

# Rito ra wena i ra nkoka!

Using research to create a healthier nation



## Nghenela ndzavisiso wa rihanyo wa rixaka kutani u endla leswaku rito ra wena ri twakala

Hi lava ku twa mianakanyo ya wena. U xiphemu xa mindyangu yi nga ri yingani ya le ndhawini ya ka n'wina leyi nga hlawuriwa leswaku yi ta nghenela ndzavisiso wa HIV na Mahanyelo wa rixaka lowu taka. Ndzavisiso lowu wu endliwa hi va Human Sciences Research-Council (HSRC), lowu tlangelaka 20 wa malembe ya ku pfuneta eka ku hluvukisiwa ka tipholisi ta rihanyu eAfrika Dzonga. Xivangelo-nkulu xa ndzavisiso lowu l ku hlengeleta marungula lawa ya nga ta pfuneta ku aka rixaka ro antswa leri hanyeke kahle. Ndzavisiso lowu wu endliwa hi ku swi tsakela ka wena naswona marungula ya wena ya ta hlayisiwa ya ri xihundla.

**\*Ku ta hlayisiwa swiletelo hinkwaswo swa Covid-19.**

**Burisana na hina eka WhatsApp: 073 505 5078**

**\*Hlayisa nomboro eka riqingho rawena. Pfula chat ivi u thayipa "hi" naswona u rhumela.**



science & innovation  
Department  
Science and Innovation  
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA



NATIONAL INSTITUTE FOR  
COMMUNICABLE DISEASES  
Division of the National Health Laboratory Service



# Leswi u fanele ku swi tiva mayelana na vulavisisi



- Vulavisisi lebyi byi ta endliwa ku sukela hi **Novemebor 2021 ku ya fikela hi 30 June 2023.**
- U wela ka wun'we wa mindyangu ya **32 000** leyi humaka eka ti-small area layers (SALS) ta **2 144** leti nga teketana yi hlawuriwa eAfrika Dzonga hinkwaro leswaku yi ta ngenhela vulavisisi.
- U xiphemu xa vanhu va **100 000 lava nga ngenhela** lava ku nga ta endliwa nkambelo wa swilaveko na vona vo huma eka mintlawa hinkwayo ya malembe.
- Ndzavisiso lowu wu ta teka kwalomu ka **45 wa timinete** ku yisa eka awara ya nkarhi wa wena
- Hi ta endla ndzavisiso hi ririmi leri u ri tsakelaka

## Loko u swi tsakela ku tiva xiyimo xa wena

### xa HIV hi nkarhi wa ndzavisiso:

- U ta tiva xiyimo xa wena xa HIV hi xihatla
- U ta kota ku kuma vukamberi bya HIV laha u kumaka vuyelo kwalaho, u ta leteriwa hi swiphiko swa rimoya mayelana na HIV loko u nga si kamberiwana na loko se u kamberiwile, naswona u ta hundziseriwa laha u nga ta kuma nhlayiso, loko u wu lava.

## Swivutiso swa ndzavisiso wa hina swi ta va swi ri mayelana na leswi landzelaka



**Xivumbeko xa ndyangu** (nhlayo ya swirho swa va ndyangu)



**Timhaka ta xiyimo erixakeni**



**Vuhangalasi bya mahungu na vuhlanganisi**



**Matimu ya timhaka ta masangu**



**Ku kamberiwana HIV**



**HIV status**



**Vuvabi bya rifuba (TB)**



**Swipimelo swa mahanyelo**



**Vutivi bya HIV na mavonelo**



**Nhlayiso na vutshunguri**



**COVID-19 & testing**

Timhaka tin'wana ta rihanyo to tanihi ku yimba, vuxanisi, swidzidziharisi, matirhiselo ya xihoko na rihanyo ra miehleketo

Eka nxaxameto wa wena wa swivutiso swi na nkoka leswaku u hi byela hi vutomi bya wena, mahanyelo ya wena, ndlela leyi u ti khomaka hi yona, xiyimo xa wena xa rihanyo na hi swin'wana swo tala. Leswi swi hi nyika marungula ya nkoka swinene mayelana na xiyimo xa wena xa HIV, loko se hi ku vutise swivutiso leswaku u nyikela hi sampula ya ngati. Sampula ya ngati yi ta tekiwa hi ku tlhava ritiho ra wena hi xinerhetana lexi nga ngenheleliki leswaku yi ta kamberiwana hi vuenti elab endzakunyana. Ehandle ka sampula leyi ya ngati, ku ngenhela ka wena eka ndzavisiso lowu swi ta va swi nga hetisekanga. Eka mindyangu yin'wana leyi hlawuriweke hi ta kombela sampula ya ngati leswaku ku ta kamberiwana masocha ya miri ya COVID-19. Hi ta va hi ri endhawini ya ka n'wina vhihi leri hinkwaro. Loko u lava ku endla xikombelo xa wun'wana nkarhi kumbe loko u ri na swivutiso swihi kumbe swihi mayelana na ndzavisiso, ti twe u ntshunxekile leswaku u ti hlanganisa na:

**Contact us**

Dr Musawenkosi Mabaso /  
Dr Shandir Ramlagan:

**SABSSMVI@hsrc.ac.za**

**f @SABSSM6**

**073 505 5078**

