyhini bakhathazwa kukuba iringi iphuncukile yaze yaphuma, bangasebenzisa umnwe wabo ngalo lonke ixesha ukukhangela ukuba isengaphakathi na okanye balungise iringi. Ukuba iringi iyaphuncuka, ingapulwa emanzini acocekileyo ize iphinde ifakwe.

Ingaba zikhona iziphumo ezingalindelekanga ekusebenziseni iringi?
Uphando lubonise ukuba iringi efakwa ekukwini ye -dapivirine ikhuselekile ukuba ingashiywa ifakiwe kangangesithuba senyanga. Ayitshintshi ubungakanani okanye ukumila kwekuku yowasetyhini, ayibangeli mhlaza womlomo wesibeleko, okanye ayikhokeleli kwezinye iingxaki ezinkulu zezempilo. Iringi ayinafuthe kwindlela owasetyhini aya ngayo exesheni.

Ingaba abasetyhini okanye amaqabane abo bazakuyiva iringi ngexesha lokwabelana ngesondo?
Abanye basetyhini namaqabane abo bangayiva iringi esekukwini xa besabelana ngesondo, kodwa oku akuzokubanzakalisa. Abasetyhini bakhuthazwa ukuba baxoxe ngokusebenzisa iringi namaqabane abo. Ukuyeka iringi ngaphakathi ngalo lonke ixesha, kuquka nexesha lokwabelana ngesondo, kubonelela ngolona khuseleko lukhulu ngakwi-HIV.

Kwenzeka ntoni ukuba abasetyhini bakhulelwa ngoku befake iringi? Ingaba iza kwenzakalisa umntwana wabo?
Abaphandi abakayazi ukuba i-dapivirine inganefuthe elingakanani kumntwana xa lowo wasetyhini usebenzisa iringi ngeli xesha ekhulelwe. Ngenxa yoku, abasetyhini bacelwa ukuba basebenzise isithinteli kumitha ngeli xesha besebenzisa iringi, kwaye bayeke ukusebenzisa iringi ukuba bakhulelwe. Uphando lucwangciselwa ukubona ukuba kukhuselekile na ukusebenzisa iringi ngexesha lokukhulelwa.

Ingaba ikhona into abasetyhini ekufuneka beyiphephile ngeli xesha besebenzisa iringi?
Ingaba ikhona into abasetyhini ekufuneka beyiphephile ngeli xesha besebenzisa iringi?
Nokuba kusetyenziswa iringi, iindlela ezisempilweni zekuku ziyakhuthazwa ngabasebenzisi basekliniki. Abasetyhini akufanelanga ukuba basebenzise i-douches (izicoci zekuku), iisepha, okanye ezinye izicoci

zokucoca ngaphakathi ekukwini. Abasetyhini kananjalo akufanelanga ukuba basebenzise amachiza okanye ezinye izinto zokomisa okanye zokuqinisa ikuku. Ezi ndlela ziyingozi kwaye zingandisa ithuba losulelo lwekuku.

Ngeli xesha usebenzisa iringi, ukusetyenziswa kwee-diaphrams, ii-menstrual cup, nee-cervical cap nako akukhuthazwa kwaye ukusebenzisa iiringi ezifakwa ekukwini zokucwangcisa akuvumelekanga. Abasetyhini bangasebenzisa i-tampons, iikhondom zamadoda nezabasetyhini, i-spermicides, izithambisi, ii-IUCD (i-loop), namanye amayeza ekuku okanye izixhobo ezimiselwe ngugqirha.

Ukuba unemibuzo okanye ufuna ulwazi oluthe vetshe, nceda undwendwele ikliniki yophando:

Version 1.0, Xhosa, 11 August 2016

HOPE

Out of ASPIRE, there is HOPE

Imibuzo eBuzwa Rhoqo ngeRingi efakwa ekukwini eyiDapivirine

Andrew Loxely