

ላንቺና ላንተ

የኢትዮጵያ የፅንሰና የማህፀን ሐኪሞች ማህበር
Ethiopian Society of Obstetricians and Gynecologists



ለንቺና ለንተ

ቅጽ 05



- ማውጫ
- ብርቅና ድንቅ ሰው... የሚሊኒየሙ ገጠመኝ...
- የተወለዱ ህጻናትን በሕይወት መቆየት ማረጋገጥ
- ምነ... ባግዛት ብዬ ነው::
- «ቤተሰብ ቅት ...ከ15% □□ 29% አድጎአል»
- «...ኤችአይቪ...በቫይረሱ መጸ□ ፣መቶአል ፣ መሞት...ዜሮ.....»
- «...40 ከመቶ ወላጆች... በግል የጤና ተቋማት ...»
- «... የጡት ወተት...ለተወለዱ ልጆች በቂ ነው:: »
- «ከመቶ □ርግዝናዎች 15 % ጸህሉ □ክል ይገጥማቸዋል ::»
- « ከሶስት ሰው አንዱ... የብልት ሕመም ... »
- «...ዋናው መፍትሔ.. በግልጽ መወያየት...»
- የማህጸን ፈሳሽ...Vaginal Discharge ...
- «...ልጅዎን ... በቅርበት ...ያናግሩ...»
- «... □ንደሀብር... □ጅና ቶዋንት ... »
- «...ከኤችአይቪ ነጻ የሆነ ትውልድ ለማፍራት... »
- ሴቶች... Menopause..... ወንዶች...Andropause
- □ውን... የወር አበባ ...ሕመም አለውን?
- «አበባ ሲያየት ያምራል...ሲያረጅ ግንዱ ካልተነቀለ ግን...»
- «...ባልና ሚስት ...ተለያይቶ መጉዋዝ...»
- «□□ረቀ ቅቷል □ሳት □ ረ□ አትንደድ ቢሉት.....»
- « ...ችግሩ አሁንም አለ::»
- ጤነኛ ልፀ ለመ□ለት...
- «...□ናተን ...ባድናት ...»
- «...ለወሲብ ጥቃት ...የስነልቦና ሕክምና...»

- «... መድረኩ ምሳ ከመብላት ያለፈ ነው:: »
- «...ጌው አርግዜ ወለድኩ ብል ...»
- « ሕጻናትን አድነናል ብለን ብናስብ ...»
- የሐኪምና ስራው ግንኙነት...
- «ምኞቱ ከቫይረሱ ነጻ የሆነ ልጅ መውለድ ነው::»
- «በዓለም...ከሶስት ሴት አንዷ ...የወሲብ ጥቃት ወይም ትንኮሳ...»
- በሶስትና አራት አመት ስራው ...ግንዛቤ... ?
- « ...ግንዛቤ ዘመቻ ...»
- ግንዛቤና ክብር...
- «...ክብር... በትክክል በጽንሰ ላይ ጉዳት ያመጣል::»
- «...ጌ ተታቅሜአለሁ...ግንዛቤም በምርጫችሁ ...»
- «አንድ comprehensive obstetric care... ለሩብ ሚሊዮን ሕዝብ ...»
- «በወሲብ መጣጣም ብቻውን ፍቅርን አያመጣም»
- «...PMTCT...የወንዶችን ተሳትፎ...»
- ...5ኛውን የምግብ አመቱን ግንዛቤ ግብ ለማሳካት...
- በአመት ለ63 ሺህ ግንዛቤ ሞት ምክንያቱ...
- የተዋልዶ አካላት ጤንነት... በዩኒቨርሲቲዎች...
- «የወንዶች ተጠቃሚነት፣ አጋርነት ፣ የለውጥ ወኪልነት...»
- «በጣም አስፈላጊ...በጣም አስቸኩዎይ...»

ላንቲና ላንተ

ቅጽ 05

አዘጋጅ

ዋና አዘጋጅ

ጻሃይ ተፈረደኝ

ምክትል ዋና አዘጋጅ

አዲሱ ደረሰ

ኮፒ አርታኪ

ሰላማዊትክፍሌ

ከፍተኛ አርታኪዎች

ፕሮፌሰር ሉካሳን ደረሰ

ዶ/ር ሰላሞን ቁምቤ

ዶ/ር እያሱ መስፍን

ዶ/ር እስክንድር ከበደ

ዶ/ር አሸብር ጌታቸው

ዶ/ር ገላኔ ሌሊሴ

ዶ/ር ገነት ገ/መድህን

ዶ/ር ማቲያስ አስራት

ዶ/ር መሰረት አንሳ

መግቢያ

የኢትዮጵያ ጽንሰና ማህፀን ሐኪሞች ማህበር በከፍተኛ ደረጃ አሳሳቢ የነበረውን የእናቶች ሞትን ለመቀነስ የሚደረገውን ጥረት ለማገዝ እና ባጠቃላይ የሴቶች፣ የእናቶች እና ህጻናት እንዲሁም የስነተዋልዶ ጤናን በሃገሪቱ ለማሻሻል የተመሰረተ ማህበር ነው። ማህበሩ ከተመሰረተበት ከ1984 አ/ም ጀምሮ ከሃገር በቀል እዲሁም ከሃገር ውጪ ካሉ ተቋማት ጋር በመተባበር የተለያዩ ፕሮጀክቶችን ቀርጾ ሲንቀሳቀስ ቆይቷል።

ማህበሩ በቋሚነት ለረጅም ጊዜ ሲተገብራቸው ከነበሩት ፕግራሞቹ አንዱ በማህበሩ የኮሙኒኬሽን ክፍል እየተዘጋጅ ሲተላለፍ እና ሲነበብ የነበረው የላንቸና ላንተ የሬዲዮ ፕሮግራም እና የጋዜጣ አምድ ነው። የላንቸና ላንተ ፕሮግራም በሳምንት አንድ ጊዜ በመጀመሪያ በኤፍኤም አዲስ 97.1 ከዚያም በኢትዮጵያ ሬዲዮ ብሔራዊ አገልግሎት፣ በየሳምንቱ ለሰላሳ ደቂቃ ሲተላለፍ ቆይቷል። ይህንኑ የሬዲዮ ፕግራም የሚደግፈው የጋዜጣ አምድ በተመሳሳይ ለባለፉት ከአስር አመታት በላይ በአዲስ አድማስ ጋዜጣ ላይ ሲነበብ ቆይቷል።

የላንቸና ላንተ የሬዲዮ ፕሮግራም እና የጋዜጣ አምድ በስነተዋልዶ ጤና ላይ የማህበረሰቡን ችግር መሰረት በማድረግ እና የጤና ባሞያዎችን በማሳተፍ የተለያዩ ርዕሶች ላይ የግንዛቤ ማስጨበጫ ፕግራሞችን እና ጽሁፎችን ሲያደርስ ቆይቷል።

በዚህ የላንቸና ላንተ የአርካይቭ እትም ላይ በማህበሩ የኮሙኒኬሽን ባለሞያ አበበ ተሻገር፣ ቤቴሌሄም ነጋሽ ተዘጋጅተው እና በአዲስ አድማስ አማካይነት ለማህበረሰቡ ሲደርሱ የነበሩ ጽሁፎችን ታነባላችሁ። እነዚህ የጽሁፍ ስብስቦች በጊዜ ውስጥ ውበታቸውም ሆነ ሳይንሳዊ ጥቅማቸው ያልሟሸሽ እንደመሆኑ ለአንባቢዎች ከፍተኛ የግንዛቤ ማስጨበጫ ምንጭ እንደሚሆኑ የማህበሩ አምነት ነው።

ምስጋና

ከአስር አመታት በላይ ሲጠናቀሩ የነበሩ ጽሁፎችን በማሰባሰብ በአንድ እትም እንደዚህ እንዲቀርቡ ማህበሩ ያቀረበውን ሃሳብ በገንዘብ የደገፈው የአለም አቀፍ የስነተዋልዶ ጤና የስልጠና ማዕከል **the Center for International Reproductive Health Training (CIRHT)** በመሆኑ ማህበሩ ላቅ ያለ ምስጋናውን ያቀርባል።

□ንኩዋን ለ2004 ዓ.ም በሰላም አደረሳችሁ።

ብርቅና ድንቅ ሰው... የሚሊኒየሙ ገጠመኝ...

የሚሊኒየሙ ገጠመኝ የአደይ ሽመልስ ነው። ታሪኩን ለአንባቢ ስንል ሌሎች ተመሳሳይ ገጠመኞችም እንደሚኖሩ በመተማመን ነው።



«እኔ የታሪኩ ባለቤት አይዳ ሽመልስ የተወለድኩትም የአደገሁትም ናዝሬት ወደ ሶደሬ መንገድ ላይ ባለው መንደር ነው። ጉዋደኞቹ፣ ዘመዶቹ እንዲሁም ቤተሰቦቹ እንደሚመስክሩት ቆንጆ ነኝ። ቁመናዬ አንድ ሜትር ከ75 ሴንቲ ሜትር ሲሆን አፍንጫዬ ሰልካካ፣ አይኔ ጎላ ጎላ ያለ ፣ጸጉሬም ቢሆን ጠንክር ያለ ይሁን እንጂ በዛ እና ረዘም ያለ በተለይም ሲተኮስ ልዩ የሆነ ውበት ያለው ነው። የሽንጥና የዳሌ ነገር አይወራም... ግሩም ነው። እናስ ምን ሆንሽ በሉኝ... አዎን ...እኔ ምግግግግ እሱን ነው።

«እኔ የከፍተኛ ሁለተኛ ሰረጽ ተማሪ ሆኜ ምንም ሁኔታም ለምንም ማንም ነበር። አሁንም ቢሆን የስነጽሁፍ የድራማ ወይም የዘፈን ነገር ምንም ጽሑፍም ምንም ሁኔታም የማጥም ደብተራን ለማንበብ ተውሰው ሲቀባበሉ ሲቀባበሉ በአንድ ወቅት የት እንደደረሰ ይጠፋል። መልሱልኝ ብልም ግራ ስለተጋቡ መልስ አጣሁ። ከተወሰነ ጊዜ በሁዋላ ግን ደብተራን ከአንድ ተማሪ እጅ አገኘሁት። ደብተሩ የኔ በመሆኑ እንዲመልስልኝ ስጠይቀው ትሽ ናንገራገረ በሁዋላ መለስልኝ ። ልጄም በበኩሉ ይጽፍ ኖሮ ደብተራችንን እየተቀባበልን በማንበብ ተግባባን።

ይህ የትምህርት ቤቱ ልጅ መልኩ የማይሰብ ቢሆንም አስተሳሰቡ፣ ደግነቱ ፣ ቅንነቱ ግን ምንም ሁኔታም ነበር። ስከአሁን ድረስ ፍቅር የሚባለው ነገር ጭርሱንም በአጠገቤ ልፍ አላለም። በርሱ በኩል ግን መውደዱ ምንም ሁኔታም ወደድኩሽ ብሎ ለመናገር የሚፈራ ነበር።

□ሱ የሚወደኝ □ኔ ግን ብዙም ትኩረት ያልሰጠሁት ልጅ ለካስ ቀ□ም ሲል አንዲት ጉዋደኛ ነበረችው :: ልሳ ብ□ም ስለማጁቱ□ር □ቤቱ ከነጉዋደኞቹ ሄደን መዝናናትን □ናዘወትር የነበረ ሲሆን አንድ ቀን □ንደለመድኩት ከቤቱ ስሄድ ልጅትዋን አገኘሁዋት:: ከዚያም ይህች ልጅ ምንድናት ብዬ ጠየቅሁት:: አ ...አ ..ይ ምንም አይደለም... የሰፈራችን ልጅ ስለሆነች ነው... አለኝ:: እኔም ማመን አቃተኝ:: ተጠባባሪነት ትምህርቱን መማር አቃተኝ ... ልብ በሉ ያለነው ለአስራ ሁለተኛ □ክል ፈተና በምዝጋጅበት ወቅት ነው:: ጉዋደኞቹ ወደቤተመጻሕፍት ሲሄዱ እኔ ይህን ልጅ የማገኝበትን መንገድ ማውጠንጠን ብቻ ሆነ ስራዬ :: ደብተራን ከቤቴ ይገባ እወጣና ለጉዋደኞቹ ሰጥቼ እኔ ወደእሱ ቤት ነው የምሄደው:: እሱ ደግሞ ከቤቱ ነው የሚያጠናው:: እኔ ስሄድ ግን ለማጥናት በሚለው ሰብብም ይህችን ልጅ ከዚያ አገኛታለሁ:: በቃ... እራሴን መቆጣጠር እስኪሳነኝ ደረስኩ::ምን ልሁን...ጉዋደኞቹም በኔ ጉዳይ ተቸገሩ:: አንድ ቀን እነሱም እስቲ እንደው በማለት አብረን ሆነን ከቤቱ ሄድን:: ያው እንደተለመደው ልጅቷ አለች:: በሁዋላ ትንሽ ቆይተው ከመሀከላችን ጠፉ:: ተነስቼ ወደጉዋዳ ስሄድ ቀጥሎ ያለውን ክፍል በር ገርብብ አድርገው በበርጨማ አስደግፈውታል :: ቀ...ስ ብዬ አልፎ ወደውስጥ ስመለከት ይሳሳማሉ:: አበድኩ...ጉዋደኞቹ እስኪጨነቁ ድረስ ጮህኩ... ከዚያም ደጋግፈው ወደቤቴ ወሰዱኝ:: ሶስት ቀን ሙሉ አሞኛል ብጽ ከቤቴ ተኛሁ:: ፈተናው አንድ ወር ከአስራ አምስት ቀን ብቻ ነው □ቀረ□::

ኔ ቀደም ሲል አንድ ሌላ ልጅ ተዋውቄ ነበር:: ነገር ግን ይህንን ልጅ ል□ እንደወንድም የምቀርበው ብዙ ነገር የሚያማክረኝ መንገድ የሚመራኝ ነበር:: እናም የፍቅር ነገር ሲያነሳብኝ አ... አ... ይ ብዬ ነበር መልስ የሰጠሁት:: ምክንያቱም ለብዙ ነገር ደራሹ ስለሆነ በሱ

□ግር ማንን እተካለሁ የሚል ስጋት ስለነበረኝ ነው። እናም ይህ የወደድኩት ልጅ ያደረገኝን የሆንኩትን ነገር በሙሉ አማክረዋለሁ።እንዲያውም እንደዚህ አድርገ እንደዚህ በይ እንደዚህ አትሁኒ እያለ ነገሮችን የምቋቋምበትን መንገድ ሁሉ የሚያሳይኝ እሱ ነበር።

ጉዋደኞቹ በሙሉ ለብሔራዊው ፈተና ያላቸውን የጥናት ዝግጅት አጠናቀው መዝናናት ጀምረዋል። እኔ ገን ከአርእስት በስተቀር ምንም የማውቀው ነገር የለም። በሁወላ ለአንዲት የሳይኮሎጂ ባለሙያ አማክርኩዋት።

...ልጁን እወደዋለሁ...እሱ ግን ሌላ ሴት አፍቅርክል...ስለዚህ ልጅቷን ላናግራት ወይንስ ምን ላድርግ ? አልኩዋት።

ሳይኮሎጂስቷም... ጥሩ አስበሻል። ልጅቷ ምናልባት በ□ልህ ተነሳስ□ ያደረገችው ከሆነ እንድትተወው እሱዋን ለመቅረብ ሞክሪ።ልጅቱዋ ቶኻ□ኛ ልታረግሽ ካልፈለገች ደግሞ እሱ ለአንቺ ያለውን ስሜት ለማወቅ ተረጂ። በሁለቱም በኩል የም□ቶኒ□ መልስ □ማጸቷ□ብሽ ከሆነ እና የእነሱ ፍቅር የሚቀጥል መስሎ ከተሰማሽ ስለራስሽ አስቢ... አስተሳሰብሽን አስተካክይ የሚል መልስ ሰጠችኝ።

በመቀጠል ያነጋገረኝ ያ እንደወንድም እንደአማካሪ የምሳሳለት... በእድሜ ከእኔ ትንሽ ከፍ የሚለው ጉዋደኛዬ ነው። ለእሱም የሰጠሁት መልስ ...ልጁን እወደው እንደነበር ...ነገር ግን እሱ ቀድሞ ሲወደኝ ንቄ ትቼ የነበረና አሁን ከሌላ ሴት ጋር ሳገኘ□ አቅሩ በእኔ ጠንቶ መቋቋም እንዳቃተኝ... ፈተናዬንም መፈተን እንደማልችልና በቤተሰብ ደረጃም ችግር ሊገጥመኝ እንደሚችል እያለቀስኩ ነገርኩት። እሱም አይዘሽ ብሎ በሚችለው መንገድ ሁሉ እንደሚረዳኝና እንደማይለየኝ ተነጋግረን ተለያየን።

ከዚያ ቀጥሎ የሄድኩት ወደእምነት ቤቴ ነበር። እዛም ሄጄ ልጁን አፍቅሬዋለሁና ለእኔ እንዲያደርገው ፈተናዬንም በወጉ እንድፈተንና ከጉዋደኞቹ በታች እንዳልሆን ነበር ልመና ያቀረብኩት። ነገር ግን አልሆነም። ልጁን ማሰብ ጨርሶ እንደማይገባኝ ተረዳሁ። ምክንያቱም ከሴት ጉዋደኛው ጋር የነበራቸው ግንኙነት ጭራሹንም እየተጠናከረ መ።

ንደወንድም የምቀርበው ሰው በዚህ ጊዜ ያገኘሁት ብርቅና ድንቅ ሰው ሆነ። ቀደም ሲል የነበረንን ትውውቅ ሁሉ ሰርገፔ እንደአዲስ የጀመርኩት ግንኙነት ነው የመሰለኝ። ምክንያቱም ፈተናው □□ እየተቃረበ በመጣበት ወቅት ያለማሰለስ እየተከታተለ ቤተመጽሀፍት እንድሄድ ያደርገኝ ነበር። እሱ ተመርቆ ስራ ይዞ ስለነበር እንዳልቸገር ፣ጥናት እንዳይሰለቸኝ ...ገንዘብ ፣ ቸኮላት ፣ መስቲካ የመሳሰለውን ሁሉ ያቀርብልኝ ነበር። ጉዋደኞቹ ሁሉ የሚወዱት እኔ ግን ከወንድምነት ውጭ ጭርሱንም ልቤን ልሰጠው ያልቻልኩት የነበረው ሰው ... ምናልባት ተኝቼ ሳላጠና እንዳልውል ጭምር ስልክ እየደወለ ሲቀሰቅሰኝ ቤተሰቤም ያደንቀው ነበር። እንዲያውም አባቴ...ይህ ሰው ማነው ? አስተማሪሽ ነው ? እያለ ይጠይቀኝ ነበር።

ጉዋደኞቹ ጥናት ጨርሰው □□ዘሩ ሲዘናኑ እኔ ግን ገና ሀ ያልኩትን ጥናት የትም ሳላደርሰው ፈተናው መጥቶ ቁጭ አለ። በቃ እንደገና ወደ ቤተክርስቲያን ሄጄ ማልቀስ ጀመርኩ። በተለይም የእናቴ ልፋት በጣም አሳዘነኝ። እናቴ ...«ተምራ እራስዎን ያልቻለች ሴት ልጅ ሕይወቷ የተበላሸ ነው የሚሆነው» ትለኝ ነበር። እሱ ሁሉ ነው እየመጣ ከፊቴ ድቅን ይል የነበረው። ለእግዚአብሔር ሳለቅስ ይህ ሁሉ ይመጣብኝ ስለነበር አምርሬ ነበር የነገርኩት። « ብቻ ፈተናውን አሳልፈኝ። ዩኒቨርሲቲ ከገባሁ በሁዋላ እኔ አውቃለሁ። » እያልኩ ነው የለመንኩት። ...እ...አልቀረም...ፈተናውን ተፈተንኩት።

ውጤቱ ምን ሆነ...? ሁላችሁም የምትጠብቁት ነው። በሚገርም ሁኔታ
 ባልሰራው እግዚአብሔር እራሱ ሰርቶት ፈተናውን አለፍኩ...።
 ምናልባት ለዚህኛው ጥያቄ መልሱ ምን ነበር የሚል ጥያቄ
 ቢቀርብልኝ ኖሮ እንኩዋንስ መልሱን ጥያቄውን እራሱን
 እንደማላስታውሰው ነበር የምናገረው። ያ ሁሉ የፍቅር ምስቅልቅል
 አልፎ ፈተና አለፍኩ ብዬ ጨፈርኩ.....እንዲያውም ቤተሰቤን
 አስፈቅጄ ፓርቲ ደገስኩ። ቤተሰቤም ታሪኩን ስለማያውቅ የኛ ልፀ
 ጀግና ነች አለ.....። ፈተናውን ማነው የሰራው.....መልሱ አላውቅም
 ነው።

2000ገም መጠቢያ ላጁ ቁጥር ብጽ ስለሚቀጥለው ሕጁጥ፣
 የማስብበት ጊዜ ሆነ። ይህ ከችግራ እንድወጣ ፣ ጥናቱን እንዳጠናና
 ፈተናዬን እንዳልፍ የረዳኝ ጉዋደኛዬ ቁመናው ጥሩ ፣ አስተሳሰቡ
 የተባረከ ፣ ለእኔ ብዙ እንክብካቤና ክትትል የሚያደርግልኝ ስለሆነ
 ለምን የፍቅር ጥያቄውን እሺ ብዬ አልቀበልም ብዬ ማሰብ ጀመርኩ።
 ልግ ወቅቱ የዘመን መለወጫ ያውም ሁለትሺህ ነበር... በደስታ አብረን
 ዘመኑን ተቀበልነው..... አከበርነው። እኔም ብሔራዊ ፈተናውን
 እንደሰራ ሰው ተሸፋፍኜ ወደተመደብኩበት ዩኒቨርሲቲ ሄድኩ።
 ቤተሰቤም በዓሩ ሁኔታ ሸኘኝ። አዲሱን ጉዋደኛዬንም በድፍረት
 ከእናቱ እና ከእህቶቼ ጋር አስተዋወቅሁት።

ከተመደብኩበት ዩኒቨርሲቲ ለእረፍት ስመጣ ያገኘሁት ወሬ ጭጭ
 የሚገርም ነበር። ያ ቀደም ሲል ያበድኩለትን ፍቅረኛዬን ያስጠለኝኝ
 ልፀ ለካስ ልግ እኔ ትቼው አርፌ ቁጭ ስል ነበር እሱም ትታው
 ወደ ሌላ የኮበለሸው። እኔ ለእረፍት መምጣቴን ሲያውቅ
 እንደምንም አግኝቶ ነበር የነገረኝ ። አኔም ሁለተኛ አጠገቤ
 እንዳይደረስ አድርጌ ነበር የመለስኩት። በእርግጥ መልሴ አይነቱ
 ትክክል ላይሆን ይችላል። ነገር ግን እሱን ሳይ የሚታየኝ ፈተናው

፣በአቅሩ ምክንያት ልሆን የነበረው፣ ይሉኝታ ያጠሁ መሆኔ.. የመሳሰለው ስለሆነ አሁንም ሳስበው ይዘገንነኛል።

ለማንኛውም በኢትዮጵያ አቆጣጠር 2000ዓ/ም ለእኔ እጥፍ ድርብ የሚሊኒየም ዘመን ነው። በጣም እወደዋለሁ። ከዚህ ከተባረከው ቶሻር፣ኛዬ ጋር በስምምነት ተፋቅረን ስከአሁን አለን። ከፍቅር ባሻገር እንደታላቅ ወንድም ወይንም እንደአባት የምቆጥረውን ፣ምንሰፈሰፍለትን ሰው ስላገኘሁ አዲስ ዘመን ለእኔ ሁልጊዜም በተለየ ሁኔታ የማሳልፈው ነው።

□ኔ ያገኘሁትን የሰከነ የፍቅር ሕይወት... አቅር ላቷ ሁሉ እመኝላቸዋለሁ። እንኩዋን ከዘመን ዘመን በሰላም አሽጋገራችሁ!!!

አደይ

ሽመልስ ከናዝሬት

የተወለዱ ህጻናትን በሕይወት መቆየት ማረጋገጥ

የአለም የጤና ድርጅትና የኒሴፍ ባወጡት መረጃ እንደተጠቀመው በአለም አቀፍ ደረጃ ከአምስት አመት በታች ያሉ ሕጻናት ሞት :-

- በንደአውሮፓውያኑ አቆጣጠር በ1999 ዓ/ም 12/ ሚሊዮን ይጠጋ ነበር።
- በ2010 ዓ/ም ወደ 7.6 ሚሊዮን ዝቅ ብሎአል።
- ንጽህናን በመጠበቅ በአለም አቀፍ ደረጃ በአመት ውስጥ የአንድ ሚሊዮን ሕጻናትን ሞት መቀነስ ይቻላል።

(WWW.Child mortality.org)

በኢትዮጵያ በ2005 የተገኘ መረጃ እንደሚጠቁመው ከአምስት አመት በታች ያሉ ሕጻናት ሞት በአመት:-

- በሕይወት ከተወለዱ እስከ አንድ አመት ባለው እድሜ ከ1000/አንድ ሺህ ሕጻናት 96.8 ያህሉ ለሞት ይጋለጣሉ።
- በሕይወት ከተወለዱ ከአምስት አመት በታች ካሉ ሕጻናት ከ1000/አንድ ሺህ ወደ 123/ ያህሉ ለሞት ይዳረጋሉ።

ሕጻናት በአጠቃላይ ለሞት የሚዳረጉባቸው እድሜዎች የተለያዩ ናቸው።

- Neonatal mortality: በተ□ለ□ በመጸመሪጸ□-□□፣
- Post –neonatal mortality: በተወለዱ ከአንድ ወር በሁኝጥ፣
- Infant mortality: ከተወለዱ ከአንድ አመት በታች፣
- Child mortality: ከአንድ አመት እስከ አምስት አመት፣

- Under-5 mortality: **ባጠቃላይ ከተወለዱ እስከ አምስት፣**

ሕጻናት የአምስት አመት እድሜያቸውን ሳያክብሩ ለምን ይሞታሉ ? በሚል ምክንያቱንና በአገር አቀፍ ደረጃ በመደረግ ላይ ያለውን እንቅስቃሴ በሚመለከት ዶ/ር ንግስት ተስፋዬ በኢ.ፌ.ዴ.ሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የከተማ ጤና ማበልጸግና በሽታ መከላከል ዳይሬክቶሬት ዳይሬክተር ለዚህ እትም ማብራሪያ ሰጥተዋል። ዶ/ር ንግስት በተጨማሪም የወጣቶች ሕጻናትና ልጆቻች ጤና አስተባባሪ ናቸው።

ንደዶ/ር ንግስት ማብራሪያ የሳምባ ምች፣ ተቅማጥ እንዲሁም የምግብ ማረት የመሳሰሉት ከአምስት አመት በታች ያሉ ሕጻናትን ለሞት ጸፉልታሉ። እንዲሁም በመጀመሪያው 28 ቀን አስፈላጊውን ክብደት ይዞ አለመወለድና ከአተነፋፈስ ጋር በተያያዘ የተለያየ የጤና መጉዋደል ሊከሰት እና ሕጻናቱን ለሞት ሊያጋልጣቸው ይችላል። ከአምስት አመት በታች ያሉ ሕጻናትን የሞት ምክንያቶች በእድሜያቸው ለይቶ ማየት ይቻላል።

በመጀመሪያው ማለትም እስከ 28 ቀን የጨቅላ ሕጻናት ደህንነት ክትትሉ መጀመር ያለበት ገና እናትየው ለማርገዝ በምታስብበት ወቅት መሆን አለበት። እናትየው ሰውነቷ ለእርግዝና ምን ያህል ዝግጁ ነው እንዲሁም አስቀድሞውኑ በተለያዩ ሕመሞች የተያዘች ወይም ያልተያዘች መሆን ያለመሆኑን አስቀድማ እንድታውቅ ይመከራል። ይህ ከማርገዝ በፊት ውሳኔ የሚያስፈልገው ጉዳይ ሲሆን በእርግዝና ወቅት ደግሞ ተገቢው የህክምና ክትትል እንዲደረግ ይመከራል። አንዲት እናት በእርግዝና ወቅት ቢያንስ ቢያንስ አራት ጊዜ ሐኪም ማየት ይኖርባታል። አንዲት እርጉዝ ሴት የህክምና ክትትል እንድታደርግ የሚያስፈልገው ለእራስዋ ብቻም ሳይሆን ለልጇም ጤንነት ሲባል ነው። እናትየው ባጠቃላይ ምን ያስፈልጋታል ? ምቁብ ፣ እረፍት፣ ሕክምና ፣ የምክር አገልግሎት ፣ በእርግዝናው ወቅት ኤችአይቪ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ ፣ የደም ማነስ የመሳሰሉት

□ንዳይኖሩ አስቀድመው ከተከሰቱም አስፈላጊውን የህክምና ክትትል ማድረግ የሚወለደውን ሕጻን ጤንነት ለመጠበቅ ያስችላል። ሕጻናቱ በባለሙያ በ□ ተጽ መንገድ የሚወለዱ ከሆነ ክብደታቸው ባይሟላ መተንፈስ ባይችሉ እና ሌሎች ተያያዥ ችግሮችን በቀላሉ ለማስተካከል ይረዳል። ሕጻኑ ጤነኛ ሆኖ እንዲያደግ የመጀመሪያውን የጡት ወተት (እንገር) ማግኘትና □ከከ ስድስት ወር ድረስም ከጡት ወተት በስተቀር ምንም ተጨማሪ ምግብ ሊሰጥ አይገባም። ሕጻናቱ ሲወለዱ አቅም በፈቀደ መንገድ በተሟላ ሁኔ□ ለእድገታቸው ምቹ ሁኔታን በመፍጠር ከተቀበልናቸው የህጻናቱን ሞት በእጅጉ መቀነስ ይቻላል የሚል እምነት አለ እንደ ዶ/ር ንግስት።

ከአምስት አመት በታች ላሉ ሕጻናት ሞት ምክንያት ከሚባሉት መካከል የአናቶች የትምህርት እጠትም እንደ አንድ ምክንያት ሊጠቀስ ይችላል። የክትባት ፕሮግራሞችን በተገቢው ሁኔታ ቀናትን አንብበው ለማስፈጸም እንዲሁም ተጨማሪ ምግብ መውሰድ በሚገባቸው ጊዜ የተለያዩ ለሕጻናቱ የሚሆኑ አመጋገቦችን ለመከታተል እንዲችሉ ጽሁፎችን አንብቦ መረዳት የመሳሰሉት ከእናቶች ትምህርት ማጣት ጋር ስለሚገናኝ ይህም እንዲስተካከል ተገቢውን ጥረት ማድረግ ያስፈልጋል ። ለምሳሌ በኢትዮጵያ ካልተማሩ □ናቶች በአመት በሕይወት ከሚወለዱ ከ1000/ ሕጻናት 139/አንድ መቶ ሰላሳ ዘጠኙ ያህሉ ለህልፈት እንደሚዳረጉ እና ቢያንስ እናቶቻቸው የአንደኛ ደረጃን ትምህርት ያጠናቀቁት ልጆች ግን ከዚህ ባነስ ቁጥር እንደሚሞቱ መረጃዎች ጁቷቁማሉ።

ከአምስት አመት በታች ለሆኑ ሕጻናት ሞት በምክንያትነት ከሚጠቀሱት መካከል አራርቆ አለመውለድና አንዲት እናት ብዙ ቁጥር ያላቸውን ልጆች መውለድ በምክንያትነት ይጠቀሳል። በ□□□ (DHS) Ethiopian Demographic and Health Survey 2011 /በአሁኑ ወቅት ያለውን ሁኔ□ እንደሚያመለክተው በአገር አቀፍ ደረጃ የቤተሰብ እቅድ አገልግሎትን የመጠቀም ሁኔ□ □□ 29% ደርሶአል። ይኼውም የተለያዩ ያልተፈለገ

□ርግዝና መከላከያዎችን ሴቶች ስለሚጠቀሙና እንዲሁም የወንዶች ኮንዶምን ተጠቃሚነትን ጭምር ያሳያል።

ዶ/ር ንግስት ተስፋዬ አክለው እንደገለጹትም ከአምስት አመት በታች ያሉ ሕጻናትን ሞት ለመከላከል ክትባት በትክክለኛ□ ቁ□ እንዲወስዱ ማስቻል ከወላጆች ይጠበቃል። ለምሳሌ እንደፖሊዮ ፣የሳምባ ምች፣ ኩፍኝ የመሳሰሉት በክትባት ልንከላከላቸው የሚገቡ ነገር ግን ክትባቱ ካልተወሰደ ውጤቱ □ፀ□ አስከፊ ስለሆነ ሕጻናቱ ከአካል ጉድለት በተጨማሪም ሞት ሊደርስባቸው ይችላል።

ሕጻናቱን በጤንነት ለማሳደግ እንዲቻል እንደሀገር ባጠቃላይ ለጤና ባለሙያዎቹም ሆነ ለህብረተሰቡ የእውቀት ማዳበሪያ ስልጠና ይሰጣል። ወደህብረተሰቡ ስንመለከት አሉ ዶ/ር ንግስት በጤና ኤክስቴንሽን ሰራተኞች አማካኝነት በከተማም ሆነ በገጠሩ በተለያዩ ማለትም አስራ ስድስት በሚሆኑ ፕሮግራሞች ይሰለጥናሉ። ስለምግብ ፣ስለአካባቢ ንጽህና፣ ስለ ልጅ አያያዝ ፣ስለ ቷት ማጥባት አስፈላጊነት፣ ስለ ቤተሰብ እቅድ አገልግሎት፣ ስለ ንጽህና ፣ስለምግብ አዘገጃጀት ፣ስለ ስርአተ ምግብ የመሳሰሉት ሁሉ ለህብረተሰቡ ግንዛቤ ማዳበሪያ እንዲሆን ስልጠና ይሰጣል ።

በኢትዮያ ከአምስት አመት በታች ያሉ ሕጻናትን ደህንነት በተመለከተ የጤና ኤክስቴንሽን ሰራተኞች ክትባትን፣ ማዋለድን የመሳሰሉትን አገልግሎት ሁሉ ይሰጣሉ። ከዚህ በተጨማሪ ሕጻናቱ አስቸኩዋይ በሆነና ወደሌላ ተቋም ከመሄዳቸው በፊት የህክምና እርዳታ በሚያስፈልገው ጊዜም የጤና ኤክስቴንሽን ሰራተኞቹ ይረዳሉ። ከዚያም ከእነሱ ወደሚቀጥለው የህክምና ተቋም እንዲሁም ከፍ ወደአለ ሆስፒታል ወደመሳሰሉት የታመሙት ሕጻናት እንዲሸጋገሩ ጸ□ርፉሉ።

በስተመጨረሻም ዶ/ር ንግስት እንደገለጹት ለህጻናት ጤና መሰረታዊ ናቸው ከሚባሉት መካከል በሽታን አስቀድሞ በመከላከል ብዙ ነገሮችን ማስተካከል ይቻላል። አንድ ቤተሰብ ወይንም እናት ለልጁ የሚያስፈልገውን ምግብ

፣እንክብኝቤ የመሳሰለውን እንዴት መሟላት እንደሚችል ልጅ ከመረገዙ በፊት አስቀድሞ ልታስብ ይገባታል። ቤተሰብን በእቅድ ለመምራት የሚያስችለውን ፕሮግራም በመተግበር አቅም የሚፈቅደ ው ያህል ልጅ የሚወለድ ከሆነ ሕጻኑ ምንም የህመምና ሞት ችግር ሳይገጥመው ሊያድግ ይችላል። ከዚህም በተፊ ማሪ እናት ለልጅዋ ጡት በትክክል የምታጠባ ከሆነና ለልጅዋ ፍቅርን የምትሰጥ ከሆነ የተወለደው ልጅ በተሟላ ሁኔታ እንደሚያድግ ጥርጥር የለውም ። ለልጅ ፍቅርን ሰጥቶ ማሳደግ እንደ አንድ የጤና መሰረት ሊቆጠር ይችላል። ልጅ ጡት እየጠባ ካደገ ከእናቱ ፍቅርን ስለሚያገኝ በደስተኝነት ሊያድግ ይችላል።

ዶ/ር ንግስት ተስፋዬ በኢ.ፌ.ዴ.ሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የከተማ ጤና ማበልጸግና በሽታ መከላከል ዳይሬክቶሬት ዳይሬክተርና የወጣቶች የህጻናትና ልጆች ጤና አስተባባሪ እንደገለጹት ከአምስት አመት በታች ያሉ ህጻናትን በሚመለከት በቅርብ የወጣው መረጃ (DHS) Ethiopian Demographic and Health Survey 2011 / የሞት መጠን እንደቀነሰ ያሳያል። ስለዚህ በኢትዮጵያ በአገር አቀፍ ደረጃ የሚሰራው ስራ በተጠናከረ መንገድ ከቀጠለ የምትችሉ አመቱን ግብ ለማሳካት ይቻላል ።

ምነ... ባግዛት ብዬ ነው።

ውን ወንዶች የቤተሰብ እቅድ አገልግሎቱ ላይ ሙሉ ተሳትፎ ያደርጋሉን ?ይህ ጥያቄ የብዙዎች ሲሆን ለመልሱ የተለያዩ ሰዎችን አነጋግረናል። ሰዎቹ አንድ ወንድና የተቀሩት ሴቶች ናቸው። ስለወንዶች ተሳትፎ ሴቶችን ማነጋገር ለምን አስፈለገ? የሚሉ አንባቢዎች ሊኖሩ ይችላሉ ።

1. ሴቶቹ የቤተሰብ እቅድ አገልግሎቱን ሲጠቀሙ ምንም እንኳን መብታቸው ቢሆንም ከባሎቻቸው ጋር ግን መግባባት ይኖርባቸዋል።
2. ወንዶቹ እራሳቸው የቤተሰብ እቅድ አገልግሎቱን ተግባራዊ ሲያደርጉም ስል መብታቸው ቢሆንም አሁንም ከሚስቶቻቸው ጋር መስማማት ይጠበቅባቸዋል።

ዞሮ ዞሮ በፉር ሊመሩት የጀመሩትን ትዳር እና ያፈሩትን ቤተሰብ በተገቢው መንገድ የማስተዳደር ኃላፊነት እንዲወጡ ሴትና ወንድ የትዳር አጋሮች ተግባብተው የሚበጀውን ማድረግ ካልቻሉ ውጤቱ አጉዋጉል ነው።

በኢንጀንደር ሔልዝ «አብሪ »ፕሮጀክት በእንግሊዝኛ (access for better reproductive health) በአማርኛው የወጣቶችን እንዲሁም የእናቶችን ጤና በማሻሻል ብሩህ ሕይወትን እንዲያገኙ ጥረት ማድረግን የሚመለከት ነው። የአብሪ ፕሮጀክት ምክትል ዳይሬክተር የሆኑት አቶ ጀማል ካሳው እንደገለጹት አብሪ ፕሮጀክት በሰባት ክልሎች በቁጥር ወደ 238 /ሁለት መቶ ሰላሳ ስምንት የሚሆኑ ማለትም የጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ፣የክልል ጤና ቢሮዎች ፣እንዲሁም የጤና ጣቢያዎችና ሆስፒታሎች የቤተሰብ እቅድ እና ንጽህናውን የጠበቀ የጽንሰ ማቋረጥ አገልግሎትን እንዲሁም ሌሎች የስነተዋልዶ አካላት ጤና አጠባበቅን በሚመለከት የተክኒክና የአቅም ግንባታንና ባለሙያዎችን በአዳዲስ ዘዴዎች ላይ ክህሎትን እንዲያዳብሩ ማትረጎም ስራ ጁሰራል። በህብረተሰቡም በኩል ከአገልግሎቱ ጋር በተያያዘ አስፈላጊውን ግንዛቤ

□ ማጸዳቸውን ሁኔታ ማመቻቸትና እራሳቸውም አገልግሎቱን እንዲፈልጉ የሚያስችል አቅም መፍጠር የአብሪ ፕሮጀክት ከሚያተኩርባቸው መካከል ናቸው።

በኢንጀነር ሔልዝ አብሪ ፕሮጀክት በተለይም የወንዶችን የቤተሰብ □ ቅት አገልግሎት ተሳትፎ በሚመለከት ምን በመስራት ላይ እንደሆነ ለመመልከት ከሚሰራባቸው አካባቢዎች ወደ ደብረብርሀን እና አካባቢዎ ዘልቀን ተመልክተናል። ያነጋገርናቸው ሰዎች የሚከተሉትን ሀሳቦች ሰንዘረዋል።

«እኔ እድሜዬ ወደ 38 አመት ይሆነኛል። የምኖረው በቀይት ነው። አራት ልጆች ወልጃለሁ። ባለቤቴ... ከዚህ በሁዋላ ልጅ መውለድ የለብንም ...እነዚህን የወለድናቸውን በወግ በማ□ረ□ ማሳ□□ ይጠበቅብናል ብሎኛል። እኔ በእርግጥ እስከአሁን ድረስ የምጠቀመው መርፌውን ነበር። ነገር ግን በስራ ምክንያት እንዲሁም በተለያዩ ጉዳይ በትክክል ቀኑን ባለማስታወስ ብዙ ጊዜ ችግር ይገጥመኛል። ደግነቱ ባለቤት የሚኖረው በስራ ምክንያት በአዲስ አበባ በመሆኑ እንጂ እስከአሁን ወደ ስድስት የሚደርስ ልጅ ልወልድ እችል ነበር። ስለዚህ በአካባቢዬ ያሉ የጤና ሰራተኞች እስከአሁን የወለድነው ልጅ ይበቃናል ...ሁለተኛ ልጅ መውለድ አንፈልግም ካላችሁ ለዘለቄ□□ መ□ላት የማያስችል የህክምና አገልግሎት አለ ...ስላሉኝ አሁን ወስኜ ለህክምናው ቀርቤአለሁ። የእኔ ጉዋደኞች እስከ ስምንት ልጅ ወልደዋል። ልጅ የሚወልዱት የወለድ መከላከያውን በትክክል ባለመጠቀማቸው እንጂ ይህን ሁሉ ልጅ ፈልገውት አይደለም። ስለዚህ ይህንን ቢጠቀሙ □መ□ራለሁ።»

ከቀይት

በመቀጠል ሀሳብዎን የምታካፍሉን ጉዳቦረት ከሚባለው አካባቢ ያኘናት እናት ናት። የአንድ አመት እድሜ ያለው ሕጻን ልጅ ታቅፋለች። ለሚመለከታት ጎስቋላ ናት። እድሜዋ 28 አመት ነው።

« እኔ ትውልዴ ወደ ወላይታ ነው። ባል አግብቼ ነበር ወደ ጉዳቦረት የመጣሁት። ነገር ግን ባለቤቴ ሶስት ልጅ ካስወለደኝ በሁዋላ ሌላ ሴት አግብቶ ከእኔ ጋር መኖሩን አቆመ። በሕግ ጠይቄው ለልጆቹ ማሳደጊያ ቢወሰንልኝም ገንዘቡን ግን አይሰጠኝም ። በቃ... እኔ ሽሮ እየቆላሁ ሌላ ሌላ የጉልበት ስራ እየሰራሁ ስለምኖር ልጆቼን በትክክል ማሳደግ አልቻልኩም። ስለዚህ ሌላ ረብረብ ለግል ሰጡ ሰጠሁም አንድ ልጅ አስወልዶ ዞር በይ አለኝ። እንግዲህ አራተኛ ልጅ ነው አሁን የያዘኩት። ስለዚህ ምንም እንኩዋን እድሜዬ ልጅ ቢሆንም አራት ልጅ ከበቂዬ በላይ ስለሆነ ዳግመኛ ልጅ የሚባል ነገር አልፈልግም። እነዚህ የተወለዱትም ቢሆኑ በየሰው ቤት በታትኝ አቸዋለሁ። ምክንያቱም ልረዳቸው አልቻልኩም። ስለዚህ ቋሚ የወሊድ መከላከያውን ለማድረግ ወስኜ ይኼው ተሰርቶልኛል። በተለጃም እንደእኔ ላሉት የምመክረው ሕመም የማያስከትል... አስታወስኩት... እረሳሁት... የማይባለውን ዘለቂታ ያለውን ሕክምና ቢሰጥ ጃሻላል ላለሁ። »

ከጉዳቦረት።

በሰሜን ሸዋ በተገኘንበት ወቅት በተለይም ወንዶች ቋሚ የቤተሰብ እቅድ አገልግሎቱን እንዲጠቀሙ ቀጠሮ ስለተያዘላቸው ይመጣሉ ቢባልም በደብረብርሀን ሆስፒታል ተኩሾት አንድ አባወራ ብቻ ነበሩ። ሌሎቹ በምን ምክንያት እንደሆነ ባይታወቅም ቋሚውን የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ለማሰራት አልመጡም ነበር።

«እኔ የምኖረው በአንከብር ነው። አምስት ልጆች አሉኝ። በእድሜዬ ወደ አርባው የምደርስ ስሆን ባለቤቴ ግን ገና የሰላሳ አምስት አመት ሴት ነች። እስከዛሬ አብረን ስንኖር የወለድ መከላከያውን በተለያዩ መልክ የምትወስድ ሚስቴ ነበረች። ነገር ግን በኑሮም ይሁን ልጆችን በመውለድ በጤናዋ ብዙም ደስተኛ ስላልሆነች መፍትሔ መሻት ነበረብን። እንግዲህ ሲያስተምሩን ...እንዲያው ለዘለቄታው ልጅ የማያስወልድ መፍትሔ አለ ስላሉን ...እኔ ፈቃደኛ ሆኜ ጁጩ አገልግሎቱን ተጠቅሜአለሁ። እንግዲህ የተለያዩ ሰዎች የማይሆን ነገር ቢናገሩም እኔን የመከረኝ ግን ለእራሱ የተሰራለት ሰው ስለሆነ አምኜዋለሁ። ለሌሎች የምነግረው ...የወለድኩዎቸው ልጆች ይበቁኛል ከሚል ደረጃ ከተደረሰ በማይሆን ወሬ ከመሸበርና ወደሁዋላ ከማለት ጁልቅ ቢታቀሙ ዓሩ ጁመስለኛል። እኔ እኮ ሚስቴ ስላሳዘነችኝ እንጂ ለሴቶቼም አገልግሎቱ እንደሚሰጥ አውቃለሁ። ነገር ግን እሱም በመውለዱም ሆነ ቤተሰብን በማስተዳደሩ እንዲሁም በተለያዩ ምክንያቶች ስለተጎዳች ...ምነ... ባግዛት ብዬ ነው። »

ከአንከብር

በአቁታው የቤተሰብ እቅድ የወንዶች ተሳትፎ ምን ይመስላል ? ብለን የጀመርነው ጽሁፍ ከባለሙያዎች አንደበትም ለአንባቢ የምናካፍለው ቁም ነገር ይኖረናል። እሱን በቀጣዩ እትም የምናስነብባችሁ ሲሆን የዘላቂውን ቤተሰብ እቅድ አገልግሎት በሚመለከት የተሳሳቱ አስተሳሰቦችን በሚታቀሙ ሁኔታ እንመራችሁዋለን። ጽሁፉን ያቀረበችላችሁ አዲስ አለም ብርሀኔ የኢሶግ የመገናኛ ብዙሀን ስራ ተባባሪ ነች።

Vasectomy ለወንዶች ብቻ ሳይሆን ለሴቶችም የሚሰጥ የህክምና አይነት ነው።በእርግጥ በቃል አጠቃቀም በተለይም ለሴቶች sterilization ሲባል ጁሰማል። ጁህ ቤተሰብ እቅድን ለዘለቄታው ለመወሰን የሚያስችል የህክምና

አይነት በተለይም ልጅ መውለድ ይበቃናል ብለው ለተማመኑና ለወሰኑ ሰዎች የሚሰጥ ሲሆን በአኑብኑብቶቻቸው ላይ ምንም ተጽእኖ የማያሳድር እንዲያውም ለሚያደርጉት የግብረሰጋ ግንኙነት ነጻነትን የሚያገናኙ ነው። ምክንያቱም በጊዜያዊነት የሚወሰዱት ያልተፈለገ እርግዝና መከላከያ በትክክል ወቅትን መጠበቅን የሚሹና ጥንቃቄን የሚፈልጉ ሲሆን Vasectomy ግን ለዘለቄ□□ ያለምንም ሀሳብ ሊጠቀሙበት የሚችሉ በመሆኑ ነው።

Vasectomy በተለይም ለወንዶች የሚሰጠው የህክምና አገልግሎት ብዙ የተሳሳቱ አስተያየቶች የሚሰጡበት በመሆኑ እስከአሁን በጣም ብዙ ወንዶች ሊ□አሩት ያልቻሉት አገልግሎት ነው። ከሚሰጡት የተሳሳቱ አስተያየቶች መካከል ...

- ከቀዶ ሕክምናው በሁዋላ የወንዶች ብልት ወደተፈጥሮአዊው ሁኔ□ ስለማይመለስ ወሲብ ለመፈጸም አይችሉም።
- ለካንሰር ሕመም፣ ለእግር ጠረን መበላሸት ፣ ለጸጉር መነቃቀል ጁቴርፉል።

ለጭንቀት ይዳርጋል... አለአግብብ ያከሳል...ወዘተ... እውነቱ ግን ይህ አይደለም።

ከላይ የተጠቀሱትና ሌሎች የተሳሳቱ አስተያየቶች የሚሰጥበት ይህ ዘላቂ እና ቋሚ የሆነው የቤተሰብ □ቅት ማስ□□ሚጸ Vasectomy የተባለው የህክምና አገልግሎት በተለይም በአገራችን በብዙ ወንዶች የሚተገበር አይደለም።

- ወንዶች በቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ላይ ምን ሚና አላቸው?
- ወንዶች በቤተሰብ እቅድ ተሳትፎ ማድረጋቸው ለምን ጸስ□ልፉል?
- በአገራችን ያለው ሁኔታ ምን ይመስላል?

«**ቤተሰብ ቅጥት ...ከ15% በታች 29% አድጎአል**»

በአቋ ቤተሰብ እቅድ አገልግሎትን በሚመለከት የወንዶች ተሳትፎ ምን ይመስላል በሚል ለንባብ ያልነውን መሰረት በማድረግ ላንቺና ላንተ በሚለው ድህረገጽ የተወሰኑ ጥያቄዎች ደርሰውናል። ጥያቄዎቹን ተባባሪ አዘጋጅዎ አዲስ አለም ብርሀኔ ለባለሙያ በማቅረብ እና በተለያዩ የጥናት ወረቀቶች በመታገዝ ለመላው አንባቢ ይድረስ ብላለች።

ዓ ጸቂ:- ቫዜክቶሚ ማለት ምን ማለት ነው?

መልስ:- ቫዜክቶሚ ማለት የወንድ የዘር ፍሬ ወደሴቷ ማህጸን እንዲያልፍ የሚያደርገውን አነስተኛ ቲብ መስመሩን በመቁረጥ የሚሰራ በጣም አነስተኛ ቀዶ ሕክምና ነው።ቫዜክቶሚ ልጅ መውለድ ለማይፈልጉ ወንዶች ለዘለቄታው የሚሰጥ የህክምና ዘዴ ነው።

ዓ ጸቂ:- ቫዜክቶሚ ቀዶ ሕክምናው ሲሰራ ምን ያህል ጊዜ ይፈጃል?

መልስ:- ቫዜክቶሚ ሲሰራ በቀዳ ታ ቀዶ ሕክምናው ላይ የሚጠፋው ሰአት ከ15 ደቂቃ የበለጠ ጊዜ አይወስድም ። ምናልባትም ከአፕራሲዮኑ ጋር በተያያዘ ሌሎች አስተዳደራዊ ስራዎች ስለሚኖሩ በጥቅሉ አንድ ሰአት ሊወስድ ይችላል። ነገር ግን በቀጥታ ከህክምናው ስራ ጋር በተያያዘ የሚወስደው ጊዜ ከአስራ አምስት ደቂቃ የማይበልጥ ነው።

ዓ ጸቂ:- ቫዜክቶሚ ከተሰራ በሁዋላ ሰውየው ምን ያህል ጊዜ አልጋ ይጅቃል?

መልስ:- ቫዜክቶሚ ከተሰራ በሁዋላ አልጋ ላይ መቆየት አይኖርም። ከተወሰነ ሰአት ቆይታ በሁዋላ አፕራሲዮኑ የተሰራላቸው ሰዎች ከጤና ተቋሙ በቤታቸው እንዲሄዱ ይደረጋል። ከዚያም በሁዋላ ምንም ሳይቆዩ ወደተለመደው ስራቸው መግባት ይችላሉ።

ዓ ጸቂ:- ቫዜክቶሚ ቤተሰብን ለዘለቄው ለማቀድ ምን ያህል ትክክለኛ መንገድ ነው?

መልስ:- ቫዜክቶሚ ከተሰራ በሁዋላ የወንዱ ስፐርም ወደሴቷ ማህጸን ስለማይፈስ ልጅ ማስረገዝ አይችልም። ስለዚህ አስተማማኝ የዘለቁ ወሊድ መከላከያ ዘዴ ነው።

ዓ ጸቁ:- ቫዜክቶሚ ከተሰራ በሁዋላ ወዲያውኑ ውጤታማ ይሆናልን ?

መልስ:- ቫዜክቶሚ ከተሰራ በሁዋላ እለቱን ወይንም ከሰሞኑ ግንኙነት ቢደረግ ልጅ አይረገዝም ማለት አይቻልም። ቀዶ ሕክምናው ከመደረጉ በፊት የነበረው ስፐርም በፈሳሽ ውስጥ ሊኖር ስለሚችል የግብረሰጋ ግንኙነት ቢደረግ መከላከያ (ኮንዶም) መጠቀም ይመረጣል። ስለዚህ ቢያንስ ከ 15-20 ጊዜ የወሲብ ግንኙነት ካደረጉ በሁዋላ ከሐኪም ጋር በመመካከር ቀጣዩን ሕይወት መምራት ይቻላል።

ዓ ጸቁ:- ቫዜክቶሚ ከተሰራ በሁዋላ የሚመረተው ስፐርም ምን ይሆናል?

መልስ:- ይህ ተፈጥሮአዊ የሆነ ነገር ነው። ቫዜክቶሚ ተሰራም አልተሰራም የሚኖር ጤነኛና ተፈጥሮአዊ የሆነ አካሄድ አለው። የተመረተው ስፐርም ከጥቅም ላይ ካልዋለ ሰውነት መልሶ ይጠቀምበታል። ቫዜክቶሚ በመሰራቱም ስፐርም መመረቱን አያቋርጥም። ነገር ግን በሰውነት ውስጥ ስለሚቀር ሰውነት እንደገና ይጠቀምበታል።

ዓ ጸቁ:- ቫዜክቶሚ የተሰራለት ወንድ እንደቀድሞው የግብረሰጋ ግንኙነት ማድረግ ይችላልን ?

መልስ:- ለዚህ የሚሆነውን መልስ የሚሰጡን ቀደም ሲል ቫዜክቶሚ የተሰራላቸው አንድ ወንድ ናቸው።

«አሁንም ልጅ ቢወለድ በምን አሳድጋለሁ የሚል ስጋት ስለሌለብኝ በንደልቤ ከሚስቴ ጋር መደሰት ጀምራለሁ። ነጻነቱ በጣም ደስ ይላል። ስምንተኛው ልጅ ሲወለድ የነበረብኝ ሀዘን ቀላል አልነበረም። ምክንያቱም ኑሮው አንገዳገደኝ። አሁን ግን ይህ አፕራሲዮን ከተሰራልኝ በሁዋላ እኔም ሚስቴም ሰቀቀን የሚባል ነገር አክትሞልናል። በእድሜም ገና ልጆች ስለሆንን እየተደሰትን

□ንኖራለን። አፕራሲዮን በመደረጌ ምንም የቀረብኝ ወይም የቀነሰብኝ ነገር የለም።»

ከላይ አስተያየታቸውን እንደሰጡት ሰው ቫዜክቶሚ መሰራቱ የወሲብ ፍላጎትን ወይም ድርጊትን በምንም መልኩ የማያውክ መሆኑ የተረጋገጠ ነው። ቫዜክቶሚ ስፐርም ወደ ሴቷ ማህጸን እንዳይገባ ከማገድ በስተቀር የተቀረውን ተፈጥሮአዊ ሁኔታ በአ□ም አይነካም።

ዓጸቁ፡- ቫዜክቶሚ ከተሰራ በሁዋላ እንደገና ወደቀድሞው ሁኔታ የሚመልስ ሕክምና ይኖራልን ?

መልስ፡- ቫዜክቶሚ ከመሰራቱ በፊት አንድ ወንድ ከዚህ በሁዋላ ልጅ መውለድ አልፏልም ብሎ በበቂ ሁኔታ አስቦበት መወሰን ጁቷበቅቦታል። የዚህም ምክንያቱ ቫዜክቶሚ ከተሰራ በሁዋላ እንደገና ልጅ መውለድ ወደሚችልበት ተፈጥሮአዊ ሁኔታ መመለስ ስለማይቻል ነው።

ባጠቃላይም ቫዜክቶሚን በተመለከተ፡-

- ምናልባት ግር የሚያሰኙ ነገሮች ቢገጥሙ ጠይቆ መረዳትን ልምት ማትረ□ ጁቷቅማል።
- ሁልጊዜ በቅርብ ከሚገኝና ከሚመርጡት የህክምና ባለሙያ ጋር ውይይት ማድረግን መልመድ ጥሩ መፍትሔ ያስገኛል።
- ቫዜክቶሚ ቀላል ፣ ደህንነቱ የተጠበቀና ውጤታማ የሆነ የህክምና አገልግሎት ነው።
- ቫዜክቶሚ ከተሰራ በሁዋላ ማስረገዝ አለማስረገዝ የሚለውን ውጤቱን ለማወቅ የተወሰኑ ሳምንታት መታገስ ያስፈልጋል።
- ቫዜክቶሚ ወሲብ መፈጸምን አያውክም።
- ቫዜክቶሚ ቋሚ የወሊድ መከላከያ ዘዴ ሲሆን ምናልባት ልጅ እፈልጋለሁ በሚል ወደቀድሞው ተፈጥሮአዊ ሁኔታ መመለስ ግን አይቻልም።



በአንግሊዝኛ □ ቃል VASECTOMI □ ዙሰኛው ወንዶች ለዘላቂ በቤተሰብ እቅድ አገልግሎት የሚጠቀሙበት የህክምና ዘዴ ለብዙዎች ጥርጣሬን የሚያጭርና የተሳሳቱ ሀሳቦችን በማመንጨት ለድርጊቱ ፈቃደኝነት በንዲያሳዩ የሚያደርጋቸው መሆኑ እሙን ነው ። ነገር ግን አንዳንድ ወንዶች የህክምና ዘዴውን ተግባራዊ በማድረግ ያለምንም ችግር ኑሮአቸውን በመምራት ላይ መሆናቸውን በመግለጽ ላይ ናቸው። ይሁን በንጂ የወንዶቹ ተሳትፎ በተለይም በአገራችን ገና ብዙ ስራን የሚጠይቅ መሆኑን የገለጹት የኢንጀነደር ሔልዝ ኢትዮጵያ አብሪ (access for better reproductive health) በአማርኛው የወጣቶችን እንዲሁም የእናቶችን ጤና በማሻሻል ብሩህ ሕይወትን እንዲያገኙ ጥረት ማድረግን የሚመለከተው ፕሮጀክት ዴፕላት ዳይሬክተር አቶ ጀማል ካሳው ናቸው።

በንደ አቶ ጀማል ማብራሪያ □ ኢርግዝና መከላከያዎች የተለያዩ የራሳቸው ባህሪያት ያላቸው ሲሆን በመጠኑ እስኪለመዱ ድረስ በሰውነት ላይ አንዳንድ ለውጦችን ሊያመጡ የሚችሉ ሲሆን ከታገሱት ግን ወደትክክለኛ □ ሁኔታ ለመመለስ ጊዜ አይፈጅም። ነገር ግን ወንዶቹ የቤተሰብ እቅድ በንዲኖር ቢፈልጉም ከሚስቱ ቶቻቸው ጋር አብረው ወደ ጤና ተቋሙ ስለማይሄዱና የሚወስዱትን መከላከያዎች ባህሪይ ምን እንደሆነ ስለማይረዱ በሴቶቹ ላይ ተጽእኖ ያደርጋሉ። የቤተሰብ እቅድ እናድርግ በሚለው ቢስማሙም የሚከተለውን ጊዜያዊና አነስተኛ የሆነ የባህርይ ወይንም የጤና መዛባቱን አልቀበልም በሚለው ተጽእኖ መከላከያው እንዲቋረጥ ስለሚያደርጉ በዚህ መሀል ልጅ የመውለድ አጋጣሚው ይከሰታል። ይህ እንግዲህ ጸልተ □ ለቶ እና ያልታቀደ ስለሚሆን ችግር ማስከተሉ አይቀርም ። በዚህ ረገድ ብዙ ወንዶች ሴቶቹ ለሚወስዱት የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ተባባሪ ናቸው ለማለት አያስደፍርም።

ከአስራ አምስት አመት ወዲህ ያለው የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ተጠቃሚነት በየአምስት አመቱ በእጥፍ እያደገ የመጣበት ሁኔታ ይታያል ። ባለፈው አመት በተደረገው ጥናት የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ተጠቃሚነት ከ15% □□ 29% አድጎአል። የዚህ ተጠቃሚዎች በአብዛኛው ሴቶች ናቸው። የወንዶች የቤተሰብ እቅድ ዘዴዎች ግን ከ0.1% በታች ነው። እነርሱም እንደኮንዶምና ቋሚ የወሊድ መከላከያ ቫዜክቶሚ የመሳሰሉት ናቸው። በእርግጥ የወንዶች ተጠቃሚነት ወይም እራሳቸው የሚያደርጉት ተሳትፎ የሚጠበቀውን ያህልም ባይሆን የተወሰነ ተሳትፎ እንዳላቸው የሚያሳየው ከሚስቶቻቸው ጋር ተመካክረው ሴቶች መከላከያውን እንዲወስዱ መፍቀዳቸው ነው። ወንዶች መከላከያው እንዳይወስድ በሚያደርጉበት አካባቢ ሁሉ ሴቶች መከላከያውን ቢወስዱም እንኩዋን የሚጠቀሙት በጣም በችግር መሆኑን ብዙዎች ይመሰክራሉ። ስለዚህ የወንዶች ተሳትፎ በአብዛኛው ለባለቤቶቻቸው ተጠቃሚነት ከማማከርና ከመፍቀድ የዘለለ ሆኖ አይገኝም □ንደ አቶ ጀማል ካላው።

አቶ ጀማል አክለውም «የወንዶች የቤተሰብ እቅድ ተሳትፎ ምን ይመስላል የሚለውን ስንመለከት በአገራችን በጣም ዝቅተኛ ከሚባል ደረጃ ላይ ያለ ነው። በእርግጥ በአለም አቀፍ ደረጃም ያለው መረጃ ዝቅተኛ መሆኑን የሚያመለክት ሲሆን ይህም የመነጨው በተለምዶ የተዋልዶ ጤና የሴቶች ቶቴጃ ተጠቃሚነት ስለሚታሰብ ነው። ወንዶች ብዙውን ጊዜ የቤተሰብ እቅድ ተሳትፎ በማድረግ ላይ ግንዛቤው ስለሌላቸው ምን እንደሚጠበቅባቸው የማያውቁበት ሁኔታ አለ። ስለዚህ ወንዶች የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ላይ ያላቸው ተሳትፎ አለ የሚባል አይደለም» ብለዋል።

«...ኤችአይቪ...በቫይረሱ መጸጋ ፣ መቆለል ፣ መሞት...ዜሮ.....»

- በአለም አዲስ በኤችአይቪ ቫይረስ ከሚያዙ ሰባት ሰዎች አንዱ ቫይረሱ ከእናት ወደልጅ በመተላለፍ ነው።
- በአለም ከኤችአይቪ ቫይረስ ጋር ከሚኖሩ እናቶች 114,000 ሕጻናት ከቫይረሱ ነጻ ሆነው የመወለት እድል ገጥሞአቸዋል።

(Center for disease control and prevention (CDC)

ህዜር 21 (December 1st ኤስ) የአለም ኤይድስ ቀን በአለም አቀፉ ህብረተሰብ ከኤችአይቪ ጋር በተያያዙ የተለያዩ ሁኔታዎች ላይ በጋራ መግባባት መንፈስ ወይይት የሚገኝበት በተለያዩ መንገድ ታስቦ የሚውል ቀን ነው። ይህ ቀን በቫይረሱ ምክንያት ለህልፈት የተዳረጉት የሚጠበቁ ፣ ከቫይረሱ ጋር የሚኖሩ ድጋፍና አገልግሎት እንዲያገኙ የሚያስችለው ሁሉ የሚመከርበት፣ ከኤችአይቪ ነጻ የሆነ ትውልድ እንዲገኝ አስፈላጊው እርምጃ እንዲወሰድ ባለሙያዎች የሚመክሩበት ነው።

በአለም ኤችአይቪ የሚባል ሕመም መኖሩ ሪፖርት የተደረገው እንደ አውሮፓ አቆጣጠር June 5/1981 ሲሆን በኢትዮጵያ ሪፖርት የተደረገው በሶስት አመት የጊዜ ልዩነት በ1984 እኤአ ሪፖርት ተደርጎአል።

የአለም ኤይድስ ቀንን መሰረት በማድረግ ከ June 4-8/ ICASA ማለትም በኤችአይቪ ኤይድስ ላይ የሚያተኩረው የአፍሪካ ሀገራት ስብሰባ 16ኛውን በኢትዮጵያ አካሂዶአል።

አለም አቀፉ የኤይድስ ቀን የአመቱ መሪ ቃል / Zero New HIV Infections. Zero Discrimination and Zero AIDS-Related Deaths. ማለትም አዲስ በቫይረሱ የሚያዙ ፣ በቫይረሱ ምክንያት የሚደርሰው መድሎና መገለል እንዲሁም ከቫይረሱ ጋር በተያያዘ የሚከሰቱ ሞቶች ዜሮ እንዲሆኑ የሚል ሲሆን ይህ

መሪ ቃል በ2012/ □ኤአ የሚወሰን ሳይሆን እስከ 2015/□ኤአ ትረስ የሚያገለግል ነው።

የዘንድሮውን አለም አቀፍ የኤይድስ ቀን ምክንያት በማድረግ ዩ ኤን ኤይድስ እስከ 2010 /□ኤአ መሬ ረሻ ትረስ ጸለውን የአለም አቀፍ የኤችአይቪ ገጽ □ ይፋ አድርጎአል። በዚህ መረጃም መሰረት፡-

- በአለም አቀፍ ደረጃ ከኤችአይቪ ቫይረስ ጋር የሚኖሩ ሰዎች ወደ ሰላሳ አራት 34/ ሚሊዮን ሰዎች ይደርሳሉ።
- በ2010 አዲስ በቫይረሱ የተያዙ ሰዎች 2.67 ሚሊዮን ይሆናሉ።
- በ2010 በአለም ከቫይረሱ ጋር በተያያዘ ለህልፈት የተዳረጉት 1.76 ሚሊዮን ሰዎች ናቸው።
- (UNAIDS 2011 World AIDS Day report)

ሕጻናት እና እናቶች ፡-

- በ2010 በአለም አቀፍ ደረጃ ወደ 390.000/ የሚሆኑ ህጻናት ከቫይረሱ ጋር ከሚኖሩ እናቶች ሲወለዱ በቫይረሱ የተያዙ ሆነዋል።

በእርግጥ ህጻናቱን በሚመለከት በተለይም ከ15 አመት በላይ የሆኑት ከቫይረሱ ጋር በተያያዘ ያለው የሞት መጠን ቀንሶ ታይቶአል። የዚህም ምክንያት ለእርጉዝ እናቶችና ለህጻናቱ ፀረ ኤችአይቪና ፐሮፕላክሲስ የተሰጠ መድሀኒት በመሰጠት ላይ ስለሆነ መሆኑን መረጃው ይጠቅሳል። በአሁኑ ወቅት በአለም ላይ በዝቅተኛና በመካከለኛ ደረጃ ኑሮአቸውን በሚገፉ አገሮች ወደ 6.6 ሚሊዮን የሚሆን ሰዎች ፀረ ኤችአይቪ መድሀኒት በመውሰድ ላይ መሆናቸውንም የዩኤን ኤይድስ መረጃ አረጋግጦአል።

ስከ 2015/ እኤአ ድረስ የተሰየመው አለም አቀፍ መሪ ቃል የምስተ አመቱን የልማት ግብከማሳካት አንጻር ለተግባራዊነቱ ከፍተኛ እንቅስቃሴን የሚጠይቅ ነው። በዚህም መሰረት እስከ 2015 /እኤአ /ኤችአይቪን በሚመለከት ፡-

- ልቅ በሆነ የግብረሰጋ ግንኙነት አማካኝነት የሚተላለፈው የኤችአይቪ ቫይረስ በተለይም ወጣቶችን እንዲሁም ወንድ ለወንድ ወሲብ የሚፈጽሙትን በከፍተኛ ረጽ ሚቅጭ እንደመሆኑ በአጠቃላይ ጉዳቱ አሁን ካለበት በግማሽ ጸህል ንዲቀንስ፤
- ኤችአይቪ በአሁኑ ወቅት ከእናት ወደልጅ የሚኖረውን መተላለክ እና በእናቶች ላይ የሚያደርሰውን ሞት አሁን ካለበት በግማሽ ያህል ዝቅ እንዲል፤
- አዲስ በቫይረሱ የሚያዙ ሁሉ ራሳቸውን በመድሀኒት ንዲንከባከቡ ማስቻል፤
- ፀረ ኤችአይቪ መድሀኒት በቫይረሱ ለተያዙ ሁሉ ማዳረስ ፤
- ከቫይረሱ ጋር በተያያዘ በሳንባ በሽታ ምክንያት የሚደርሰውን ሞት አሁን ካለበት በግማሽ መቀነስ፤
- ከቫይረሱ ጋር ለሚኖሩ ሰዎች አስፈላጊው እንክብኝቤ እና ትፋክ እንዲደረግላቸው ማስቻል፤
- ለሴቶች እና ለልጃገረዶች በተለያም በቫይረሱ ለተያዙት ከጠቅላላው በኤችአይቪ ምክንያት ከሚሰጠው አገልግሎት ግማሽ ያህሉን እንዲያገኙ ማስቻል፤
- በተለይም ከጾታ ጋር በተያያዘ የሚፈጠረውን ጥቃት እና ሌሎችንም መሰል ሁኔታዎች አሁን ካለበት ቅ ማትረብ ከምእተ አመቱ የልማት ግቦች መካከል ሲሆኑ የአለም የኤይድስ ቀን እስከ 2015 ድረስ ትኩረት የሚያደርግባቸው ናቸው እንደ መረጽ፡፡

ICASA 16ኛውን በኤችአይቪ ላይ ያተኮረ ስብሰባውን ሲያካሂድ የቀጣዩ አመት መሪ ቃል Own, Scale-up and Sustain በሚል ነው፡፡

Own :-

- ኤችአይቪን የራስ ጉዳይ አድርጎ መግታት በሚቻልበት መንገድ ሁሉ መንቀሳቀስ፤
- የኤችአይቪን ስርጭት ፣ከቫይረሱም ጋር በተያያዘ የሚከሰተውን ሞት እንዲሁም አድሎና መገለልን ለማስወገድ እንዲቻል ለራስ ቃል መግባት እና አስፈላጊውን ትፋክ ማትረፍ፤
- በጉዳዩ ላይ የሚመለከታቸው የአፍሪካ መሪዎች ፣አጋር ድርጅቶችና ህብረተሰቡን ማንቃት፤ በጉዳዩ ላይ ትኩረት እንዲያደርጉ ማስቻል የመሳሰለውን የሚመለከት ሲሆን ዋናው ነገር ችግሩን ለመቅረፍ በባለቤትነት መቆም ነው።

Scale-up and Sustain :-

በኤችአይቪ ኤይድስ ዙሪያ እውቀትን እና ችሎታን መጋራትን ፣ አገልግሎት ማበርከትን ፣ጥሩ ዓሩ ልምዶችን በአፍሪካና በአለም አቀፍ ደረጃ መለዋወጥን ፣ከኤ ችአይቪና ከግብረ ስጋ ግንኙነት ጋር በተያያዘ የሚተላለፉ በሽታዎችን በሚመለከት ጥራትንና ደረጃቸውን የጠበቁ መረጃዎችን መካፈልን ...ወዘተ ደረጃውን በማሳደግና ቀጣይነት ባለው መንገድ መተግበር መቻልን የሚያመለክት ነው።

ከላይ የተገለጸውን ለመፈጸም ተዋናዮች እና ይመለከታቸዋል የተባሉት የተለዩ ሰዎች ሳይሆኑ ሁሉም ማለትም ፖለቲከኞች ሳይንቲስቶች ህብረተሰቡ የግልና የመንግስት ተቋማት ሁሉ ፣ፀ ለ፣ፀ ተጻጾ፣፣ ሊሰሩበት የሚገባ መሆኑን ነው የአፍሪካው መሪ ቃል የሚያመለክተው።

በአጠቃላይም ኤችአይቪን እና በግብረስጋ ግንኙነት አማካኝነት የሚተላለፉ በሽታዎችን ለመከላከል አስፈላጊውን አገልግሎት ፣ጥንቃቄና ድጋፍ ፣በፖሊሲ እና እቅድ የተዘረጋ አሰራርን የሚፈልግ በመሆኑ የሚመለከተው ሁሉ በግንባር ቀደምትነት ሊወጣው የሚገባው መሆኑን የአፍሪካው ስብሰባ አስምሮበ፣ ል።

ኤችአይቪ ኤይድስን ስርጭቱን ለመግታትና ብሎም ጉዳቱን ለመቀነስ ማቅረቢያው በየትኛውም መንገድ እክል እንዳይገጥመው፣ ማህፀንም የፋይናንስና የኢኮኖሚ አቅሙ እንዳይዳከም ፣እስከአሁን ይታይ የነበረው ኤች አይቪን ለመከላከል የሚኖረው ድጋፍ መዋዠቅ ወደፊት እንዳይኖር ትኩረት ያሻዋል። ይህም ቀጣይነት ባለው እና በተሸሻለ ሁኔታ ችግሩን ለመቅረፍ እንደሚረዳ የታመነበት ነው።

ማህፀን የ ኤን ኤይድስ ሪፖርት ከሰራው በታች ባሉት አገሮች በ2010/እኤአ:-

- ከቫይረሱ ጋር የሚኖሩ 22.9 ሚሊዮን ሰዎች ናቸው ።
 - አዲስ በቫይረሱ የሚያዙ 1.9 ሚሊዮን ይደርሳሉ።
 - ከቫይረሱ ጋር በተያያዘ የሚሞቱ 1.2 ሚሊዮን ሰዎች ናቸው ።
- ፣ ተለጸገ መረጃዎች እንደሚጠቁሙት በአለም አቀፍ ደረጃ በ2010 ከተመዘገበው ከቫይረሱ ጋር ከሚኖሩ ከ34/ሰላሳ አራት ሚሊዮን ከቫይረሱ ጋር ከሚኖሩ ሰዎች መካከል 2/3ኛው ማህፀን ባልለሙት አገሮች ነው። እንዲሁም በ2010 አዲስ በቫይረሱ የተያዙ ሰዎች በሚል ከተመዘገበው 2.67 ሚሊዮን ሰዎች 3/4ኛው ማህፀን ባለደጉ አገሮች ነው።

በኢትዮጵያ በ2010 እኤአ/ በአማካይ 1.2 ሚሊዮን ያህል ሰዎች ከቫይረሱ ጋር ማህፀን ተረጋግጦአል።

40 ከመቶ ወላጆች... በግል የጤና ተቋማት

የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ኤችአይቪ ከእናት ወደ ልጅ በእንዳይተላለፍ ለማድረግ የሚያስችለውን የህክምና አገልግሎት አሰጣጥ በሚመለከት ከግል የጤና ተቋማት ጋር በመስራት ላይ ይገኛል። ይህንን ፕሮጀክት በሚመለከት እንቅስቃሴውን ለመገምገም አመታዊ ስብሰባውን ከሚመለከታቸው አካላት ጋር ጥቅምት 25/04 አካሂዶአል ። በፕሮጀክቱ ስብሰባ አዳራሽ በተደረገው ስብሰባ ከአሁን ቀደም ኤችአይቪ ከእናት ወደ ልጅ እንዳይተላለፍ ለማድረግ ስለነበረው አሰራር እንዲሁም በአሁኑ ወቅት ያለውንና ለወደፊቱ በተሻለ መንገድ ለመንቀሳቀስ ምን መደረግ አለበት የሚለው በውይይቱ ከተነሱ አበይት ሃሳቦች መካከል ነው። ከኢ.ፌ.ዴ.ሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ከአጋር ድርጅቶችና ከግል የጤና ተቋማት ተወካዮች በተገኘ ብተ በተካሄደው ስብሰባ የአለም ጤና ድርጅት በ PMTCT (ኤችአይቪ ከእናት ወደ ልጅ እንዳይተላለፍ) አሰራር ላይ አዲስ መመሪያ ማግኘት ተገልጿል ። የአለም የጤና ድርጅት ያወጣውን መመሪያ በሚመለከትና ስለአጠቃላይ ሁኔታም ማረጋገጫ ሁለት የህክምና ባለሙያዎች በዚህ እትም ተፋብሰዋል።

ዶ/ር ዳንኤል ክንዴ በ JHU TSEHAY ኤችአይቪ ከእናት ወደ ልጅ እንዳይተላለፍ መከላከልን በሚመለከት የሚሰሩ ናቸው። JHU TSEHAY ከኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ጋር በመተባበር የሚሰራ መንግስታዊ ያልሆነ ድርጅት ነው።

ንደ ዶ/ር ዳንኤል ክንዴ በተለይም በአዲስ አበባ ወደ 25 % የሚሆኑ እናቶች በእርግዝናቸው ወቅት ለክትትል ወደ ግል የህክምና ተቋማት ይሄዳሉ ። የማዋለድ አገልግሎትም በሚመለከት ወደ 40% ያህሉ በግል የህክምና ተቋማት እንደሚወልዱ ተረጋግጦአል ። ቀደም ሲል ኤችአይቪ ከእናት ወደ ልጅ

□ንዳይተላለፍ የሚያደርገው ይህ አገልግሎት በግል ጤና ተቋማቱ ስለማይሰጥ እናቶች የማይሄዱ የነበረ ሲሆን አሁን ግን አገልግሎቱ መሰጠት በመጀመሩ በአገር አቀፍ ደረጃ ትልቅ አስተዋጽኦ እያበረከተ ነው ብለዋል ዶ/ር ዳንኤል ። በግል የጤና ተቋማቱ ውስጥ ባለፉት የስራ ወቅቶች እንደታየው ከሆነ እንደ አንድ ችግር ተቆጥሮ የነበረው የባለሙያ ከቦታ ቦታ ስራ የመለወጥ ሁኔታ ነው። ኤችአይቪ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ በመከላከሉ ረገድ ተገቢውን ስራ ለመስራት ሙያተኞች ስልጠና እንዲያገኙ ማትረፍ □ ቅትሚጸ □ሚሰቷ□ ነው። በዚህም መሰረት በየወቅቱ ከግል የጤና ተቋማቱ ባለሙያዎች የሚሰለጥኑ ሲሆን የሰለጠኑት ባለሙያዎች በነበሩበት የግል የህክምና ተቋም ሳይቆዩ ወደሌላ ተቋም የመሄድ ሁኔታ በስፋት አጋጥሞአል ። በተጨማሪም በቋሚነት ሳይሆን በምሽት እንዲሁም በእረፍት ቀናት በተቋማቱ ተቀጥረው □ሚሰሩት ሙያተኞች ለስልጠና ስለማይላኩ በአገልግሎት አሰጣጡ ላይ ክፍተት የፈጠረበት ሁኔታ ነበር። ስለዚህ የተሻለ የሚሆነው ስልጠናውን በስፋት መስጠት መሆኑ ታምኖበታል። ይህ ከተደረገ ባለሙያው በግል ምክንያቱ ስራውን ከቦታ ቦታ ቢቀያየርም እንኩዋን እውቀቱን ይዞ ስለሚሄድ እና ለህብረተሰቡ ተገቢውን የህክምና አገልግሎት መስጠት ስለሚችል ከኤችአይቪ ነጻ የሆኑ ልጆችን ለማፍራት የተተለመው እቅድ ከግቡ እንደሚደርስ እሙን ነው እንደ ዶ/ር ዳንኤል ክንዴ።

ዶ/ር ዳንኤል በግል የጤና ተቋማቱ ሌላው የታየውና መስተካከል የሚገባው በተለጁም □እና ቶችና የህጻናት ሕክምና የሚሰጥባቸው ክሊኒኮች የኤችአይቪ ሕክምና ለእናትየው ወይ ንም ለልጅየው በሚሰጥበት ጊዜ በተለይም ልጅየው በቫይረሱ ከተያዘ እድሜ ልክ ጸረ ኤችአይቪ መድሀኒቱን ማግኘት የሚገባው ሲሆን አገልግቱ ባለመገኘቱ ግን ወደሌላ የጤና ተቋም እንዲሄዱ ይደረግ ነበር። ነገር ግን ማንኛውንም አገልግሎት በአንድ የጤና ተቋም ማግኘት ጁዝኛል የሚሉ ወገኖች በመኖራቸው አልፎ አልፎ ወደተላኩበት ሌላ የህክምና ተቋም ሳይሄዱ የሚቀሩ እንደሚኖሩ ይገመት ነበር ። እስከቅርብ

ቱባ ትረስ በግል ሆስፒታሎችም ሆነ በእናቶችና ሕጻናት ክሊኒኮች የህጻናቶች የኤችዲቪ ሕክምና ባለመኖሩ ትልቅ ችግር የነበረ በመሆኑ ይህንን ችግር ለመቅረፍ አሁን በአዲስ አበባ በግል ሆስፒታሎች የህጻናቶች ጸረ ኤችዲቪ ሕክምና የተጀመረበት ሁኔታ ስላለ አገል ግሎቱን ለማስፋፋት እንዲቻል ውይይት እየተካሄደበት ነው።

ኤችዲቪ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ ከማድረግ ባሻገር እናቶቹንም ማከም ተገቢ በመሆኑ በተቻለ መጠን በግል የህክምና ተቋማቱ አገልግሎቱ የተሟላ እንዲሆን አስፈላጊው ጥረት እየተደረገ ነው። ከዚህም በተጨማሪ ልጆቹን ከኤችዲቪ ሻይረስ ነጻ ሆነው እንዲወለዱ ለማድረግ ጥረቱ ቢኖርም አልፎ አልፎ ግን በሻይረሱ የሚያዙ ሊኖሩ ስለሚችሉ ህክምናውን መስጠት ተገቢ በመሆኑ በግል የህክምና ተቋማቱ በተሟላ መልኩ አገልግሎቱን መስጠትን ማጠናከር በአገር አቀፍ ደረጃ የተያዙ እቅዶችን በመድረስ ረገድ አስተዋጽኦው ከፍተኛ ነው እንደ ዶ/ር ዳንኤል ክንዴ ።

WHO የአለም የጤና ድርጅት የ PMTCT ን (ኤችዲቪ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ) እንቅስቃሴ ለማገዝ የሚያስችል አዲስ የአሰራር እቅድ አውጥቶ ለሀገራት አስተላልፎአል። ይህንን በሚመለከት ማብራሪያቸውን የሰጡን ዶ/ር ታደሰ ከተማ በኢፌድሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የእናቶች ጤና አማካሪ ናቸው።

ንደ ዶ/ር ግብረ ሰጋ ለገሰ ግብረ ሰጋ PMTCT ም ሆነ ሌሎች የጤና አገልግሎቶችን በሚመለከት የአለም የጤና ድርጅት ካለው የቅርብ ሳይንሳዊ ግኝቶችና ከተለያዩ ተሞክሮዎች በመነሳት ለተለያዩ ሀገሮች ምን ዓይነት የህክምና አገልግሎቶች ተካተው ቢሰጡ ለሀብረተኛው ይጠቅማሉ በሚል ምክር የሚሰጥ ሲሆን ሐገሮች ደግሞ ወደራሳቸው አሰራር በመቀየር ተግባራዊ ጸጋቸውን።ከዚህ ጋር በተያያዘ የ PMTCT አገልግሎት በምን መልክ ቢሰጥ የተሻለ ይሆናል የሚለውን እንደ አውሮፓውያን አቆጣጠር ከ2004 ጀምሮ የተለያዩ አሰራሮችን ተግባራዊ እንዲሆን አድርጎአል።

በኤችአይቪ ቫይረስ የተያዙ እናቶችም ሆኑ ልጆች ቀደም ሲል ይወስዱ የነበረው ኔቨርአፒን የሚባል መድሀኒት ሲሆን በልጆቹ የጡት አጠባብም ላይ ከወቅቱ ሳይንሳዊ ሁኔታ ጋር በተያያዘ የተለያዩ ምክሮች ይሰጡ ነበር። አሁን በአገልግሎት ላይ ያለው አሰራር ደግሞ በ2007 ከአለም የጤና ድርጅት የተሰጠ ሲሆን በእርግዝናው ወቅት 28ኛው ሳምንት ላይ መድሀኒት ይጀመራል። በምጥ ጊዜ ሶስት መድሀኒት፣ ከምጥ በሁዋላ ደግሞ ሁለት መድሀኒቶች ለሰባት ቀን ይሰጣል። ልጁ እንደተወለደ ሁለት መድሀኒት እና ከተወለደ በሁዋላም ለሰባት ቀን መድሀኒቱን ይቀጥላል። እናትየው በእርግዝናው ወቅት በቂ መድሀኒት ካላገኘች ግን ለአንድ ወር ያህል መድሀኒቱን ልጁ እንዲያገኝ የሚያደርገው አሰራር እስከአሁንም በተግባር ላይ ያለ ነው ዶ/ር ታደሰ ከተማ እንደገለጹት።

WHO እንደ አውሮፓውያን አቆጣጠር በ2010 የአገሮችን ነባራዊ ሁኔታ በማየት እና በሁዋላ ላይ ከመጡ ሳይንሳዊ ግኝቶች በመነሳት አዲስ አሰራር እንዲጀመር መመሪያ አውጥቶአል። ከእናት ወደልጅ ኤችአይቪ እንዳይተላለፍ በማትረጋ ረገድ መድሀኒት ወይንም የተለያዩ አገልግሎቶችን በመስጠት ብቻ ሙሉ በሙሉ መከላከል ሳይሆን መቀነስ ነው የሚቻለው። ቀደም ባለው አሰራር 28ኛው ሳምንት ላይ እናትየው የምትጀምረው መድሀኒት አሁን ግን በ14ኛው ሳምንት እንድትጀምር ሲሆን የልጁ የመድሀኒት አወሳሰድ ደግሞ በተለይም ጡት የሚጠባ ልጅ ከሆነ ጡት በሚጠባበት ወቅትና ጡት መጥባቱን ካቆመ በሁዋላ ለአንድ ሳምንት ቆይቶ መድሀኒቱን አንዲያቆም ይመክራል አዲሱ መመሪያ ። የአለም የጤና ድርጅት ይፋ ያደረገው አዲሱ አሰራር በተጨማሪ ያካተተው ጸረ ኤችአይቪ መድሀኒት እናቶች የሚወስዱ ከሆነ ከሌሎች ሰዎች ቅድሚያ እንዲያገኙ ማድረግ ነው። በ2010 የወጣው የአሰራር መመሪያ የተሻለ ውጤትን ለማስመዘገብ የሚያስችል በመሆኑ ኢትዮጵያም የተቀበለችው ሲሆን ወደስራው ለመግባት ዝግጅት በመደረግ ላይ መሆኑን ዶ/ር □□ሰ ተል□ሻል።

የሳይንስ ምርምር ማብቂያ የለውም። ሳይንሳዊው ምርምር የመድሀኒቶችን ውጤት እንዲሁም መድሀኒቱ ለህዝብ በሚሰጥበት ጊዜ የሚያመጣው ለውጥ ምን እንደሆነ የሚመረምር ሲሆን ከተለያዩ አገሮች እንዲሁም ከብዙ ሰዎች ወይም ሁኔታ በመነሳት በሚገኝ ውጤት የሚወሰን ነው። ኤችአይቪ ከእናት □□ለፀ እንዳይተላለፍ የሚሰጥ አገልግሎት ሲባል በቅድሚያ ለእናቶች የሚሰጠውን የጤና አገልግሎት ይጨምራል። ምክንያቱም እናቶች የጤና አገልግቱን የሚፈልጉት ቅድመ ወሊድ በወሊድና በድህረ ወሊድ ጊዜ ስለሆነ ነው። በአገራችን የቅድመ ወሊድ የጤና አገልግሎት ሽፋን የጨመረና የወሊድ ሽፋንን የሚያገኙት እናቶች ቁጥር ደግሞ ውስን ነው። ከዚህም በተጨማሪ በቅድመ ወሊድ ጊዜ ወደህክምና ተቋም የሚመጡት እናቶች ለኤች አይቪ የመመርመራቸው ሁኔታና ከኤችአይቪ ጋር የሚኖሩ እናቶችን ለይቶ በማውጣት ላይ ገና ብዙ መስራት እንደሚያስፈልግ የታመነበት ነው። ይህንን ለማሻሻል የተለያዩ እቅዶች ተይዘው ለመተግበር ቅድመ ሁኔታዎች በመመቻቸት ላይ ናቸው። ቅድመ ወሊድ ላይ የኤችአይቪን የምክር አገልግሎት እና የኤችአይቪን የህክምና አገልግሎቶች በአጠቃላይ ለእናቶች ለማድረስ የሚያስችል አዲስ እቅድ ወጥቶ ለመተግበር በኢ.ፌ.ዴ.ሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር በኩል ሁኔታዎች በመመቻቸት ላይ ናቸው ዶ/ር ታደሰ ከተማ በኢ.ፌ.ዴ.ሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የእናቶች ጤና አማካሪ እንደገለጹት።

የጡት ወተት...ለተወለዱ ልጆች በቂ ነው።

«አንዲት እናት ከወለደች በሁዋላ ልጅዋን ለተወሰኑ ወራት ጡት ብቻ የማጥባት የውዴታ ግዴታ አለባት። እኔ በእርግጥ የወለድኩት አንድ ልጅ ነው። ነገር ግን የአንዱን ልጄን ጡት የመጥባት ፍላጎት ሳስተውለው የወለድኩት መንታ ቢሆን ኖሮ እንዴት አደርግ ነበር ? የሚል ጥያቄ ሁልጊዜ ለእራሴ አነሳለሁ። የላንቺና ላንተ አምድ አዘጋጆች ... ሕጻናቱ መንታ ሆነው በሚወለዱበት ጊዜ የጡት ወተቱ በበቂ ሁኔታ ለልጆቹ እንዲዳረስ ለማድረግ እናቶች የሚከተሉት የአጠባብ ስርአት ይኖር ይሆን ?»

ከላይ ያነበባችሁትን ጥያቄ መሰረት በማድረግ አንዲት የመንታ እናት በጓዲሁም የህጻናት ሐኪም የሆኑ ባለሙያ ሀሳብ እንዲያካፍሉን ጋብዘናል። የህጻናት ሐኪሙ ዶ/ር አበበ ከተማ ይባላሉ። University of California Sandiago Ethiopia በኤችአይቪ ህክምናና ሌሎችም የጤና ሁኔታዎች ላይ የሚሰራ ሲሆን ዶ/ር አበበ ከተማ ኤችአይቪ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍና የህጻናት ኤችአይቪ ሐክምና ክፍል ጋላፊ ናቸው።

ወ/ሮ ጸጋ ገ/ሚካኤል እድሜዋ 32 አመት ደርሶአል። መንታ ልጆች የወለደችው ከስድስት አመት በፊት ሲሆን በወለደችበት ወቅት የሀያ አምስት አመት ወጣት ነበረች። የወለደቻችው ተመሳሳይ መንታ ሳይሆኑ የተለያዩ ናቸው። መንትያዎቹ ናታን ሳሙኤልና መክሊት ሳሙኤል የሚባሉ ወንድና ሴት ናቸው። በ□□ዝናው ወቅት ወ/ሮ ጸጋ ክብደትዋ 42/ ኪሎ የነበረ ሲሆን በእርግዝናው ወቅት ከባድ ጊዜን እንዳሳለፈች ትገልጻለች። በእርግጥ ወ/ሮ ጸጋ ክብደቱ ዛሬ ይሻላል ትባል እንጂ ዛሬም ቢሆን ክብደትዋ ከአርባዎቹ ኪሎ አልዘለለም። በእርግዝናው ወቅት ሁኔታውን መቋቋም ስላቃታት እርግዝናው ለወሊድ ሳደርስ ገና በሰባት ወር ከአስራ አምስት ቀን ገደማ ወደሆስፒታል ገብቶ መተኛት ግድ ነበር። ለህክምና ክትትል እንደገባችም 1.6/ እና 1.5/ ኪሎ የነበሩትን መንትያ ልጆችዋን ተገላግላለች።

□/ሮ □ፉ እንደገለጸችው ባለቤትዋ አቶ ሳሙኤል ሀደራ በስራ ምክንያት አጠገብዋ መሆን ስላልቻለ በወለደች በሶስት ቀን ተመልሶ ወደስራው ከሄደ በሁሻጭ □አስዋ የተመለሰው ከሶስት ወር በሁዋላ ነበር። እናም ሲወለዱ አይቶአቸው የነበሩትን መንትያ ልጆቹን ክብደትና ገጽ□ ተለ□ፊ። □ና □አረ□ ስላቸው ማመን አቅቶት ነበር። ወ/ሮ ጸጋ ገ/ሚካኤል መንትያ ልጆቻቸውን ከወለደች በሁዋላ ለልጆቹ ክትትል ማድረጉ ከበድ የሚል ስራ እንደነበር ታስታውሳለች።

ናታን ሳሙኤልና መክሊት ሳሙኤል የተባሉት የወ/ሮ ጸጋ ገ/ሚካኤልና የአቶ ሳሙኤል ሐደራ ልጆች ሲወለዱ የነበራቸውን ክብደት በቅርብ ጊዜ የመለወጥ ምክንያት የነበረው አመጋገብና አያያዝ እንደሚሆን ምንም ዓርዓር □ለ□ም። በጊዜው ደግሞ ይወስዱ የነበረው የጡት ወተት ብቻ እንደነበር ወ/ሮ ጸጋ ገልጸለች። ነገር ግን የጡት ወተት መስጠቱ ከሁለት ወር በላይ መዝለል አልቻለም። ምክንያቱም ሕጻናቱ በየጊዜው ለክትትል ወደሐኪም ቤት ይሄዱ የነበረ ሲሆን በሁለት ወር እድሜያቸው ጡቱ ብቻ በቂ እንዳልሆነ ተገንዝቦ ሐኪም ተጨማሪ ምግብ አዞላቸው ነበር እንደ ወ/ሮ ጸጋ ገ/ሚካኤል እማኝነት።

«በጊዜው ሕጻናቱ እንዲጠጡ የተደረገው ናን የተባለውን የዱቄት ወተት ሲሆን የልጆቹ ፍጆታም አንድ ጣሳ ናን ለአንድ ቀን ተኩል ብቻ ነበር። ጡት ማጥባቱ ቶሎ በመቋረጡና ጡጦ መጥባት ስለጸመሩ እንጂ ገና ሲንቀሳቀሱ በተራ በተራ እያነሳሁ በማጥባት እረፍትን አጣ ነበር። ነገር ግን ጡጦ መጥባት በመጀመራቸውና በቤትም ውስጥ የሚረዱኝ ሰዎች ስለነበሩ እንዲሁም በቺ□□ የምሰራው ስራም ቀለል ያለ ስለነበር አልተቸገርኩም። እንደዚያ ባይሆን ኖሮ አይደለም መንታ አንድ ልጅም በትክክል ማሳደግ ከባድ ነበር።»

ዶ/ር አበበ ከተማ የህጻናት ሕክምና ባለሙያ እንደሚሉት ለተወለደ ልጅ ማግኛብቃ ጭናት ጡት ወተት የለም። የእናት ጡት ወተት አንድ ልጅ በሚወለድበት ጊዜ ጤናማ በሆነ መልኩ እንዲያድግ ተፈጥሮ ያዘጋጀችው በሁሉም ንጥረ ነገሮች የበለጸገ እና ጤናማ ነው። የእናት ጡት ወተት ኢኮኖሚ የማይፈልግና ለማዘጋጀት ጊዜ የማይጠይቅ እንዲሁም ልጅ እና እናትን ለማቀራረብ ከፍተኛ ሚናን የሚጫወት ነው ።

አንድ ህጻን የእናቱን ጡት በሚስብበት ጊዜ የጡት ጫፍና ዙሪያውን ጠቆሮ ያለው የጡት ክፍል አካባቢ ያሉት ነርቮች ይነቃቃሉ። በዚህን ጊዜ መልእክት ወደ አእምሮ ስለሚተላለፍ አእምሮ የጡት አካሉ ወተትን እንዲያመነጭ ትእዛዝ ያስተላልፋል። በእነዚህ መልእክቶች በዋናነት የወተቱ ምርት የሚካሄደው በሁለት መንገድ ሲሆን አንደኛው ጠብቆ እንዲመረት ትእዛዝ የሚያስተላልፍ ሌላው ደግሞ የተመረተው ወተት ወደጡቱ ጫፍ እንዲደርስ ተቀዋቸን እየጨመቀ እንዲወርድ የሚያደርግ ነው።

ዶ/ር አበበ እንደሚገልጹት የጡት ወተት መመረት የፍላጎትና የአቅርቦት ጉዳይ ነው። ልጁ ጡቱን በሰበው ቁጥር ወተት ስለሚመረት ልጁ እስከጠገበ ድረስ መጥባት ይችላል። የእናት ጡት ወተት ሁለት አይነት ባህርይ አለው። በመጀመሪያው በሚጠ ባበት ወቅት ልጁ የሚያገኘው ወተት የስብ መጠኑን የቀነሰ ውሀ ነው። ያ ውሀ የልጁን የውሀ ጥም ይገታለታል። ውሃውን ከጨረሰ በሁዋላ የሚያገኘው ግን በመጠኑ ወፈር ያለ የስብ መጠኑ በርከት ጸለ ለእድገቱና ለጤንነቱ የሚረዳውን ንጥረ ነገር የያዘውን ወተት ይሆናል። ከላይ እንደተጠቀሰውም በተፈጥሮ ለህጻን ልጅ የማይበቃ ጡት የለም። ምናልባትም የእናትየው ጤና ማጣት ወይንም መጨነቅና በቂ ጊዜ ማጣት የመሳሰሉት ነገሮች እውክታን ካልፈጠረ በስተቀር ወተት በተጠባ ወቅት ስለሚተካ የመጠን ችግር አያጋጥምም ብለዋል ዶ/ር።

ልጆች መንታ ሆነው ሲወለዱ የጡት ወተት የማጥባት የተለየ ህግ የለም። በርርግ እንደተወለዱ ለመጀመሪያዎቹ ሁለትና ሶስት ሳምንታት ለሁለቱም

ልጆች ጡት በመስጠቱ ረገድ የተወሰነ ችግር ሊያጋጥም ይችላል። ለምሳሌ መንትያዎቹ በተመሳሳይ ጊዜ ሁለቱም ጡት መጥባት ሊፈልጉ ይችላሉ። ይህ በሚሆንበት ጊዜ ምናልባት ለእናትየው ሊከብድ ይችል ይሆናል። መንትዮቹ ሁለት ከሆኑ በአንድ ጊዜ መጥባት ቢፈልጉ የተለያዩ ጡትን በተመሳሳይ ጊዜ መስጠት ይቻላል። ነገር ግን ከሁለት በላይ ከሆኑና ወተቱን ሌሎቹ ጠብተው ከጨረሱ በሁዋላ ሌላው ቢፈልግ ወዲያውኑ ተተክቶ ላያገኘው ይችል እንደሆነ እንጂ በተወሰነ የጊዜ ልዩነት ማጥባት ይቻላል። ለማንኛውም ልጆቹ ሁለት ሆኑም ከሁለት በላይ ጡት የሚጠቡበትን ሰአት ማስተካከል ይገባል። አንዱ ጠብቶ ከጨረሰ በሁዋላ ሌላውን የማጥባት ሂደት ከተለመደ ለእናትየው እረፍት የምታገኝበትን ሁኔታም ያመቻቻል። መንትዮችን የማጥባቱ ሂደት በተለይም ሁለት ከሆኑ ከእናትየው ጤንነትና እረፍት ማግኘት ጋር በተያያዘ ካልሆነ በስተቀር በወተቱ መመረት በኩል ምንም እጥረት አይኖርም። የጡት ወተት ልጆቹ በጠቡት ቁጥር እራሱን የሚተካ በተፈጥሮ ዝግጁ የሆነ ነው።

ዶ/ር አበበ ከተማ የህጻናት ሕክምና ባለሙያ አክለውም የእናት ጡት ወተት በተለይም በመጀመሪያው ስድስት □C ቱ□ ለእድገቱ የሚያስፈልገውን ነገር ሁሉ ለልጆች የሚያሟላ ነው። ለምሳሌ እናቶች ጡት ብቻ የሚጠባ ልጅ ውሀ ይጠማዋል ሲሉ ይሰማሉ። ነገር ግን ወተቱ ከሰማንያ እስከሰማንያ አምስት ከመቶ ውሀ ነው። ስለዚህ ሕጻናቱ በመጀመሪያው ስድስት ወር በውሀ የመጠማት ችግር አይገጥማቸውም። ከዚህም በላይ የህጻናቱ ጨጉዋራ የሚይዘው የተወሰነ መጠን ሲሆን ከጡት ወተት ውጭ ሌላ ነገር የሚሰጣቸው ከሆነ አስፈላጊውን ነገር ሳያገኙ እንዲቀሩ ያደርጋቸዋል። ከዚህም በላይ ተጨማሪ ውሀንና ሌላ ምግብን በመስጠት ወቅት የንጽህና ጉዳይ አስተማማኝ የማይሆንበት አጋጣሚ ስለሚከሰት ልጆቹን ለሕመም ይዳርጋል ። ስለዚህ አንድ ልጅ መንታም ሆነ አልሆነ እስከ ስድስት ወር ድረስ ጡት ብቻ መጥባቱ በጣም ጤነኛ ሆኖ እንዲያድግ ይረዳዋል። አንድ ህጻን ስድስት ወር ከሆነው በሁዋላ ግን የጡት ወተቱ ለ□ትቶቱ

የሚፈልገውን ካሎሪ ሀምሳ በመቶ ብቻ የሚያሟላለት በመሆኑ ሌላውን የቀረውን ሀምሳ ከመቶ ከሌላ ምግብ እንዲያገኝ ተጨማሪ ምግብን ማግኘት ይፈልጋል። ስለዚህ መንታም ሆነ አንድ ልጅ እስከ ስድስት ወር ድረስ ሌላ ምግብ መመቶበ ማጽብብ እንደመሆኑ ከስድስት ወር በሁዋላ ደግሞ ተፊ ማሪ ምግብ ሳጁ እንዲሰጥ ያስፈልጋል ። ለአንድ ሕጻን ከስድስት እስከ ዘጠኝ ወር ድረስ በቀን ሶስት ጊዜ እንዲሁም ከዘጠኝ ወር እስከ አንድ አመት ድረስ ደግሞ በቀን አራት ጊዜ ተጨማሪ ምግቡን መመገብ ተገቢ ነው።

እናት ጡት ወተት የለም ወይም አንሶአል ከሚባልበት ምክንያት አንዱ እናቶች ጡታቸውን ለልጆቻቸው የሚያጠቡበት ወቅት መቀነስ ነው። እናቶች ስራ የሚውሉ ከሆነ ወይም በተለያዩ ምክንያት ልጆቹ ጡቱን የሚያገኙበት ወቅት ውስን ስለሚሆን እና ወተቱ ደግሞ ካልተጠባ ስለማይመረት ለወተቱ መቀነስ ትልቅ ምክንያት ስለሚሆን እናቶች ፕሮግራማቸውን እንዲያስተካክሉ ጸስ ልፉል። እናቶች ከልጆቻቸው ጋር በቅርበት መዋል በማይችሉበት ሰአት የጡት ወተትን በማለብ እንዲሁም በማቀዝቀዣ ውስጥ በማስቀመጥም ቢሆን ልጆች እንዲጠጡት ማድረግ ተገቢ ነው። ከዚህ በተረፈ በጤና ሁኔ እና በመሳሰሉት የጡት ወተቱ ቢቀንስ ምክንያት የሆነውን ነገር አስወግዶ ወተቱ እንዲመረት ማገዝ ይቻላል። ከዚህ ውጭ ግን ምንጊዜም ... መንታም ይሁኑ አይሁኑ ... የእናት ጡት ወተት ለተወለዱ ልጆች በቂ ነው... እንደ ዶ/ር አበበ ከተማ የህጻናት ሕክምና ባለሙያ ማብራሪያ ።

ከመቶ እርግዝናዎች 15 % ጸህሉ እክል ይገጥማቸዋል ::

ዩኒሴፍ እና የአለም የጤና ድርጅት(WHO) እንዳወጡት መረጃ ከሆነ እንደውጭው አቆጣጠር በ1990 ዓ/ም በአለም (585,000) አምስት መቶ ሰማንያ አምስት ሺህ የሚሆኑ እናቶች መሞታቸው የተመዘገበ ሲሆን ከተጠቀሰው የሞት ቁጥር 99 % የሚሆኑት በታዳጊ አገሮች መሆናቸው ተረጋግጦአል።

በኢትዮጵያ እንደውጭው አቆጣጠር በ2000 ዓ/ም የእናቶች ሞት ቁጥር ከ(100,000)አንድ መቶ ሺህ (871) ስምንት መቶ ሰባ አንድ ያህል ሲሆን በ2005 በተደረገው ጥናት ደግሞ ከአንድ መቶ ሺህ እናቶች ወደ (673) ስድስት መቶ ሰባ ሶስት ያህሉ በአንድ አመት ጊዜ እንደሚሞቱ ተረጋግጦአል። ይህም ቁጥር በታዳጊ አገሮች ከተመዘገበው ከፍተኛው መሆኑን መረጃዎች ይጠቁማሉ። በሚሊኒየሙ የልማት ግብ እቅድ መሰረት የእናቶች ሞት እንደውጭው አቆጣጠር ከ1990-2015 ድረስ ከነበረበት በ75 % እንዲቀንስ ጁቷበቃል።

□እናቶችን ሞት ለመቀነስ ደግሞ እናቶች ከእርግዝና በፊት፣ በእርግዝና ጊዜ እንዲሁም በወሊድ ወቅትና ከወሊድ በሁዋላ የተሟላ ህክምና እንዲያገኙ ማትረፍ ተጠቅሞ እርምጃ ነው። የእናቶች ጤና ተጠበቀ ማለት ደግሞ የሴቶችን ጤና ሁኔታ ብቻ የሚያመለክት ሳይሆን በአጠቃላይ በአገር ደረጃ ያለውን ጤና አጠባበቅ ብቃት የተሟላ መሆንን እና ውጤታማነትን □ማጸላጸፍ እንዲሁም የመላውን ህብረተሰብ ደህንነት የሚያመለክት ነው።

በኢትዮጵያ ቅድመ ወሊድ ፣በወሊድና ድህረ ወሊድ ምን ያህል እናቶች የህክምና ክትትል ያደርጋሉ ? ለሚለው ጥያቄ መልስ ለማግኘት ወደ ኢፌድሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ተጉዘናል ። ዶ/ር ታደሰ ከተማ በኢፌድሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የእናቶች ጤና አማካሪ መልስ እንዲሰጡን ጋብዘናል።

□/ር □□ሰ ከተማ እንደገለጹት ከሆነ የእናቶች ጤና መጠበቅ ሲባል በመቀጠል የተገለጹትን አገልግሎቶችን ያካትታል።

- የቤተሰብ ምጣኔ አገልግሎት፤
- የቅድመ ወሊድ የህክምና ክትትል፤
- ከአረገዙ በሁዋላ የህክምና ክትትል፤
- የማዋለድ አገልግሎት እና ከወለዱ በሁዋላ የሚሰጥ አገልግሎት
- ኤችአይቪ ክፍት ወደ ልጅ እንዳጁተላለክ ለማትረፍ የሚሰጠውን አገልግሎት (PMTCT) ጁፊ ምራል።

ቅትመ ወሊደ የህክምና አገልግሎት ያገኛሉ የሚባሉት እናቶች ከአጠቃላይ ሲፈጁ 80 % አካባቢ ናቸው። ይህም ቁጥር ባለፉት ጥቂት አመታት ሲታይ እየጨመረ የመጣ ሲሆን ይህም በአገር ደረጃ የተሰማሩ የጤና ኤክስቴንሽን ባለሙያዎች በጤና ኬላዎች እና እናቶች ባለብት ቦታ ሁሉ በየመኖሪያ ቤቱ ጭምር አገልግሎቱን መስጠት በመቻላቸው ነው። ከዛሬ አምስት አመት በፊት የነበረው አገልግሎት ከ30% በታች የነበረ መሆኑ አይዘነጋም። ይህ አገልግሎት በእርግጥ በመላው ኢትዮጵያ በተመሳሳይ ሁኔታ አለ ለማለት የጤና አገልግሎቱን ተደራሽነት የሚወስኑ ዋና ዋና ነገሮች መኖራቸው እሙን ነው።

1. አቅርቦት :-

ከአቅርቦት አኩዋያ ያሉ ሁኔታዎች በዝርዝር ሲታዩ(የጤና ተቋማት መኖር ፣ወደጤና ተቋማት የሚወስድ መንገድ መኖር ፣ አምቡላንስ ወይንም ተሽከርካሪ መኖር ፣ በጤና ተቋማት ውስጥ ያሉት ባለሙያዎች አገልግሎቱን የመስጠት ብቃት እንዲሁም አቅርቦት መኖሩ ...)ሁሉ ከቦታ ቦታ ያለውን የጤና አገልግሎቱን ደረጃ የሚያለያዩ ይሆናሉ።

2. ተጠቃሚነት:-

ከተጠቃሚነት አንጻር ተጠቃሚዎች የጤና አገልግሎቱ በመኖሩ ሊጠቀሙ የሚችሉ ሲሆን ባለመኖሩ ሞ ሳጁቷቀሙ ሊቀሩ ይችላሉ። በሌላ በኩል ደግሞ አገልግሎቱ ጸለም የማይጠቀሙበት ሁኔታ ያጋጥማል። ይህ የሚወሰነው በተጠቃሚው ግንዛቤ ማነስና ከፍ ማለት ነው። የጤና አገልግሎቱን ሊያገኝ የሚገባው ሰው የጤና ተቋምን በመጠቀሙ ሊያገኝ የሚችለውን ጥቅም ያውቀዋል? ወይንስ አያውቀውም ? ስለአገ ልግሎቱስ ጥራት ያለው ግንዛቤ ምን ይመስላል? የሚለው በተለያዩ አካባቢዎች ለሚሰጠው አገልግሎት እንደመመዘኛ ሊያገለግል ይችላል።

ከላይ እንደተጠቀሰው ቅድመ ወሊድ 80% እናቶች ወደጤና ተቋም በመሄድ እርግዝና ክትትል የሚያደርጉ ቢሆንም በወሊድ ጊዜ ወደሕክምና ተቋማቱ በመሄድ አገልግሎቱን የሚያገኙት 18 % የሚሆኑት ናቸው። በእርግዝና ጊዜ ክትትል ሲያደርጉ የነበሩት እናቶች ለምን በወሊድ ጊዜ ወደ ጤና ተቋማቱ አልሄዱም የሚለው ሲታይ... አሉ... ዶ/ር ታደሰ ከተማ ...የጤና ተቋማቱ እና ህብረተሰቡ መካከል ያለው የቦታ እርቀት ፣ የመጓጓዣ እጥረት፣ የተጠቃሚዎቹ ግንዛቤ የመሳሰሉት ሁኔታዎች ወላጆቹ በአካባቢያቸው ተወስነው በልምድ አዋላጅና በቤተሰብ በሚደረግላቸው እገዛ የሚወልዱበት አጋጣሚ መኖሩ እሙን ነው።

/C ታደሰ ከተማ እንደገለጹት እናቶች በወሊድ ጊዜ የጤና ተቋማቱን ያለመጠቀማቸው ሁኔታ በህይወትና በአካላቸው ጭምር ለጉዳት የሚያጋልጣቸው ሲሆን ይህ እንዳይሆን የጤና ጥበቃ ሚኒስቴር አስፈላጊው ጥረት ሁሉ እንዲደረግ እርምጃ በመውሰድ ላይ ይገኛል። እናቶችን ጤና መቷበቅ በምእተ አመቱ የልማት ግብ በአምስተኛ ተራ ቁጥር የሚገኝ ሲሆን ይህንን እውን ለማድረግ እንዲቻል የኢ.ፌ.ዴ.ሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር በጤና ሴክተር የልማት እቅዱ እንደ አንድ አንኩዋር ስራ አድርጎ ወስዶታል ። ለ ህም የተለያዩ የትግበራ ዘዴዎቹን ቀይሶ በመንቀሳቀስ ላይ የሚገኝ ሲሆን

ለምሳሌም እስከ 20015 ደረስ በጤና ተቋማት ውስጥ የሚወልዱት ሴቶች ከ18% □□ 60 % እንዲያድግ ለማድረግ ታቅዷል። ይህንን እቅድም ከግብ ለማድረስ የተለያዩ ዘዴዎች የተቀየሱ ሲሆን ከነዚህም አንዱ የጤና ተቋማትን ማስፋፋት ነው። እንደውጭው አቆጣጠር በ2015 ዓ/ም ወደ ሶስት ሺህ ሁለት መቶ(3200) የጤና ተቋማት እንዲኖሩና ስብጥሩም (5000) አምስት ሺህ ለሚሆኑ ሰዎች አንድ የጤና ኬላ (25,000)ሀያ አምስት ሺህ ለሚሆኑ ሰዎች አንድ የጤና ጣቢያ (100,000)አንድ መቶ ሺህ ለሚሆኑ ሰዎች አንድ የገጠር ሆስፒታል ለመገንባት እና አገልግሎት እንዲሰጡ ለማስቻል አስፈላጊው እንቅስቃሴ እየተደረገ ነው። ሌላው በሙያው ክህሎት ያላቸው ባለሙያዎች በጤና ተቋማቱ □-ስዓ እንዲኖሩ ማስቻል ሲሆን የተሟላ የጤና አገልግሎትን ለእናቶች በተቻለ መጠን በሁሉም አካባቢ ለማዳረስ ጥረት እየተደረገ ነው። ሌላ□- እናቶች በወሊድ ጊዜ በጤና ተቋማቱ ተገቢውን አገልግሎት እንዲያገኙ የማያስችላቸው ችግር የመጉዋጉዋገጥ ሁኔታ ነው። በኢትዮጵያ ውስጥ ወደ ስምንት መቶ የሚሆኑ ወረዳዎች ያሉ ሲሆን በእያንዳንዱ ወረዳ ውስጥ አንዳንድ የአምቡላንስ አገልግሎት የሚሰጡ ተሽከርካሪዎች እንዲኖሩ የሚያስችል ስራ እየተሰራ ነው። የመንገድ ስራው በእርግጥ የጤና ሴክተሩ ስራ ባይሆንም ሌሎች ተያያዥ የሆኑ ተቋማት እየተንቀሳቀሱ ያሉበት ስለሆነ በቅርቡ ህብረተሰቡ ወዳለበት በቀላሉ በመድረስ አገልግሎ ቱን ለመስጠት እና በ2015 □አናቶችን ሞት በመቀነሱ ረገድ የታቀደውን ግብ ለመምታት ያስችላል ተብሎ ጁ□ሰባል እንደ ዶ/ር ታደሰ ከተማ ማብራሪያ።

□አናቶቹን ብቻ ሳይሆን የህጻናቱን ጤና ጭምር ለመጠበቅም የሚያስችል አሰራር መኖር እንዳለበት የታመነ በመሆኑ እናቶች ከወለዱ በበሁዋላ ለራሳቸውም ይሁን ለልጃቸው ተገቢውን ክትትል ለማድረግ ወደህክምና ተቋም መሄድ ያስፈልጋቸዋል። መረጃዎች እንደሚያመለክቱት ከመቶ እርግዝናዎቻቸውስጥ15 % ጸህሉ እክል የሚገጥማቸው ሲሆን 15% ከሚሆኑት

□ክሎች ውስጥ ብዙዎቹ የሚከሰቱት ከወሊድ በሁዋላ ነው። በኢትዮጵያ ከወሊድ በሁዋላ ክትትል የሚያደርጉት እናቶች ከመቶ ወደ 34 % የሚያህሉት ናቸው። በእርግጥ ቀደም ሲል ከነበረው ቁጥር በመጠኑ የተሻሻለ በመሆኑ እንጂ 34 % ሲባል ሙሉ በሙሉ ዓሩ ነው የሚባል አይደለም።

□ሚሞቱ እናቶችን ቁጥር መቀነስ የምእተ አመቱ የልማት ግብ እቅድ ሲሆን ቀ□ም ሲል የነበረውን ቁጥሩን በ20015 ከመቶ ሺህ እናቶች ወደ 267 ዝቅ ማድረግ ነው። ከዚህም አንጻር የድህረወሊድ አገልግሎትን ተደራሽነት በማሻሻል በሚቀጥሉት አራት አመታት ውስጥ ከ34% □□ 78% ለማትረስ ከፍተኛ ጥረት በመደረግ ላይ ነው።

□/ር ታደሰ ከተማ ከኢፌድሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የእናቶች ጤና አማካሪ በስተመሬ ረሻ□ እንደገለጹት የእናቶች ጤና አገልግሎት ሲባል ከጤና ተቋሙ ሰራተኞች ጋር ብቻ የተያያዘ ሳይሆን የሚመለከተው ሁሉ ሊያተኩርበት የሚገባው ነው። የመገናኛ ብዙሀን በየበኩላቸው የጤና ተቋማትን መጠቀም ለእናቶች የሚሰጠውን አገልግሎት በማጉላት ማስተማር ይጠበቅባቸዋል። በህብረተሰብ ውስጥ ተሰሚነት ያላቸው ሰዎች እንዲሁም የተለያዩ አካላት እናቶችን ወደ ህክምና ተቋማቱ በመሄድ የአገልግሎቱ ተጠ ቃሚ እንዲሆኑ በመምከርና ሁኔታዎችን በማሻሻል በጋራ እንቅስቃሴ ቢደረግ የእናቶችን በእርግዝናና በወሊድ ጊዜ መታመም መሞት የመሳሰለውን አደጋ ለመቀነስ ስለሚያስችል ማንም ወደጎን ሊተወው የማይችለው የጋራ ኃላፊነት መሆኑን ማስገንዘብ እወዳለሁ ብለዋል ዶ/ር ታደሰ ከተማ።

ከሶስት ሰው አንዱ... የብልት ሕመም...

የወንዶችም ሆነ የሴቶች ብልት በተለያዩ ምክንያቶች ለህመም እንደሚጋለጹ እሙን ነው። ሆኖም ግን ሕመሙ ውስጣዊና ውጫዊ ተብሎ ሊለይ ይችላል። ለምሳሌ ...የወንዶችንም ሆነ የሴቶችን ብልት ውጫዊ ሕመም ስንመለከት፡-

- መከላከል ባልተደረገለት መንገድ የግብረሰጋ ግንኙነትን በመፈጸም በግብረሰጋ ግንኙነት አማካኝነት ለሚተላለፍ በሽታ ሊፎር ይችላል።
- ከቁጥጥር ውጭ በሆነ መንገድ ወይም ተፈጥሮአዊ ባልሆነው መንገድ ወሲብ መፈጸም ለወንዶች ብልት ባይኖርም ዊ ሕመም ምክንያት ሊሆን ይችላል።
- በተለያዩ ሕመሞች ምክንያት ከሚወሰዱ የመድሀኒት አይነቶች አልፎ አልፎ ለብልት ሕመም የሚዳርጉ አጋጣሚዎች እንደሚኖሩ ምሁራኑ ያስረዳሉ።
- የፕሮስቲት እጢን ሕመም ለማስወገድ ሲባል በሚደረግ የቀዶ ሕክምና ምክንያት አልፎ አልፎ በወንዶች ብልት ላይ ችግር ሊያጋጥም ይችላል።

የወንዶች ብልት ውጫዊ ሕመምን ለማወቅ የሚያስችሉ ምልክቶች አሉ።

- በግንኙነት ጊዜ የተለየ ባህርይ ማሳየት(የሕመም ስሜት..ወዘተ)
- በብልቱ ውጫዊ አካል ላይ ጠቆር ያሉ ምልክቶች ፣
- ሽንት በመሸናት ወይም በግንኙነት ጊዜ መድማት፣
- ሽንት በመሸናት ጊዜ የማቃጠል ስሜት፣
- ከብልቱ የሚወጣ ፈሳሽ መታየት፣
- ከበድ ያለ የስቃይ ስሜት ፣

ከላይ ያነበባችሁት የሴቶች ወይንም የወንዶች ብልት ሕመምን የሚመለከት ሲሆን ከተለያዩ መረጃዎች የተሰባሰበ ነው። በብልት ሕመም ዙሪያ ማብራሪያ እንዲሰጡን ዶ/ር ዳዊት ደሳለኝን ጋብዘናል። ዶ/ር ዳዊት ደሳለኝ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና እስፔሻሊስት ሲሆኑ በአዲስ አበባ ዩኒቨርሲቲ የቅድመ ምረቃ ተባባሪ ዲንና ረዳት ፕሮፌሰር ናቸው። ዶ/ር ዳዊት ደሳለኝ የሴት ወይንም የወንድ ብልት ሕመምን ሁኔታ ጸብራራሉ።

ኢሰግ:- የወንዶች ወይንም የሴቶች ብልት ሕመም ስንል ምን ማለት ነው?

□/ር:- የወንዶች ወይንም የሴቶች ብልት ሕመም ስንል በበሽታ መልካም ከበሽታ ስታ ም አድርገን ልንመለከተው እንችላለን ። ከሴትም ከወንድም ብልት ጋር የተያያዘ ተፈጥሮአዊ ሂደቶች አሉ። እነሱም አንዱ ለስታ ሌላው ደግሞ ለመራባት የሚያገለግል ነው። ስለዚህ የብልት ሕመም ችግርን ስንመለከት በእነዚህ ሁኔታዎች ላይ ሊደርሱ የሚችሉ ተብለው ሊከፈሉ የሚችሉ ናቸው። የሴት ወይንም የወንድ ብልት ሕመም ስንል ውጫዊም ውስጣዊም በመሆኑ በተለይም ውስጣዊው በርካታ ነገሮችን ስለሚጠነቅቅ ወደዚያ አንገባም። ነገር ግን ከግብረሰጋ ግንኙነት ጋር በተገናኘ የወንዶችንም ሆነ የሴቶችን ብልት ጤና ሁኔታ ለመመልከት ይቻላል።

ኢሰግ:- የወንዶች ወይንም የሴቶች ብልት ሕመም ሲባል ችግሩ ምን ያህል ስፋት አለው?

□/ር:- የችግሩን ስፋት ለመመልከት እንዲያስችል በመጀመሪያ ግልጽነት ሊኖር ይገባል። ምክንያቱም ችግሩ በህብረተሰቡ መካከል ምን ያህል ስፋት አለው? የሚለውን ጥያቄ ለመመለስ እንዲያስችል ነው። ቢሆንም ግን እንደተደረገው ጥናት ከሆነ በሴቶችም ሆነ በወንዶች ከሶስት ሰው አንዱ ሰው በሕይወቱ ዘመን ሕመሙ እንደሚገጥመው ነው። በተለጁም በእድሜ ከ18-50 አመት እድሜ ማለትም በመውለድ እድሜ ባሉት ላይ ችግሩ ይስተዋላል። ይሁን እንጂ መረጃው በትክክል

ችግሩን ያመለክቷል ተብሎ አይታሰብም። ችግሩን እንደሚስጥር ከመያዝ እና ከመደበቅ ይልቅ በጉዳዩ ላይ ግልጽ ሆኖ መወያየት ቢኖር ችግሩን በትክክል ለመረዳት ስለሚያስችል በትክክል መረጃውን ለማግኘት ትም ይረዳል ። በተለይም በወንዶች ላይ እድሜያቸው ከ 50-70 ባሉት ላይ 40% ከሰባ

በላይ በሆኑት 70 % ችግሩ ሊከሰት እንደሚችል ጥናቶች ያስረዳሉ።

ስለሆነም የብልት ሕመም ሲባል በወንዶችም ሆነ በሴቶች ላይ ቀላል ከሚባል ደረጃ ላይ የሚገኝ አይደለም።

ኢሰግ:- የብልት ሕመም ሲባል ደረጃው ምንድነው?

□/ር:- አንድ ሰው ወደ ግብረሰጋ ግንኙነት ሲገባ ደረጃ አለው። አንደኛው የፍላጎት ደረጃ (ወሲብን መፈለግ) ነው። የሚቀጥለው ደረጃ መነቃቃት የሚባለው ነው። ይህም ወሲብን ካሰቡ በሁዋላ ለድርጊቱ መነቃቃትን የሚመለከት ሲሆን በወንድ ልጅ ላይ የብልቱ አካባቢ መቆም እንዲሁም የልብ ምትና የአተነፋፈስ ሁኔታ መጨመር ነው። በሴቶችም ላይ እንዲሁ በብልት አካባቢ ያሉት የጡንቻዎች መዝናናት፣ መወጣጠር የመሳሰሉት መገለጫዎቹ ናቸው። በሶስተኛ ደረጃ ግንኙነት ሲሆን ግንኙነቱ ሲጸበቃ በ□ከ□ ሊ□□ም ይችላል። አራተኛው ደረጃ ከደስ□ በመመለስ ሰውነት ወደተፈጥሮአዊ ሁኔታው የሚመለስበት ደረጃ ነው። እነዚህ አራት ደረጃዎች በሴትም ሆነ በወንዶች ላይ በትክክለኛው ተፈጥሮአዊ መንገድ መፈጸም ይገባዋል። ወደ ዝርዝር ሁኔታው ስንገባ...

1. ፍላጎት አለመኖር:-

ፍላጎት አለመኖር የተለያዩ ምክንያቶች አሉት። ይህም በብዛት ከስነአእምሮ እና ከስነልቦና ጋር የተገናኘ ነው። አንዳንድ ሰዎች በጣም ስራ የሚበዛባቸውና ፍላጎቱን የሚያጡበት ሁኔታ ሊኖር ይችላል። ድብርት፣ ጭንቀት፣ በባልና ሚስት መካከል የሚፈጠር ቅራኔ የመሳሰሉት እንዲሁም አንዳንድ መድሀኒቶች ወይንም ጫት፣ ሲጋራ፣ ፣መጠጥ የመሳሰሉት ይህንን ተፈጥሮአዊ ሁኔታ ሊገድቡት

ይችላሉ። አንድ ሰው በወሲብ ድርጊቱ ትክክለኛውን ሁኔታ ለማሟላት እንዲችል በአእምሮ ውስጥ ሁለት ክፍሎች አሉ። እነዚያ ክፍሎች ከተለያዩ ተፈጥሮአዊ አካላት ጋር በመገናኘት በወንዱ ጊዜ ከወንድ ዘር ፍሬ ማመንጫው ጋር በመልእክቶች ስለሚገናኙ እንዲሁም በሴቶች በኩል በተመሳሳይ ከጭንቅላት እና ከማህጸን እንዲሁም ከእንቁላል ማምረቻው ጋር በሚኖረው ግን ኙነት ሊተረጎም ይችላል። ነገር ግን ሰዎች በተለያዩ ምክንያት የሚጨነቁ ከሆነ በአጭር ጊዜ ያለውን ተፈጥሮአዊ አካሄድ ስለሚያጠፋው ፍላጎት እንዳይኖር ማረጋገጥ ሁኔታ ጁቷ ሆኖታል።

2. መነቃቃት አለመኖር፡-

ወንዶችንም ሆነ ሴቶችን መነቃቃት እንዳይኖራቸው የሚያደርጉ ብዙ ምክንያቶች አሉ። ከችግሮቹም መካከል የነርቭ ሕመም፣ የሆርሞን መዛባት ተጠቃሾች ናቸው። ከዚህም ሌላ ከውጭ ወደሰውነት በሚገቡ እንደመድሀኒት ወይም ሱስ አስያዥ እጾች የመሳሰሉ ሁሉ እንደ ድብርትና ጭንቀት የመሳሰለውን ነገር ስለሚያስከትሉ የአእምሮን ስራ ሊያዛቡ ይችላሉ። አንድ ሰው ለምሳሌ እንደ ስኩዋር፣ የልብ ሕመም፣ የደም ግፊት፣ ጉብት፣ ኩላሊት፣ ኮሌስትሮል እና በመሳሰሉት ሕመሞች ለብዙ ጊዜ የሚታመም ከሆነም የደም ስርን ጤንነት ስለሚጎዱ በሴት የመነቃቂያ ስሜትን መቀነስ በወንዶች ላይ ደግሞ ደም በብዛት ወደብልት እንዳይሄድ ስለሚያግድ የመነቃቃትን ችግር ጁቷ ሆኖታል።

3. ከፍጻሚው አለመድረስ (ደስታ አለማግኘት)

ፍላጎት ኖሮ መነቃቃትም ተችሎ ነገር ግን የግንኙነቱ መጨረሻ ደረጃ ማለትም በደስታ መጨረስ ላይ መድረስ የማይቻልበት ሁኔታ አለ። ይህ ሁኔታ በተለይም ሴቶች ላይ በብዛት የሚታይ ነው። አንድ ሰው በተፈጥሮው ማለትም ያለህክምና እርዳታ ለመውለድ ግንኙነቱን

□ከከመጨረሻው ማድረስ ይገባዋል። ባልና ሚስት እንደዚህ ያለ አጋጣሚ ሲፈጠር ሁኔታውን በግልጽ ተነጋግረው ወደሕክምና ተቋም በመሄድ ችግሩን ከመፍታት ይልቅ ወደ አላስፈላጊ ቅራኔ ውስጥ የሚገቡ ብዙዎች ናቸው። ወንዶችም ሆኑ ሴቶች ብዙውን ጊዜ □ርስ በእርሳቸው ድብቅ ስለሚሆኑ ይህ ችግር ከእሱዋ /ከእሱ ነው በማለት ሌላ አቅረኛ ማ□ላለ□ ስለሚጸምሩ ብዙ ጊዜ ላልተፈለግ የጤና መታወክ ሲጋለጡ ይታያሉ። እስከ ትዳር መፍረስ ደረጃ የሚደርሱም ይኖራሉ። ከሶስተኛ□ □ረጃ ማለትም ከደስታው አለመድረስ በአገራችን ጥናት ባይደረግም በሌሎች እንደተገኘው መረጃ ከሆነ ከሶስት ሴቶች አንዱ ይህንን ስሜት እንደምታጣ ተረጋግጦአል።

4. ከፍጻሜው መልስ:-

በሶስቱም ደረጃዎች ያለችግር መጉዋዝ ከተቻለ በስተመጨረሻው □ሚቶኛው ስሜት ብዙውን ጊዜ ችግር የሚገጥመው አይደለም። በእርግጥ አንዳንድ ሰዎች እንደስቃይ የሚቆጥሩት ስሜት ቢኖራቸውም እንደጤና መታወክ የሚታይ ግን አይደለም።

ዋናው መፍትሔ.. በግልጽ መወያየት

«ሰላምና ጤናን ለላንቺና ላንተ አምድ አቅራቢዎችና ለአንባቢዎቻችሁ □መኛለሁ:: ከአሁን ቀደም ልጅ መውለድ ስለአለመቻል እንዲሁም ስለወሲብ ስንፈት ለንባብ ያላችሁትን አግኝቼ ጥሩ ግንዛቤ አግኝቼበታለሁ:: አሁን ከባለቤቴ ጋር አንድ ያልተግባባንበት ነገር ስላለ መልስ ባገኝ ብዬ ይህንን ጥያቄ ልኬላችሁዋለሁ:: አኔና ባለቤቴ የግብረሰጋ ግንኙነት በምናደርግበት ጊዜ እኔ እሱን መጠበቅ ያለብኝ አይመስለኝም ነበር:: ነገር ግን ከተለያዩ መገናኛ ብዙሀን (የእናንተን ፊ ምሮ)እን ዲሁም ኢንተርኔትን የሚያሰራጨው መረጃ እንደሚያስረዳኝ ባለቤቴን ስሜቷ እስከሚረካ ድረስ መጠበቅ እንደሚገባኝ ነው:: ነገር ግን ቀደም ሲል ስለ አልለመድኩት ነው መሰል... አሁን ላድርግ ብል አልቻልኩም:: ባለቤቴን ስለመርካት ጉዳይ መብቷን እንዳላከበርኩ ገምቼ ብጠይቃት እንዲያውም እንዲህ ያለ ነገር እንዴት ታወራለህ ብላ ተቆጣችኝ:: እሱዋ ወትሮ ከማደርገው በላይ ምንም እንደማትፈልግ እና ሁለተኛም እንዲህ ያለ ነገር መስማት እንደማትፈልግ አበክራ ነገረችኝ :: ምን ማድረግ እንዳለብኝ ስለቸገረኝ መፍትሔው ምን እንደሆነ ባለሙያ አነጋግራችሁ አስረዱኝ::»

□□ለ

ሮባ ከአዳማ

የወንዶችን እና የሴቶችን ብልት ሕመምና ከግብረሰጋ ግንኙነት አፈጻጸም ጋር በተዛመደ ባለፈው ሳምንት ለንባብ አቅርቦነው ለነበረው ጽሁፍ የተለያዩ

ተሳታፊዎች በስልክና በደብዳቤ ያቀረቡት ጥያቄ መነሻ ነበር። ከላይ ያነበባችሁትም ሀሳብ ከጥያቄዎቹ አንዱ ነው።

ባለ□□ እትም የወንዶችና የሴቶች ብልት ሕመምን በሚመለከት ከግንዛቤ ሊገቡ ይገባቸዋል የተባሉ ነጥቦችን ከሕክምና ባለሙያ ጠይቀን ማብራሪያቸውን እነሆ ማለታችን ይታወሳል። በዚህ እትም የብልት ሕመም እንዲወገድ መፍትሔው ምንድነው ? የሚለውን ዶ/ር ዳዊት ደሳለኝ ረዳት □□ሮኞ ሰር እንዲሁም በአዲስ አበባ ዩኒቨርሲቲ ቅድመ ምረቃ ረዳት ዲን እና የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ባለሙያ እንደሚከተለው ገልጸዋል።

አንዲት ሴት ወይንም አንድ ወንድ በብልታቸው አካባቢ ሕመም ይኑር ወይንም አይኑር ለመገመት የሚያስችለው እራሳቸውን ወሲብ ለመፈጸም ሲያዘጋጁ ቀጣዮቹን አራት ነገሮች በትክክለኛው መንገድ መፈጸም ሲችሉ ነው።

1. ፍላጎት
2. መነቃቃት
3. ግንኙነት/ በደስታ ማብቃት /
4. በመጨረሻው ሰአት ሰውነት ከደስታ መልስ የሚያደርግበት ...

ከላይ የተጠቀሱት አራት ሂደቶች በትክክለኛው መንገድ ወይንም በተሟላ ስሜት ካልተፈጸሙ በጤንነት ላይ ችግር አለ ለማለት ያስችላል። ይህ የብልት ሕመም ምን ያህል ህብረተሰቡን ይጎዳል ሲባል በተደረገ ጥናት እንደተገኘ□ መረጽ በመ□ለጽ እድሜ ላይ ካሉ ሴቶች ወይንም ወንዶች መካከል ከሶስቱ አንዱ እንደሚታመም ነው። ዶ/ር ዳዊት ያስረዱት

ወንዶችም ሆኑ ሴቶች በብልታቸው አካባቢ ጤነኛነት እንደሌላቸው ሲረዱ በቅድሚያ ሊወስዱት የሚገባው እርምጃ ግልጽነት ነው። ግልጽ መሆን ሲባል በሁለት ጉዋደኛዎች መካከል ስለ ግብረሰጋ ግንኙነት ያለመተፋፈር ውይይት ማድረግ ማለት ነው። በብልት ላይ የሚደርሰው ሕመም በምስጢር የሚያዘ ወይንም የአንድ ሰው ችግር ነው ተብሎ የሚተው ስለማይሆን ሁኔታውን

ካለመሸማቀቅ ማስረዳት ለመፍትሔው መንገድን ይመራል። ውይይቱ ከጉዋደኛ ወይንም ከቅርብ ቤተሰብ ባሻገርም የስነአእምሮ ወይንም የህክምና ባለሙያ ዘንድ መድረስም ይገባዋል። በህክምናው ዘርፍ የሚሰጡት መፍትሔዎችም ከስነአእምሮ ጋር በተያያዘ ወይንም (sex therapy) ምሳሌ በመደሀኒት የሚረዳ የህክምና ዘዴ ነው። ወሲብ ለመደሰት ወይንም ለመራባት የሚያገለግል ተፈጥሮአዊ ሁኔታ ነው። አንድ ሰው ለወሲብ የመነቃቃት ችግር ካለበት በቅድሚያ ከአራስ ጋር ቀጥሎም በቅርብ ካለ የፍቅር ወይንም የትዳር ቶሻቮኛ ጋር መምከር ይገባዋል።

ንደዶክተር ማብራሪያ አንዳንድ ሰዎች ቀደም ባለው የህይወት ዘመናቸው የነበራቸው የግብረሰጋ ግንኙነት ልምዳቸው መጥፎ ከሆነ (ተገዶ መደፈር ፣ በገንዘብ ለመተዳደሪያ የሚጠቀሙበት ከሆነ ...ወዘተ) የመሳሰሉ ልምዶች ካሉባቸው ስለወሲብ ማሰብ ላይፈልጉ ይችላሉ ። ነገር ግን በመጀመሪያ ይህ ነገር ሊያስደስተኝ ይችላል ብሎ ማሰብ ወይም መወያየት ካልተቻለ በብልት ላይ የሚኖረውን መነቃቃት ሊጎዳ ስለሚችል ለድርጊቱ ዝግጁነቱና አፈጻጸሙ እክል ሊሆን ይችላል። እንደዚህ ያለ ጉዳት ያለባቸው ሰዎች ከማንኛውም ሰው ጋር ግንኙነት ቢጀምሩ ችግሩ ሊከሰት ይችላል። በዚህ ጊዜ በግልጽ በቅርብ ካለው ሰው ጋር መነጋገርና ለመፍትሔው ሁኔታዎችን ማመቻቸት ጁብል።

ዶክተር ዳዊት አክለው እንደገለጹት አንድ ሰው የብልት አለመዘጋጀት ወይንም በብልት አካባቢ ሕመም ተግባራዊ የሚባለው ከሚያደርጋቸው የግብረሰጋ ግንኙነቶች ውስጥ ከግማሽ በላይ ለሚሆኑት ብቃት ያነሰው መሆኑን ሲያረጋግጥ ነው። ብቃት ያነሰው ሊባል የሚችለው ከሚያደርገው ግንኙነት ውስጥ ሂደቱን ለመጨረስ ሳይችል ሲቀር ፣ የወሲብ ድርጊቱ በመሀከል ሲቋረጥ ወይንም ምንም ያል ሳቆይ በቅድሚያ ሲጨርስ እና የመሳሰሉት ማለት ነው። ከግማሽ በታች በሆነ ደረጃ ችግር ቢፈጠር ይህ በሌሎችም ሰዎች ላይ ሊከሰት የሚችል ወይንም በተለያዩ ጊዜያዊ ሁኔታዎች ደም

ወደብልት መሄዱን ሊቀንስ የሚችልበት አጋጣሚ ሊሆን ስለሚችል በ□ርፉ□ ሁኔታውን ማረጋገጥ ይገባል። ነገር ግን ብዙ ጊዜ ወንዶች ላይ የሚታየው እውነታ አስቀድሞውኑ ወደ ጭንቀት መግባት ነው። ያ ጭንቀት ደግሞ ሆርሞንን ወይም ነርቭን ከብልት ጋር ያለውን ግንኙነት ችግር ላይ ስለሚጥለውና አካሄዱን ስለሚያጠፋው የመነቃቃትን ብቻ ሳይሆን ፍላጎቱን ጭምር ችግር ላይ ይጥለዋል። ስለዚህ አስቀድሞ ችግር ውስጥ ገብቻለሁ ብሎ ማሰብን ተወት በማድረግ ምናልባት ችግር ተፈጥሮ እንኩዋን ቢሆን በእርጋታ ከቅርብ ጉዋደኛ ወይም ቤተሰብ ከዚያም ካለፈ ከህክምና ባለሙያ ጋር መምከር ይገባል።

በወሲብ ድርጊት ተገቢውን ሂደት ጨርሶ መርካት ብዙ ጊዜ ከስነአጭር ጤንነት ጋር የሚያያዝበት ሁኔታ አለ። ከማይጣጣም ወይም ከማይተዋወቅ ቶካፎ (ከሴተኛ አዳሪ)ጋር ግንኙነት ለማድረግ መምከር እንዲሁም በድብቅ ወይም በስርቆሽ ወሲብ ለመፈጸም መምከር የመሳሰሉት የሚያሸማቅቁ በመሆኑ ተገቢውን ለመፈጸም አያስችሉም። ከዚህ በተጨማሪም የሴቶች ብልት መገረዝ ለግብረሰጋ ግንኙነት እንዲኖር የሚፈለገውን መነቃቃት ሊጎዳ ይችላል። ስለዚህ ምንም እንኩዋን ወሲብ ቢፈጸምም ከወሲብ በሁዋላ እንዲኖር የሚጠበቀውን የመጨረሻውን ደስታ ሊገድበው ይችላል። በእርግጥ ይህ ነገር መኖር እንዳለበት የማያውቁ ሰዎች ሁልጊዜ የሚሰቃዩ ሲሆን ቀድመው የሚያውቁት እና ከጊዜ በሁዋላ የደበዘዘባቸው ግን የሚያረካቸውን ሰ□ ሲጸቶች □ስታቸውን ሊመልሱት ይችላሉ። ለሁሉም ግን በግልጽ መወያየት □ንዲሁም ከሕክምና ባለሙያ ጋር መመካከር ይመከራል እንደ ዶ/ር ዳዊት ማብራሪያ።

ወደ አጠቃላይ መፍትሔ ሲገባ:-

ወንድም ሆነ ሴት የተለያዩ የጤና እክሎች (ስኩዋር ፣የኩላሊት ፣የጉበት ፣የደም ግፊት፣ የእንቅርት፣ የሆርሞናል በሽታዎች ...ወዘተ) ካሉባቸው ሕመሞችን መቆጣጠር እና ለነዚያ ሕመሞች የሚታዘዙትን መድሀኒቶች

በትክክል መውሰድ በብልት ላይ የሚደርሱ እውክታዎችን ለመከላከል ያስችላል ።

ወንድም ሆነ ሴት ለወሲብ የመነቃቃት ወይም የብልት መላላት ችግር ካለባቸው ወደሐኪም ዘንድ ቢቀርቡ የደም ዝውውሩን ሊጨምሩ የሚችሉ የተለያዩ መድሀኒቶች ስላሉ መጠቀም ይቻላል። ነገር ግን ያለሐኪም ት□□□ መድሀኒቶች ባይወሰዱ ይመከራል። በገበያ ላይ ያሉት መድሀኒቶች ለወንዶች ብቻ የሚሸጡ ሲሆን እስከአሁን ድረስ ግን ሴቶች እንዲጠቀሙበት የሚያስችል የጥናት ውጤት የለም። በእርግጥ መድሀኒቱ ሴቶችንም ሊጠቅም እንደሚችል ይገመታል። ሴቶችን በተመለከተ በተለያዩ ጥናቶች ለወደፊት እየታሰበ ያለው የወንዶችን ሆርሞን መስጠት የሚለው ነው። ምክንያቱም ሴት ልጅ እድሜዋ እየጨመረ በመጣ ቁጥር የምታመነጨው ሆርሞን የሚቀንስ በመሆኑና በዚያም ሳቢያ የማህጸን አካባቢ መድረቅ እና የፍላጎት መቀነስ ሊኖራት ስለሚችል እንደ አንድ መፍትሔ በጥናት የተደረሰበት የወንዶች ሆርሞን ቢሰጥ ሁኔታውን ያሻሽለዋል የሚል ነው።

ዶ/ር ዳዊት በስተመጨረሻው አበክረው እንደገለጹት ስለወሲብ አለመርካት ሲታሰብ ዋናው መፍትሔ በግልጽ መወያየት ነው። ሁሉ ሰው በግልጽ ስለሁኔታው ከተወያየ ችግሩ ሊ□ታ ይችላል። በተጨማሪም አመጋገብን ማስተካከል ፣እስፖርት መስራት ፣መጠጥንና ሱስ አስያዥ እጾችን ማስ□ቶ ፣ንጽህናን መጠበቅ፣ የአእምሮ ጤናን እንዳይጉዋደል ጥንቃቄ ማድረግ... ወዘተ ተገቢ ነው።

በአጠቃላይም የወንድና የሴት ብልት ሕመምን ለመከላከልም ሆነ ችግሩን ለማስ□ቶ እንዲቻል በቅርብ ከሚገኙ የፍቅር ወይም የትዳር ጉዋደኛ ውይይት ባለፈ ከሕክምና ባለሙያዎች ጋር መምከር አማራጭ የሌለው መሆኑን ዶ/ር ዳዊት ደሳለኝ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና እስፔሻሊስት ረዳት ፕሮፌሰርና በአዲስ አበባ ዩኒቨርሲቲ የቅድመ ምረቃ ተባባሪ ዲን አስገንዝበዋል።

የማህጸን ፈሳሽ...Vaginal Discharge ...

«እኔ የ 28 አመት ሴት ነኝ። ከአንድ አመት ወዲህ የወንድ ጉዋደኛ አለኝ። ከጉዋደኛዬ ጋር መገናኘት በጀመርኩ በስድስት ወር ገደማ አንድ የማያስደስት ነገር ገጠመኝ። ከማህጸኔ አይቼው በማላውቀው መንገድ ፈሳሽ ይፈሰኝ ጀመር። የፈሳሹ መልክ የዘንጋዳ □ሀ እንደሚሉት ይመስለኛል። ጠረኑ ደግሞ ጥሩ አይደለም። የፈሳሹ መጠን ሙታንታዬን ስለሚያረጥብብኝ በአንድ ሙታንታ ቀኑን ሙሉ መዋል አልቻልኩም። የግድ ግማሽ ቀን ላይ ሌላ ሙታንታ መለወጥ ጁቷበቅብኛል። ከማህጸኔ በሚፈሰው ፈሳሽ ምክንያትም ከጉዋደኛጽ ጋር ቀጠሮ መያዝ አቅቶኛል። ስለ□ህም ቶኝ□ኛጽ እንገናኝ በሚለኝ ጊዜ ምክንያት እየፈጠርኩ ቀጠሮውን ስለማዛባ... በቃ... አትወጂኝም ማለት ነው ወደሚል አስተያየት እየመጣ ስለሆነ ከእሱም ልለያይ ነው ማለት ነው። በአርግጥ እኔም እወደዋለሁ። ነገር ግን ይህንን ችግር ምን ብዬ ልንገረው?... ሁኔታው ስለጨነቀኝ ነው ወደእናንተ ይህንን መልእክት የላክሁት። እባካችሁ ባለሙያ አነጋግራችሁ መልሱን ንገሩኝ። »

ስሜን አትግለጹ ...

« የወር አበባዬ መፍሰሱን ያቋረጠው እድሜዬ ገና አርባ አመት ሳይሞላ ነው። ወደ ህምሳው አመት ስገባ ደግሞ የገጠመኝ ነገር ከማህጸኔ ፈሳሽ መፍሰስ ነው። ፈሳሹ አረፋ የመሰለ ነገር ሲሆን ጠረኑም ጥሩ አይደለም። አንዳንድ የእድሜ አቻዎቼን ሳነጋግራቸው ... የተፈጥሮ ጉዳይ ነው...□ኛም □ሳሽ እናያለን እያሉ ወደሐኪም እንዳልሄድ አዳከሙኝ። እኔ ማረጋገጥ የፈለግሁት ይህ ፈሳሽ እውነት

የተፈጥሮ ጉዳይ ነውን ? ከሆነስ ለምን ጠረኑ ጥሩ አይሆንም ? ወይንስ ሕመም ነው ?...»

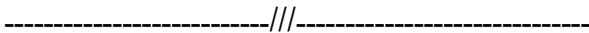
አለም

ታደለ(ከቀራንዩ)

« በሕይወት ዘመኔ አረፍ ብዬ አላውቅም። ኑሮዬ እጅግ አስቸጋሪ በመሆኑ ከጠዋት እስከማታ ስቀመጥ ስነሳ ሳንነብስ ስቃና ነው የምውለው። ባለቤቴ በመኪና አደጋ ከሞተ ቆይቶአል። የጉልት ነጋዴ ነኝ። እቃ መግዛት መሸጥ ፣ መሸከም ማውረድ ፣ ማውጣት ማስገባት ...አረ ምኑ ቅጡ... ይኸው አባት የሌላቸው አራት ልጆች አስተምሬ አስመረቅሁ። አሁን የቸገረኝ ነገር ከማህጻኔ የሚወጣው □ሳሽ እና አየር ነው።አየሩና ፈሳሹ ግንኙነት አለውን ? በኑሮዬ ውጣ ውረድ ምክንያት ይሆን ይህ የተከሰተው ?... እባካችሁ የዚህን ነገር መልስ ንገሩኝ።»

የውብነሽ አስቻለው (ከሳሪስ)

ከላይ ያነበባችሁዋቸው ደብዳቤዎች የደረሱን በተለያየ ጊዜ ነው ። በጉዳዩ ላይ ባለሙያ አፈላልገን እንዲሁም መረጃ አገላብጠን አጠቃላይ ሁኔታውን ለንባብ ብለናል። ማብራሪያውን የሚሰጡን ዶ/ር እያሱ መስፍን የጽንሰና ማህጻን ሕክምና እስፔሻሊስትና ረዳት ፕሮፌሰር ናቸው።



ኢሶግ:- የማህጻን ፈሳሽ ተፈጥሮአዊ ነው?

□/ር:- በእንግሊዝኛ □ Vaginal Discharge የሚባለው ከማህጻን የሚወጣው

□ሳሽ በ□ር□ዓ

ተፈጥሮአዊ ነው። ነገር ግን በተፈጥሮአዊነቱ የማይቀጥል እና የጤና መጉዋደልን የሚያመለክት ሁኔታም የሚታይበት ደረጃ አለ።

ተፈጥሮአዊ የሚባለው ሁሉም ሴቶች በተወሰነ ደረጃ የሚያመነጨት ባብጅኛው ውሀማ ወይም ወተትማ መልክ ያለው እና የመጎተት ባህርይ ያለው ሲሆን ብዛቱም በሀያ አራት ሰአት ውስጥ ከአንድ እስከ አራት ሲሲ የሚደርስ ነው። ጠረኑን በሚመለከትም በመጠኑ የሚሸት ነገር ሊኖረው ይችል እንደሆነ እንጂ በአብዛኛው ምንም ሽጋ ጧጧም። በእርግጥ ምንም ሽታ የለውም ሲባል እንዲያው በደፈናው ውሀ ውሀ ይላል ማለት አይደለም። የራሱ የሆነ ጠረን ይኖረዋል።

ኢሰግ:- ተፈጥሮአዊው የማህጸን ፈሳሽ ምንጩ ከየት ነው?

1. የማህጸን በር ከሚያመነጨው እጢ ወይም ሴል ፣
2. ከማህጸን ግድግዳው ላይ እየተቀረፉ የሚወጡ ሰሎች፣
3. በግብረሰጋ ግንኙነት መሟሟቅ ጊዜ ከደም ወደብልት የሚፈስ ፈሳሽ ..ወዘተ የማህጸን ፈሳሽን ይፈጥራሉ።

ኢሰግ:- የፈሳሹ መጠን በምን ሊለካ ይችላል ?

□/ር:- በእርግጥ መለኪያው በውል አይታወቅም። ነገር ግን ሙታንታን በሚነካበት ጊዜ ምን ያህል እንደሚያረሰርሰው ሴቶቹ ያውቁታል። የማህጸን ፈሳሽ ተፈጥሮአዊውም ቢሆን ከፍና ዝቅ የሚልባቸው ሁኔታዎች አሉ። በእርግጥና ጊዜ ከሰውነት ተፈጥሮአዊ ቅመሞች መጨመር ጋር ተያይዞ ወይም የእርግጥና መከላከያ ማለትም ሆርሞን ያያዙ መከላከያዎችን የሚጠቀሙ ሴቶች የፈሰሹ መጠን ሊጨምርባቸው ይችላል። በአብዛኛው ፈሳሽ የሚጨምርበት ጊዜ በወር አበባ ኡደት ግማሽ ላይ በአስራ አራተኛው ቀን አካባቢ እንቁላል አኩርታ የምትወጣበት ጊዜ ስለሆነ የማህጸን ፈሳሹም ይጨምራል። የዚህን ወቅት ፈሳሽ ብዛት ፣ጥንካሬውንና ጥራቱን በመከታተል የማኩረት አቅምን ለመገምገም የሚያስችል የምርመራ ውጤት ለማግኘትም ይረዳል።

ኢሶግ:- የማህጸን ፈሳሽ መፍሰስ የሚጀምረው ከስንት አመት በትሜ ጸምሮ ነው?

□/ር:- የማህጸን ፈሳሽ ተፈጥሮአዊ እንደመሆኑ በዚህ ጊዜ ይጀምራል የሚባል አይደለም። አንዳንድ ጊዜ ገና የተወደች ሴት ሕጻን የተወሰነ ፈሳሽ ሊኖራት ይችላል። ይህም የሚሆነው ከእናትየዋ በወሰደችው አካላዊ ቅመም ምክንያት ነው።

ኢሶግ:- የማህጸን ፈሳሽ ተፈጥሮአዊው አይደለም የሚባለው ምን ሲታይበት ነው ?

□/ር:- ከላይ ከተጠቀሱት ተፈጥሮአዊ ሁኔታዎች ውጭ በሆነ መንገድ ፈሳሹ በሚታይ ከሆነ ከተፈጥሮአዊው ማለትም ከጤነኛ ፈሳሽነት ተለውጦአል ማለት ይቻላል። የፈሳሹ መልክ እንዲሁም ጠረኑ እና ብዛቱ ከተለመደው ውጭ ከሆነ ትክክል አይደለም።

ኢሶግ:- ጤነኛ ያልሆነው የማህጸን ፈሳሽ ቀለሙ ምን አይነት ተብሎ ጁብልባል፣

□/ር:- ተፈጥሮአዊው የማህጸን ፈሳሽ ጤነኛ አይደለም የሚባልበት ቀለም ብጫ፣ ነጭ(አረፋ) ፣ አረንጉዋዴ ፣ ቡናማ ...ወዘተ የመሳሰሉትን ሊመስል ይችላል።

ኢሶግ:- ተፈጥሮአዊ የሆነው የማህጸን ፈሳሽ ጤነኛ አይደለም ከሚባልበት ደረጃ የሚደርሰው በምን ምክንያት ነው?

□/ር:- ምክንያቶቹ በርካታ ቢሆኑም በሁለት ሊከፈል ግን ይችላል ። አንዱ ከጀርም ጋር የተያያዘ ሲሆን ሌላው ደግሞ ከጀርም ጋር ያልተያያዘ ነው። ለፈሳሽ ጤነኛ አለመሆን እንደ አንድ ምክንያት የሚቆጠረው በማረጥ ምክንያት የሚከሰተው ነው። በእድሜ ወይም በተፈጥሮ ምክንያት የወር አበባ ሲደርቅ (ከማረጥ በሁዋላ) ሴቶች የሰውነታቸው ቅመም ስለሚያንስ ብልታቸው ወደ መድረቅ ያደላል። አንዳንዴ ግን ወደፈሳሽ የማምራት ሁኔታዎችም ይስተዋላሉ። ሌላው

ሴቶች ኬሚካልን በብልታቸው አካባቢ የሚጠቀሙ ከሆነ ኬሚካሎቹ ፈሳሽን የሚያበዙበት ሁኔታ አለ። ከዚህም በተጨማሪ ለሰውነት ተስማሚ ያልሆኑ ልብሶችን ማለትም ሙታንታ እና ሱሪ (በጣም ሰውነትን የሚያጠብቁ ወይንም ናይለን የሆኑ...) የመሳሰሉትን ከመጠቀምም የማህጸን ፈሳሽ ጤናማነቱ የሚበላሽበት ሁኔታ ያጋጥማል። ከዚህም በተጨማሪ ማህጸን በር ላይ ወይንም የሴት ብልት ውስጥ እጢዎች ካሉም የማህጸን ፈሳሽን ይበዛል።

በብዛት በ Infection ወይንም በጀርም አማካኝነት የሚመጣው ፈሳሽ እንደመንስኤው ሁኔታው ይለያያል።ይህ ችግር በአባላዘር በሽታ ወይንም ከአባላዘር በሽታ ጋር ባልተያያዘ መንገድ ሊከሰት ይችላል።

የሴት ብልት ውስጥ ብዙ ጀርሞች እና ባክቴሪያዎች አሉ። እነዚያ ባክቴሪያዎች የራሳቸውን ቁጥር የጠበቁ እና ተመጣጥነው ያሉ ናቸው። ከባክቴሪያዎቹ ውስጥ በብዛት የሚገኝ lactobacillus የሚባለው ሲሆን ይህ ባክቴሪያ ዋና ስራው ከማህጸን ግድግዳ ውስጥ ያለውን ግሉኮስ በመጠቀም አሲድ ማመንጨት ነው። ያ አሲድ ደግሞ የሴትን ማህጸን ወይንም ብልት ከተለያዩ ጀርሞች ይከላከላል።

lactobacillus ተሰኝቶ ባክቴሪያ ቁጥር የሚያንስ ከሆነ ግን ሌሎቹ ማለትም የማይ ፈለጉት ባክቴሪያዎች ይበልጥ ይራቡና ወደፈሳሽ ይለወጣሉ። ይህ በሚሆንበት ጊዜ መጥፎ ጠረን ያለው እና ብዛት ያለው ፈሳሽ መፍሰስ ይጀምራል ። ጤነኛ ያልሆነው ፈሳሽ ጠረኑ አሳ አሳ የሚል ሲሆን ቀለሙም ከላጁ እንደተገለጸው በተለያዩ መልክ ማለትም አረንጉዋዴ ፣ ቡናማ ፣ ብጫ ፣ ወይንም ነጭ ሲሆን መጠኑም ከተለመደው ውጭ በዛ ያለ ይሆናል።

ልጅዎን ... በቅርበት ...ያናግሩ

በአሁኑ ወቅት በአለማችን ልጆች ለብዙ መረጃዎች የተጋለጡ መሆኑ እሙን ነው። ልጆች በአለም ዙሪያ የሚሰራጩ የመገናኛ ብዙሀንን የመከታተል እድላቸው ሰፊ ነው። የመገናኛ ብዙሀኑ አይነትና ጥራት መለወጥና ለአጠቃቀም ምቹ መሆን አለም ወደአንድ ጎጂነት ተለውጧቸው ከሚያሰኝ ደረጃ ያደረሳት ሲሆን በአለም ዙሪያ ስላሉ እውነታዎች ለመረዳት ልጆች ምንም ግንኙነት ታቸው ነገር የለም። የፊልም ፣ የቲአትር፣ የትምህርት ቤቶች እንቅስቃሴና ሕጻናቱ ከተለያዩ ቤተሰብ ወጥተው በትምህርት ቤትና በአንድ አካባቢ መገኘታቸው የተለያዩ መረጃዎችን ለማግኘት የሚያስችላቸው መሆኑ እሙን ነው። ልጆች ከተለያዩ አቅጣጫ በተለይም ስለ ስነ-ተዋልዶ አካላት እና ስለኤችአይቪ ኤይድስ የሚያገኙት መረጃ ምን ያህል ትክክል እንደሚሆን ለማወቅ ካለመቻሉም በላይ አስተማሪነቱንም መቀበል ያዳግታል። ከዚህም የተነሳ ልጆች ብዙውን ጊዜ ፍርሀት እና ጥርጣሬ የሚያድርባቸው ፣ ደህንነትን ግንኙነት የሚመስላቸው እና በአካባቢያቸው ስላለው ነገርም ሆነ ስለወደፊት ማንነታቸው እምነት የማያድርባቸው ሊሆኑ ይችላሉ። ልጆች ከወላጆቻቸው በእድሜያቸው ደረጃ ትክክለኛ እና ተከታታይነት ያለው ትምህርት ሊያገኙ እንደሚገባ ምሁራኑ የሚመክሩት ልጆቻቸውን ወደትክክለኛ መስመር ለመመለስና በጥሩና በተስተካከለ መንገድ እንዲያድጉ ለመርዳት እንዲችሉ ነው። ወላጆች ጤናማ ፣ በራስ የመተማመን ብቃት ያላቸው፣ በአስተሳሰባቸውም የበለጸጉ ልጆችን የማሳደግ ኃላፊነት አለባቸው።

ስለሕጻናት አሁኑኑ በሚል በ Kaiser Family Foundation በሚመራው ድርጅት Lynne S. Dumas ተባሉ *“Talking With Your Child About a Troubled World,”* የሚለውን እውቅ መጽሐፍ የጻፉት ዶ/ር እንደሚገልጹት ሕጻናትን በኤችአይቪ ኤይድስ ወይም በግብረሰጋ ግንኙነት ዙሪያ ባጠቃላይም ስለ ስነ-ተዋልዶ ጤና ጉዳይ ጊዜ ሳይፈጁ ወይም ልጆቹ

□ ድሚያቸው በጣም ከፍ ሳይል ጀምሮ ማወያየት ይገባል የሚል ምክር ለወላጆች አስተላልፈዋል። ይህ አምድ ነጥቦቹን ለአንባቢዎች ያካፍላል።

ልጅዎ ፍርሀት ሊያድርበት እንደሚችል አስቀድመው ይረዱ።

ሕጻናት በመገናኝ ብዙሀን ወይንም በተለያዩ አጋጣሚዎች በቀጥታ በአይናቸው የተለያዩ ጉዳዮች በህጻናት ላይ ሲፈጸም ሊመለከቱ ይችላሉ። ይህ ጉዳት ወደ እነርሱም ለደርስ እንደሚችል በመገመት የማይገልጹትን ፍርሀት በውስጣቸው ሊጸጉበሩ እንደሚችሉ ወላጆች አስቀድሞ መገመት ተገቢ ነው። ስለዚህ ለልጅዎ ሊሉት የሚገባው በአየኸው/በአየኸው ነገር ፍርሀት ሊኖር እንደሚችል...አውቃለሁ ...። ነገር ግን ስለየኸው/ስለየኸው ነገር በግልጽ እንነጋገርና መፍትሔውንም እንወያይ በማለት በልጆቹ ላይ ያደረውን ስጋት ማስቀረት ይቻላል። ምክንያቱም በውይይቱ ወቅት ልጆቹ የሰጉበት ነገር ምን እንደሆነና ያ ችግር የሚከሰትበትን ምክንያት እንዲሁም እንዳይከሰት ምን ማትረ□ እንደሚገባ የመሳሰለውን እውቀትና ዘዴ እንዲጨብጡ ስለሚያስችላቸው ልጆቹ ምንጊዜም እራሳቸውን ለማዳን ዝግጁ እንዲሆኑ ጁረቴል።

ከልጅዎ ጋር መነጋገርን በጊዜ ይጀምሩ።

ልጆችን በተለይም ስለጾታ ጥያቄ ጊዜ ሳይፈጁ በግልጽ እና በተከታታይ ማነጋገር ቷቀ ሜታ አለው። አንድ ልጅ በተፈጥሮአዊው ሁኔታ ሊያውቀው የሚገባውን ነገር በጊዜ ማወቅ መቻል አለበት። ለምሳሌ...ይህ አፍንጫ ነው ይህ ደግሞ ከንፈር ነው እየተባለ በአካሉ ላይ ስላሉት ተፈጥሮአዊ ሁኔታዎች በ□ል□ እንደሚነገረው ሁሉ ይህ የወንድ አካል ወይንም ብልት ነው ...ይህ የሴት ብልት ነው ... እየተባለ መነገር አለበት። ልጆች እያደጉ በሄዱም ቁጥር □□ጁጁቱ እድገት እየጨመረ መሄድ አለበት።

ልጆች ጥያቄ ባያነሱም □ርስ- ዓጾቄ ጁአቷሩ።

ለምሳሌ □ልፀ- ቶሻ□ኛ እናት እርጉዝ ልትሆን ትችላለች። ልጅዎ ምናልባት የ7 ወይንም የ8 አመት እድሜ ያላት ብትሆን ጥያቄውን በሚከተለው መልክ

ሊጸምሩት ይችላሉ። ...የጉዋደኛሽ እናት ሆድዋ ለምን ትልቅ እንደሆነና እያደገም እንደሚሄድ ታውቂያለሽ ... አየሽ እሱዋ እርጉዝ ስለሆነች ነው። እርጉዝ ማለት ምን ማለት እንደሆነ፣ ሴት መቼ እንደምታረገዝ ...የመሳሰሉትን ነገሮች በልጅቷ እድሜ መጠን መነጋገር ይገባል። ልጅዎ በምታየው ነገር ግራ እየተጋባች ወይም እየተደነቀች ከምትቀጥል ይልቅ ሁኔታውን እንድታውቅ መደረጉ እርካታን ይሰጣታል። ባየችው ነገር እንዳትጨነቅም ይረዳታል።

በግልጽ ከሚታየው ነገር ወጣ ብለው ልጆችዎን ያነጋግሩ።

በተፈትሮአዊ አካላት ምንነት ዙሪያ ከተደረገው ውይይት ወጣ በማለት ጸግዎ ግንኙነትን በሚመለከት ውይይት ከልጆች ጋር መፍጠር ተገቢ ነው። የተቃራኒ ጾታዎች ግንኙነት ጥንቃቄን፣ ሐላፊነትን፣ ትኩረትን የሚሻ እና ግንኙነቱን ለማድረግም የራሱ ጊዜ ያለው መሆኑን እንዲሁም ምን በጎ ነገርና ምን አደጋ እንዳለው ሁሉ ልጆች በተለይም በታዳጊነት የእድሜ ክልል ሲገቡ ወላጆች በግልጽ ሊያጋጁባቸው ይገባል። ከተቃራኒ ጾታ ፋር ማረጋገጥ የጉዋደኛነት ቀጠሮን ፣ወደፊልም ቤታ አብሮ መግባትን ፣ክንድ ለክንድ ተያይዞ መሄድን የመሳሰሉትን ጥቅምና ጉዳት እንዲሁም መቼ በየትኛው እድሜ ሊደረግ እንደሚገባ በግልጽ ለይቶ መነጋገር ያስፈልጋል ። ልጆች እንደዚህ ያለውን ግን ኙነታቸውን በእርጋታና በጥንቃቄ ሊይዙት የሚገባ መሆኑን አውቀው ማደጋቸው ለወደፊቱ ህይወታቸው ስኬት ይረዳቸዋል።

ልጆች እንደእድሜ ደረጃቸው የሚኖረውን ተፈጥሮአዊ ለውጥ እንዲያውቁ ይርዱዎቸው።

ልጆች በሚያድጉበት ወይም ወደጉርምስናው በሚደርሱበት ጊዜ የሚኖራቸው የስነተዋልዶ አካል እድገት ሊደናገሩባቸው የማያስችሉዎቸው ክስተቶች ይፈጠራሉ። ስለዚህ ከልጆች ጋር ሲነጋገሩ በወቅቱ ስላሉበት ሁኔታ ብቻ ሳይሆን በቀጣይነት ስለሚደርሱበት ደረጃም ማስረዳት ይገባል። ሴቶች የስነተዋልዶ አካል እድገታቸው ምን እንደሆነ እና በቀጣይነትም የወር አበባ

የሚባል ተፈጥሮአዊ የእድገት ደረጃ የሚከተል መሆኑን እንዲሁም ወንዶቹም የዘር ፈሳሽ ማየት የመሳሰሉ ሁኔታዎች የሚከሰቱ መሆኑንና ያ ወቅትም ምን ጥንቃቄ እንደሚያስፈልገው በዝርዝር ከወላጆች ቢነገራቸው እራሳቸውን ለመምራት ይረዳቸዋል።

ወላጆች ከተቃራኒ ጾታ ልጆቻቸው ጋር ሊቀራረቡና ሊነጋገሩ ጁብል።

አንዳንድ ጊዜ ወላጆች ከተመሳሳይ ጾታ ልጆቸው ጋር ካልሆነ በስተቀር ተቃራኒ ጾታ ልጆቻቸውን አቅርበው የማያነጋግሩበት አጋጣሚ ይስተዋላል።ይህ ግን ትክክል አይደለም። አባት ከሴት ልጁ እናትም ከወንድ ልባ ጎር ፉር በተለጁም □ታዊ በሆኑ ጉዳዮች ዙሪያ በግልጽ መነጋገር ይጠበቅባቸዋል። ለምሳሌ...ልጆቹ በአንድ ወላጅ ብቻ የሚያድጉ ከሆኑና አሳዳጊዎች እናት ብትሆን ከወንድ ልጁ ጋር ምንም አይነት ውይይት ሳትፈጥር ወይም ስለምንም ጉዳይ እንዲያውቅ ሳትረዳው ልጁ ቢያድግ የተለያዩ ችግሮች ወይም ግራ መጋባት ሊያጋጥመው ይችላል ። ስለዚህ ምናልባት እናትየው ወንድ ልጁን በምን ሁኔታ ማነጋገር ይገባኛል □ሚል ስጋት እንኩዋን ቢኖራት የተለያዩ መረጃዎችን ማገለጠጥ ወይም አማካሪዎችን፣ ሐኪሞችን በማነጋገር ትክክለኛውን ሐሳብ ማ□ኘት እንደሚቻል ከወዲሁ ማወቅ ይገባል። ይህ ካልተቻለም በቤተሰብ ውስጥ ያሉ የቅርብ ዘመዶች ...ለምሳሌ አጎት ወንድም ወይም የቅርብ ጉዋደኛ የሆነ ወንድ በመፈለግ ልጁን እንዲያማክሩላት ...አስፈላጊውን መንገድ □ንዲመሩላት ማድረግ ከእናትየው ይጠበቃል። በቤት ውስጥ በተሟላ ሁኔታ ማለትም እናትም አባትም የሚኖሩ ከሆነ ግን እናትየው ሴቷን ልጁን አባትየው ደግሞ ወንድ ልጁን ስለማንኛውም ሁኔታ እንደልጆቹ የእድሜ ደረጃ እንዲያስረዱ ይጠበቅባቸዋል። ነገር ግን ግልጽነት ካለና የማይቸገሩ ከሆነ ወላጆች በጋር በሚኖሩበት ቤትም ቢሆን አባት ከሴት ልጁ እናት ደግሞ ከወንድ ልጁ ጋር መነጋገር ይጠበቅባቸዋል።

ወላጆች ለጾታዊ ግንኙነት ያላቸውን ግምት ለልጆቻቸው ያሳውቁ።

ልጆች ስለወላጆቻቸው የጾታ ግምት እና አስተሳሰብ እንዲያውቁ ለማድረግ ወላጆች ኃላፊነት አለባቸው። ልጆች የወላጆቻቸውን አስተሳሰብና እምነት ማወቃቸው በቀጣዩ የህይወት ጊዜያቸው ባህሪያቸውን በምን መልክ ሊጸስተካቸው እንደሚችሉ ሊመራቸው ይችላል። ስለዚህ ወላጆች ልጆቻቸውን አስቀድሞውኑ የመግራት ኃላፊነት አለባቸው።

ከልጆች ጋር ለመወያየት አይጨነቁ ።

ልጅ ጥያቄ ቢጠይቀኝ ምን አይነት መልስ እመልሳለሁ ከሚል መጨነቅ አይገባም። ምንጊዜም ቢሆን በተፈጥሮአዊ ሁኔታዎች ወላጆች ከልጆች የተለየ የሕይወት ልምድ እንደሚኖራቸው አይጠረጠርም። ለማንኛውም ስለማንኛውም ነገር የእራስን እውቀት ለመገንባት የሚያስችሉ ዘዴዎችን ሁሉ መታዘብ ጅታቸውን ያረጋግጣል።

□ንደሀገር... እጅና ጉዋንት

ሕጻናት ከኤችአይቪ ቫይረስ ነጻ ሆነው እንዲወለዱ ለማስቻል በስራ ላይ ጸለ□ □ PMTCT ፕሮጀክት የስራ ውጤትን ለመለካት የሚቻለው ምን ያህል ሕጻናት ከቫይረሱ ነጻ ሆነው ተወለዱ የሚለው ሲታወቅ ነው። ይህንን በሚመለከት ያለው የቅብብሎሽ አሰራር የተሟላ መረጃን አይሰጥም በሚል የጀመርነውን ርእስ ለመቋጨት ከኢፊድሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ሁለት እንግዶች ማብራሪያቸውን እንዲያካፍሉን ጋብዘናል። እንግዶቹ አቶ አበባው ደሶ በኢትዮጵያ ፌደራላዊ ዲሞክራሲያዊ ሪፐብሊክ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የሜዲካል ሰርቪስ ረዳት ዳይሬክተር እና ዶ/ር ታደሰ ከተማ በኢፊድሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የእናቶች ጤና አማካሪ ሲሆኑ በኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር የ ሐልማማ ፕሮጀክት የክትትልና ምዘና ባለሙያዎች አቶ አቢይ መርጊያና መቅደስ ይልማ የመፍትሔ ሀሳብ ያሉትን እናስነብባችሁታለን።

ከኤችአይቪ ቫይረስ ነጻ የሆነ ተውልድን ለማፍራት በተናጠል ከመስራት ተቀናጅቶ መስራት ያስፈልጋል ያሉት አቶ አበባው ደሶ በኢትዮጵያ ፌደራላዊ ዲሞክራሲያዊ ሪፐብሊክ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የሜዲካል ሰርቪስ ረዳት ዳይሬክተር ናቸው። በመቀጠልም አቶ አበባው እንደገለጹት «ታካሚዎች ለተሻለ የህክምና ክትትል ወይንም አካባቢን መሰረት ባደረገ መልኩ ከአንዱ የጤና ተቋም ወደሌላው የህክምና ተቋም መላክ በጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ትኩረት የተደረገበትና የታወቀ አሰራር ነው። እንደጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የቅብብሎሽ ዘዴው ተግባራዊ ሊሆን የሚችልበትን መመሪያ ማዘጋጀት ትልቁ ጅምር ሲሆን ይህም ተጠናቆ ለህክምና ተቋማቱ የማስተዋወቅ ስራው ተካሂዶ በአሁኑ ሰአት ከስራ ላይ ውሎአል።

አንድ ጤና ተቋም ወደሌላ ተቋም የተላከ ታካማን ከምን ደረጃ ላይ እንዳለ በምላሹ ታካሚውን ለላከው የህክምና ተቋም □ብረ መልስ መላ□ እንዳለበት

ጁታመናል። ይህም ከፌደራል ደረጃ በክልል ጤና ቢሮዎችም አሰራሩ ምን እንደሚመስልና እንዲሁም ግድፈትን በሚመለከት ተጠያቂነትን በሚያሳይ ደረጃ በዝርዝር የተገለጸበት ነው። ስለዚህ ይህ በአገር አቀፍ ደረጃ ተግባር ላይ የዋለ አሰራር ነው። በእርግጥ ስራው በትክክል እየተካሄደ አይደለም ለሚለው ችግሩ መኖሩን የሚያሳዩ አሰራሮች አልፎ አልፎ መታየታቸው አልቀረም። ነገር ግን ምን ያህል የጎላ ነው የሚለውንም አብሮ መመልከት ተገቢ ነው ብለዋል አቶ አበባው ደሶ።

አቶ አበባው በመቀጠልም ማንኛውም የጤና ባለሙያ በትምህርቱ ወቅት አንዱ የሚያገኘው እውቀት በምን መልክ ታካሚን እንደሚያስተናግድና ከአቅም በላይ ሲሆን በምን መልክ ወደሌላ የህክምና ተቋም እንደሚልከው ሲሆን ከሌላ የህክምና ተቋም ለተላከ ሕመምተኛም ብረ መልሱን በተገቢው መንገድ መመዘገብ ይጠበቅበታል ። ነገር ግን ይህ አሰራር አልፎ አልፎ ክፍተት ስለሚታይበት በኢትዮጵያ ፌደራላዊ ዲሞክራሲያዊ ሪፐብሊክ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ሁኔታውን ለማረም መመሪያ ከመውጣቱ በተጨማሪ ስልጠና ለባለሙያዎች የተሰጠ ሲሆን ይህንን የሚከታተሉ ላይዘን ኦፊሰሮች በየጤና ተቋማቱ እንዲቀመጡ ተደርጎአል። በእርግጥ በግል የህክምና ተቋማት ረጅም ስራ እንደሚሰሩ እምነቱ ቢኖረንም በእኛም በኩል ተቋማት ሁኔታ ዘልቀን የገባንበት አይደለም።

አንድ ታካሚ ከኤችአይቪ ጋር በተያያዘም ብቻ ሳይሆን በማንኛውም የጤና ጉዳይ ወደሌላ የህክምና ተቋም ሲላክ ለምን እንደተላከ ፣ምን ሕክምና እንደተደረገለት ፣ወደፊት ምን እንደሚያስፈልግ መጠየቅና ማወቅ እንዲሁም ሂደቱን መከታተል እንደሚገባው አስቀድሞ ግንዛቤው ቢኖረው ዓሩ ነው። ታካሚው ይህንን ካወቀ በመካከል የሚጎድል ነገር እንኩዋን ቢኖር በማስታወስ በጤናው ዙሪያ ተገቢው አሰራር እንዲኖር ያግዛል።

ከኤችአይቪ ነጻ የሆነ ትውልድ ለማፍራት ተቀናጅቶ መስራት ተገቢ ነው ያሉት አቶ አበባው ለአንድ አይነት አላማ በመቆም ባጠቃላይ የሚመለከተው

ሁሉ እንደሀገር እጅና ጉዋንት ሆነን መስራት ይጠበቅብናል። በእርግጥ በተናጠል መሄዱ ከሚፈለገው ውጤት አያደርስም ብለዋል አቶ አበባው ደሶ በኢፌድሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የሚደካል ሰርቪስ ረዳት ዳይሬክተር። »

ቀጣዩ ተናጋሪ ዶ/ር ታደሰ ከተማ በኢፌድሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የእናቶች ጤና አማካሪ ናቸው። እንደ ዶ/ር ታደሰ ማብራሪያ «የህጻናቱ ከኤችአይቪ ነጻ ሆነው የመወለድና ከተወለዱም በሁዋላ ለቫይረሱ እንዳይጋለጡ ለማድረግ ከተወለደ ጀምሮ ከሚወስደው መድሀኒት በተጨማሪ በየወሩ ክትትል ሊደረግላቸው ይገባል። በመቀጠልም ከኤችአይቪ ቫይረስ ነጻ ናቸው አይደሉም የሚለውን በተለየ ምርመራ ይረጋገጣል። በእርግጥ የሕጻናቱ አጠቃላይ ምርመራ መጀመሪያ ሕክምናውን ባደረጉበት በታ የሚጠናቀቅ ሳይሆን ወደሌላ የህክምና ተቋም ወይንም ላቦራቶሪ በመላክ ጭምር የሚሰራ ነው። ስለዚህ የደም ናሙናው ወደሌላ የህክምና ተቋም ወይንም ላቦራቶሪ ተልኮ ምርመራው ሲካሄድ በተቀናጀ መልክ መልሱንም እየተቀበሉ ውጤቱን ለባለሙያ የማቅረብ አሰራር ተዘርግቶአል።

የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር የክትትልና ምዘና ባለሙያዎች ንደጠቆሙት በቅብብሎሽ ስርአት ውስጥ የሚጎድለው ነገር ካሚ ለተላከበት የህክምና ተቋም ምላሽ በትክክል አይላክም የሚል ሲሆን እንደ ኢፌድሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የሚጠበቅብን የአሰራር ሂደቶችን መዘርጋት ሲሆን ያ መስመር በምን መልክ ተግባር ላይ እንደዋለ መከታተልና ስህተት ካለ ወደትክክለኛው መስመር የሚገባበትን መንገድ ማሳየት ነው። ከዚህ አንጻር የተዘጋጀው የቅብብሎሽ ፎርም ከስሩ ምላሽ መስጠ ቦ ጸለ ስለሆነ ማንኛ ም ታካሚ የተላከበት የህክምና ተቋም ቅጹን በትክክል ሞልቶ መረጸ ተሟላ እንዲሆን ማስቻል ይጠበቅበታል ብለዋል ዶ/ር ታደሰ ከተማ

::

የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር የ PMTCT ኤችአይቪ ከ ናት ልፀ ንዳይተላለፍ የሚሰራ ፕሮጀክት የክትትልና ምዘና ባለሙያዎች

የሆኑት መቅደስ ይልማ፤ አቶ አቢይ መርጊያ በተለይም በግል የህክምና ተቋማት ከቫይረሱ ጋር ከሚኖሩ ፍቶች የሚወለዱ ሕጻናት ከቫይረሱ ነጻ መሆን ያለመሆናቸውን የሚያሳዩው መረጃ በትክክል እየተመዘገበ አይደለም ። ስለዚህም የህክምና ተቋማቱ ወደሌላ የህክምና ተቋም ሲልኩም ይሁን ከሌላ የህክምና ተቋም ሲቀበሉ ፣ ካሚው የነበረውን ፣ ሪክ የመመዘገብና የመላላክ ዘዴያቸው የተጠናከረ ፣ ንዲሆንም የመፍትሔ ሐሳቦችን ጠቁመኝ።

ከኤችአይቪ ቫይረስ ነጻ የሆነ ትውልድ ለማፍራት የሚያግዝ የመፍትሔ ሀሳብ ፡-

1. ከመፍትሔዎች ሁሉ ቀዳሚ የሚሆነው ስለኤችአይቪ ቫይረስም ሆነ ሌላ የጤና ሁኔታቸው ሕጻናት የጤና አገልግሎት የሚያገኙት በአንድ ሆስፒታል ቢሆን የተሻለ መፍትሔ ነው። ይህ የማይቻል ሆኖ ወደሌላ የጤና ድርጅት ሲላኩ ደግሞ በትክክለኛው መንገድ ምላሽ መስጠት ተገቢ ነው።
2. ከቫይረሱ ጋር የምትኖር እናት በእርግዝናዋ ጊዜ ለክትትል ወደሐኪም ዘንድ ስትቀርብ ጥራቱን የጠበቀና ተከታታይነት ያለው የምክርና የክብካቤ አገልግሎት ሊሰጣት ይገባል። አንዲት እናት ከእርግዝና ጊዜዋ ጀምሮ ይህንን አገልግሎት ብታገኝ ግንዛቤዋን በማሳደግ ስለልጅዋም ቀጣይ ሁኔታ ልትከታተል ትችላለች።
3. ኤችአይቪ ቤተሰብን ያማከለ ችግር በመሆኑ የህብረተሰቡ ግንዛቤው ፣ ንዲያድግ በተለያዩ መንገድ የጠነከረ ስራ መሰራት አለበት። በመገናኛ ብዙሀንና በጤና ተቋማቱ የጋራ የጤና ትምህርት በመስጠት ወይም የጤና ኤክስቴንሽን ሰራተኞች በሚዘዋወሩባቸው ቤቶች ሁሉ ግንዛቤውን ቢያስጨብጡ ህብረተሰቡ በቅድሚያ ጥንቃቄ እንዲያደርግ ያስችለዋል።
4. ተከታታይነት ያለው የጤና ባለሙያዎች ትምህርት መስጠት አሁን ፣ ሚታየውን ችግር ለማቃለል ይረዳል። ብዙ ጊዜ የጤና ባለሙያዎቹ

በተለያዩ ምክንያት ከስራ ስራ የመዘዋወር ወይንም ስራ የመልቀቅና የመቀጠር ሁኔታ ስለሚታይባቸው ስልጠናው በስፋት እና በተከታታይነት ቢሰጥ ግን የሰው ኃይል እጥረትን እና የስራ ተጠናቅቆ ያለመሰራትን ችግር ለማቃለል ያስችላል።

5. የጤና አገልግሎት ስርአቱ ረዘም ላለ ጊዜ ክትትልና ክብካቤ ለመስጠት እንዲያስችል ከተዛመጅ አገልግሎቶቻቸው ጋር ማቀናጀት ቷቀሜታ አለው ። ከቫይረሱ ጋር ከሚኖሩ እናቶች የተወለዱ ሕጻናት ከተወለዱበት ጊዜ ጀምሮ ለአስራ ስምንት ወራት ያህል ተከፋፋይ የሆነ የህክምና አገልግሎት ካላገኙ በኤችአይቪ ይያዙ አይያዙ ማወቅ አይቻልም። ነገር ግን ለክትባትና ለሌላም ወቅታዊ ለሆነ ምርመራ ወፈሕክምና ተቋሙ በሚመጡበት ጊዜ በዚያውም የኤችአይቪን መኖር ያለመኖር ለማወቅ የሚያስችለውን ክትትል መስራት ሂደቶቹን የተቀላጠፈ ከማድረጉም ባሻገር ልጁ ያለበት የጤና ደረጃም በቀላሉ እንዲታወቅ ይረዳዋል። በእርግጥ በኢትዮጵያ ከአስራር አንጻር ፕሮግራሙ በዚህ መንገድ ቢነደፍም ብዙ ጊዜ ተግባራዊ አይደለም።
6. የጤና ባለሙያው በቀላሉ ለኤችአይቪ የተጋለጡ ሕጻናት ልጆችን የሚለይባቸውን መሳሪያዎች እንደ ካርድ የመሳሰሉትን ቢጠቀም ለክትትሉ ግልጽነት ይረዳል። ለምሳሌ.. አንዳንድ የጤና ተቋማት ስድስት እንደታየው ሕጻናቱ ለሌላ ሕክምና ወደህክምና ተቋሙ ሲመጡ ለኤችአይቪ የተጋለጡ መሆኑ ተረስቶ ክትትሉ ሳይደረግ ጁቀራል።
7. ብዙ ህጻናት መሰረታዊ የሆኑ አገልግሎቶችን እንዲያገኙ ለማስቻል የ PMTCT አገልግሎትን በፍጥነትና በተሟላ መልኩ ማስፋፋት ይገባል። በዚህም ኤችአይቪ ከእናት ወደልጅ የመተላለፍ እድሉን ለማዳከም ጁረቱል።

8. የጤና አገልግሎት ስርአቱን ማሻሻል ሕጻናቱ ከኤችአይቪ ነጻ ሆነው በንዲወለዱ ከሚረዳው መንገድ አንዱ ነው። የጤና ባለሙያዎች ታካሚን ከየት ወደየት መላክ እንዳለባቸው የሚያሳዩውን የአገልግሎት መዳረሻ በትክክል ወጥነት ባለው መልኩ መጠቀም ተገቢ ነው። ምክንያቱም አንድ ልጅ በቫይረሱ መያዝ አለመያዙን ለማወቅ በሚፈጀው የአስራ ስምንት ወር ጊዜ ውስጥ ወደየትኛው የጤና ተቋም እንደተላከ ለማወቅ ሲፈለግ መረጃውን በቀላሉ ለማግኘት ስለሚያስችል ነው ።

ከኤችአይቪ ነጻ የሆነ ትውልድ ለማፍራት

ሕጻናት በኤችአይቪ ቫይረስ ከተያዙ እናቶች ከተወለዱ በሁዋላ ሊደረግላቸው የሚገባውን የክብካቤና ድጋፍ አገልግሎት ለማመቻቸት አስቀድሞ ሕጻናቱ በቫይረሱ መያዝ አለመያዛቸው በግልጽ መታወቅ አለበት። Linkage ማለትም በኤችአይቪ ቫይረስ ከተያዙ እናቶች የተወለዱ ሕጻናት የጤና ክትትልን የሚመለከተው አሰራር በአሁኑ ሰአት በየሆስፒታሉ በምን መልክ እየተካሄደ ነው ? የህክምና ባለሙያዎች እና የህክምና ተቋማቱ አሰራር እና የህብረተሰቡ ግንዛቤ ምን መምሰል አለበት ? የሚለውን በዚህ እትም ለንባብ ብለናል።

የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ESOG የክትትልና ምዘና ባለሙያዎች መቅደስ ይልማና አቢይ መርጊያ በተለይም ኢሶግ ድጋፍ በሚያደርግባቸው በግል የህክምና ተቋማቱ ያለውን ሁኔታ እንዲነግሩን ጋብዘናቸዋል።

የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ኤችአይቪ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ በሀገር ደረጃ በሚሰጠው አገልግሎት ከሚመለከታቸው የክልል ጤና ቢሮዎች እና አጋር ድርጅቶች ጋር በመቀናጀት በተለይም በግል ጤና ተቋማት ላይ ስራውን ከማስጀመር ጀምሮ ለተግባራዊነቱ ድጋፍና ክትትል በመስጠት ላይ ይገኛል።

□ PMTCT አንዱ አገልግሎት Linkage

ማለትም የመረጃ ልውውጥን የተቀናጀ መሆን የሚመለከተው ሲሆን በተለያዩ የጤና ተቋማት መካከል ወይም በአንድ የጤና ተቋም ውስጥ በሚገኙ የተለያዩ የአገልግሎት ክፍሎች ውስጥ የሚደረግ የጤና አገልግሎት ግንኙነትና የመረጃ ልውውጥ ነው።

□ Linkage ማለትም የመረጃ ልውውጥ አላማ፡-

አንድ ታካሚ የሚያስፈልገውን የጤና አገልግሎት በተሟላ መልኩ እንዲያገኝ ወደሚያስችለው የጤና ተቋም ወይም የአገልግሎት ክፍል እንዲሄት ለማትረፍ እና የአገልግሎቱ ተጠቃሚ እንዲሆን ማስቻል ነው።

□ PMTCT አገልግሎት አላማው ከኤችአይቪ ነጻ የሆነ ትውልድ ለመፍጠር ሲሆን በዚህ አገልግሎት አሰጣጥ ሂደት ላይ ካሉ ችግሮች መካከል ለኤችአይቪ ለተጋለጡ ሕጻናት የተሟላ አገልግሎት እንዲያገኙ የሚያደርገው ክትትል ደካማ ከሆነ ለኤችአይቪ የተጋለጡ ህጻናትን ቁጥር ከፍተኛ ሊጸርቱ ስለሚችል □ታሰበውን አላማ ለማሳካት አዳጋች ይሆናል።

ከኤችአይቪ ነጻ የሆነ ትውልድ ለመፍጠር ለጊዜው በቫይረሱ መያዝ አለመያዛቸው ባይታወቅም በቫይረሱ ሊያዙ ይችላሉ ተብለው የሚገመቱ ማለትም ለኤችአይቪ የተጋለጡ ሕጻናት ከተወለዱበት ጊዜ ጀምሮ ቀጣዮቹ አገልግሎቶች ያስፈልጉዎቸዋል።

1. ስለ ሕጻናቱ አመጋገብ የባለሙያ ምክርና ክትትል ያስፈልጋቸዋል።
2. በመርሀ □ብሩ መሰረት መስጠት ያለበትን የመከላከያ መድሀኒት መስጠት፤
3. የኤችአይቪ ምርመራ ለህጻናቱ በተገቢው ጊዜ ማድረግ፤
4. ሕጻናቱ በጤና ተቋሙ ረዘም ላለ ጊዜ በጤና ባለሙያ ክትትል ስር ሆኖ □ንዲቆይ ማድረግ □ና ነገር ግን የጤና ተቋሙ የተሟላ አገልግሎት የማይሰጥ ከሆነ ወደ ሌላ ጤና ተቋም በመላክ ክትትሉን □ንዲያገኝ ማስቻል ያስፈልጋል።

የጤና ባለሙያዎች ከላይ የተጠቀሱትን አገልግሎቶች ለኤችአይቪ ለተጋለጡ ሕጻናት አሟልተው መስጠት ይጠበቅባቸዋል። ለኤችአይቪ የተጋለጠ ህጻን ያላቸው ወላጆችም ህጻናቶቹ ከላይ የተጠቀሰውን አገልግሎት ማግኘት እንዲችሉ ልጃቸውን ወደጤና ተቋም መውሰድ ገባቸዋል።

የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ድጋፍ በሚሰጥባቸው የግል ጤና ተቋማት ያሉ መረጃዎች እንደሚያመለክቱት ለኤችአይቪ ለተጋለጡ ህጻናት ተከ□□ይነት

ጸለቅ እንክብካቤና ክትትል ደከም ያለ ሆኖ ይታያል። ለዚህም በንደምክንያት ከሚቆጠሩ መካከል የሚከተሉት ነጥቦች ይገኙበታል።

- አገልግሎቱ በተቀናጀ መልኩ በአንድ የጤና ተቋም ውስጥ አለመገኘቱና በአገልግሎት ክፍሎች መካከል ያለው የስራ ግንኙነት አለመጠናከር፤
- በጤና ባለሙያው በኩል ስለ አገልግሎቱ ከፍተኛ ግንዛቤ አለመኖሩ፤
- በወላጆች በኩል ለኤችአይቪ የተጋለጡ ህጻናቶቻቸው ክትትል እንዲያደርጉ ቢያስፈልግም የአቅም ማነስ ሊኖር ስሚችል፤
- በወላጆች በኩል ያለ የግንዛቤ ማነስ፤
- ወላጆች በአቅራቢያቸው አገልግሎቱን ማግኘት አለመቻላቸው፤
- በህብረተሰቡ በኩል የሚኖረውን መድሎና መገለል መፍራት፤
- ስለችግሩ በኑሮ አጋሮች መካከል ግልጽ ውይይት አለማድረግ (የግልጽነት ችግር)

የመሳሰሉት ሁኔታዎች ችግሩን እንደሚያባብሱት ይገመታል።

ከኤችአይቪ ነጻ የሆነ ትውልድን ለማግኘት እንዲያስችል በአሰራሩ ላይ መፍትሔ ሊሆኑ የሚገባቸው ነጥቦች ከባለሙያዎቹ ተጠቁሞአል።

- ጥራቱን የጠበቀ እና ተከታታይነት ያለው የምክርና የክብካቤ አገልግሎት ለነፍሰጡር እናቶች መስጠት አትኩሮትን ሰጥተው ለእራሳቸውም ሆነ ለሚወልዱት ልጅ ጤንነት እንዲያስቡ ይረዳቸዋል ተብሎ ጁቶመታል።
- ኤችአይቪ ቤተሰብን ያማከለ ችግር መሆኑን ለህብረተሰቡ በተለያዩ መንገዶች ማስገንዘብና ማሳወቅ ምናልባትም በጉዳዩ ዙሪያ

ግልጽ ውይይት እንዲኖር ስለሚያስችል በተጠናከረ መልኩ መሰራት ጁብሻል።

- በየህክምና ተቋማቱ በተለይም የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ድጋፍ ከሚያደርግባቸው የጤና ተቋማት በከፊሎቹ ያለው አሰራር ከግምት ሲገባ የባለሙያዎች አገልግሎት አሰጣጥ ደክም ያለ ስለሆነ ለባለሙያዎች ሞያዊ ስልጠና መስጠት ተገቢ ይሆናል።

- የጤና አገልግሎት ስርአቱ እረዘም ላለ ጊዜ ክትትልና ክብካቤ ለመስጠት እንዲያስችል ከተዛማጅ አገልግሎቶች ጋር ማቀናጀት አስፈላጊ ነው።

- የ ሐልማጫ አገልግሎትን በፍጥነትና በተሟላ መልኩ ማስፋፋት መሰረታዊ አገልግሎትን ህብረተሰቡ እንዲያገኝ ይረዳል።

በኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር የክትትልና ምዘና ባለሙያዎች በተጨማሪም የጤና አገልግሎት ስርአቱን ማሻሻል አስፈላጊ ነው ሲሉ በቀጣይነት ያሉትን ነጥቦች ዘርዘረዋል።

- የጤና ባለሙያው ያለውን የጤና አገልግሎት መዳረሻ ቦታዎች በመለየት በትክክል መጠቀም ይኖርበታል።

- ባለው የጤና ስርአት ውስጥ ቀለል ያለ የመረጃ መለዋወጫ መንገዶች (ታካሚን የመላክና ግብረ መልስ የመቀበል ስርአትን) በመዘርጋት አቅርቦቱንና አገልግሎቱን ማረጋገጥ ያስፈልጋል።

- የጤና ተቋማቱ አመራሮች ለኤችአይቪ የተጋለጡ ህጻናትን በሚመለከት የተለየ ትኩረት ሰጥተው ውጤቱን መከታተልና ማወቅ አለባቸው።

- የህጻናቱን የጤና ክትትል በሚመለከት የተሰሩ ስራዎችን በመረጃ አጠናቅሮ መያዝ ያስፈልጋል።

- ካሚዎች ወደሌላ ጤና ተቋም በሚላኩበት ጊዜ ከተላኩበት ተቋም ፋር ዓሩ የስራ ግንኙነት በመፍጠር መረጃውን መክታል ጸስታል።
- በጤና ተቋሙ ስዓ ጸሎ ስራ ኃላፊዎች እና ድጋፍ ሰጭ አካላት ያሉትን የእለት ተእለት የስራ እንቅስቃሴዎችን በመከታተልና በመመዘን ውጤታማ እንዲሆን መርዳት ያስፈልጋቸዋል።

ከላይ ከተጠቀሱት በተጨማሪም የሚመለከታቸው ፖሊሲ አውጪዎች አስፈጻሚዎችና ድጋፍ ሰጭ አካላቶች የችግሩን ጥልቀት በሚመለከት የበኩላቸውን ድርሻ እንዲወጡ ያስፈልጋል እንደ መቅደስ ይልማና አቢይ መርጊያ በኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር የ PMTCT ፕሮጀክት የክትትልና ምዘና ባለሙያዎች ማብራሪያ።

ሴቶች... Menopause..... ወንዶች...Andropause

በ□ህ እትም የምናስነብባችሁ የተለያዩ ተሳታፊዎች ካደረሱን ሀሳብ በመነሳት መረጃ አፈላልገን ወደአማርኛ የመለስነው ነው። ጥያቄዎቹ ያተኮሩት ወደ Menopause እድሜ ክልል መድረስ የሚያስከትለው የጤና ሁኔታና ይህ በወንዶች ላይስ ይከሰታልን የሚል ነው። ጥያቄዎቹ የሚከተሉት ናቸው።

«...ሰሞኑን በኢንተርኔት አንዳንድ መረጃዎችን ሳፈላልግ ያየሁት ነገር በጣም አሳስባለሁ። እኔ ደግሞ በተፈጥሮ ትንሽ ነገር የሚያስጨንቀኝ በመሆኔ ይኸው እስከዛሬ ድረስ እሱኑ አስበዋለሁ። ያየሁት ነገር ወንዶች እንደሴቶች ሜኖፖዝ ሊኖራቸው ይችላልን □ሚል ዓጾቄ እና አንዳንድ ነጥቦችን ነበር በእርግጥ ቋንቋው ብዙም ስላልገባኝ በትክክል አልተረዳሁትም። ለመሆኑ ወንዶች ሞኖፖዝ ሊይዛቸው ይችላል ወይንስ አይዛቸውም?»

(ሮቤል ከሽሮ ሜዳ)

«...እድሜዬ ገና ሀምሳ አመት ሳይደርስ...ማለትም ወደ አርባ ስምንት አመት ስደርስ ነበር የወር አበባዬ የቀረው። ከዚያ ጊዜ ጀምሮ በፍጹም አይመቸኝም። ከእግር እስከራሴ በላብ እመመቃለሁ።አልፎ አል□ □በቅ ጁሰማኛል። ከሰው ጋር ስነጋገር...መግባባት ያቅተኛል። ሌላም ሌላም የማይመቸኝ የጤና ሁኔታ አለ። ይህ ሕመም የወር አበባዬ በመቅረቱ ሜኖፖወዝ ከሚባል የ□ትሜ □ልል □ስዓ በመ□ባተ ምክንያት የሚመጣ መሆኑን ሐኪም ነግሮኛል። ስለዚህ ሁኔታውን ቀለል አድርጌ ሕይወቴን ለመቀጠል ምን ማድረግ እንዳለብኝ ብትነግሩኝ ብዬ ይህንን ጥያቄ ልኬላችሁባለሁ። »

(□/ሮ

ራውዳ ሰኢድ ከጀሙ)

ሁለቱ ሰዎች ያቀረቡት ጥያቄ እንዳነበባችሁት ሲሆን በቅድሚያ የሴቶች ሜኖፓውዝ ባህርይና ትርጉሙ እንዲሁም ሰዎች እራሳቸው ሊያደርጉት የሚችሉትን መፍትሔ በሚመለከት የካናዳያን ዩኒቨርሲቲ የጤና ክፍል ሀላፊ የሆኑት (Lee Jems) ዶ/ር ሊ ጄምስ ቀጣዩን መረጃ ለአንባቢ ብለዋል።

በመጽመሪጸ Menopause በአማርኛ□ ማረጥ ማለት የሴት ልጅ የመራቢያ አካላት እንቁላል ማምረት የሚያቆሙበት ወቅት ነው። ይህ ወቅት አብዛኛውን ቱ□ □አድሜ ገደቡ የሚሆነው ከ45-50 አመት ነው። ሴት ልጅ መራቢያ አካላቶቹ የሚፈጠሩት ኢስትሮጂን በሚባል ሆርሞን በመታገዝ ነው። ይህ ሆርሞን መመረት ሲቀንስ ወይንም ከነጭርሱ ሲያቆም ሂደቱ ሜኖፓውዝ ይባላል። ሜኖፓዝ እንደየሴቱ የሰውነት አቋምና አጥንት አወቃቀር ይለያያል እንደዶ/ር ሊ መረጃ። አንዳንድ ሴቶች የወር አበባቸው ድንገት ሲያቆም አንዳንዶች ደግሞ የወር አበባቸው ቀስ በቀስ ስለሚቆም የወር አበባ የመምጫው ጊዜ የመጠጋጋት ወይንም የመራራቅ ሁኔ□ ጁ□ ጁበ□ ል። ጁህ የጊዜ መለዋወጥ የወር አበባ እስከነጭርሱ እስኪቆም ድረስ ከአንድ እስከ ሶስት አመት ሊቆይ ይችላል።

የሜኖፓዝ ወቅት ምልክት

- የልብ ምት መጨመር፤
- በድንገት ለመቋቋም የሚያስቸግር የሰውነት ሙቀት፤
- □ንቅልፍ ማጣት፤
- □ቆቴ መትረቅ፤
- ለግብረሰጋ ግንኙነት ፍላጎት መቀነስ፤
- ነገሮችን መርሳት፤
- □ባጁ መለኸ□ግ ፤
- ጭንቀት፤

- የሽንት የመቆጣጠር አቅም መቀነስ □ና
- የብልት መድረቅ የመሳሰሉት ናቸው።

በሜኖፖዘ ጊዜ የሚፈጠሩትን የጤና መስተጉዋጎች ለመቀነስ በሕክምናው ዘርፍ ሆርሞን ቱራፒ እና ሌሎችም አገልግሎቶች የሚሰጡ ሲሆን የሆርሞን ቱራፒ የህክምና አገልግሎት በሀገራችን የመገኘት እድሉ ጠባብ ከመሆኑም በላይ ሆርሞንን የመተካት የህክምና መንገድ ስለሆነ ከሌሎች ሕመሞች ነጻ መሆንንም የሚጠይቅ ነው። ስለዚህ በሜኖፖዘ ወቅት የሚከሰቱ የጤና መጉዋደሎችን ለመቀነስ ተፈጥሮአዊ በሆኑ መንገዶች መከታተል እንደሚቻል □/ር ሊ ጸምስ ጁቷቅሳሉ።

- ካሬን የተሰኘውን ንጥረ ነገር የሚያመነጨ ምግቦችን □ና መጠጦችን አለመውሰድ፣ (ቡና...ሻይ... ወዘተ)
- አልኮሆልን መቀነስ፣
- ቅመም ያላቸውን ምግቦች መቀነስ፣
- ቀለል ያሉ ልብሶችን ማዘውተር፣
- አኩሪ አተርን አብዝቶ መውሰድ፣
- የካልሲየም ንጥረ ነገር ያላቸውን ምግቦች አብዝቶ መውሰድ፣

(በሜኖፖዘ ጊዜ የአጥንት መሳሳት ያጋጥማል። ምክንያቱም ኢስትሮጂን የተባሉት ሆርሞኖች በሰውነት □ችን ውስጥ ያለውን ያረጀ አጥንትን በአዲስ ለመተካት የሚጠቅሙ ሲሆን መመረ□ቸው በሚያቆምበት ጊዜ ግን መተካት የሚገባቸው አጥንቶች በአዲስ መተካ□ቸውን ያቆማሉ። ስለዚህ ካልሲየም አጥንትን ለመጠገን ስለሚያገለግል በዚህ ወቅት መመገብ ያስፈልጋል። (ወተት...የተቀቀለ አጥንት...ወዘተ)

- አካላዊ □ንቅስቃሴ ማድረግ፣
 (አካላዊ □ንቅስቃሴ ማለት □ስፖርት መስራት ሲሆን ነገር ግን የግድ □ስ□ርት ከመስራት ጋር ብቻ ማያያዝ ትክክል አይደለም። በመደበኛ ው የህይወት □ንቅስቃሴ ውስጥ እስፖርትን መተካት በሚያስችል

ሁኔታ መንቀሳቀስ ፣ ስራ መስራት ፣ የግብር ተዞ ማትረግ የመሳሰሉት ጠንቅቆችን የሚተኩ በመሆኑ አኑዋዋርን ማስተካከል ይገባል።

- ያልተጠበቀ የሰውነት ሙቀት ሲያጋጥም አየር ቢያንስ በየደቂቃው ስድስት ጊዜ ወደውስጥ ማስገባት፤

ሜኖፖዝ(ማረጥ) በሴት ልጅ ሕይወት ውስጥ የሚጠበቅ ከመሆኑም በላጁ ማስቀረት አይቻልም። ነገር ግን ከዚህ ወቅት ጋር ተያይዞ ምልክቶችን መጥፎ የሚያደርጉ የጤና ጉዳዮች ይኖራሉ። ከነዚህም ውስጥ አንዱና ዋናው የልብ ሕመም ነው። ይህንን በመገንዘብ በየጊዜው የደም ግፊትን መለካት ፣ በሰውነት ውስጥ ያለ የቅባት መጠንን በመለካት እንዲሁም የህክምና ክትትል በማድረግ መቀነስ ይቻላል።

ንደምሁራኑ መረጃ ሴቶች የማረጥ ጠንቅቆች ሲደርሱ በሚያሳዩት የባህርይ መለዋወጥና የጤና ሁኔታ የተነሳ በተለይም ከትዳር ጉዋደኛቸው ጋር መግባባት ሊያቅታቸው ይችላል። ሴቶች የወሲብ ፍላጎት ቢያጠናቁ የህረያቸውም የተለየ በሚሆንበት እንዲሁም የተለያዩ የህመም ሁኔታዎች በሚያጋጥሙበት ወቅት የትዳር ጉዋደኛቸው ሊታገሱ እና ሊረዱላቸው ጁብል።

ወንዶች ሜኖፖዝ ይይዛቸዋል ማለት እውነት ነው? ወይንስ አባባል ነው?

ወንዶች እድሜያቸው እየጨመረ ሲመጣ ተኔታዎቻቸውን የተባለው ሆርሞን መመረት እየቀነሰ ስለሚመጣ ለግብረሰጋ ግንኙነት ያላቸው ፍላጎት ይቀንሳል። ከዚህም ጋር ተያይዞ የአቅም መቀነስና የባህርይ መለዋወጥን ያስከትላል። ስለዚህ የጤና ባለሙያዎች በወንዶች ላይ የሚከሰተውን ችግር ሜኖፖዝ ሳይሆን "andropause" አንድሮፖዝ በማለት ይገልጹታል። የተኔታዎቻቸውን መጠን በንደ ወንዱ የአፈጣጠር ሁኔታ ቢለያይም በአጠቃላይ ግን በእድሜ የገፉ ሰዎች ላይ በአማካይ ወደሰባ አመት በደረሱ ሰዎች ላይ ይስተዋላል። የተኔታዎቻቸውን መጠን መቀነስ...

- በግብረሰጋ ግንኙነት ጊዜ ችግር መፍጠር እንዲሁም የስሜት መጠን መቀነስ፤
- እንቅልፍ መዛባት፤
- የተክለሰውነት ለውጥ ማምጣት ፣(በጣም መወፈር ፣ የጡንቻ መቀነስ ፣ የጡት ማበግ እንዲሁም ያልተጠበቀ የሰውነት ሙቀት መጨመር ...)
- የጸባይ ለውጥ ማምጣት፤
- በራስ የመተማመን ስሜት ማጣት፤
- ማስተዋል መቀነስ፤
- እንዲሁም የማስታወስ አቅምን መቀነስ የመሳሰሉትን ያስከለትላል።

ከላይ የተገለጹትን የአንድሮፖዝ ምልክቶችን ለመቀነስ ወንዶች ከሐኪም ጋር በግልጽ መመካከር እና ጤናማ የአኑዋኑዋር ዘይቤ መከተል ፣ የአመጋገብ ስርአትን ማስተካከል እና አካላዊ እንቅስቃሴ ማድረግ ይመከራል።

□ውን... የወር አበባ ...ሕመም አለውን?

የተለያዩ ሴቶች የወር አበባቸው በሚመጣበት ወቅት ሕመም ይሰማናል ሲሉ መልእክታቸውን አድርሰውናል። እውን የወር አበባ የህመም ስሜት አለውን? ስንል የተለያዩ ዶክሜንቶችን አገላብጠናል። ከዚህም በተጨማሪ በጉዳዩ ዙሪያ መልስ የሚሰጡን የህክምና ባለሙያ አነጋግረናል። የህ□ምና ባለሙጻ□ ዶ/ር መብራቱ ጀምበር የጽንሰና ማህጸን ህክምና እስፔሻሊስት እንዲሁም በብራስ □ኢናቶችና የህጻናት ሆስፒታል ሜዲካል ዳይሬክተር ናቸው። የወር አበባ ሲመጣ ከፍተኛ ሕመም ይሰማናል ሲሉ ሀሳባቸውን ካደረሱን ሴቶች መካከል የመራረጥነውን እናስነብሳችሁ።

«...የወር አበባዬ መፍሰስ የጀመረው በእድሜ 14 አመት ስደርስ ነው። የወር አበባዬ የመፍሰስ ችግር የለበትም። □ንዲያውም በጣም ከመፍሰሱ የተነሳ በአንድ የወር አበባ ወቅት ከ 27-30 □ሚ□ርስ ሞጶስ እጠቀማለሁ። የወር አበባዬ በመጣበት ወቅት በተለይም በመጀመሪያው ቀን እራሴን ስቼ ሆስፒታታል እገባለሁ። እጄና እግራ በ□ ራሽ አይንቀሳቀስም። ከወገቤ በታች ያለው የሰውነቴ □ክል በፍጹም አይንቀሳቀስም። ምግብ መብላት መጠጣት አልችልም። ሆስ□ታል ገብቼ ...ግሉኮስ ተሰጥቶኝ ...በመከራ ነው እራሴን የማውቀው። ሐኪሞቼ እንደሚነግሩኝ ከሆነ ልጅ ስወልድ ይተወኛል ብጽ በተስኛ □ቷብቃለሁ።»

(ከቦሌ ...ስሜ አይገለጽ)

«...□ኔ እንኩዋን የወር አበባ ሕመም ብዙም አላውቅም። ያው ማንኛ ዋም ሴት እንደሚያማት መጠነኛ የሆነ ሆድ ቁርጠት የመሳሰለው ጁሰማኛል። እኔ የማውቃት ጉዋደኛዬ ግን በጣም ነው የምት□ መመ□...በ□□ሩ ለሶስት ቀን ያህል ከስራ

ትቀራለች፡ሕመሙዋን መግለጽ □□ ጸስቸግራል፡ ለሶስት ቀን ያህል የምትቆየው በሕክምና እርዳታ ሲሆን ፈሳሽ ካልሆነ ምግብ አትመገብም። ሰው ማነጋገር አትፈልግም። ብርሀን መመልከት አትሻም። ባላት ማህበራዊ ግንኙነትና የስራ ሁኔታ እጅግ የምትቸገር ነች። በአሁኑ ወቅት የራስዋን ሱቅ ከፍታ በመስራት ላይ ትገኛለች። ነገር ግን ንግዱዋ በየወሩ ለሶስት ቀን ስለሚዘጋ □□ ጁረብሻ□ል።»

(ሕይወት ተከስተ ከንዛንቺስ)

« ...□ኔ የማልረሳት አንድ ጉዋደኛ አለችኝ። በወር አበባ ምክንያት ትምህርትዋን መቀጠል ባለመቻልዋ ከጉዋደኞቹዋ በሁለት አመት □□ጁታ ነው የተመረቀችው። የወር አበባዋ ሲመጣ ስለምትታመም ምናልባት የፈተና ወቅት ቢሆን ወይም አንዳንድ በተማሪና አስተማሪ ፊት የሚቀርቡ ነገሮች በሚኖሩበት ወቅት የወር አበባ ጊዜዋ ከሆነ □□ሚጸስቶኛውን ውጤት ስለምታጣ ውጤቷ ያሽቆለቁላል ። አስተማሪዎቹም ቢነገራቸው ምንም ሊረዱዋት አልቻሉም። ምክንያቱም ፈተናውን ካልሰራች አንዳንድ ወረቀቶችን በጊዜው ካላቀረበች ምንም ልንረዳት አንችልም በማለታቸው በትምህርትዋ ከጉዋደኛ□ □□ጁ□ □ንድትፊ ርስ ተገዳለች። »

(ሩት

አለማየሁ ከጦር ኃሃይሎች)

ንደ ዶክተር መብራቱ ጀምበር ማብራሪያ የወር አበባ ማለት አንዲት ሴት ልጅ በእድሜዋ ከፍ ስትል ማለትም ወደ አስራዎቹ ክልል ስትገባ ጀምሮ ከማህጸንዋ መፍሰስ የሚጀምር ንጹህ ያልሆነ ደም ነው። በተ□ዓሮ በ□ር በ□ሩ የማህጸን ግድግዳ ጽንሰ ይፈጠራል በማለት የሚዘጋጅ ሲሆን ጽንሱ ሳይፈጠር ሲቀር ግን ይፈራርስና ወደፈሳሽነት ተለውጦ ይወርዳል። የወር አበባ ከ3-5 ቀን ድረስ ሊፈስ የሚችል ነው። የወር አበባ ተፈጥሮአዊ የሆነ በመፍሰሱም ምንም የሚቀንሰው ነገር የሌለውና ጉዳትም የማያስከትል ነው።

ነገር ግን የወር አበባ መፍሰስ በሚጀምርበት ጊዜ አንዳንድ ሴቶች መጠነኛ በሆነ ደረጃ ያልተመቻቸ ስሜት ሊኖራቸው የሚችል ሲሆን አንዳንዶች ደግሞ በከፍተኛ ሁኔታ ለሕመም የሚዳረጉ መሆኑ እሙን ነው።

የጽንሰና ማህጸን ሕክምና እስፐርሲያሊስት የሆኑት ዶ/ር መብራቱ ጀምበር ፊ ምረቅ እንደገለጹት የወር አበባ የሚበዛባቸው ሴቶች ከማህጸን ችግር ጋር የተያያዘ ምክንያት ሊኖራቸው እንደሚችል መጠርጠር ይገባቸዋል። ለምሳሌ...እጢ፣ መመረዝ፣ ሰዎቹ በተፈጥሮአቸው ጭንቀታም ከሆኑ እና የመሳሰሉት ነገሮች የወር አበባ በሚመጣበት ጊዜ ሕመምን ሊያስከትል የሚችል ነው። ከወር አበባ ጋር በተያያዘ የሚከሰተውን የህመም ስሜት በተለያዩ መንገድ መግለጽ ይቻላል። ለሕክምና የሚመጡ ሴቶች እንደሚገልጹት ከሆነ የወገብ መከትከት ፣ማህጸን አካባቢ ጭብጥ ማድረግ ፣ግር ማበጥ፣ የጡት ሕመም ፣እራስ ምታት ፣የባህርይ ለውጥ የመሳሰሉ የጤና ጉድለቶች አሉ እንደ ዶ/ር መብራቱ ማብራሪያ። የወር አበባ ሕመም ምንም አይነት ምክንያት ሳይኖር ሊከሰት ይችላል። ለምሳሌ... የማህጸን በር ጠባብ መሆን የሚፈሰውን ደም እንደልብ ስለማያስተላልፍ ማህጸን ደሙን ለማስወጣት ሲል የሚያደርገው ትግል በሴቶቹ ላይ ሕመም ሊያስከትል ይችላል። ይህ አይነቱ ሕመም ምንም አይነት ምክንያት ሳይኖር የሚፈጠር የህመም ስሜት ሲሆን እንደእጢ የመሳሰሉ ችግሮች ባሉበት ሁኔታ ግን ምክንያታዊ የሆነ ሕመም ይባላል።

በስተመጨረሻው ዶ/ር መብራቱ የገለጹት ብዙው የወር አበባ ችግር በጋብቻ ስና ልጅ በመውለድ ሊወገድ የሚችል ሲሆን ከዚህ ባለፈም በንደማስ ተቆ ያሉ መድሀኒቶችን ከመውሰድ በኋላ ቀዶ ሕክምና የሚያደርስ የህክምና አገልግሎት የሚያስፈልጋቸው ሊሆኑ ይችላሉ። በዚህ አጋጣሚ የምገልጸው ነገር ግን ...አሉ ዶ/ር መብራቱ ...የወር አበባን ችግር ለማስወገድ ሲባል ጸል ቀዶ ጋብቻና ያልተፈለገ ርርግዝና በንዳይኖር መጠንቀቅ ያስፈልጋል።

በመቀጠል የምናስነብላችሁ የአምዳችን ተሳታፊ አዲስ አለም ብርሀኔ ከተለያዩ መረጃዎች ያሰባሰባችውን የወር አበባን ሕመም ለማስቀጠል በሌሎች የሚቻሉ እርምጃዎችን ነው።

አዲስ አለም ያገኘችው መረጃ እንደሚያሳየው በወር አበባ ጊዜ የሚከሰተው ሕመም በሁለት የሚከፈል ሲሆን በሳይንሱ አባባል primary dysmenorrhea ፣ secondary dysmenorrhea በመባል ጁቅቃል። መጻመሪያ ፣ ተለመደ ፣

አይነት ሕመምና በብዛት ማለትም 90% ያህል ሴቶች ላይ የሚከሰተው ሲሆን በአብዛኛው ልጅ በመውለድ መፍትሔ የሚያገኘው ነው። በመቀጠል የተመለከተው ደግሞ ብዙ ሴቶች ላይ የማይከሰት ነገር ግን ሕመሙ በቀላሉ መፍትሔ የማያገኝ ነው። secondary dysmenorrhea በዳሌ አካባቢና ከማህጸን ጋር በተያያዘ የሚከሰት ሕመም ሲሆን መፍትሔው ከሕክምና አገልግሎት ጋር የተገናኘ ነው።

በግል የሚወሰዱ የወር አበባ ህመም ማስታገሻ ዘዴዎች፡-

1. ሙቀት፡-

በወር አበባ ወቅት ሕመሙ የሚጀምረው በሆድ ወይም ማህጸን አካባቢ የመጨማደድ ወይንም የመኮማተር ስትን በመፍጠር ሲሆን መንስኤው ደግሞ ብዙውን ጊዜ ቅዝቃዜ ነው። ሰውነት እንዲፍታታ ለማትረጋጋት እግርን ወይንም መላ የሰውነት አካልን በሙቅ ውሀ ውስጥ መቀኘት እንደ አንድ መፍትሔ ነው። ልብስ ደርቦ መልበስ ወይንም ከጥጥ የተሰሩ የውስጥ ስራዎችን ማዘውተር ሙቀት ለማግኘት ጁረቴል።

2. የጀርባ ግፊት...(Counter Pressure)

አንዲት ሴት በወር አበባ ጊዜ ሕመም ሲሰማት ጀርባዋን በፀፀ በንደማሸት ጫን ጫን በማድረግ ሕመሙን ማስታገስ ይቻላል።

3. ማረሳሳት፡-

አንዲት በወር አበባ ምክንያት የህመም ስሜት ያለባትን ሴት ስለሕመሙኝኛ አረስታ ስለሌላ ነገር እንድታስብ ለማድረግ ማጫወት ወይም የተለየ ነገር መጋበዝ በመሳሰለው መንገድ መጣር ህመሙን እንድትረሳው የሚያደርጋት መሆኑን እና ስቃዩ እንደሚቀንሰላት ሐኪሞች ይናገራሉ።

4. መረጋጋት፡-

በወር አበባ ወቅት ሕመም የሚሰማት ሴት እንድትረጋጋ የሚያስችላት የመዝናኛ መንገዶችን ብታስብ ሕመሙን ከማሰላሰል ስለምትቆጠብ ጭንቀትን ያስወግድላል።

5. ጤናማ የአመጋገብ ልምድ፡-

በወር አበባ ወቅት ብቻም ሳይሆን የአመጋገብ ስርአትን ማስተካከል ለሁሉም ሰው ይጠቅማል። ነገር ግን በወር አበባ ጊዜ ሕመም የሚሰማቸው ሴቶች የትኛውን ምግብ ሲመገቡ ሕመሙ ይበልጥ እንደሚሰማቸው ለማወቅ ቢሞክሩ መፍትሔውን እንዳገኙ ይቆጠራል። ከዚህ በተረፈ ግን ፍራፍሬዎችን ማዘውተር፣ ከ6-8 ብርጭቆ ውሀ በየቀኑ መጠጣት፣ እንደ ቡና... ቸኮላት የመሳሰሉትን ምግቦች መቀነስ፣ ስኩዋር እና ሶዲየም ያላቸውን ምግቦች መቀነስ ሕመሙን ለማስቆጠር ጽራቱል።

6. አካላዊ እንቅስቃሴ ማድረግ፡-

አንዲት ሴት በወር አበባ ወቅት ብቻ ሳይሆን ምንጊዜም የአካል እንቅስቃሴ(ሩጫ ኤርቢክስ...) የመሳሰሉትን እስፖርቶች ወይም ጠገር ጉዞ ብታደርግ ለመላ ጤንነት ይረዳታል። ነገር ግን በወር አበባ ጊዜ የሚከሰተውን ሕመም ለማስቆጠር ጽባልዓ ስለሚረቱ በሚወጣው ላብ ምክንያት ድርቀት እንዳይከሰት ውሀ እየጠጡ እስፖርት መስራት ይመከራል።

«አበባ ሲያዩት ያምራል...ሲያረጅ ግንዱ ካልተነቀለ ግን...»

«የሞተችውን እናቷን አስከራን ጡት ስትጠባ ያገኘሁዋት ሕጻን ዛሬ ዶክተር ነች። ሆላንድ የሚባል አገር ትገኛለች። »

«የሞተችውን እናቱን አስከራን ጡት ሲጠባ ያገኘሁት ሕጻን ደግሞ እነሆ ዛሬ በዚሁ ድርጅት በኃላፊነት ደረጃ ስራ በመስራት ላይ ይገኛል።»

ከላይ የተቀመጠው ቃል □□/ር አበበች ጎበና ነው። ወዶ/ር አበበች ጎበና እንደውጭው አቆጣጠር በ1980 ዓ/ም በወሎ አካባቢ ወደ ግሸን ሲሄዱ ጸቶ ሰዎችው አሳዳጊ ያጡ ሕጻናትን በማንሳት የጀመሩት በጎ ተግባር □ሬ □ፀ □ በተስፋፋ ሁኔታ ስራ ለመስራት መንገድ እንደፈጠረ የሚታይ እውነታ ነው። □ሬ በትርፀቱ በርካ□ አሳዳጊ ያጡ ሕጻናት በማደግ ላይ ናቸው። ለብዙ ባለሙያዎችም የስራ እድል ተፈጥሮአል። ፕሮጀክቶቻቸው በአዲስ አበባ ብቻ ሳይሆን በተለያዩ □ልል መስተዳድሮችም ጁቶሉ። የአምዱ አዘጋጅ ወደ አበበች ጎበና የህጻናት ክብካቤና ልማት ማህበር ያመራ□ በ□ር□ዓ የፕሮጀክቱን መነሻና አሁን በመስራት ላይ ያለውን ጠቅላላ ስራ ለመመልከት አይደለም። ነገር ግን በአዲስ አበባ ባለው ሆስፒታል □-ስዓ □ሚሰሩትን የስነተዋልዶ ጤና አገልግሎት በሚመለከት ለመዘገብ ነው።

ንደ ዶ/ር ኃብታሙ አርጋው የሆስፒታሉ ሜዲካል ቲጃሬ□ተር እና የጽንሰና ማጻን ሐኪም እማኝነት በወ/ሮ አበበች ጎበና የህጻናት ክብካቤና ልማት ማህበር □ሚተቱ□ረ□ ሆስ□ታል የድንገተኛ አገልግሎትን በሚመለከት ምን ጊዜም የህክምና አገልግሎት የሚሰጥ ሲሆን አልጋ ይዘው መታከም የሚችሉት ግን ወላጆች ብቻ ናቸው።የወሊድ አገልግሎቱ በተፈጥሮአዊም ይሁን በኦፕራሲዮን በሁለቱም መንገድ በተሟላ ሁኔ□ ጁሰ□ል።

ከአምስት አመት በፊት በሁሉም አይነት ማለትም በኦፕራሲዮን በመሳሪያ እርዳታና በተፈጥሮአዊ መንገድ 29/ሀያ ዘጥኝ እናቶች በአመት ይወልዱ

የነበሩ ሲሆን አሁን ግን እስከ አንድ ሺህ አንድ መቶ ዘጠና እናቶች በአመት ይወልዳሉ። በአንድ ወር ውስጥ በአፕራሲዮን እስከ 60/ስድሳ እናቶች ልጅ ይወልዳሉ።ይህ የሚያሳየው በአሁኑ ወቅት ሆስፒታሉን የመጠቀም ፍላጎት እጅግ ማደጉን ነው። ይህም ለእናቶች ዓሩ ግምና አገልግሎት እንዲሁም የክፍያው መጠን ከመንግስት ከሚከፈለው በመጠኑ ከፍ ያለ እንዲሁም ከግል ሆስፒታሎች ያነሰ በመሆኑ የተጠቃሚዎች ፍላጎት እንዲጨምር ማድረጉን እንረዳለን ብለዋል ዶ/ር ኃብታሙ አርጋው።

ሆስፒታሉ አስተዳደር የሆኑት አቶ ደረጀ በሙያቸው ነርስ ሲሆኑ በቅርቡ በጤና መኮንንነት ይመረቃሉ። እሳቸው እንደገለጹት ሆስፒታሉ የእናቶችና የህጻናት ግንደመሆኑ ከስነተዋልዶ ከኤችአይቪ ጋር በተያያዘ የሚሰጠው አገልግሎት ፡-

- ለእናቶች የእርዘና ክትትል አገልግሎት ይሰጣል።
- ኤችአይቪ ከፍት ወደልጅ ግንደይተላለፍ የPMTCT አገልግሎት ይሰጣል።
- ሆስፒታሉ ለ24 ሰአት ክፍት ሆኖ የወሊድ አገልግሎት ጁሰጣል።
- ፍቶች ከወሊድ በሁዋላ ክትትል ያደርጋሉ።
- የቤተሰብ ምጣኔ አገልግሎትን ለሚፈልጉ ግንደምርጫቸው ጁሰጣል።
- የክትባት አገልግሎት ይሰጣል።
- ተደፍረው ለሚመጡ ሴቶችም ተገቢው ምርመራና ሕክምና ግንደሙም ግምር አገልግሎት ይሰጣል...ግምር።

በእርግዝና ክትትል ወቅት የኤችአይቪ ውጤትን እንዲያውቁና አስፈላጊውን ጥንቃቄ ለማድረግ እንዲቻል አስቀድሞውኑ የምክር አገልግሎቱ በሚሰጥበት ወቅት አንዳንድ ሁኔታዎች ያጋጥማሉ።አንዳንድ እናቶች በተለይም ግምርታቸው ኤችአይቪ ፖዘቲብ በሚሆንበት ወቅት ውጤቱን ተመልሰው

ለባሎቻቸው ለመንገር ፈቃደኛ አይሆኑም። ይፈራሉ። በአንድ ወቅት እንዲህ ሆነ።

«ሴትየዋ የኤችአይቪ ምርመራ እንድታደርግ በአማካሪዋ ሲነገራት አስቀድሞውኑም አላደርግም አለች። ለምንድነው ብላ አማካሪዋ ነርስ ስትጠይቃት ...በቃ ምርመራ ማድረጉንም አልፈልግም...ውጤቱ ፖዚቲቭ ቢሆን ...መድሀኒትም አልወስድም...ወደቤተ ሄጃ ለባለቤቱም አልነገረውም ...የሚል ነበር የሰጠችው መልስ። ከዚያም በሁዋላ ምን ማትረፍ ጁሻላል ?በሚል ጉዳዩን ወደእኔ አመጡት። እኔም በእርጋታ ለማነጋገር ሞክርኩ።

=ልጅ ለመውለድ ፈልገሽ ነው ወይንስ በድንገት ነው ያረገዝሽው? -አይ...በድንገት አላረገዝኩም። ሆን ብዬ አቅጄ ልጅ እንዲኖረኝ ፈልጌ ነው ያረገዝኩት ...የሚል ነበር መልሷ።

=ጤነኛ የሆነ ልጅ እንዲኖርሽ አትፈልገም?...አኔ ጥያቄ ነበር። -በደ...በሽተኛ ልጅማ ለምን ይኖረኛል...አለች ፊቷን ጨምረድ አድርጋ...

=አንቺም ሆንሽ ባለቤትሽ በጋራ የኤችአይቪ ምርመራ አድርጋችሁ ትታችሁት ስታውቁ ለልጃችሁም ተገቢውን ጥንቃቄ በማድረግ ከቫይረሱ ነጻ የሆነ ልጅ ትቻላችሁ።አንቺም አስፈላጊው ጥንቃቄና እንክብካቤ ይደረግልኛል...አልኩዋት።

ከበደዚህ ያለው ድርድር በሁዋላ ሴትየዋ እሺ በማለቷ ምርመራው ለሽሽም ለባለቤትዋም ሊካሄድ ችሎአል ብለዋል አቶ ደረጀ። በእርግጥ የኤችአይቪ ክትትል መረጃው እንደሚያሳየው በቫይረሱ የተያዙ ሴቶች ቁጥር ከጊዜ በኋላ እየቀነሰ በመምጣት ላይ ነው። ካለንበት ወቅት ወደሁዋላ የአራት ወር መረጽ እንደሚያሳየው ቀደም ያለው ወር አራት እናቶች በቫይረሱ የተያዙ ሲሆኑ ቀጥሎ ሁለት ከዚያም አንድ እናት በቫይረሱ የተያዘች ለምርመራ መቅረብዋን ያሳያል። ውጤትን ለባል ለመንገር ፍርሃት የመሳሰለው ቀደም

ሲል የነበረው የሴቶች ስጋት በአሁኑ ወቅት እጅግ እየቀነሰ መሆኑም የሚታይ ሰውነታ ሆኖአል። ምክንያቱም ባሎች አስቀድመው ከሚስቶቻቸው ጋር በመምጣትም ይሁን በሁዋላ ሲፈለጉ በመምጣት ያለምንም ችግር ምርመራውን ስለሚያደርጉ ህብረተሰቡ ኤችአይቪን በሚመለከት ያለው ግንዛቤ አሁን በተሸለ ደረጃ ላይ ይገኛል ለማለት ያስደፍራል ብለዋል።

በማያያዝም አቶ ደረጀ የገለጹት በፈቃደኝነት ነጻ የኤችአይቪ ምርመራ አገልግሎት ለሚፈልጉ ሁሉ በሆስፒታሉ የሚሰጥ መሆኑን ነው።

በንደውጭው አቆጣጠር በ2004 ዓ/ም በተመረመሩት በአመት 61 ወንዶችና 151 ሴቶች ነበሩ። በ2004 አ/ም ፀረኤችአይቪ መድሀኒት ያልነበረ ሲሆን ከ2005 በሁዋላ ግን ፀረ ኤችአይቪ መድሀኒት አገልግሎቱም በመጀመሩና በሰአት ያልተገደበ አገልግሎት መስጠት ስለተጀመረ ተመርመር እራስን

ግግቅ ፍላጎት ከጊዜ ወደጊዜ እየጨመረ ሄዶአል። በዚህም ምክንያት በ2009 ዓ/ም 324 ወንዶችና 761 ሴቶች ለምርመራው ቀርበዋል። ከውጤቱም መረዳት እንደሚቻለው ከቫይረሱ ጋር የሚኖሩ ቁጥራቸው በጣም እየቀነሰ መሆኑን ነው ።

አበበች ጎበና የህጻናት ክብካቤና ልማት ማህበር የስነተዋልዶ ጤናን በመጠበቁ ረገድ ተሳትፎው ምን ይመስላል በሚል ከአምዱ ለዶ/ር አበበች ጎበና ጥያቄ ቀርቦአል። ዶ/ር አበበች እንዳብራሩትም...

« አንድ ነገር ለመግለጽ እወዳለሁ። አንድ አበባ አብቦ ሲያዩት ያምራል። አበባው ካረጀና ከረገፈ በሁዋላ ግን ግንዱ ካልተወገደ የማይጠቅም ሆኖ ቆሻሻ ይባላል። በርርግ ማህበሩ ትልቁ ትኩረቱ ሕጻናቱ ያለእናት አባት በሚቀሩበት ወቅት እንደ እናት አባት ሆኖ ማሳደግና ለቁምነገር እንዲበቁ መንገድ ማስያዝ ቢሆንም አልፎ አልፎ እናቶቻቸው በሕይወት እያሉ እራሳቸውን እንደሌሉ ቆጥረው ልጆቻቸውን በቆሻሻ ገንዳ ውስጥ እና በየአስፋልቱ በየጥሻው የሚጥሉበት ሁኔታ ያጋጥማል። ይህ የሚሆንበት ምክንያት በኢኮኖሚ

□ቅተኛ ደረጃ ላይ ከመገኘትና በተለያዩ የስነተዋልዶ አካል ጤና ጉድለት እራሳቸውን መርዳት አቅቶአቸው መሆኑን በመረዳታችን ሆስ□ታላችን ለእናቶች ጤና ሙሉ አገልግሎት እንዲሰጥ ለማስቻል ተገቢው ጥረት ተደርጎአል። ከዚህም በተጨማሪ የሴቶቹን የችግር ግንድ ለማድረቅ ከስሩ ለመንቀል ሲባል ችግረኝነታቸውና አገልግሎቱን መፈለጋቸውን ካረጋገጥን በሁዋላ የተለያዩ ስልጠና እንዲወስዱ እና እራሳቸውን ማስተዳደር እሚችሉበትን መንቶ እየፈጠርን እያቋቋምናቸው ነው ብለዋል ዶ/ር አበበች።

ዶ/ር አበበች እንደገለጹት ማህበሩ አገልግሎቱን ለህብረተሰቡ የሚያበረክተው በአዲስ አበባ ብቻ ሳይሆን በተለያዩ ክልል መስተዳድሮች በስፋት ነው።

□ማህበሩን የወደፊት አቅጣጫ እንደተለሙትም እስከአሁንም የሚሰራው ለህ□ብ እንደመሆኑ መጠን ከዚህ በሁዋላም ተጠቃሎ ወደመንግስት እጅ እንዲገባና ህዝብን እንዲያገለግል ምኞት እንደነበራቸውና ከሰኔ 16/2002 ዓ/ም ጀምሮ ግን ሀሳቡ በመሳካቱ ደረጃ በደረጃ ወደመንግስት ተቋምነት በመለወጥ ላይ መሆኑን ገልጸዋል። ዶ/ር አበበች በዚሁ አጋጣሚ የማህበሩ ስራ □ተሳካ እንዲሆን እስከአሁን ድጋፍ ላደረጉና ወደፊትም ድጋፋቸውን ለሚያደርጉ ሁሉ ምስጋናቸውን አቅርበዋል።

ወ/ሮ አበበች ጎበና ላለፉት ሶስት አስርት አመታት ከአስራ አራትሺህ የማያንሱ ወላጅ አልባ ሕጻናትን በተለያዩ ፕሮጀክቶቻቸው ሙሉ የማሳደግ አገልግሎት መስጠትና ሌሎች ተዛማጅ ማህበራዊ ጉዳዮችን ያለእረፍት ያከናወኑ ጠንካራና በአርአያነት የሚጠቀሱ በመሆኑ በስነልቦናና ሰብአዊነት ተግባራቸው የክብር ዶክትሬት ማእረግን ከጂማ ዩኒቨርሲቲ በማግኘታቸው ዶ/ር አበበች ጎበና ለመባል በቅተዋል።

ባልና ሚስት ...ተለያይቶ መቶኛ

«ሜላት መንገሻ እባላለሁ:: እድሜዬ 29 አመት ነው:: እኔና ባለቤት»
 ከተገናኘን ከአንድ አመት በሁዋላ አብረን መኖር ጀመርን:: መኖር
 በጀመርን በአንድ አመት ጊዜ ውስጥ ደግሞ ልጅ አፍርተናል::
 በእርግዝናዬ ወቅት ለምርመራ ወደሐኪም ቤት ስሄድ ከምርመራ-
 መካከል ስለኤችአይቪ ኤይድስ እራሴን ማወቅ እንደሚገባኝ በምክር
 አገልግሎት ተነገረኝ:: የዚህም ምክንያቱ የምወልደው ልጅ ምናልባት
 በኤችአይቪ ቫይረስ እንዳይያዝና ጉዳት እንዳይደርስበት ሲሆን እኔም
 በቫጁረሱ እንዳልጎዳ ለማገዝ እንደሆነ ተነገረኝ:: በጉዳዩ
 ተስማምቻለሁ:: እኔ እንደማምነው ግን የኤችአይቪ ምርመራ ማትረጋ
 ያለብኝ እኔ ብቻ ሳልሆን ባለቤትም ጭምር መሆን አለበት:: ነገር ግን
 ምን ብዬ ለባለቤቴ ልንገረው? በጣም ፈራሁኝ:: ባለቤቴ በስራ
 ባህርጃ- - - - -
 ባደ ውጭ ሀገር የሚመላለስ ነ- - -:: ኤችአይቪ ምርመራ
 ባንድናደርግ ብነግረው ...

1. ኤችአይቪ እራሴን እንደማላምነው ሊገምት ይችላል::
2. ኤችአይቪ እንደማላምን ገምቶ ጸብ ሊነሳ ይችላል::
3. ምናልባት ስመረመር ውጤቱ ፖዘቲቭ ቢሆን አንቺ ያመጣሽው ነው
 በሚል ጸብ ሊነሳና ኑሮዬ ሊበጠበጥ ይችላል::

ከላይ ያነሳሁዎቸው ነጥቦች እንዳሉ ሆነው በሌላ በኩል ደግሞ...

1. ኤችአይቪ ቫይረስ በደሜ ውስጥ ቢገኝ ምልክት ልፀም ተጽዕኖ
 ይሆናል::
2. ከቫይረሱ ጋር የምኖር ከሆነ እኔም ለጤንነቴም ሆነ ለሕይወቴ አስጊ
 ረጅም ላጅ ማትቃለሁ ...የሚል ስጋት አደረብኝ::

ነዚህ ጉዳዮች ቢያንስ ለአንድ ወር ጭንቅላቱን በጠበጡት። መጨረሻ ላይ ግን ...በቃ...እኔ ልመርመርና ውጤቱን ልወቀው። ከዚያ በሁዋላ የሚሆነውን ለባለቤቱ □ኮገረዋለሁ። ምናልባት ችግር ቢፈጠርና ኑሮዬ ቢጠበጥም ቢያንስ ልጄን አድናለሁ።... እኔም እግዜር እንዳለልኝ እሆናለሁ ...በሚል ምርመራዬን አደረግሁ። የሚገርመው ግን □ታይት ከቫይረሱ ነጻ ሆነ። ከዚያ በሁዋላ ግን በሌላ የጤና ምርመራ ምክንያት አኔም ባለቤቱም □□ ሆስታል ስንሄድ ሁለታችንም እንድንመረመር በሐኪም ሲነገረን ባለቤቱ ለምን አላለም። □ንዲያውም ደስ ብሎት ምርመራውን አደረገ። የባለቤቱን ሁኔ□ ከተመለከትኩ በሁዋላ በ□ርግዝናው ወቅት የነበረኝ ስጋትና አሁን ያየሁት ነገር እንደማይመሳሰል □ና በእኔ ላይ አድሮ የነበረውን ስጋት ስነገረው በጣም ነበር የተቆጣኝ። በጊዜውም እጅግ ትልቅ ጥፋት እንዳጠፋሁና እርሱ ግን መመርመር እንዳለበት ቢያውቅ ኖሮ በእኔ ጋባኝነት ሳይሆን መጀመሪያውኑ በእሱ አነሳሽነት ምርራው ሊካሄድ ይችል እንደነበር በቁጭት ነው የነገረኝ።እኔም በጊዜው ሆኜ የነበረውን ሳስታውስ እጅግ ነበር የቆጩኝ።

ዋናው ነገር ቤተሰቦች ማሰብ ያለባቸው ከእራሳቸውም በላይ ለልጆቻቸው መሆን አለበት። ባልና ሚስትም ይሁኑ ፍቅረኛዎች በመሆኑላቸው ልጅ ተፈጠረም አልተፈጠረ ኤችአይቪን በማወቅ ረገድ የጋራ ውሳኔ ያስፈልጋቸዋል። ሁሉም ነገር ጤና ሲኮን ሊገኝ እንደሚችል ማሰብ ተገቢ ይመስለኛል። ከኤችአይቪ ቫጁረስ ፉር አብሮ መኖር እንደህመም የሚቆጠረው በጊዜው ካልታከሙ ብቻ መሆኑን ሁሉም ሊያውቅ ይገባል ። በወቅቱ ሌላ ጉዳት ሳይደርስ ተመርምሮ አኑዋኑዋርን በማስተካከል አስፈላጊውን የምክር አገልግሎትን ፣ጸረ ኤችአይቪ መድሀኒት በመጠቀምና እራስን በመንከባከብ በሰላም ሕይወትን መቀጠል እንደሚቻል አምናለሁ። በተለይም ሴቶች አስቀድሞውኑ ኑሮአቸውን ሲመሰርቱ የወደፊቱንም ማሰብ የሚገባቸው ጁመስለኛል። ል□ እኔ እንዳደረግሁት

...የመተማመን ችግር ቢፈጠርስ...ምናልባት ችግር ቢፈጠር ምክንያቱም አንቺ ነሽ ቢለኝስ...ለወደፊቱ እንዴት ልኖር ነው? □ሚል ስጋት ሊኖር አይገባም:: ባጠቃላይም በሁሉም ጉዳይ ባልና ሚስት ተለያይቶ መጉዋዝ አይገባቸውም □ለሌሁ:: »

ሜላት መንገሻ ...ከሸጎሌ

የሜላት ደብዳቤ ያነሳው መሰረታዊ ጉዳይ ላይ ሀሳብ በማክል ለማጠናከር በኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር የPMTCT ፒኤምቲሲቲ ፕሮጀክት የስራ ባልደረባ የሆኑት ዶ/ር መስፍን ሽመልስ የዚህ አምድ እንግዳ ሆነዋል::

ኢሶግ:- የጥንዶች(partner) ምርመራ ማለት ምን ማለት ነው ?

□/ር:- አንዲት ሴት በምታረግዝበት ጊዜ በህክምናው ዘርፍ የ□ርግዝና ክትትል ያስፈልጋታል:: በእርግዝናው ክትትል ወቅት ከሚደረግላት ምርመራ አንዱ የኤችአይቪ ውጤትን ማወቅ የሚያስችላት ነው:: የኤችአይቪ ምርመራ በሚደረግበት ጊዜ ግን የሚመከረው ያረገዘቸው ሴት ብቻዋን ሳይሆን ከወንድ ጉዋደኛዋ ወይም ከትዳር ጉዋደኛዥ ፉር እንዲሆን ነው::

ኢሶግ:- ምርመራው በምን መንገድ የሚካሄደው?

□/ር:- ምርመራው በሁለት መንገድ ሊካሄድ ይችላል :: አንደኛ□ ሁለቱም በአንድ ላይ መጥተው በጋራ የምክር አገልግሎቱን አግኝተው አንድ ላጁ ሊመረመሩ የሚችሉበት ነው :: ብዙውን ጊዜ ግን ሴቶቹ ለእርግዝና ክትትሉ ወደህክምና ተቋሙ ሲመጡ ምርመራውን ስለሚያካሂዱ ወንዶቹ በቀጣይነት እንዲመጡ በጥሪ ወረቀት የሚጋበዙበት ሁኔታ ይኖራል:: በዚህ ጊዜ ወንዶች ጉዳዩን እንዲቀበሉት ሴቶቹ ጸቶትን መረጃ በትክክል እና በተገቢው ሁኔታ

□ንዲያስረዱ ይመከራሉ። የሚመረጠው ግን መጀመሪያውን ያረገዘችው ሴትና ጉዋደኛዋ የሆነው ወንድ አብረው ቢቀርቡ ነው።

ኢሶግ:- የምክር አገልግሎቱ በእንዴት ያለ መንገድ ነው ለሁለቱም □ሚሰጥ□?

□/ር:- አንድ ላይ የሚመረመሩ ከሆነ የምክር አገልግሎቱም አንድ ላይ ይሰጣል ። በተለያዩ ጊዜ ወደህክምና ተቋሙ የሚቀርቡ ከሆነ ግን በተለያዩ ጊዜ ይሰጣቸዋል። ዋናው ነገር የኤችአይቪ ምርመራ ለሚያደርጉ ሁሉ የምክር አገልግሎቱ የሚሰጥ መሆኑን ማወቅ ነው።

ኢሶግ:- የጥንዶች ምርመራ ለምን ያስፈልጋል ?

□/ር:- የጥንዶች ምርመራ ያስፈለገበት ምክንያት በጥንዶች መካከል የተለያዩ የኤችአይቪ ውጤት Discordant ሊሆን ይችላል። ይህ ማለት አንዳቸው ኤችአይቪ ቫይረስ ሊኖርባቸው ሲችል ሌላው ደግሞ ላይኖርበት ይችላል። ከትዳር ጉዋደኛዎች ወይም ከፍቅረኞች መካከል አንዱ ለጊዜው በቫይረሱ አለመያዝ ማለት ግን ለዘለቄ□□ □ሚቀጥል አይደለም። ምርመራው ተደርጎ አስፈላጊው ጥንቃቄ ካልተደረገ ውሎ አድሮ በቫይረሱ ያልተያዘውም ሰው በቫይረሱ የሚያዝበት □ትል ይፈጠራል። ለምሳሌ... በቫይረሱ የተያዘውና ያልተያዘው ጥንቃቄ ወይም መከላከል ያልተደረገለት ወሲብን ቢፈጽሙ በቫይረሱ ያልተያዘውን ሰው ማዳን አይቻልም።በሌላም በኩል እርጉዝ የሆነችው ሴት በመጀመሪያ ስትመረመር ቫይረሱ የሌለባት ሁና ብትገኝና ባለቤቷ ቫይረሱ ካለበት እርግዝናዋን ሳትጨርስ በቫይረሱ የመያዝ ሁኔታ ሊያጋጥማት ይችላል። ይህ የሚሆነው ባለቤቷ ከእስዋ ጋር አብሮ ባለመመርመሩና የወሲብ ግንኙነት ሲፈጽሙ ጥንቃቄ በጎደለው ሁኔታ ሊሆን ስለሚችል ነው። ከዚህ በተጨማሪም የተረገዘው ልጅ እናቱ በቫይረሱ የተያዘች ከሆነች ወደልጅዋ እንዳይተላለፍ ለማድረግ

ሁኔታውን አስቀድሞ ማወቅ ያስፈልጋል። ስለዚህ ጥንዶች ምንጊዜም ምርመራቸውን በጋራ እንዲያደርጉ ይመከራሉ።

ኢሶግ:- በጥንዶች መካከል በኤችአይቪ ውጤት መለያየት ምን ያህል ይከሰታል?

□/ር:- የኤችአይቪ ውጤት በባለትዳሮች መካከል የተለየ የሚሆነው ምን ያህል ነው? ሲባል በአፍሪካና በኢትዮጵያ በተደረጉ ጥናቶች እንደተጠቀመው ቢያንስ ከተመረመሩት እና ኤችአይቪ እንዳለባቸው ተቋቋሙት ካወቁት ጥንዶች መካከል ሁለት ሶስተኛውና ከዚያ በላይ የሚሆኑት ውጤታቸው የተለያየ ማለትም ከሁለት አንዳቸው ከቫይረሱ ጋር የሚኖሩ ሲሆኑ ሌላኛው ግን ከቫይረሱ ነጻ ነው ማለት ነው። ስለዚህ ችግሩ ሰኛ ያለ መሆኑን ሁሉም ቢረዳው መልካም ነው።

ኢሶግ:- የጥንዶችን ኤችአይቪ ምርመራ በሚመለከት የጤና ተቋማት መረጃዎች ምን ይጠቁማሉ?

□/ር:- የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር አብሮአቸው በሚሰራባቸው አንዳንድ የግል የህክምና ተቋማት እንዳታየው ከሆነ የጥንዶች የመመርመር ሁኔታ ዝቅ ያለ ስለሆነ ውጤቱ አጥጋቢ አይደለም። በተወሰኑት የግል የህክምና ተቋማት ተመብቶ የጥንዶች ተሳትፎ ግን በመጠኑ አበረታች ሆኖ አግኝተነዋል። በአጠቃላይ ግን ግንዛቤን በማስፋት ለወደፊቱ የተሻለ ውጤት ማምጣት እንደሚቻል ጠቋሚ ሁኔታዎች አሉ።

- የጤና ድርጅቶች ለጥንዶች ምርመራ አመቺ ሁኔታን መስጠት፤
- የጤና ባለሙያዎች ለጉዳዩ ከፍተኛ ትኩረት በመስጠት ተግባራቸውን ማከናወን፤

- ነብሰጡር ሴት ለእርግዝና ክትትል ወደጤና ተቋም በምትሄድበት ጊዜ የትዳር ቶሻቮቻ አብሮ በመሄድ ወይንም በሌላም ጊዜ ቢሆን ሄዶ መመርመር እንዳለበት ማወቅ ተገቢ ነው።
 ባጠቃላይ የጥንዶች ምርመራ ውጤት የተለያየ ሊሆን እንደሚችል መገመት እና በጋራ መመርመር ተገቢ መሆኑን ሁሉም ሊረዳው ጅብል ።

□□ፈቀ ቅቷል እሳት ጭረው አትንደድ ቢሉት

አለም በሀገጣጥ ጽንሰ ማቋረጥ ምክንያት ምን ያህል ሴቶችን አጥታለች ለሚለ□. ለቱ□□. በእርግጠኝነት ይህን ያህል ማለት ባይቻልም ብዙዎች ለህልፈት መዳረጋቸው ግን እውን ነው። እንደ World Health Organization, the Alan Guttmacher Institute, and Family Health International, እማኝነት ከሆነ በአለም ከ70=000 - 200=000 የሚሆኑ ሴቶች ደህንነቱ ባልተጠበቀ ጽንሰ ማቋረጥ ምክንያት ለህልፈት ይዳረጋሉ። ይህ ቁጥር ወደ ህክምና ተቋም ለሕክምና እርደታ የሄዱትን ወይንም በጥናቱ ወቅት ትክክለኛ□ መረጃ ከተገኘባቸው ነው። ከዚህ ውጭ ግን ለእማኝነት ያልቀረቡ የእናቶች ሞቶች እንደሚኖሩ እሙን ነው። ለዚህ እትም በኢትዮጵያ ስላለው ጽንሰን የማቋረጥ ህጋዊ አሰራር የሚያብራሩት ወ/ሮ ኦሪጅናል ወልደጊዮርጊስ ይባላሉ። ወ/ሮ ኦሪጅናል በአይፓስ ኢትዮጵያ የህግ አማካሪ ናቸው። ወ/ሮ ኦሪጅናል በሴቶችና በህጻናት ዙሪያ የተለያዩ ጥናቶችን አካሂደዋል።

*** *** ***

ኢሰግ:- በኢትዮጵያ ህግ አተረጎሞችም ጽንሰ ማቋረጥ ማለት ምን ማለት ነው?

ኦሪጅናል:- ጽንሰ ማቋረጥ ምን ማለት አንደሆነ በኢትዮጵያ ህግ ስያሜ አልተሰጠውም። በአጠቃላይ ግን ጽንሰ ከተፈጠረ ጊዜ ጀምሮ እስከሚወለድበት እስከ ዘጠኝ ወር ድረስ በሁለት መንገድ ሊቋረጥ ይችላል። አንደኛው በተፈጥሮ ማለትም በህመም ወይንም በአደጋ በመሳሰለው የሚቋረጠው ሲሆን በሌላ በኩል ግን ጽንሱን የያዘችው ሴት በተለያዩ ምክንያት እንዲቋረጥ ስትፈልግ የምታቋርጠው ነው። ያረዘዘችው ሴት ልጁ ቢወለድ ማሳደግ የማትችልበት ሁኔ□ ሲ□ቷር የሴትየዋን መብት እንዴት ማስጠበቅ ይቻላል ለሚለው የኢትዮጵያ ህግ መስፈርቶችን አስቀምጦአል። የኢትዮጵያ ህግ ይህንን

የሚመለከት ድንጋጌ ያወጣው ከ1949 ዓ/ም ጀምሮ ነው ። የ1949 ዓ/ም የቀድሞው የወንጀል ህግ በ1996 ዓ/ም ተሸሽሎ ሲወጣ ጽንሰን ማቋረጥን ያካተተ ሆኖአል። ይህ ህግ በተወካዮች ምክር ቤት በ1996 መጨረሻ ከጸደቀ በሁዋላ አዋጁን ለማውጣት ሙሉ አመት ፈጅቶአል። ከዚያም የፌደራል ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር በተሰጠው ስልጣን መሰረት መመሪያ አውጥቶ ስራውን ለመጀመር አንድ አመት በመፍጀት ሰኔ 19/1998 መመሪያው ወጥቶ በስራ ላይ ውሎአል።

ኢሰግ:- በ1949 ዓ/ም የወጣው ህግ ጽንሰን በማቋረጥ ረገድ ምን አተረጎሞንም ነበረው?

አሪጅናል:- የ1949 ዓ/ም ጽንሰን የማቋረጥ ህግ በኢትዮጵያ ውስጥ ተግባራዊ ካልሆኑ ህጎች መካከል የሚቆጠር ነው ማለት እችላለሁ። ህጉ ጽንሰን በማቋረጥ ሁኔታ ላይ በክልል ጀምሮ በክልል ላይ የሚጨርስ ነበር። ህጉ እንደሚገልጸው አንዲት ሴት በማናቸውም ጊዜ በየትም ቦት በሚል የእርግዝናው ጊዜ ምንም ያህል ቢሆን እና በሐኪም ቤትም ማለት ነው... በማናቸውም ዘዴ ሲል በህክምናም ይሁን በባህላዊ ዘዴ ጽንሰ ማቋረጥ አትችልም ብሎ ነው የሚጀምረው። ማንኛኛውም ሴት ልጅ መውለድ ትፈልጋለች። በየትኛውም መንገድ ጽንሰ ማቋረጥም አይበረታታም። ይሁን እንጂ ምንጊዜም ጽንሰ ማቋረጥ የሚያስፈልግበት ሁኔታ ይኖራል። ለምሳሌ... አንዲት ሴት ...አንቺ ታመሻልና ያረገዝሽውን ልጅ ልትወልጂው አትችይም... ብትባል አይ... እኔ ሞቼ ...ልጁ ይወለድ የምትል አትገኝም። ስለዚህ በተለያዩ አስገዳጅ ሁኔታዎች ጽንሰን ማቋረጥ በ1949 ዓ/ም ሕግም ሆነ በየትኛውም አለም ሊከለክል የማይችል ነው። ነገር ግን ቀደም ሲል በነበረው አሰራር አንዲት ሴት ከችግር ውስጥ በመውደቁ ምክንያት ጽንሰን ማቋረጥ ብትሞክር ያስቀጣታል። ሐኪሞችም በህጉ ከተፈቀደው ውጭ ጽንሰ ቢያቋርጡ የስራ ፈቃዳቸውን ይነጠቁ ነበር።

በ1949ዓ/ም በወጣው ህግ ጽንሰ ማቋረጥ የሚፈቀደው ለእናትየውና ለጽንሱ ሕይወት ችግር የሚፈጥር ሲሆን ብቻ ነበር። በሌላ በኩል ጽንሰን ለማቋረጥ የጤና ሁኔታ እንኩዋን አስቸጋሪ በሚሆንበት ጊዜ አፈጻጸሙ እጅግ አስቸጋሪ የነበረ ነው። ለምሳሌ አንዲት ሴት የልብ ሕመም ቢኖርባትና ጽንሰ እንዲቋረጥ ቢያስፈልግ የጽንሰ ሐኪሙ ለጤና ጥበቃ ሚኒስቴር የልብ ሐኪም እንዲመደብለት ደብዳቤ ጽፎ ከዚያም የልብና የጽንሰና ማህጽን ሐኪሞቹ በጋራ ተቀምጠው ውሳኔውን የሚሰጡበት የተቀላጠፈ አሰራር ያልነበረበት አሰራር ነበር። በሌላ በኩል ደግሞ ለምሳሌ... አንዲት ወጣት እኔ ያረገዝኩት ጽንሰ እንዲወርድልኝ እፈልጋለሁ ብላ ሐኪሙን ብታማክረው አይሆንም ብሎ የሚመለሳት ሲሆን በራስዋ መንገድ ጽንሱን ነካክ□ እየደማች ብትመጣ ግን ያው አይሆንም ብሎ የመለሳት ሐኪም አልጋ ሰጥቶ አስተኝቶ ሕክምና ማድረጉን ይቀጥላል።ቀደም ሲል የነበረው ህግ ያስከተለው ችግር ያረገዙት ሴቶች አቅማቸውንና ጉዳታቸውን የሚመለከትላቸው ፤ፈቃታቸውን የሚፈጽሟቸው ባለመኖሩ በመሰላቸው መንገድ አካላቸውን ሲነካኩ ከአካል ጤንነት እጦት ባሻገር ልጅ ለመውለድ ካለመቻል እስከ ሕይወት ማጣት የደረሱ በርካቶች ናቸው። በኢትዮጵያ የ1949 ዓ/ም የወንጀል ሕግ ጽንሰና ማቋረጥ የሚቻልበትን እድል እጅግ አጥብቦ አይቻልም እስከማለት በሚያስችል ሁኔታ ቢቀመጥም እንኩዋን አቅም ለሌላቸው ሴቶች መንገድ ከመዘጋቱ ውጪ እድሉ ያላቸው ሴቶች ግን ጽንሰን ካልፈለጉ እንዲያቋርጡ የሚፈቅዱ የህክምና ተቋማት እንደነበሩ አይዘነጋም። በዚህ ምክንያት የ1949 ዓ/ ም ህጉ የተጠበቀበት መንገድ □ምብ□ም ነበር ። የጽንሰ ማቋረጥ እንደማንኛውም የስነተዋልዶ ጤና መብት መብት መሆን አለበት። ሴቶች እንዲሞሹና ንጽህናው ባልተጠበቀ መንገድ (የሐኪም ችሎታ ፤የሚፈጸምበት ቦታ እና መሳሪያው)ጽንሰ

1. በመደፈርና በዘመድ መካከል በተደረገ የግብረሰጋ ግንኙነት የተጸነሰ ከሆነ፤
2. አርግዝናው መቀጠል በእናቲቱም ሆነ በጽንሱ ሕይወት ወይም በእናቲቱ ጤንነት ላይ አደጋ የሚያስከትል ሲሆን፤ የልጁ መወለድ በእናቲቱ ጤንነት እና በህይወትዋ ላይ ችግር የሚያመጣ ሲሆን ፤
3. ጽንሱ ሊድን የማይችል ከባድ የአካል ጉድለት ያለው ሲሆን ፤
4. አንዲት እርጉዝ ሴት ሀ/ የአካል ወይም የአእምሮ ጉድለት ያለባት በመሆኑ ልጁን ወልዳ ለማሳደግ የህሊናም ሆነ የአካል ብቃት ባይኖራት ለ/ ለአካለ መጠን ያልደረሰች ልጅ ሆና ልጁን ወልዶ ለማሳደግ በአእምሮና በአካል ዝግጁ ያልሆነችና የማትችል ከሆነ ጽንሱን ማቋረጥ እንደሚቻል ህጉ ይፈቅዳል።

ኢሰግ:- አስገድዶ መደፈርና ከዘመድ ጋር ባለው ግንኙነት ከተጸነሰ ማቋረጥ ይቻላል ሲባል መመዘኛው ምንድነው?

ኦሪጅናል:- በእርግጥ ይህ ጥያቄ ብዙውን ጊዜ አነጋጋሪ ሆኖ ይነሳል። ነገር ግን አንዲት ሴት ተገዳ ለመደፈርዋ ወይም በአንዱ ዘመድዋ በተደረገ ግንኙነት ማርገዘዋን በሚመለከት ምስክርዋ እራስዋ ነች። ከዚህ ውጭ ለፖሊስ አመልክተሻል ወይንስ ክስ መስርተሻል ወይ የሚል ጥያቄ አይነሳም። የዝምድናውን ደረጃና ማንነቱን የመጠበቅ ጻ ታም የለባትም። ጤና ጥበቃ ባወጣው የአሰራር መርህ መሰረት የምክር አገልግሎት ከተሰጣት በሁዋላ ጽንሰ ማቋረጡ ይፈቀድላል።

ኢሰግ:- ጽንሰን ማቋረጥ የሚችለው ባለሙያ በምን ደረጃ ያለ ነው?

ኦሪጅናል:- ቀደም ባለው ጊዜ የጽንሰ ሐኪም ብቻ ጽንሰ ማቋረጥ እንደሚችል መመሪያው ይገልጽ ነበር። አሁን ግን ስልጠና እስከተሰጠ ትረስ እንደጊዜ ገደቡ ሙያው ከሐኪም ዝቅ ባለ ደረጃ ያለ የጤና ባለሙጽም ሊሰራ እንደሚችል በመመሪያው ተቀምጦአል። አርግዝናውን ጊዜ በሚመለከት እስከ ሶስት ወር በማን እንደሚሰራ

ከሶስት እስከ ስድስት ወር ...ወዘተ በሚል የተከፋፈለ ሲሆን ሁሉም የጽንሰ ማቋረጥ ሂደቶች ግን ንጽህናውንና ደህንነቱን በጠበቀ ሁኔታ እንዲካሄዱ ተደንግጎአል ። የጽንሰ ማቋረጡ በተለያዩ አካባቢዎች ባሉ የጤና ተቋማት ማለትም ጤና ጣቢያ በመሳሰሉት ቦታዎች ሊካሄድ የማይችል ከሆነ ወደከፍተኛ የህክምና ተቋም በማስተላለፍ መሰራት እንደሚገባውም ይገልጻል።

ኢሶግ:- ወደ ጽንሰ ማቋረጥ ከመደረሱ በፊት አስቀድሞውኑ ያልተፈለገ እርግዝናውን ለመከላከል ምን ቢደረግ ጥሩ ይሆናል?

ኦሪጅናል:- □□ረቀ ቅቷል ላጁ እሳት ጭሮ አትንደድ አትንደድ ቢሉት መንደዱን አይተውም።ወጣቱን ሳያስተምሩ ከችግር እንዴት እንደሚወጡ ሳያሳዩ ያልተፈለገ እርግዝና ትክክል አይደለም፤ ጽንሰ ማቋረጥ አያስፈልግም ቢባል ምንም ውጤት የለውም። አሁንም ጽንሰ ማቋረጥ አይገባም ሲባል ህብረተሰቡ ፣የሀይማኖት ተቋማት፣ ሌሎች የሚመለከታቸው ሁሉ ምን አድርገዋል የሚለውን መመልከት ይገባል።ጽንሰ ማቋረጥን በህግ በመፍቀድና በመከልከል ብቻ የተፈለገውን ውጤት ማምጣት ያስቸግራል።

« ...ችግሩ አሁንም አለ::»

ደህንነቱ ያልተጠበቀ ጽንሰ ማቋረጥ በአለም አቀፍ ደረጃ በከፍተኛ ሁኔታ ለእናቶች የስነተዋልዶ ጤና መጉዋደልና ሞት ምክንያት ከሚባሉት የሚመደብ ነው። በእርግጥ በትክክል ይህን ያህል ቁጥር ብሎ ለመግለጽ አዳጋች ቢሆንም ሕገወጥ ጽንሰ ማቋረጥ በምን ያህል እንደሚገመት የአለም የጤና ድርጅት አላን ጉትማቸር እና አለምአቀፉ የቤተሰብ መምሪያ ለግምት የሚረዳ ቁጥር አስቀምጠዋል ። በንደውጭው አቆጣጠር በ2009 ዓ/ም ከላይ በተጠቀሱት ድርጅቶች የወጣው መረጃ እንደሚከተለው ነው።

- በአለም አቀፍ ደረጃ በየአመቱ ሀያ ሚሊዮን ህገወጥ ጽንሰ ማቋረጥ ይፈጸማል። ይህም በየአስር እርግዝናዎች አንድ እና በሰባት ወሊድ አንድ ደህንነቱ ያልተጠበቀ ጽንሰ ማቋረጥ እንደሚፈጸም ያሳያል።
- 90% ሕገወጥ ጽንሰ ማቋረጥ የሚተገበረው ባልለሙት አገራት ነው።
- በአለም ከሚፈጸሙት ጽንሰ ማቋረጦች 1/3ኛው በህቶግ መንገድ ነው።
- በአለም ደህንነቱ ባልተጠበቀ ጽንሰ ማቋረጥ ምክንያት በየአመቱ ከሰባ ሺህ እስከ ሁለት መቶ ሺህ የሚደርሱ እናቶች ጁሞታሉ። ይህም ማለት ከጠቅላላው የእናቶች ሞት ከ13-20% የሚሆኑት የሚከሰቱት በህገወጥ ጽንሰ ማቋረጥ ነው።

በህገወጥ መንገድ ጽንሰን የማቋረጥ ታሪክ እንደሚያስረዳው በመላው አለም ሴቶች እርስ በእርሳቸው እየተረዳዱ ከህክምና ውጭ በሆነ መንገድ አንዱ የሌላዋን ጽንሰ የምታቋርጥበትን መንገድ እያፈላለጉ ሲረዳዱ ኖረዋል። ህገ ወጥ ጽንሰ ማቋረጥ በአለም አቀፍ

□ረጽ እንደውጭው አቆጣጠር እስከ 1800ዓ/ም መጨረሻዎቹ አካባቢ የቀጠለ ሲሆን በአንዳንድ የአለም ክፍሎች መቋረጥ እንዳለበት በመታመኑ አንዳንድ ስልጠናዎች እየተሰጡ አስፈላጊ በሆነበት ወቅት በህጋዊ መንገድ ደህንነቱ የተጠበቀ እንዲሆን ለማድረግ ተሞክሮአል። ጽንሰ ማቋረጥ በአለም ዙሪያ እንደየሀገራቱ አሰራር ጊዜ ቢፈጅም በአሁኑ ወቅት በብዙ አገሮች የህግን ፈለግ እንዲከተል ተደርጎአል። በኢትዮጵያም በ1996ዓ/ም ደህንነቱ ባልተጠበቀ መንገድ የሚካሄደውን ጽንሰ ማቋረጥ ማስቀረት የሚያስችል ሕግ ወጥቶአል።

በሀገራችን ህገወጥ ጽንሰ ማቋረጥ በአሁኑ ወቅት በምን □ረጽ ላጁ ጁቶታል የሚለውን ለመመልከት አይፓስ ኢትዮጵያን እና አብረው □ሚሰሩ ድርጅቶችና የህብረተሰብ ክፍሎችን አምዱ አነጋግሮአል። ዶ/ር ጥበቡ አለማየሁ በአይፓስ ኢት□□ጸ □□ሮ□ራም ማናጀር □ንደገለጹት አይፓስ በኢትዮጵያ የተመዘገበ መንግስታዊ ያልሆነ ድርጅት ሲሆን በሀገራችን ስራ ከጀመረ ወደ አስር አመት ይሆነዋል። አይፓስ ዋና መስሪያ ቤቱ የሚገኘው በአሜሪካ ነው። አይፓስ በስራ□ ትኩረት የሚያደርገው በሴቶች በስነተዋልዶ ጤና ዙሪያ ሲሆን ሴቶች ያልተ□ለቶ እርግዝናን በመከላከል ደህንነቱ ያልተጠበቀ ጽንሰ ማቋረጥን በማስወገድ □ሪጸ ስራውን የሚሰራ ድርጅት ነው። በስራው ሂደትም □ቤተሰብ እቅድ አገልግሎት እንዲስፋፋ በማድረግ እንደዚሁም ሴቶች ያልተፈለገ እርግዝና ሲገጥማቸው ወደ ህገወጥ ጽንሰ ማቋረጥ ሄደው ህይወታቸውን □ንዳያጡ ለማትረ□ እንዲቻል የተለያዩ የህክምና መሳሪያዎችን እና ቁሳቁሶችን ለህብረተሰቡ በቅርብ ለሚቶኙ ጤና ተቋማትና ድርጅቶች ያቀርባል። ከዚህም በተጨማሪ በተለይም ወጣት ወንዶችና ሴቶች ላይ ትኩረት በማድረግ □ማስተማር እና የህግ ድጋፉን እንዲያውቁት የሚያስችል መንገድን በመከተል የገንዘብና የቴክኒክ ድጋፍ በማድረግ በአካባቢ□ ካሉ

የተለያዩ አካላት ጋር ይሰራል። ስለዚህ መንግስት ዋና ባልሆኑ ድርጅቶችና በዩኒቨርሲቲዎች በኩል መረጃ በመስጠት በማስተማር ሴቶች አገልግሎቱን እንዲጠቀሙ ሁኔታዎችን ያመቻቻል ። በተለይም ከክልሎች ጋር በተዘረጋው አሰራር ህብረተሰቡ ከጤና ኤክስቴንሽን ሰራተኞች ጋር በቅርብ ስለሚገናኝ ከእነርሱ ጋር በመሆን ትምህርቱ እንዲተላለፍ ይደረጋል። በዚህም ትምህርት በመቷቀም እናቶች ጽንሰ ማቋረጥ በሚያስፈልጋቸው ወቅት መንግስት በፈቀደው መሰረት ደህንነቱ በተጠበቀ መንገድ ጽንሰ ማቋረጥን እንዲተገብሩ ይመከራል ብለኝልኝ።

አይታስ ኢትዮጵያ አብሮአቸው ከሚሰራባቸው አካባቢዎች በምሳሌነት የተመለከትነው ከአዲስ አበባ በስተምራብ ሆለታ ከተማን ሲሆን ከአዲስአለም እና ከመናገሻ አካባቢ ጸሎት ህብረተሰብ ሁሉንም በሆለታም የሴቶች ቢሮ እንዲሁም BICDO ተሰኝ መንግስት ዋና ያልሆነ ድርጅትን ተወካይ አነጋግረናል። በህገወጥ ጽንሰ ማቋረጥ ዙሪያ በአሁን ወቅት በአካባቢያቸው ስላለው ሁኔታዎች እንደሚከተለው ተገልጿል።

« ወ/ሮ ዘርትሁን ረዳ ባላለሁ። በሆለታ የከተማ ሴቶች ምክትል ሆኜ ነኝ። በትምህርት ቤት ያሉ ሴቶች ባብዛኛው ትምህርቱንም ቢያገኙም እንኩዋን ያልተፈለገ እርግዝና መከሰቱ አለቀረም ። አብዛኛዎቹ ከትምህርት ቤት እንባረራለን በሚል ስጋትና ቤተሰብ ግዳያዎቻቸው ሲሉ ህገወጥ ጽንሰ ማቋረጥን ይተገብራሉ። አንድ ምሳሌ ተወሳኝ ልጅ እንዲያውም በ2002 ዓ/ም ምጥ አፋፍሞአት ባለበት ሁኔታ ሽንት ቤት ተደብቃ ወልዳ ልትጥለው ስትል ጉዋደኛ አግኝተዋት ወደጤና ተቋም ሄዳ እንድትወልድ ሲደረግ ህጻኑን ለአሳዳጊ ድርጅት ተሰጥቶላት ልጁም በአስራ አምስት ቀን ለሞት ተዳርጎአል። ላልተሰለፉ እርግዝና የሚዳረጉት ብዙዎቹ ህጻናት

ስለሆኑ ባላሰቡት ሁኔታ ከስህተት □□□□ቁ ሕጁ□ታቸውን አደጋ ላይ ጁዓ ላሉ። □ኛ ግን በተለያዩ መድረኮች □ና በቡና ጠጡ ፕሮግራም ማስተማራችንን ቀጥለናል። ሕገ ወጥ ጽንሰ ማቋረጥ በ□□□ዓ ቀንሶአል ቢባልም ችግሩ ግን አሁንም አለ።»

= = = =

«ምስራቅ ሀጃሉቱ□□ቱስ □ባላለሁ። □ምስራቅ በአዲስአለም አካባቢ በአበባ እርሻ ውስጥ ሲሆን የእርሻ ሙጺ ምሩቅ ነኝ። በምስራቅ ቦ□ ብዙ ወጣት ሴትና ወንዶች ሰራተኞች አሉ። በ□□□ዓ ለሁሉም በተቻለ መጠን ጸልተ□ለቱ እርዝናን ሊከላከሉ የሚችሉበትን □ጸ እና ያለመከላከያ የወሲብ ግንኙነት እንዳይፈጸሙ የሚረዳቸውን መድሀኒትና ኮንዶም ከመስጠትም ባሻገር ጤናቸው የሚጠበቅበትን ሁኔ□ □ናስተምራቸዋለን። ነገር ግን በጣም ብዙዎቹ የሚሰጣቸውን ትምህርት አይቀበሉም። ምክንያቱ ምን እንደሆነ ስንገምት በጉዋደኞቻቸው ወይም በቤተሰቦቻቸው ከዚያም አልፎ በስራ አካባቢያቸው ከግምት ውስጥ እንዳይወድቁና ችግር እንዳይደርስባቸው ሲሉ ነው። ስለ□ህ ችግሩ መድረሱን የምንሰማው በህገወጥ መንገድ ጽንሰን ከቋረጡ በሁዋላ □መ□ ሲተኙ ወይም ከስራ ሲቀሩ ነው።አስፈላጊ ከሆነ ሕጉ በሚፈቅደው መሰረት ደህንነቱ በተቷበቀ መንገድ ጽንሱን እንዲያቋርጡና ለዚህም ወደጤና □ብጸ እንዲሄዱ ሲመከሩ የማይቀበሉ ብዙዎች ናቸው።በእርግጥ የአቅም ሁኔታ አንዱ ለችግሩ መንስኤ ሲሆን ይችላል ። በሌላም በኩል በህብረተሰቡ የሚደረገውን ማግለል ይሸሻሉ። ነገር ግን ቀላሉን ነገር ደብቀው ወደከፋ የህይወት ችግር ሲወድቁ ያሳዝናሉ።»

= = = =

Birhan Integrated community development organization □ሆለ□ ቅርንጫፍ አስተባባሪ የሆኑት አቶ ግርማ እንደሚሉት «ቀደም ሲል

በአካባቢው መጠነኛ የሆነ የዳሰሳ ጥናት ተካሂዶ ነበር ። በህገወጥ መንገድ ጽንሰን የማቋረጥ ችግሩ አለ። በሆለታ አካባቢ የአበባ እርሻን ጨምሮ የተለያዩ ስራዎችን ለመስራት እና በኮሌጅም ለትምህርት በዙሪያው ካሉ ከሩቅ አካባቢዎች ይመጣሉ። ከአንደኛ እስከ ስምንተኛ ክፍል ባሉ የትምህርት ተቋማት የሚማሩ ልጆችም ዘንድ ችግሩ አልፎ አልፎ ይጻፋል። በተለጁም ኮሌፅ ምረጫው ወጣቶች ከቤተሰባቸው ተለይተው ስለሚወጡና ነጻነት ያገኙ ስለሚመስላቸው እና ስለ ስነ-ምግባር ጤና ምንም አይነት መረጃ ያልደረሳቸው ስለሚሆኑ ለችግሩ ይጋለጣሉ። በተለይም ለስራ ክርቀት የሚመጡት ልጆች ወጪን ለመቀነስ በሚል በአቅራቢያቸው ባለ መንደር ወንድና ሴት ሆነው ተዳብለው ቤት ተከራይተው መኖር ይጀምራሉ። በሽብ እያደርገው መላመድ ይመጣና ላልተፈለገ እርግዝና ይጋለጣሉ። በዚህ ጊዜ በህግ የተደገፈ ደህንነቱ በተጠበቀ መንገድ ጽንሰን ማቋረጥ እንደሚችሉ ስለማያውቁ ወደህገወጥ ጽንሰን ማቋረጥ ያመራሉ። ህገ ወጥ ጽንሰን ማቋረጥን ለማስወገድም ሆነ የስነ-ምግባር ጤናን በመጠበቅ ረገድ በቡና ጠጡ ፕሮግራምና በተለያዩ መንገዶች ትምህርትን በመስጠት መረጃ ለወጣቶቹ እሚደርስበትን መንገድ እናመቻቸሰለን። በርግጥ ትምህርት በመስጠቱ ረገድ የሚገጥም አንዳንድ ችግር አለ። በትምህርት ቤቶቹ ያሉ ሚኒ ሚዲያዎችን በመጠቀም ረገድ የመማር ማስተማሩን ሂደት ሊያውክ ይችላል በሚል የሚከለክልበት ሁኔታ አጋጥሞናል። በእርግጥ ተማሪዎቹን በአቻ መምህራን አማካኝነት ማለትም በጉዋደኞቻቸው አማካኝነት ትምህርት በማይሰጥበትና ቅዳሜና እሁድ ለማስተማር ጥረት እናደርጋለን። በስራ ላይ በተሰማሩትን ወጣቶች በማስተማሩም በኩል የስራ ሰአትን በማይሻማ መልኩ ትምህርቱን ለመስጠት ይሞክራል። ነገር ግን ውጤቱ አመርቂ አይደለም። »

የአይፓስ ኢትዮጵያ ፕሮግራም ማናጀር ዶ/ር ጥበቡ አለማየሁ ህብረተሰቡን ለማስተማር የሚረዱ መድረኮችን መመቻቸት በሚመለከት ሁሉም ሊያስብበት የሚገባ ነው ብለዋል። « አይፓስም ሆነ ሌሎች ድርጅቶች የባህርይን ለውጥ ለማምጣት የሚሰሩት የቴክኒክ ድጋፍ ማድረግና የማስተማር ስራ ነው ። ስለዚህ በስነተዋልዶ ጤና ዙሪያ ያለው ችግር ምንድነው በሚል ተማሪዎቹን ወይም በስራ ቦታ ያሉትን ወጣቶች በማሳተፍ ትምህርት ቤቶቹና አሰሪዎቹ የድርሻቸውን ሊወጡ ይገባል። በስራም አካባቢ ቢሆን ወጣቶቹ ጤንነታቸው በተጠበቀ መልኩ ደህንነቱ የተጠበቀ የህክምና አገልግሎት እንዲያገኙ ማስቻል የምርት ውጤቱን አመርቂ እንደሚያደርገው እሙን ነው። በትምህርትም በኩል የመማር ማስተማሩን ሂደት በማያስተጉዋጉል መልኩ ወጣቶቹ ስለጤንነታቸው አጣባቢ ትምህርት ቢወስዱ ለሀገር ጠቃሚ የሆኑ ዜጎችን ማፍራት እንደሚቻል ማሰብ ይገባል። ምናልባትም ወጣቱን ወደተሳሳተ አቅጣጫ ሊመራ ይችላል የሚል ስጋት ካለ በቅርብ ሆኖ መነጋገርና በጋራ መስራት ይገባል። »

ጤነኛ ልፀ ለመ□-ለት...

በእርግዝና ወቅት...

- ከየትኛው የጤና ተቋም ነው የምወልደው?
- የሚያዋልደኝ ሐኪም ማነው?
- በእርግዝናዬ ወቅት አደገኛ የሆኑ ምልክቶች አሉኝን?
- ምናልባት ችግር ቢከሰት ምንድነው የምወስደው □ርምጽ?
- በመውለድ ጊዜ ልጠቀምበት የምችለው ገንዘብ አለኝ?
- ለመውለድ ምጥ በሚመጣበት ወቅት ወደሆስፒታል □ምቶኝየቶኝ□□ እንዴት ነው?
- በምወልድበት ጊዜ ምናልባት ደም ቢያስፈልገኝ □ንዴት ነው ማ□ኘት የምችለው?...□□ተ

ከላይ የተዘረዘሩትን ጥያቄዎች ማንኛኛውም እርጉዝ ሴት አስቀድሞ እራስዋን ልትጠይቅና አስፈላጊውን ጥንቃቄ እንድታደርግ መንገድ የሚመሩዋት ናቸው። ባለፈው እትም አንድ ጽንሰ ከመወለዱ በፊት አካላዊና የተለያዩ የጤና ችግሮች እንዲደርሱበት ምክንያት የሚሆኑት ነገሮች ምንድናቸው በሚል □□ ቺ□-ሎስ ሆስ□ታል በማምራት በሆስፒታሉ ተኝተው የነበሩ ወላጆችንና የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ባለሙያ የሆኑትን ዶ/ር አብዱልፈ□ሀ አብዱልቃድር አብደሸን አነጋግረናል። ባለፈው እትም ለንባብ የበቃው ጽንሰ ከመወለዱ በፊት የተለያዩ ችግር እንዲከሰትበት ምክንያት ከሚሆኑት ውስጥ እናትየው አስቀድሞውኑም ሆነ በእርግዝናው ወቅት የሚከሰት እንደደምግፊት እና የስኩዋር ሕመም የመሳሰሉ የጤና እውክታዎች ካሉአትና በተገቢው መንገድ በሕክምና ካልተረዳ እንደአንድ ምክንያት ሊቆጠር እንደሚችል ነው። ከዚህም በተጨማሪ በተለያዩ የጥንቃቄ ጉድለቶች በእርግዝናው ወቅት ...ለምሳሌ...እንደእንግዴ ልጅ መቅደም የመሳሰሉ የተለያዩ ሁኔታዎች ሲያጋጥሙ ጽንሰ ከመወለዱ በፊት በማህጸን ውስጥ እንዳለ የአካል ጉድለት

ወይንም የተለያዩ የጤና ችግሮች እንዲሁም በማህጸን ውስጥ እንዳለ ሕይወትን እስከማጣት የሚያደርስ ችግር ሊገጥመው ይችላል።

ዶ/ር አብዱልፈታህ አብዱልቃድር አብዶሽ ከቅዱስ ጳውሎስ ሚሊኒየም የህክምና ኮሌጅ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ባለሙያ በዚህ እትም ለተለያዩ ጥያቄዎች ማብራሪያ ሰጥተዋል። በሆስፒታሉ ተኝታ የነበረች አንዲት እናት የገጠማትን ለአምዱ ሪፖርተር አንደሚከተለው ገልጸለች።

« እኔ የምኖረው በጎንደር ጣቁሳ ወረዳ ነው። ከአሁን ቀደም አራት ልጆች ወልጄአለሁ ። የመጀመሪያ ልጄ ህያ ሶስት አመቱዋ ሲሆን በሙያዋ ነርስ ናት። ሁለተኛው ልጄ ደግሞ አራተኛ አመት የሕክምና ተማሪ ነው። ሶስተኛዋ የአስራ ስድስት አመት ልጅ ናት ። አራተኛ ወም ወደ አስራ ሶስት አመት ይሆነዋል። ይኔኛ፣ እርግዝናዬ አምስተኛው ሲሆን ከአስራ ሶስት አመት በሁዋላ ያረገዝኩት ነው። ከአስራ ሶስት አመት በሁዋላ የመጣው እርግዝና ግን እጅግ አሳዛኝ ሆነ ። እርግዝናው ወደ ሰባት ወር ሲሆነው በአልትራሳውንድ ታይቶ በጭንቅላቱ አካባቢ የጎደለ ነገር እንዳለው ተነገረኝ። ይህንን በእርግጠኝነት ለማወቅ ስል ወደአዲስ አበባ ዘመዶቼ ጋ መጥቼ ሕክምና ክትትሌን ቀጠልኩ ። በጳውሎስ ሆስፒታል ጸቶህሁቸው ሐኪሞችም ጭንቅላቱ ትክክል እንዳልሆነና በኦፕራሲዮን መገላገል እንዳለብኝ አስረዱኝ። በዚሁ መሰረት አገላግለውኛል። ልባም በሕይወት ስለም።»

□ላት... ከጳውሎስ ሆስፒታል

- ኢሶግ:- ከላይ ያስነቡብነው የወላድዋ ገጠመኝ ምን እንደሆነ ቢያብራሩልን?
- /ር:- ከላይ ታሪኩዋ ለንባብ የቀረበው ወላድ ያረገዝቸው ልጅ የጭንቅላት ቅሉና በውስጡ ሊኖር የሚገባው የአእምሮ ክፍል የሌለው ነበር። በአልትራሳውንድ ሲመረመር የአካል ጉድለት ያለበት መሆኑና

ለጊዜውም መንቀሳቀስ የሚችል ቢሆንም ቢወለድ መኖር የማይችል ምናልባትም መኖር ቢችል እንኩዋን ለእናትየው እጅግ ፈታኝ የሚሆን ነበር። በዚህ መልክ ለመግለጽ አስቸጋሪ የሚሆን የአካልና የጤና ጉድለት ያለባቸው ልጆች ከተለያዩ እናቶች ይወለዳሉ። ለእንደዚህ ያለው ችግር መንስኤው ይህ ነው ማለት አስቸጋሪ ሲሆን የፎሊክ አሲድ እጥረት ግን አንዱ ምክንያት ነው። በሕክምናው ዘርፍም የተፈጠረውን የአካል ጉድለት ማሻሻል የማይቻል ሲሆን እናትየውን ማትረፍና ወደጤነኛው ሕይወቷ የምትመለስበትን ሁኔታ ለማመቻቸት የሚያስችሉ አገልግሎቶች ግን ይሰጣሉ። እንደዚህ አይነት ከባድ የሆነ ችግር ያለበት ጽንሰ በማህጻናቸው ውስጥ የነበራቸው ሴቶች እንዲገላገሉ ከተደረገ በሁዋላ ወደቀጣዩ እርግዝና ከመሄዳቸው በፊት ቅድመ እርግዝና ተከታታይ የሆነ የሕክምና ክትትል ያስፈልጋቸዋል። እንደዚህ ያለ ገጠመኝ የነበራቸው ሴቶች የፈሰሰውን ደም ከመተካት አኩዋያ እንዲሁም ለእርግዝናው የአካልና የስነልቦና ዝግጅት እስኪያደርጉ ቢያንስ ቢያንስ ለስድስት ወር ያህል እንዳያረገዙ ይመከራል። ከማርገዛቸው በፊትም ሆነ ካረገዙ በሁዋላ ለሶስት ወር ያህል በየቀኑ ፎሊክ አሲድ የሚባል መድሀኒት እንዲወስዱ በሐኪም ይታዘዛል ።

- አሶግ:- ከእትብት ጋር በተያያዘ በጽንሰ ላይ የሚደርስ ችግር ምን ይመስላል?
- /ር:- ጽንሱ ከተፈጠረ ጊዜ ጀምሮ ከእንግዴ ልጁ ወደ ጽንሱ ደም □ሚተላለ□□ በእትብት አማካኝነት ነው። እርጉዝ ሴት ከሀያ ስምንት ሳምንት እስከ አርባ ሁለት ሳምንት ባለው ወቅት ባልታሰበ ስለት በድንገት የሽርት ውሀ ሊፈሳት ይችላል። እንደዚህ ያለው ሁኔታ ከተፈጠረ እትብቱ በማዋለጃው ቱቦና በጭንቅላቱ መካከል ስለሚገኝ ጭንቅላቱ ወደታች የመሄድ ሁኔታ ስላለው እትብቱን ይጫነዋል።

□ትብቱን በሚጫነው ወቅት የደም ዝውውሩ በእትብቱ ውስጥ ስለሚቋረጥ ልባ ጁስቃጸል። እንደዚህ ያለው ሁኔታ ሲያጋጥምና እትብቱ በማህጸን በር አካባቢ ሲገኝ በቀላሉ እትብቱ ሊወጣ ይችላል። እርጉዝ የሆነችው ቤት ይህንን ሁኔታ ካለመረዳት የተነሳ ቶሎ ወደሐኪም ቤት ላትሄድ ስለምትችል ጽንሱ ከመስቃየትም አልፎ ቶሎ ሕክምና ካልተደረገለት ሊሞት ይችላል። ከዚህ በተጨማሪም እትብቱ ረጅም በመሆኑ ልጁ እንቅስቃሴ በሚያደርግበት ወቅት እንዳጋጣሚ አንገቱ ላይ ወይም ሰውነቱ ላይ የመጠምጠም ባህርይ ሊኖረው ይችላል። ይህ የሚከሰተው በእርግጥ እንደአጋጣሚ ነው። ልጁ ለመወለድ በሚቃረብበት እና ወደመወለጃው ቱቦ በሚገባበት ሰአት እትብቱ አንገቱ ወይም ሌላው ሰውነቱ ላይ የመወጠር ባህርይ ሊኖረው ይችላል። በዚህ ጊዜ ጽንሱ ስቃይ ይበዛበታል። ከዚህም የተነሳ አረንጉዋዬ የሆነ ፈሳሽ ይጸጋል። በ□ህ ቋ□ እናትየው በፍጥነት ወደሐኪም ቤት በመሄድ ልጁን በኦፕራሲዮን በመገላገል ማትረፍ ይቻላል። በእርግጥ የእትብት በሰውነት ላይ መጠምጠም አልፎ አልፎ ጉዳት ላያስከትል ይችላል። ቢሆንም ግን ጥንቃቄ ማድረግ ተገቢ ነው።

ኢሶግ:- ልጅ በሚወለድበት ጊዜ በጭንቅላቱ ሳይሆን በእግር በትከሻ በመሳሰሉት የሰውነት ክፍሎች የሚመጣው ከምን የተነሳ ነው?

□/ር:- በእርግጥ አብዛኛውን ጊዜ ማለትም ከ 94-95 % ጽንሱ ለመወለድ በጭንቅላት እንደሚመጣ ነው የሚታወቀው። ከ 4-5 % የሚሆነው የጽንሱ አመጣጥ በተለያዩ የሰውነት ክፍል (በቂጥ፣ በትከሻ ፣ በእግር...ወዘተ) ሊሆን ይችላል። ለዚህ በምክንያትነት ከሚጠቀሱት መካከል የማህጸን መጥበብ አንዱ ነው። የማህጸን መጥበብ ካለ ጽንሱን ባገኘው የሰውነት ክፍሉ የማህጸንን በር ሾልኮ እንዲወጣ

ሊያስገድደው ይችላል። የምጡ ሁኔታ የተዛባ ከሆነም ለእንደዚህ ያለው አመጣጥ ሊዳርግ ይችላል። ሌላው ምክንያት በጣም ትልቅ ጭንቅላት፣ ትልቅ ትከሻ የመሳሰለ የአካል ሁኔታ ያለው ጽንሰ ከሆነም ለእንደዚህ ያለው አጋጣሚ ሊዳርግ ይችላል። ስለዚህ አስቀድሞውኑ በአልትራሳውንድ አማካኝነት የጽንሱን አካል መጠን እንዲሁም አመጣጡን የመሳሰለውን በመመልከት ቅድመ ዝግጅት በማድረግ ልጁ ላይ ጉዳት ሳይደርስ በአፕራሲያን ማዋለድ ይቻላል።

ኢሶግ:- ትክክለኛው የጽንሰ ክብደት ከስንት እስከ ስንት ነው ?

□/ር:- ጽንሰ ዝቅተኛ□1.5- ከፍተኛው ደግሞ ከ4 ኪሎ ባይበልጥ ይመከራል። ክብደቱ አራት ኪሎና ከዚያ በላይ ከሆነ ግን ተያይዞ የሚመጣውን ችግር ለማስወገድ ሲባል በአፕራሲያን ቢወለድ ጁመረ□ል :: በእርግጥ አራት ኪሎ የሆነ ልጅ በምጥ ሊወለድ አይችልም ማለት አይደለም። ግን ተያይዞ የሚመጣውን ጉዳት ለማስወገድ ሲባል አስቀድሞውኑ በአልትራሳውንድ ሊ□□ቅ ስለሚችል ቅድመ ዝግጅት ማድረግ ተገቢ ይሆናል። በ□ኛ ሐብር የህክምና አሰጣጥ ደረጃ አንድ ህጻን የመኖር ተስፋውን እንዳያጣ የሚያስችለው ትንሹ ክብደት አንድ ነጥብ አምስት ኪሎ ነው። በእርግጥ በሌሎች አገሮች ከአንድ ኪሎ ጀምሮ ያሉትን ገና የተወለዱ ሕጻናት ማኖር የሚያስችል የህክምና አገልግሎት አቅም አላቸው።

ኢሶግ:- ሕጻናት ከመወለዳቸው በፊት የሚደርሱ የጤና ችግሮችን ለማስወገድ ምን ይመከራል?

□/ር ትክክለኛውን አፈጣጠርና የጤና ሁኔታ ጸሚላ ልፀ ለመ□ለት የሚቻለው አንዲት እናት ከማርገዝባ በፊት ጀምሮ የህክምና ክትትል ማድረግ ስትችል ነው። እርግዝና ከመከሰቱ በፊት ያሉትን የጤና ሁኔታዎች ሙሉ በሙሉ በመከታተል በሐኪም የሚሰጠውን ምክር ተግባራዊ በማድረግ ልጅ ማርገዝ ከተቻለና ከእርግዝናውም በሁዋላ

ያላሰለሰ ክትትል የሚደረግ ከሆነ ጤነኛ ልፀ ለመ□-ሰት □ት-ሉ □ሰኛ ይሆናል።

□ናቱን ...ባድናት

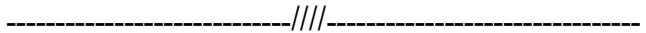
«አለም ምን ጊዜም አዲስ ናት።» ይህ አባባል የአንዲት ወላድ ነው። ወላድዋ ስትኖር የነበረው በትግራይ አድዋ ሲሆን መልእክቱን ያደረሰን ልፀ ሻር ሐጃላጁ ተ□ል□ ነው። እንዲህ ይላል።

«እናቱ የወለደችው ወደ አምስት ሴትና ሶስት ወንድ በድምሩ ስምንት ልጅ ነው። ታዲያ ሰባቱን ልጆች በምትወልድበት ጊዜ ሶስቱን ብቻዋን ሁለቱን ደግሞ ጎረቤቶች ተሰብስበው ነበር ያዋለዱዋት። □ትሜ እየጨመረ ሲሄድ ነው መሰል...ወደበሁዋላ የተወለዱትን ሁለቱን ልጆች ደግሞ በቅርብ በሚገኘው ጤና ጣቢያ ነው የወለደችው። አባታችን ልጅ በጣም ይወዳል። ዘር ምን ይጠላል ነው የሚለው። በአጋጣሚ ሆኖ ስምንታችንም በሙሉ ጤነኞች ሆነን ነው የተወለድነው። ነገር ግን ዘጠንኛውን ልጅ ስታረግዝ የተለያዩ ችግሮች መከሰት ጀመሩ። እናቱ አቅምዋ እየተዳከመ በመምጣቱ በእርግዝናው ወቅት መንቀሳቀስ እስከሚያቅታት ድረስ ታመመች። እርግዝናው ወደሰባት ወር ገደማ ሲሆነው ጭራሹንም ከአልጋ መውረድ አቃታት። በዚህ ጊዜ ወደከተማው ያሉ ዘመዶችዋ ተባብረው መቀሌ ወደሚገኝ ሐኪም ቤት እንድትሄድ አደረጉዋት። በምርመራ እንደተረጋገጠውም የተረገዘው ልጅ አፈጣጠሩ የተበላሽ ሆኖ ተገኘ። ጽንሱ አፈጣጠሩ ከመበላሸቱም በላይ ሕይወቱም ስላልነበረ ሐኪሞቹ በአፕራሲያን አገላገሉአት። እናቱም እጅግ በጣም አዘነች።እንዲህም አለችኝ። ...ልጄ ኃይላዬ ...አየህ ...አለም እኮ ምን ጊዜም አዲስ ናት። በስተመጨረሻው ይህንን አሳዮችኝ...አለችኝ። በህይወት ዘመኔ ሙሉ የማልረሳው ነገር ነው። ከዚህም በሁዋላ ጤናዋ ሙሉ ለሙሉ መመለስ አቅቶት በሶስተኛው አመት ላይ እሱዋም አረፈች። ምንም እንኩን ወንድ ብሆን እኔ የመጀመሪያ ልጅዋ በመሆኔ ብዙውን ችግር ተጋርቻታለሁ። ከአባቱ ይልቅ የምቀርበው እናቱን ነበር። እናቱ

በሕይወት ዘመኑዎ ምንም ሳታርፍ ልጅ በማሳደግና ቤተሰቡን በማስተቱ□□ እንደተንገላታች መጨረሻዎ ይህ መሆኑ እጅግ ያሳዘነኛል። ለዚህ ችግር ሊዳርጋት የሚችለውን ነገር አስቀድሜ አውቄ በሆንኩ ኖሮ እናቱን ባድናት ከምንም በላይ የምወደው ነገር ነበር ። »

□ጁላጁ

ተወልደ ከአዲግራት



--

ይህንን መልእክት መነሻ በማድረግ ልጆች ከመወለዳቸው በፊት ሊደርስባቸው የሚችለው የጤና ችግር ምን ይመስላል ? የሚለውን ለመነጋገር ያመራነው □□ ቅ□ስ ቼ□ሎስ ሆስ□ታል ሚሊኒየም ሜዲካል ኮሌጅ ነው። በሆስፒታሉ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ባለሙያና የክፍሉ □ላኝ □ዎነትን ዶ/ር አብዱልፈታህ አብዱልቃድር አብደሽን እና በጊዜው በሆስፒታሉ ተኝተው የነበሩትን ወላጆች አነጋግረናል።

ኢሰግ:- ጽንሰ በማህጸን ውስጥ እያለ ችግር የሚደርስበት በምን ምክንያት ምንድነው?

□/ር:- ጽንሰ ጉዳት ሊደርስበት ይችላል ተብሎ የሚታሰበው ከተረገዘ በሁዋላ ብቻ ሳይሆን ከእርግዝናም በፊት አስፈላጊውን ሕክምና ካለማግኘት ጭምር ነው። ለምሳሌ የስኩዋር ሕመም ፣የደምግፊት ወይንም አስቀድሞውኑ ከተፈጥሮ የተጎዳ ጽንሰ የወለዱ እና ሌላም የጤና ችግር ያለባቸው እናቶች ከማርገዛቸው አስቀድሞውኑ በትክክለኛ□- መንገድ ሕክምና መውሰድ አለባቸው። የደም ግፊት እና የስኩዋር በሽታ አስቀድሞውኑም ሊኖር ወይንም በእርግዝና ጊዜ ሊከሰት የሚችል የጤና ችግር ስለሆነ ሴቶች ሲያረጋገዙ ሙሉ ጤነኛ ነኝ በማለት መዘናጋት የለባቸውም። በእንደዚህ ያሉ የእናትየው የጤና ችግር ምክንያት የተረገዘው ጽንሰ ላይ ችግር ሊከሰት ይችላል።

በሌላም በኩል እናትየው የሚጠቀስ የጤና ችግር ባይኖራትም ከአኑዋኑዋር ባህርይ ወይንም ከተለያዩ ኬሚካል አጠቃቀሞች ወይንም አንዳንድ ህመምን ለመከላከል የሚወሰዱ መድሀኒቶች የምርመራ አይነቶች በመሳሰሉት ሁሉ ጽንሰ ሊጎዳ ይችላል።

« እኔ የመጣሁት ኩዋታር ከሚባል አገር ነው። ከኢትዮጵያ ወደ ኩዋታር ለስራ ሄጄ እርግዝና አጋጠመኝ። እርግዝናው ወደ ስድስተኛ ወር ሲደርስ ወደአገሪ ተመልሼ መጣሁ። ከዚያም የእርግዝና ክትትል ማድረግ ስጀምር የደም ግፊት እንዳለብኝ ተነገረኝ። በእርግጥ አሁን የደም ግፊቱ ስለተሻለኝ ከሆስፒታል ልወጣ ነው። ነገር ግን የደም □ኝቱ እንደገና የሚመለስብኝ ከሆነ በአስቸኩዋይ ተመልሼ ከሆስፒታል እንድተኛ ተነግሮኛል። □ኔም ጤነኛ ልጅ መውለድና እራሴም አደጋ ውስጥ መውደቅ ስለማልፈልግ በደንብ እከታተላለሁ። »

ሰአዳ አብዱርቃድር ከጳውሎስ ሆስፒታል

-----///-----

--

ኢሶግ:- በጽንሰ ላይ የሚደርሰው ችግር በምን መልክ ይገለጻል?

□/ር:- በጽንሰ ላይ የሚደርሰው ችግር በሁለት መንገድ ሊታይ ይችላል። አንዱ የአካል መጉዋደል ሲሆን ሌላው ደግሞ ጽንሱ በእርግዝና ላይ እያለ ሕይወቱ ሊያልፍ የሚችል መሆኑ ነው። የአካል መጉዋደል ሲባል በተለም□ እንደምናውቀው የእጅ የእግር የመሳሰለው ብቻ ሳይሆን በውስጣዊ አካላትም ላይ የሚደርስ የተፈጥሮ ችግር ነው። አንዳንድ ጊዜ ይህ ጎደለው ብሎ ለመግለጽ የሚያዳግት ነገርም ጸፋግ ማል።

« በአሁኑ ሰአት ፓውሎስ ሆስፒታል ተኝቼ ጸዮኸኝ ልጅ ወልጄ ነው። የወለድኩዋት ልጅ ሴት ናት። ከመውለዱ በፊት ግን ችግር

አጋጥሞኝ ነበር። በድንገት ለስራ እየተንቀሳቀስኩ እያለሁ የደም መፍሰስ አጋጠመኝ። እኔ ከአሁን ቀደም አንድ ልጅ የወለድኩ ሲሆን በዛ ጊዜ ምንም አይነት ችግር አላየሁም ። ስለዚህም በአሁኑ እርግዝና ወቅት ያላየሁ በመሆኑ እጅግ ተደናገጥኩኝ። በፍጥነትም ወደሐኪም ቤት መጣሁ። ሐኪሞቹ ሲያዩኝ የእንግዴ ልጅ መቅደም ነው ብለው አስፈላጊውን የሕክምና እርዳታ አድርገውልኝ እነሆ በሰላም ከልጄ ጋር ተኝቼአለሁ። እኔ ለማንኛኝም እናት የምመክረው በተለይም በእርግዝና ጊዜ ከሐኪም አለመራቅን ነው። »

□ላት...

ከጳውሎስ

« እኔ አሁን የወለድኩዋት ልጅ ስምንተኛ ልጄ ናት። የመጀመሪያ ልጄን የወለድኩዋት በአስራስድስት አመት እድሜዬ ነው። በ□□ግ በአሁኑ ሰአት ብዙ ልጅ መውለድ ለማሳደጉም ሆነ ለጤናው ሁኔ□ የማይመከር ቢሆንም ሴት ልጅ ስፈልግ እነሆ ስምንተኛ ልፀ ለመውለድ በቅቻለሁ ። በእርግጥ ከዚህ ቀደም የወለድኩዋቸው ስድስት ወንድና አንዲት ሴት ልጆች ናቸው ። እግዚአብሔር ይመስገን ሁሉም በጤና ይገኛሉ። ከአሁን ቀደም ሳረግዝ እረፍት የሚባል ነገር አላውቅም። ማንኛውንም አይነት የቤት ስራ □ሰራለሁ። መንገድ □ሄቴለሁ። በ□ህኛ□ እርግዝና ወቅት ግን ወደ ሰባት ወር ማለቂያው ላይ ከባድ እቃ በማነሳበት ጊዜ ደም ፈሰሰኝ። ሐኪም ቤት ስመ□ እንግዴ ልጄ ቀድሞአል አሉኝ። ስለሆነም ከወር በላይ እዚሁ ተኝቼ እነሆ አሁን ሴት ልጄን በሰላም ተገላግያለሁ። »

□ላት... ከጳውሎስ

ኢሰግ:- □እንግዴ ልጅ መቅደም ማለት ምን ማለት ነው?

□/ር:- አንዳንድ እናቶች በአኑዋኑዋራቸው ሁኔታ ወይም በእርግዝና ጊዜ ተገቢውን

ጥንቃቄ ካለማድረግ የተነሳ እና እንዲሁም በተለያዩ ምክንያቶች
 □አንግዶ ልጅ መቅደም ሊገጥማቸው ይችላል። የአንግዶ ልጅ
 በሚቀድምበት ጊዜ የደም መፍሰስ በተለያዩ ምክንያት ሊከሰት
 ይችላል። ለምሳሌም ክብደት ማንሳት ዋናው መንስኤ ባይሆንም
 አስተዋጽኦ ሊያደርግ የሚችልበት ሁኔታ ይኖራል። ከባት □ቃ
 በማንሳት ወቅት በሆድ ውስጥ ያለውን ግፊት ስለሚጨምር ሁኔ□□
 በቀፃ ታ በማህጸን ላይ ይንጸባረቃል። በዚህም ወቅት እንግዶ ልጅ ላይ
 □ሚቶችት አንጻንድ ትናንሽ የደም ሀይቶች በቀላሉ ሊከፈቱና ደም
 ሳጁታሰብ ሊፈስ ይችላል። እንግዶ ልጅ ቀድሞአል የሚል መረጃ ናለ
 የግብረሰጋ ግንኙነት ከማድረግ መቆጠብም ያስፈልጋል። በግብረሰጋ
 ግንኙነት ወቅት የማህጸን በር እንቅስቃሴው ስለሚበ□ እና በዚያ
 አካባቢ ያሉ የደም ሀይቶች ስለሚከፈቱ ደም መፍሰስ ሊኖር
 ይችላል። እንደዚህ ያለ ችግር የደረሰባቸው እርጉዝ ሴቶች በተቻለ
 መጠን እንቅስቃሴ ከማድረግ ተቆጥበው ሙሉ እረፍት እንዲያደርጉ
 ይመከራሉ። የሚያደርጉት እረፍትም በተለይም በሆስፒታል ውስጥ
 ቢሆን ሊከሰት የሚችለውን አደጋ ለመቆጣጠር እና በቅርብ ክትትል
 ማድረግ ስለሚያስችል ይበልጥ ተመራጭ ይሆናል።

«...ለወሲብ ጥቃት ...የስነልቦና ሕክምና...»

«ሴት ልጄን የወሲብ ጥቃት □ንዳይደርስባት ከመስጋት ውጪ ወንድ ልጄ ለአፍታም ቢሆን የወሲብ ጥቃት ይደርስበታል የሚል ጥርጣሬ አልነበረኝም...»

የአንዲት

እናት እማኝነት

በሴቶችም ሆነ በወንዶች ላይ የሚደርስ የወሲብ ጥቃት ወይንም ብዝበዛ ሕጻናቱን በስነተዋልዶ እና በሌሎች አካሎቻቸው ላጁ □ጤና ችግር የሚያደርስባቸው ሲሆን ከዚያም በላይ የስነልቦና ጉዳትን ያስከትልባቸዋል። ጥናቶች እንደሚያሳዩት የወሲብ ጥቃት እና የወሲብ ብዝበዛ ለተመሳሳይ አላማ የሚፈጸሙ ጎጂ ድርጊቶች ሲሆኑ በድርጊት ግን የተለያዩ ደረጃ ያላቸው ናቸው።

ወሲባዊ ጥቃት ወንዶች በሴቶች ላይ ወይንም ወንዶች በወንዶች ላይ በቀጥታ በብልት አማካኝነት የሚፈጸሙት ሓይልን የተመረኮዘ ድርጊት ሲሆን ከዚህም ውጭ በንክኪ ሊፈጸም የሚችል መሆኑን የተለያዩ መረጃዎች ይጠቁማሉ። በላጁ ሓ□ስ ሓምሌ 27 ቀን 2002 ዓ.ም. (አዲስ አበባ ዩኒቨርሲቲ) በጥናታቸው እንደተነተኑት...

በንክኪ የሚፈጸም የወሲብ ጥቃት ማለት በህፃናት ልዩ ልዩ የሰውነት ክፍል ላይ ...ለምሳሌ ሃፍረተ ሥጋ፣ ፊንጢጣ፣ አፍ ...ወዘተ የንክኪ ድርጊት በመፈጸም የሚተገበር ነው።

- በተቋቂው ወይንም ተጠቂ□/ኻር ህፃን ፊንጢጣ ወይም ሃፍረተ-ሥጋ ላይ ጣት ፣ ብልት ወይም ባ□ድ ነገር መጨመር፣ መነካካት፣ □ጁም እንዲጨመር መገፋፋት
- □ንዲሁም በተጠቂው/ዋ ህፃን አፍ ላይ ብልት መጨመር ወይም □ንዲጨምር መገፋፋት፣

- ተቷቂ□/ዋ ህፃን በጥቃት አድራሹ ፊንጢጣ ወይም ሃፍረተ ሥጋ ላይ ጣት፣ ብልት ወይም ባ□ድ ነገር እንድትጨምር/ እንድትነካካ ማድረግ፣ መፋብ□፣ ወይም መገፋፋት፣
- ተቷቂ□/ኸር ህፃን በጥቃት አድራሹ አፍ ውስጥ ብልቱን □ንዲጨምር ማድረግ፣ እንዲነካካ ማድረግ፣ መፋብ□ □ጁም መገፋፋት ...የመሳሰሉትን ይመለከቱ ል።

ከዚህ ውጭ የወሲብ ብዝበዛ በተሰኘው አስነዋሪ ድርጊት ሕጻናት የሚጎዱባቸው አጋጣሚዎች የሚኖሩ ሲሆን ተግባሩም... ህፃናትን በወሲብ ሥራ □ንዲሰማሩ መገፋፋት፣ ማ□ራ□ር፣ ማሰማራት፣ ማ□ኸ□ር፣ ደንበኛ መሆን ፣ አትራፊ/ ተጠቃሚ መሆን ፣ በስፌ□ መፋብ□ የመሳሰለውን ይጨምራል። ከዚህም በተጨማሪ ህፃናትን ምግብ ፣ መቷልጸ፣ □ጁም ሌላ መሰረ□ዊ የህይወት ማቆያ አገልግሎቶችን በመስጠት፣ ወይም ገንዘብ በመስጠት፣ በማታለል ለወሲብ ድርጊት ማጋለጥ ወሲባዊ ብ□በ□ ጁባላል ። ሕጻናትን ለወሲብ ንግድ ሥራ ገላቸውን በስዕል ወይም በቪዲዮ □ንዲቀረፁ በማትረ□ ዓ ቅም ማ□ኘት፣ እንዲሁም በዝሙት ሥራ እንዲሰማሩ በማትረ□ ዓ ቅም ማ□ኘት የወሲብ ብዝበዛ ነው።

በሕጻናት ላይ የወሲብ ጥቃትም ይሁን ብዝበዛ የሚደርሰው እንደ አንዳንድ ጥናቶች ትርጉም ጥቃት የደረሰበት ሰው የሃይል ሚዛኑ ከጥቃት አድራሹ ያነሰ ሲሆን ነው።

ጥቃት አድራሾች በማእረግ ወይንም በመማር አለመማር አሊያም በሀብትና ድህነት የሚለዩ ሳይሆን ከሁሉም የሀብረተሰብ ክፍሎች መካከል ናቸው። ጥቃት ከቤተሰብ አስተዳዳሪ- ች፣ ከወንድምና □ህት፣ ከቅርብ ዝምድና ካላቸው ወገኖች፣ ከጎረቤት፣ ከመኖሪያ አካባቢ ፣ ከትምህርት ቤት ጓደኞችና ከመምህራን እንዲሁም ከማይታወቅ ሰው ሊከሰት ይችላል። በ□ትሜ ሲመዘንም በተለያዩ የ□ትሜ □ልል □ስዓ □ሚቶኙ ሰ- ች ጥቃት ሊያደርሱ ይችላሉ።

የወሲብን ጥቃት ወንዶች በወንድም ሆነ በሴት ህፃናት ላይ ሊያደርሱ ይችላሉ። በተመሳሳይ ሁኔታ ምንም እንኳን ቁጥራቸው የወንድ ጥቃት አድራሾች ያህል ባይሆንም አንዳንድ ሴቶች በወንድም ሆነ በሴት ሕጻናት ላይ የወሲብ ጥቃት እና ብዝበዛ ሊያደርሱ ይችላሉ።

የስነልቦና ባለሙያ የሆኑት አቶ መኮንን በለጠ እንዳብራሩት «የወሲብ ጥቃት የደረሰባቸው ሕጻናት ከጅምሩ ጉዳቱ የሚደርስባቸው በጣም በሚቀርባቸውና በሚወዱት እንዲሁም በሚንከባከባቸው ሰው ስለሆነና ባልጠበቁት ሁኔታ ችግሩ ስለሚፈጠር ሕጻናቱ ይደነግጣሉ። ከዚህም በተነሳ አልተደፈርንም በሚል ክህደት ውስጥ ይገባሉ። ምክንያቱም ጉዳቱን ያደረሰው በአብዛኛው አለኝታ የሚሆናቸው ሰው ስለሆነና ተመልሰውም የሚኖሩበትን ሁኔታ ስለሚያስቡ ችግሩ መታፈን ለመቀበል ይቸገራሉ። በመቀጠልም የሚደርሰው የስነልቦና ችግር ጭንቀት ነው። ለጭንቀት ምክንያት የሚሆነው ደግሞ በኛሪም በልማሳ ፣ መርማሪም ጎልማሳ ፣ ሐኪሙም ጎልማሳ፣ የምክር አገልግሎት የሚሰጠውም ጎልማሳ ሲሆንባቸው ይህንን እውነት ብናገር ሌላ ችግር ይደርስብኛል ከሚል የሚመጣ ነው። ከዚህ ቀጥሎ የሚከሰተው ፍርሀት ነው። የዚህም መነሻ በደረሰው ቸ ግር ምክንያት ትምህርትን ማቋረፍ ፣ እርግዝና ፣ ኤችአይቪ...የመሳሰሉትን የጤና ችግሮች በማሰላስል ለፍርሀትና ለድብርት ይዳረጋሉ። ከዚህ የሚቀጥለው ተስፋ መቁረጥ ነው። የወሲብ ጥቃት የደረሰባቸው ልጆች እራሳቸውን በዚህች አለም እንደማይፈለጉ ፣ ርካሽ እንደሆኑ አድርገው ስለሚቆጥሩ በታችነት ስሜትን ያዳብሩና ወደ ማህበረሰብ ጠንቅ ወደሆኑ ድርጊቶች ይገባሉ። በተለይም በጣም በቅርብ ዘመድ ወይም ቤተሰብ አማካኝነት ጥቃቱ ከተፈጸመና ያላቸውን አለኝ በሚጸቷ ወይም እናት አባት የሌላቸው ከሆነ ተስፋ በመቁረጥ እራሳቸውን ከማጥፋት አይመለሱም። »

ጥናታዊ ስራው እንደሚያስነብደው ሕጻናቱ የወሲብ ጥቃት ሲደርስባቸው ከአካላዊና ስነልቦናዊ ጉዳት በተጨማሪም ማህበራዊ ችግር ይደርስባቸዋል።

- ሰዎችን መጠራጠር
- ሱ- ች ስለኔ ይወያያሉ /ያወራሉ ብሎ መገመት/ መጨነቅ፤
- ሱ- ች ያርቁኛል ብሎ መስጋት፤
- ከሰዎች መራቅ፣ መለየት፣ መቆለፍ፣ ...በማህራዊ እና ስነልቦና ከሚጠቀሱ ችግሮች መካከል ናቸው።

አቶ መኮንን በላጠ የስነ ልቦና ባለሙያ እንደገለጹት «ማህበረሰቡ ያለው የህጻናት አስተዳደግ በአብዛኛው ጫና ባለበት ወይንም እጅግ አሞላቆ ስለሚሆን ልጆቹ በራስ የመተማመን ብቃታቸው በጣም አናሳ ይሆናል። በዚህም የተነሳ ከሌሎች የማህበረሰብ አባላት ጋር የሚያደርጉት ማህበራዊ መስተጋብር ይቀንሳል። ሕጻናቱ ይህንን አይነት ባህርይ ሲላበሱ ህበረተሰባዊ የሆኑ ወጎች ፣ ደንቦችና ስርአቶች፣ ባህሎችን የማክበሩ ሁኔታ ይጠፋና በተቃራኒው አፍራሽ ድርጊቶችን መፈጸምን ይመርጣሉ። ከዚህም የተነሳ የተለያዩ አጉዋጉል ልማዶችን ባህርይዎችን መላመድ ይጀምራሉ። አልኮሆል መጠቃት፣ ሲጋራ እና ሱስ አስያዥ እጾችን መጠቀም፣ ሴቶቹ ወደ ሴተኛ አዳሪነት ስራ መሰማራት የመሳሰሉትን የህይወት ልምዶች ይቀላቀላሉ። ከዚህም የተነሳ ሕብረተሰቡን የሚያውኩ እና በሀገር ደረጃም ጠንቅ የሚሆኑ ድርጊቶችን ወደ መፈጸሙና ከእነሱ ጋር በተያያዘ ማንም ግድ እንደሌለው ወይንም ስለእነሱ ማንም ሊመለከት እንደማይገባው በማመን የተሳሳተ ሕይወትን መምራት ጁጁ□ሉ።

በላይ ሐጎስ ባቀረቡት ጥናት እንደተመለከተው... ሥነ-ልቦናዊ ጉዳት ሲባል በክትሜ □ልል የማይጠበቅ ወሲብ ነክ ጉዳዮችን ማሰብና መፈፀም፣ ፍርሃትና ጭንቀት፣ ራስን የማጣጣልና በራስ ያለመተማመን ፣ የወሲብ ህይወት መፋለስ፣ መዛባት፣ መበላሸት፣ ሰቅጣጭ ትዝ□ና ስጋት፣ ህጁወትን የመጥላትና የመደበት ስሜት፣ ላለመኖር አስተዋጽኦ የሚያደርጉ ድርጊቶችን መሞከር፣ ራስን ማጥፋት ፊ ምሮ የብቀላ ስሜትና በሌላው ሰው ላይ ጉዳት

ለማድረስ የማለምና የማከናወን፣ ተጠራጣሪ፣ ነጭናጫ የመሆን ስሜትና □ና ያለመረጋጋት ስሜት ማሳየት...ወዘተ ናቸው።

የስነ ልቦና ባለሙያው አቶ መኮንን በለጠ እንደጠቀሱት «በቅድሚያ ልንመለከተው የሚገባን ነገር የወሲብ ብዝበዛውም ሆነ ጥቃቱን መፈጸም አደገኛ ወንጀል መሆኑን ህብረተሰቡ አውቆ ለሕጻናቱ ተገቢውን ጥበቃ ማድረግና ሕጻናት እራሳቸውን ከዚህ አደጋ እንዲጠብቁ የሚያስችላቸውን አቅም መፍጠር የሚገባ ሲሆን ጉዳዩ ከዚህ አልፎ ድርጊቱ ከተፈጸመ ሕጻናት በተሳሳተ አያያዝ ምክንያት ሕይወታቸው እንዳይበላሽ ወደነበሩበት ትክክለኛ መስመር በመግባት ትምህርታቸውን እንዲቀጥሉ እና ህይወታቸውን በተገቢው መስመር እንዲመሩ ለማድረግ ከመደበኛው ሕክምና በተጨማሪ በስነልቦናው ዘርፍ ጥረት መደረግ እንዳለበት ነው። ከዚህ ሌላ በህብረተሰቡ በኩል ሊደረግ የሚገባው ነገር ሕጻናቱ በወሲብ ጥቃት ምክንያት ጉዳት ሲደርስባቸው አካላዊውን የጤና አገልግሎት ብቻ አግኝተው መመለስ ሳይሆን ወደስነልቦና ባለሙያም ሊያቀርቡዎቸው እና ባለሙያው ስለሕጻን/ዋ ጤንነት ትክክለኛነት መመስከር እስኪችል ድረስ ከለመሰልቸት ወይም ቸል ካለማለት ክትትል ማትረ□ እንደሚገባ አሳስበዋል ።

«.. መድረኩ ምሳ ከመብላት ያለፈ ነው:: »

ሚያዝያ 28/2003 ዓ/ም በጥቁር አንበሳ ሆስፒታል በቢ. በ. ስዓ. ህክምና ተማሪዎችና አስተማሪዎች እንዲሁም የመስሪያ ቤቱን የስራ ባልደረቦች ያካተተ አመቺ የምሳ ፕሮግራም ተካሂዶ ነበር:: የምሳው ፕሮግራም ምክንያቱ ምንድነው ? የሚለውን ጥያቄ አስተባባሪዎቹ ከማብራራታቸው በፊት የተምህርትን ነገር በአጭሩ ማስታወስ ፈለግን::

መማር ማለት እውቀትን ማግኘት ችሎታን ማሳደግ እና አዳዲስና የተሻሉ ባህርይዎችን መገብየት መሆኑን ማይክሮሶፍት ኢንካርታ 2008 ያስነብባል:: በእርግጥ ትምህርት ሲታሰብ በትምህርት ቤት ውስጥ እንደሚገበይ ብዙዎች የሚስማሙበት ቢሆንም አብዛኛው ትምህርት ግን በህይወት ልምድ የሚገኝ በቤት እና በአካባቢ የሚወሰድ ነው:: ማስተማር ማለትም በቤትም ውስጥ ይሁን በትምህርት ቤት ሲካሄድ ለተማሪው እውነትና እርግጠኝነት የተመላውን መረጃ ማቅረብን ይመለከታል:: በተጨማሪም አዳዲስ ሀሳብን ፣ ችሎታን እና ዘዴን ለተማሪው ማስረጽን ይመለከታል::

ንደኢንካርታ 2008 መረጃነት ወደጤናው ትምህርት ስንዘልቅ የጤና ትምህርት እንደሌለው የትምህርት መስክ ሁሉ የራሱ የሆነ ስርአት ያለው ሲሆን ለየት በሚጸርቁ በቀዳታ ከሕይወት ጋር ስለሚገናኝ ነው:: ንጽህና ፣ አመጋገብ እና ጾታዊ ትምህርቶች በጤናው ትምህርት ዘርፍ የሚካተቱ ናቸው:: በተጨማሪም አንዳንድ ባህርይዎችን የሚያበላሹ ...እንደ አልኮሆል ሱስ አስያዥ እጾች ሲጋራ ማጤስ የመሳሰሉ ጤናን የሚያውኩ ነገሮችን በሚመለከትም የጤና ተማሪው ተገቢውን እውቀት አግኝቶ ሰዎችን እንዲንከባከብ ማድረግ ያስችላል::

ሚያዝያ 28/2003 ዓ/ም በአዲስ አበባ ዩኒቨርሲቲ ሕክምና ፋክልቲ በጥቁር አንበሳ ሆስፒታል በቢ. በ. ስዓ. ተካሂዷል:: ምሳ በብ. መማር ማስተማሩ

ሂደት ይበልጥ ውጤታማ እንዲሆን የተማሪና የትምህርት ማህበረሰቡ መልካም ግንኙነት ወሳኝ መሆኑን ለማመልከት የተደረገ ነበር።

□ሶስተኛ አመት የህክምና ተማሪ የተማሪዎች ተወካይና የኢትዮጵያ የሕክምና ተማሪዎች ማህበር ፕሬዝዳንት የሆነው ዳግማዊ ተስፋዬ የሰጠው አስተያየት እንደሚከተለው ነው።

« ...የዛሬው በአል መምህራንንና ተማሪዎችን የሚያገኛኝ የመማር ማስተማሩን ሂደት የሚያቀራርብ እና የተፋጠነ የሚያደርግ ነው። አስተማሪዎቻችን የቀለም እናቶቻችንና አባቶቻችን ናቸው። እናከብራቸዋለን ...እንወዳቸዋለን። ስለዚህ ቤተሰብ ሆነን ይበልጥ እውቀትን መሸመትና እነሱን ለመተካት መቻል እንዳለብን እናምናለን ። በዚህ የምሳ ፕሮግራም ተማሪዎች ከአስተማሪዎቻቸው ጋር ተሰበግረው እንዲቀመጡ ተደርጎአል። ይህም የሆነበት ምክንያት የአስተማሪዎችን እውቀት እንዲሁም የስራ ልምድና አንዳንድ በመማር ማስተማሩ ሂደት የሚታዩ አሰራሮችን ለማንሳትና ለመወያየት እንዲረዳ ታስቦ ነው። ተማሪዎች ከአስተማሪዎች ጋር የ□ትሜ ልዩነት የሚኖራቸውና እንደልብ የመነጋገር ሁኔታ የሚቸግራቸው ቢሆንም በእንደዚህ ያለው ፕሮግራምና አቀማመጥ ግን መወያየት እንደሚቻል እንምናለን። ይህንን በአል እውን ለማድረግ ተማሪው ጥያቄ ያነሳ ሲሆን ፋክልቲው ግን በአንድ ሀሳብ ስለደገፈን በአሉን ለማዘጋጀት ምቹ ሁኔታን አግኝተናል። ከአስተማሪዎቻችን ጋር ማለትም ከአባቶቻችን ጋር በተቀራረብን እና በዋልን ቁጥር አባቶቻችንን መስለን እንድንወጣ ይረዳናል። ሙያቸውን ወይንም ትምህርቱን ብቻ ሳይሆን የእነሱን የህይወት ልምድ ይዘን ለመውጣት ይረዳናል። በአገራችን ያሉ የህክምና ባለሙያዎች በየትኛውም የአለም ክፍል በሙያቸው የተመሰከረላቸው ስለሆነ እነሱን መስሎ መውጣት ያከራናል። መምህራኖቻችን በማስተማር ሂደቱ ከተማሪው ጋር

ለመወያየት ምንም ጊዜ የሌላቸው ሲሆን እንደዚህ ያለው መድረክ መጠቀሙ ተማሪዎቻቸውን በውል ለመረዳት ያመቻቸዋል የሚል እምነት አለን። ይህንን ፕሮግራም ተማሪዎች ሙሉ በሙሉ በሚያሰኝ ሁኔታ የደገፉት ሲሆን እንዲያውም የአቅም ጉዳይ ወስኖን እንጂ ተማሪዎቹ አመታዊ ምሳ ከሚባል ወርሀዊ የምሳ ፕሮግራም ቢሆን እንደግፋለን የሚል አስተያየት እየሰነዘሩ ነው።» ብለው አልፏል።

በአሉን ከሚያስተባብሩት ባለሙያዎች መካከል ዶ/ር ፈቃደስላሴ ሄኖክ በአዲስ አበባ ዩኒቨርሲቲ ሕክምና ፋክልቲ የቀዶ ጥገና ትምህርት ክፍል አሲስታንት ሮድሮልግ ጽዮስ ሆኗል።

« ይህ አመታዊ የምሳ ቀን የሚባለው ልምድ ቀደም ሲል የነበረ ነው። ቀደም ባሉት አመታት የገና ምሳ በሚል መምህራን ገንዘብ በማዋጣት ተማሪዎቻቸውን ምሳ ይጋብዙ እንደነበር ተማሪ በነበርኩ ጊዜ አስታውሳለሁ። ነገር ግን ያ የገና የምሳ ፕሮግራም በተለያዩ ምክንያቶች ተቋርጦ ቆይቶአል። አሁን በዋናነት ይህንን ዝግጅት ያዘጋጀው የተማሪዎችን ማህበራዊና ትምህርታዊ እንዲሁም ኢኮኖሚያዊ ሁኔታ የሚመለከተውና የምክር አገልግሎት የሚሰጠው (Students welfare and counseling committee) ነው። ይህ ኮሚቴ በትምህርት ቤቱ ዲን የሚመራ ኮሚቴ ነው። ችግረኛ የሆኑና እራሳቸውን በገንዘብ መርዳት ለማይችሉት በተለይም ድጋፍ ሰጪዎችን በማፈላለግ ተማሪዎች እንዲረዱ የሚያደርግ ነው። ይህ ፕሮግራም ከምሳ ያለፈ ነው። መድረኩን በመጠቀም ተማሪዎች ከአስተማሪዎቻቸው ጎን ተቀምጠው ሳይፈሩና ሳይጨነቁ ነገር ግን በማክበር መጠየቅ የሚፈልጉት ነገር ካለ ቀለል ባለ መልክ እንዲወያዩ ያስችላቸዋል። የህክምና ባለሙያዎቹም ይህንን ፕሮግራም ቀደም ሲልም የሚያውቁትና የሚያካሂዱት የነበረ ሲሆን አሁንም ሮድሮልግ ጽዮስ ሆኗል። ሆኖም ሆነው አስፈላጊውን ትብብር

አድርገዋል። በእድሜ አንጋፋ የሆኑት እና በሙያው ቀደምት የሆኑ መምህራኖች በሙሉ ጥሪውን ተቀብለው በእንግድነት ተሳትፈዋል። በዚህ ዝግጅት ተማሪውን አስተማሪውንና የመስሪያ ቤቱን ሰራተኞች ጨምሮ ወደ ሁለት ሺህ አምስት መቶ ተጋባዮች ይሳተፋሉ። ለዚህ ዝግጅት የተተማኝ ወደ መቶ ሰላሳ ሺህ ብር የሚደርስ ገንዘብ ሲሆን ይህንን ገንዘብ ለማግኘት ወደ አስራ አምስት ድርጅቶች ስፖንሰር አድርገዋል። ከእነዚህ ድርጅቶች መካከልም ከፍ ያለውን ገንዘብ የሰጠው የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ነው።» እንደ ዶ/ር ፈቃደስላሴ ሄኖክ ማብራሪያ።

የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ኢሶግ በሕክምና ፋክልቲው ለተዘጋጀው አመፀቁ ምሳ ሮግራም የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር የቦርድ አባል እና በዩኒቨርሲቲው መምህር እንዲሁም የጽንሰና ማህጸን ሕክምና እስፔሻሊስት የሆኑት ዶ/ር ማህሌት ይገረሙ እንደሚከተለው ተገልጿል።

« የሕክምና ፋክልቲው በየአመቱ ከዚህ በፊት ያካሂድ የነበረው አመታዊ የምሳ ፕሮግራም በግምት ላለፉት አምስት አመታት በተለያዩ ምክንያቶች ተቋርጦ ቆይቶአል። አሁን ግን ሰፊ ባለ መልኩ እንዲዘጋጅ ሲወሰን ድጋፍ እንዲያደርጉ ከተጠየቁ ድርጅቶች መካከል ESOG የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር አንዱ ነው። በዚህም መሰረት ማህበሩ ገንዘብ የሰጠበት ዋናው አላማ የዛሬው ተማሪዎች የነገው ሐኪሞች እንዲሁም የተነገ ወዲያ እስፔሻሊስቶች እና ከዚያም በላይ የሚያድጉ ሲሆን ከምንም በላይ ደግሞ የጽንሰና ማህጸን ሕክምናው እስፔሻሊስት በመሆን ለእናቶችና ሕጻናት ተገቢውን ሕክምና የሚሰጡ ለህብረተሰቡና ለአገሪቱ የሚጠቅም ከፍተኛ ባለሙያዎች የሚሆኑ በመሆኑ ከአስተማሪዎቻቸው ጋር በይፋ የሚገናኙበት ፕሮግራም እጅግ ጠቃሚ ይሆናል በሚል ነው።

ስለሆነም የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር የሚነድፋቸው ፕሮጀክቶች በእናቶችና ሕጻናት ላይ የሚያተኩር በመሆኑ በወደፊቱ ሂደት በጠነከረና በተሻሻለ መንገድ መስራት እንዲቻል ዛሬ በተማሪነት ደረጃ ያሉት የነገዎቹ የህክምና ባለሙያዎችና እስፔሻሊስቶች ድጋፍ እንደሚያስፈልግ እሙን ነው። ስለዚህም ተማሪዎቹን ከአስተማሪዎቻቸው ጋር በይፋ በምሳ ፕሮግራም የሚያገናኘውን ይህንን ፕሮግራም መደገፍ ጠቀሜ□□- የሳላነው። በእርግጥ ይህ አመታዊ የምሳ ፕሮግራም የተዘጋጀው በፋክልቲው በመማርና ማስተማር ላይ ላሉ ሲሆን ከስነተ-ዋልዶ ጤናና ኤችአይቪ ኤይድስ ውጪ አንዲት እናት ወይንም ሕጻን ልጅዋ ቢታመሙ እንደአስፈላጊነቱ መታከም ስለሚገባቸው የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ትልቅ ግምት የሚሰጠው ነው። ፕሮግራሙ ወደፊትም ከምሳ ፕሮግራም ውጭ ጥናትና ምርምርን በሚገልጽ መልኩ የሕክምና ፋክልቲ ቀን በሚል ሊከበር እንደሚችል የፋክልቲው ዲን ቃል የገቡ ስለሆነ አስተማሪዎችና ተማሪዎችም እንዲሁም ድጋፍ የሚያደርጉ አካላትም ኢሶግን ጨምሮ የበኩላቸውን እንደሚያደርጉ በተሰድፋ እንጠብቃለን።» ሲሉ ተናግረዋል።

ሚያዝያ 28/2003 በተደረገው በዚህ አመታዊ የምሳ ቀን ፕሮግራም ላይ የኢትዮጵያ ፌዴራላዊ ዲሞክራሲያዊ ሪፐብሊክ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ሚኒስትር ዶ/ር ተዳዎድኖ አድህናምን ጨምሮ በርካታ ፕሮፌሰሮች የዩኒቨርሲቲው ፕሬዝዳንትና የህክምና ባለሙያዎች ተገኝተዋል።

«..እኔው አርግገፎ ወለድኩ ብል ...»

በአዲስ አበባ በካዲስኮ አጠቃላይ ሆስፒታል በተዳኘንበት ወቅት አንዲት እናት ከህጻኑም ጋር በተለያዩ አልጋዎች ጎን ለጎን ተኝታለች። ህጻኑም ሙሉ ሰውነት ያላትና ድንቡሽ ያለች... ቆንጆ ነች። በአርግጥ እናትየውም ቆንጆ ናት። በአጠገብም ያለች... ለአራስዋና ለልጅዋ እንክብካቤ የምታደርግ የቤተሰቡ አባል የሆነች ሴት እንደሰጠችው አስተያየት ህጻንዋ እናትዋን ትመስላለች። ይህች ሴት ልጅ ማግኘት የቻለችው እንደእሱዋ እማኝነት ይከታተላት በነበረው የጽንሰና ማህጸን ህክምና ባለሙያ ባደረገው የጠበቀ ክትትልና የህክምና እርዳታ ነው። እናትየው የገጠማት ታሪክ እንደሚከተለው ነው ።

« ልፀ ማግኘት ጉጉቴ በጣም ከፍተኛ ነበር። ነገር ግን አልቻልኩም። በአረገዝኩ ቁጥር ውርጃ ይከተላል። እጅግ በጣም ነበር የተሰቃየሁት። ነገር ግን በህክምናው ሰፋ ያለ ክትትል ሳደርግ በማህጸንሽ ውስጥ እጢ አለ...ስለዚህ እጢውን ብቻውን ለማስወጣት ስለማትችይ ከማህጸንሽ ጋር መውጣት አለበት ተባልኩኝ። ማግኘት በጣም ተስፋ ቆረጥኩኝ። እንግዲህ ማህጸኔ መውጣት ካለበት ልምድ ያለው ደህና ሐኪም መፈለግ አለብኝ አልኩና ማጠያየቅ ጀመርኩኝ። ያማከርኩዋቸው ሰዎች ደ/ር መብራቱ ጀምበርን ጠቆሙኝ። እኔም ክትትሌን ጀመርኩኝ። ዶክተሩ ምርመራውን ማድረግ የጀመሩት ገና ከማርገዜ በፊት ነው። እኔ የነበረብኝ የጤና ችግር እጢው ብቻ አይደለም። የስኩዋር ሕመምተኛ ነኝ። እንደገናም አር ኤች ኔጌቲቭ ነኝ። ስለዚህ ደ/ር የነገሩኝ ስለ ስኩዋር ተጠንቀቂ... ሌላውን ነገር እንደእግዚአብሔር ፈቃድ በእኔ ተይው ብለውኝ ነበር። እንዳሉኝም ለእግዚአብሔርና ለደ/ሩ አደራውን ትቼ ይኸው የሴት ልጅ እናት ሆኛለሁ። ልጅትዋ የተወለደችው በቀኑዋ ሳይሆን ቀድማ ነው። ምክንያቱም የሽርት ውሀው አልቆ በመገኘቱ ነው። እርግዝናውንና

□ጢውን በተመሳሳይ ወቅት የመሸከም ሁኔታው ለእኔ ብዙም አልከበደኝም። አሁንም እጢው አልወጣም። እኔም ድጋሚ አንድ ልጅ ብ□ልት እፈቅዳለሁ። ሐኪሜም ያንን እድል እንደሰጡኝ □ቆዓ ረኝለሁ።»

ቀደም ሲል ያነበባችሁት ሙሉ ለሙሉ ያናገርናት እናት ቃል ነው። ቀጥለን ወደዶክተር መብራቱ ጀምበር የጽንሰና ማህጸን ሕክምና እስፔሻሊስት ማብራሪጸ እናልፋለን።

ኢሶግ:- በማህጸን ውስጥና አካባቢ የሚበቅሉ እጢዎች ልዩነት አላቸውን?

□/ር:- ማህጸን ላይ በእጢ የሚፈረጁ ብዙ አይነት የጤና ችግሮች አሉ። እነዚህ በእጢነት የሚፈረጁት ውሀ አዘልና ጠጣር እጢዎች በመባል ይከፈላሉ። እነዚህ እጢዎች የሚበቅሉት በማህጸን ዋና አካል እና የዘር ፍሬው አካባቢ ሊበቅሉ ነው። የዘር ፍሬው አካባቢ የሚበቅሉት እጢዎች ብዙ ጊዜ ውሀ አዘል ሊሆኑ ይችላሉ። እነዚህ እጢዎች የመውለድ ችግርና አንዳንዶቹ ደግሞ ከመውለድ ችግር ውጪ የአካባቢውን አካል በመጫን ወይም ስራውን በማወክ የጤና ችግር ያስከትላሉ።

ኢሶግ:- ቷ□ር እጢና ውሀ አዘል እጢ ሲባል ልዩነቱ ምን ይመስላል?

□/ር:- ቷ□ር እጢዎች ውስጣቸው ፈሳሽ የሌለበት ጠንካራ የሆኑ ናቸው። ውሀ አዘል እጢዎች ደግሞ ውስጣቸው ውሀ ያዘለ ሲሆን የውሀው አይነት ግን ይለያያል። በሳይንሳዊው አጠራር Serous... □ሚባሉ ...ሌላም አይነት ስያሜ ያላቸው ፈሰሾችን ያዘሉ እጢዎች ጁ□ቷራሉ። እነዚህ ፈሳሽ አዘል እጢዎች ካንሰር ሊሆኑም ላይሆኑም ይችላሉ። በዋና ማህጸን አካል ላይ የሚወጡት እጢዎች ግን ጠጣር እጢዎች ናቸው። እነዚህ ጠጣር እጢዎች ወደተለያዩ ማለትም ውስጣቸው ወደፈሳሽነት ወይም ወደ አጥንት መሰል ነገር ሊቀየሩ ይችላሉ። ነገር ግን ካንሰር የመሆን አጋጣሚያቸው በጣም አነስተኛ

ቱ። እድሉዋን እንድትሞክር ነው የተደረገው። ከዚያ በሁዋላ እርግዝና ተፈቷል። እርግዝናውን ክትትል በሚመለከት ግን የሙያ ጉዳይ ሆኖ ማዋለዱን መስራቴ ብቻ ይገለጻል እንጂ እኔ እራሴ እርግዝናውንም እንዳረገዘኩት ነው የምቆጥረው። ምክንያቱም እያንዳንዱን ሁኔታ ለታካሚው መንገር መጨናነቅን ከመፍጠር ውጭ ሊያመጣ የሚችለው መፍትሔ ስለማይኖር እሱዋ በማታውቀው መንገድ እያንዳንዱ የጤና ችግር ወደከፋ ደረጃ እንዳይተላለፍ ለማድረግ ብዙ ጥረት አድርጌአለሁ።

ኢሶግ:- የሽርት ውሀ አስቀድሞ የማለቁ ምክንያት ምንድነው?

□/ር:- የመወለጃ ጊዜው ከመድረሱ በፊት ወደ ሰላሳ ስድስት ሳምንት ገደማ ላይ የሽንት ውሀው አለቀ። እናትየው የስኩዋር ሕመም ስላለባት በዚህ ጊዜ የልጁ ሳምባ ሙሉ ለሙሉ ጠንካራ ላይሆን ይችላል። ሳምባው ጠንካራ ካልሆነ ደግሞ ልጁ ከወጣ በሁዋላ ችግር ሊከተል ይችላል። ባጠቃላይ የነበረው ሁኔታ ፈተና ነበር ማለት ይቻላል። በዚህም ምክንያት የነበረው አማራጭ ከወላድዋ ጋር መመካከር ነበር። ምክንያቱም የሽርት ውሀው ካለቀ በሁዋላ እማህጸን ውስጥ እንዲቆይ ማድረግ ልጁን እንዲጠፋ ሊያደርገው ይችላል። ያ ደግሞ ቀደም ሲል ያጋጥማት የነበረው የውርጃ ሁኔታን ያስከትላል። ስለዚህም የልጁ ጤንነት በምንም ደረጃ ላይ ቢሆን ያለው እድል ማዋለድ ብቻ በመሆኑ እንዲወለድ ተደረገ። በዚህም እርምጃችን ውጤታማ ሆነን እናትየው በዓሩ ጤንነት ላይ የምትገኝ የሴት ልጅ እናት ለመሆን በቅታለች።

ኢሶግ:- እናትየው ከወለደች በሁዋላ እጢው ለምን አልወጣም?

□/ር:- □ቲ.□ በእርግጥ አልወጣም ። ምክንያቱም በአፕራሲያን ሲወለድ በዛው ሰአት እጢውን ማውጣት በጣም ከባድ ስለሆነ ነው። ምክንያቱም በእርግዝና ወቅት ማህጸን ብዙ የደም ቧምቧዎች ይኖሩታል። የዚህም ምክንያቱ ጽንሱ ማንኛውንም ምግብ በደም

መል□ ለመመቶስ እንዲችል ዝግጅት ስለሚያደርግ አዳዲስ የተፈጠሩ ፣ጻ□ቶ ፣□□□ሩ የደም ቧምቧዎች ይኖራሉ። እነዚህ የደም ቧምቧዎች ባለብት ሁኔታ እጢውን ለማውጣት ቢሞክር የመቆራረጥ እድል ስለሚገጥማቸው ከፍተኛ የሆነ የደም መፍሰስን ይፈጥራል። በዚህ ወቅት የሚፈጠረውን የደም መፍሰስ ለማቆም በጣም ስለሚያስቸግርና የሷንም ሕይወት አደጋ ላይ ስለሚጥል እጢውን ማውጣት አልተሞከረም። ስለዚህ የእናትየውን ሕይወት አደጋ ላይ ሊጥል ስለሚችልና ምናልባትም ሌላም ሁለተኛ ልፀ □መ□ለት እድል ሊኖራት ስለሚችል እጢው እንዲቆይ ሆኖአል። በእርግጥ በውጭ በኩል የወጡ እጢዎች ቢሆኑ በወሊድ ሰአት በሚደረገው ኦፕራሲዮን እጢውን ማውጣት ይቻላል። በውስጥ በኩል ያለውን እጢ ማውጣት ግን አደገኛ ነው።

ኢሰግ:- ወላድዎ ...«ሌሎች ሐኪሞች ማህጸንሽ መውጣት አለበት አሉኝ»ባለችው ላይ ምን አስተያየት ይሰጣሉ ?

□/ር:- ሌሎች የህክምና ባለሙያዎችም በእኔ የተወሰደውን አይነት □ርምጽ ሊወስዱ ይችላሉ የሚል እምነት አለኝ። ምክንያቱም ባለሙያዎች □ሚማሩት በተመሳሳይ ደረጃ ስለሆነ ሌሎች ባለሙያዎችም እኔ ያደረግሁትን ጥረት እንዲያውም ከዚያም በላይ ሊያደርጉ ይችላሉ □ሚል እምነት አለኝ ። በእርግጥ የታካሚን ጥያቄ በትእግስት አዳምጦ፣ የተፈጠረውን የጤና ችግር መርምሮ አማራጩን መንገር እና የተሻለ እድል ሊኖር እንደሚችል □ካሚውን ማማከር እና የተቻለውን ጥረት ማድረግ ከሕክምና ባለሙያው ይጠበቃል። በአጠቃላይ ግን በተደረሰበት ወሳኔ ላይ ጥርጣሬ ሲኖር ይህች □ካሚ በወሰደችው እርምጃ መልክ ሌሎች ሐኪሞችንም ማማከር ጥሩ ሊሆን ይችላል። አንዳንድ ጊዜ ግን ይህም አካሄድ ችግር እንደሚያስከትል መረዳት ይገባናል። ምክንያቱም ምናልባት የደረሰው የጤና ችግር

መድሀኒት መውሰድ የሚያስፈልገው ቢሆን በተለያዩ ሐኪሞች የ□□ መድሀኒቶችን አደባልቆ በመውሰድ ወይንም የተለያዩ ምክሮችን በማዳመጥ ግራ በመጋባት ጤንነትን አደጋ ላይ መጣል እንዳይኖር ሁሉም ሊጠነቀቅ ይገባዋል። በአጠቃላይ ግን ማንኛውም ሴት በእርግዝና ወቅት ጊዜ ሳትፈጅ ምርመራና ክትትል ማድረግ እንዳለባት በዚህ አጋጣሚ መጠቀም እወዳለሁ።

« ሕጻናትን አድነናል ብለን ብናስብ ...»

በኢትዮጵያ ብዙ ሕጻናት ሳይወለዱም ሆነ ከተወለዱ በሁዋላ በኤችአይቪ ቫጁረስ □ጦጸ□ እድል ሊገጥማቸው ይችላል። እንደ ዩኒሴፍ መረጃ በ2003 እንደውጭው አቆጣጠር በኢትዮጵያ በኤችአይቪ ቫጁረስ በመያዛቸው ምክንያት የአምስት አመት እድሜያቸውን ሳይሞሉ ለህልፈት የተዳረጉ ሕጻናት ቁጥር ወደ ሁለት መቶ ህምሳ ሺህ የሚጠጋ ነበር።

ሕጻናት ከመወለዳቸው በፊትም ይሁን ከተወለዱ በሁዋላ ማለትም በእርግዝና ቱ□ በወሊድና በጡት ማጥባት ወቅት በቫይረሱ እንዳይያዙ የሚያደርገው ፕሮጀክት PMTCT የሚባል ሲሆን ይህ ፕሮጀክት በመላ አገሪቱ በሚገኙ የመንግስት ሆስፒታሎች ይሰጥ የነበረ ነው። ይህንኑ አገልግሎት በግል የህክምና ተቋማት ውስጥ እንዲሰጥ ለማድረግ የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ከፌደራል ጤና ጥበቃ ሚኒስቴርና ድጋፍ ሰጪ አካላት ፉር በመተባበር እየተንቀሳቀሰ ይገኛል።

ዶ/ር ብርሀን አጥናፍ የ PMTCT ፕሮጀክት አስተባባሪ እንደገለጹት «ፕሮጀክቱ አራተኛ አመቱን ይዞአል። ስራው ከተጀምረ ጀምሮ በግል ህክምና ተቋማት ውስጥ ኤችአይቪ ከአናት □□ልፀ እንዳይተላለፍ በስፋትና በብዛት ውጤታም የሆነ ስራ □□ተሰራ ጁቶኛል። በ□ህም ብ□ እናቶችና ሕጻናት ተጠቃሚ ሆነዋል። በ□ሮጸ□ቱ የተካተቱት □□ል □ህ□ምና ተቋማት በአዲስ አበባ ጤና ቢሮ □-ስዓ ሀያ ስምንት ሲሆኑ በተለያዩ የመስተዳድር አካላት ውስጥም የተወሰኑ የግል የህክምና ተቋማት ተካተዋል። በመስተዳድር አካላቱ በአማራ ክልላዊ መስተዳድር አራት □□ል የጤና ተቋማት ፣በድሬ ዳዋ ሁለት □□ል ሆስ□ታሎች፣ በሐረር ሁለት □□ል የጤና ተቋማት ፣በሱማሌ አንድ □□ል የጤና ተቋም፣ በኦሮሚያ አዳማ ላይ ሁለት □□ል የጤና ተቋማት ላይ አገልግሎቱ ይሰጣል። በአጠቃላይም በኢትዮጵያ ሰላሳ ዘጠኝ የህክምና

ተቋማት ላይ ኤችአይቪ ኤይድስ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ ለማድረግ የሚያስችል የህክምና አገልግሎቱ □□ተሰቷ ጁቶኛል።» ብለዋል።

በኦሮሚያ ውስጥ ከተካተቱት የግል የህክምና ተቋማት አንዱ የሆነው መድሀኒአለም ሆስፒታል ተክኒካል ማናጀር የሆኑት ሲ/ር መቅደስ መርከቡ እንደገለጹት « ኤችአይቪ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ የማድረግ አገልግሎት ከኢሶግ ጋር መስራት ከመጀመሩ በፊትም መሰጠት ተጀምሮ ነበር።እንደግል የህክምና ተቋምነቱ የምናየው ነገር እናቶች ከመጀመሪያው □አርግዝና ሳምንት ጀምሮ የእርግዝና ክትትል ማድረግን አለመልመዳቸውን ነው። እርግዝናው ወደ አምስት ወር ሲጠጋውና በተለጁም በ□ህ ሆስ□□ል ለመውለድ ሲወስኑ ዘግይተው ነው □□ ሆስ□□ሉ የሚመጡት።ሆስፒታሉ አገልግሎቱን መስጠት የሚጀምረው በመጡ ሰአት ሲሆን አገልግሎቱን ቀደም ብለው መጀመር ነበረባቸው የሚለው ነገር ከአቅም በላይ ነው። ማንኛኛው እናት ልጅ ለማርገዝ በምታሰብበት ጊዜ □ራስዋን ከቫይረስ ነጻ መሆንና ያለመሆንዋን ጠንቅቃ እንት□□ቅ የምክር አገልግሎት ይሰጣል። ምናልባት እናቶቹ ከቫይረሱ ጋር የሚኖሩ ከሆነ ቫይረሱ ወደ ልጆቻቸው እንዳይተላለክ ለማድረግ የተቻለውን ሁሉ ማድረግና የህክምና ክትትሉን በተገቢው መ□□ም እንደሚገባም ይነገራቸዋል። አብዛኞቹ እናቶችም ይህንን የሚከተሉ በመሆኑ ሕጻናቱን ሊከሰት ከሚችለው በቫይረስ የመያዝ ሁኔታ ስለሚከላከሉላቸው ብዙ ሕጻናትን አድነናል ብለን ብናስብ ትክክል ነው።የሚሰጠውን አገልግሎት በማሟላት ረገድ የኤችአይቪ መመርመሪያ መሳሪያዎችን የኦሮሚያ ጤና ቢሮ ይሰጠናል። ለሕጻናት የሚሰጡ የኤችአይቪ መድሀኒትን የጤና ቢሮው በነጻ ይሰጠናል። ስልጠናና አንዳንድ ነገሮችን ከኢሶግ እናገኛለን። » ብለዋል ። ኤችአይቪ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ የሚያግዘውን አሰራር ተግባራዊ በማድረግ ረገድ የሚሰጠውን ድጋፍ በሚመለከት በኢሶግ የ PMTCT ፕሮጀክት አስተባባሪ የሆኑት ዶ/ር ብርሀን አጥናፍ እንደገለጹት አገልግሎቱ በመሰረታዊነት በነጻ እንዲሰጥ በመንግስት በኩል ትኩረት የተሰጠው በመሆኑ

የፌደራል ጤና ጥበቃ አሰራር ይፈቅዳል። የዚህም መሰረታዊ ምክንያት ማንኛ ችግም እናት ለአቅመ አዳም ከደረሰች እና እርጉዝ ከሆነች በሁዋላ ገንዘብ የለኝም በሚል ሳትመረመር እንዳትቀርና እድሉን እንድታገኝ ሲባል የተዘረጋ አሰራር ነው። ስለዚህ የፌደራል ጤና ጥበቃ ሚኒስቴርና የክልል ጤና ቢሮዎች አስፈላጊውን ግብአት ...መድሀኒት ፣ የህክምና ባለሙያ፣ ፵ምርመራ መሳሪያዎችን የመሳሰሉትን ሁሉ ያቀርባል። የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር በፕሮጀክቱ አማካኝነት ስልጠና ይሰጣል። እንዲሁም በአገልግሎቱ ውስጥ ጀማሪ የሆኑ ሰዎችን ልምድ ባካበቱ ባለሙያዎች አማካኝነት በበፀፀ በመቶነት ክትትል እና ተግባራዊ ድጋፍ በማትረፍ ኤችአይቪ ከእናት ወደልጅ እንዲገባ ተላላክ ለሚጸርቱ አሰራር የማብቃት ስራን ይሰራል። ማህበሩ ሁሉ ባለሙያዎች ስላሉት በነዚያ ባለሙያዎች አማካኝነት በየግል የህክምና ተቋማት በመገኘት በትብብር ይሰራል። ማህበሩ ከመንግስት ጋር ማለትም ከፌደራልና ከክልል የጤና ቢሮዎች ጋር እንዲሁም ከአጋር ድርጅቶች ጋር በመተባበር ጁሰራል። እንዲሁም ሕጻናቱ ከኤችአይቪ ነጻ መሆን ያለመሆናቸውን ከሚመረምሩ ላቦራቶሪዎች ጋር ስራውን በተቀናጀ መልክ ለመስራት የበኩሉን አስተዋጽኦ ያደርጋል። ከዚህም በተጨማሪ የስራውን ውጤት የሚመዘግቡባቸው ሰነዶችን ለየገል የህክምና ተቋማቱ ጸቀርባል። በ፵ መልፍ ማህበሩን ጨምሮ የፌደራል ጤና ጥበቃ ሚኒስቴርና ሌሎች አጋር ድርጅቶች ለስራው ምቹ ሁኔታዎችን በመፍጠር ላይ ስለሚገኙ የግል የህክምና ተቋማቱም በነጻ አገልግሎቱን ለህብረተሰቡ ይሰጣሉ ።»

ሲስተር ማቴ ጸማል በመድሀኒአለም ሆስፒታል ሚድ ዋይፍ ነርስ ነች። በ፵ ስራዥ ባህርጁም እናቶችን በተለይም በሚወልዱበት ወቅት ታገኛ ቸዋለች። ሲስተር ማክዳ እንደገለጸችው «ኤችአይቪ ቫይረስ መኖር ያለመኖሩን ለማረጋገጥ በቅድሚያ የምክር አገልግሎት ይሰጣል ። የምክር አገልግሎቱ ሲሰጥ ጥቅምና ጉዳቱን ፣ የመጨረሻውን ውጤት እንዲሁም ለልጆቻቸው የሚሰጠውን ጥቅም ይነገራቸዋል። በእርግጥ አንዳንዶች ለመመርመር ፈቃደኛ

ም ባይሆኑ እንኩዋን ብዙዎች ግን በደስታ ነው የሚመረመሩት። ከቫይረሱ ጋር የሚኖሩ እናቶች በሚያጋጥሙን ጊዜም ቀጣዩን እርምጃ ለመውሰድ እንጂ ለምን ይህ ሆነ የሚል መቆጨት በብዙዎች ዘንድ አይታይም። በአሁኑ ወቅት እናቶች እንደቀድሞው በብዛት በቫይረሱ የተያዙ አይደሉም። በምርመራ እንደሚረጋገጠው ብዙዎቹ እናቶች ከቫይረሱ ነጻ ሆነው ነው ። የሚቸኙት ። ለምሳሌ በወር ውስጥ አንድ ወይንም ሁለት እናቶች ከቫይረሱ ጋር የሚኖሩ ለምርመራ ሊመጡ ይችላሉ ። በእርግጥ አስፈላጊው ጥንቃቄ ሁሉ ተደርጎ ከቫይረሱ ጋር ከሚኖሩ እናቶች የሚወለዱ ልጆች ምን ያህሉ ከቫይረሱ ነጻ ናቸው የሚለውን ለማረጋገጥ የማያስችሉ አስቸጋሪ ነገሮች አሉ። ለሕጻናት የኤችአይቪ ምርመራ ለመስጠት ሁሉም ቦታ አይቻልም ። ስለዚህ በፍም በኩል መጀመሪያ ላይ የሚሰጠውን መድሀኒት ከሰጠን በሁዋላ ምርመራው የሚደረግላቸውም በአስራ ስምንተኛ ሳምንት ላይ ስለሆነ ወደአዳማ ሆስፒታል ነው የምናስተላልፈው። ልጆቹን ከቫይረሱ አድነናል ብሎ ለማሰብ እናትየውና የጤና ባለሙያው በተገቢው እንደየድርሻቸው ግዴታቸውን ሲወጡ ነው። እናትየው በትክክል መድሀኒትን መጠቀም ክትትሉዋን ማድረግ እንዲሁም ። ህክምና ባለሙያው ደግሞ በጥንቃቄ የመከታተልና የማዋለድ ስራውን ከተወጣ ከኤችአይቪ ቫይረስ ነጻ የሆኑ ልጆችን ማዋለድ ይቻላል።»

ዶ/ር ብርሀን አጥናፍ በኢሶግ ። PMTCT ፕሮጀክት አስተባባሪ በልኬት ሙያ ላጁ ። ተሰማሩ ሰዎች አባባልን እንደሚጠቅሱት «የማይለካ ስራ እንዳልተሰራ ይቆጠራል። ስለዚህ ምን ያህል ልጆች ከቫይረሱ ነጻ እንዲሆኑ አስችለናል ለሚለው ልኬት ያለው ጉዳይ ነው። ዋናው ስራው ተሰራ ማለት የሚቻለው ልጆቹ ከቫይረሱ ነጻ ሆነው መወለዳቸው ሲረጋገጥ ነው። በእርግጥ በአሁኑ ወቅት እንዲህ ነው ማለት ባይቻልም በሌላ መርህ ግብር ላይ የሚገለጽ ይሆናል። ነገር ግን በየህክምና ተቋማቱ ሁኔታውን እየተከታተልን እንገኛለን። እንደችግር የሚታየውና ለህብረተሰቡም በዚህ አጋጣሚ ልንገልጸው የምንፈልገው አሉ ዶ/ር አንድ ሕጻን ልፀ እናቱ ከቫይረሱ ጋር የምትኖር ሆና

□ኩ ግን ከቫይረሱ ነጻ ሆኖ ተወልዶአል የሚባለው ከአስራ ስምንት ወር ሲሞላው ነው። ከዚህ ጊዜ በሁዋላ ቫይረሱ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ ከሚሰጠው አገልግሎት ማእቀፍ ውጪ ነው የሚባልበት ጊዜ ነው። ሕጻኑ ከኤችአይቪ ቫይረስ ነጻ ነው ክትትል አያስፈልገውም ወይም ከቫይረሱ ጋር ስለሆነ የህክምና ክትትል ያስፈልገዋል የሚለውን መልስ ማግኘት ለማንኛኛኛም እናት እንደግዴታ የሚቆጠር ነው። ነገር ግን ብዙ ጊዜ የሚታየው በስድስተኛው ሳምንት ላይ የመጀመሪያው የናሙና ምርመራ ተደርጎ ልጅ ነጻ ነው ሲባል በቂ አንደሆነ አድርገው ወደ ምርመራው ሳይመለሱ ይቀራሉ። ይህ ግን አደጋ አለው። ምክንያቱም አንዲት ከቫይረሱ ጋር የምትኖር እናት ጡት በምታጠባበት ጊዜ ቫይረሱ ከ5-15 % በቷት ማጥባት አማካኝነት ስለሚተላለፍ ሕጻናቱ ሊጎዱ ይችላሉ። ሌላው ጉዳት ደግሞ የህክምና ክትትሉ አለጊዜው የሚቋረጥ ከሆነ □ PMTCT ኤችአይቪ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ ለማድረግ የሚሰጠውን የህክምና አገልግሎት ውጤቱን ለመለካትም ያስቸግራል። ስለዚህ ልጅ በትክክል ከኤችአይቪ ቫይረስ ነጻ ነው ብሎ መመስከር የሚቻለው በአስራ ስምንት ወሩ ስለሆነ ህብረተሰቡ በትክክል እንዲጠቀምበትና ከሐኪሞች የሚሰጠውን ምክር እንዲጠቀምበት መልእክተኝ አስተላልፋለሁ።»በለዋል።

የሐኪምና ታካሚው ግንኙነት...

የቢሮአችን ስልክ አንቃጨለ...

-ሄሎ-----ደዋይዋ ሴት ናት :: የአምስት ወር □□ቶ□----- ምን
□ን□□□--□□ኛ ጥያቄ ነበር::

+አይ-----አንዳንድ ቦ□ □ሚሰቷው የምክር አገልግሎት ግራ
ስለአጋባኝ ስለ□ሱ ልቷጁቅ

ብዬ ነው-----አለችን::

ይህች ሴት የገጠማትን ታሪክ እንድታጫውተን ጋበዝናት::

« በአሁኑ ወቅት የአምስት ወር እርጉዝ ነኝ:: በእርግጥ በተለያዩ ምክንያቶች ከአገር ውጭም እጉዋዝ ስለነበር የእርግዝና ክትትል አላደረግሁም:: ክትትሉን ለመጀመር ወደ አንድ የህክምና ተቋም ባመራሁበት ወቅት የገጠመኝ ግን የሚገርም ነገር ነው:: ወደላቦራቶሪ ከመሄዴ በፊት ያገኘችኝ ነርስ በችሶላና በተጣደፈ አባባል እንዲህ አለችኝ---

= አሁን የኤችአይቪ ኤይድስ ምርመራ □□ርቶጸለሽ---

□ኔም ባልተዘጋጀሁበት ነገር --እንደዚህ በጥድፊያስ ሆነ እንዴ የምመረመረው ? ብዬ እራሴን ጠየቅሁና ---አይ እኔ ዝግጁ አይደለሁም አልኩዋት:: ነርሷም መልሷ---

= □□ምልሽ-----□-----□ኛም ተገድደን ነው እንጂ ብትመረመሪ ባትመረመሪ በእርግጥ የአንቺ ጉዳይ ነው --- □□ሞ □ኮ ልጆቼ በምን እዳቸው በኤችአይቪ ቫይረስ ይያዙ---አለችኝ::

ቲ □ኔም በጣም ነበር የተናደድኩት :: ለማንኛ□-ም እኔ አሁን ኤችአይቪ ለመመርመር አልመጣም:: የመጣሁት ሌሎች የጤናዎቼን ጉዳይ ለመከታተል እና የእርግዝና ክትትል ለማድረግ ነው ---አልኩና የሰጠችኝን ወረቀቶች ይገዜ ወደ ላቦራቶሪ ተክኒሽያኑ ሄድኩ:: □ሱም

በበኩሉ...ይሄ ብቻ ነው እንደ---ጸኛ□-ስ---አላት:: ተክሊሽያኑ ይህን □ሚታጁቀ□ እኔ በመሃከላቸው ቆሜ ነው:: እኔም በጣም በመናደዴ ምክንያት---

«የተሰጠህን ስራ ስራ:: ስለሌላው እኔን ይጭነቀኝ ::» አልኩትና ሌላውን ምርመራ ቀጠልኩ:: «በእርግጥ አንድ የማደንቀው ነገር አለ:: ይኼውም---የኤችአይቪ ቫይረስ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ በሚደረገው ጥረት ብዙዎች ተጠቃሚ እንደሆኑ አይካድም::ነገር ግን የህክምና አገልግሎት ሰጪዎቹ ጉዳዩን ከሐክምናው አቅጣጫ ብቻ ሊመለከቱት አይገባም ባይ ነኝ:: ኤችአይቪ ማለት እንደሌላው የጤና ጉዳይ በቀላሉ በድንገት ሄደው የሚመረመሩበት አይመስለኝም:: የስነልቦና ዝግጅት ፣ከቤተሰብ ጋር ምክክር ይፈልጋል ባይ ነኝ::

ስለ□ህ እኔን ያልገባኝ ነገር---

የኤችአይቪ ምርመራ ለማድረግ እኔን ሊያሳምነኝ የሚችል የምክር አገልግሎት መሰጠት የለበትምን?

ምርራውን ከማድረግ በፊትስ ከባለቤቱ ጋር መመካከር አያስፈልገኝምን?

ቀጠሮ ተሰጥቶኝ ባለቤቱንም ይገዢ ብመረመርስ አይሻልምን ?

ምናልባት ቫይረሱ ቢገኝብኝ በተለይም በትዳሬ ላይ ሊፈጠር የሚችለው አደጋ አይታሰብምን ?

ምናልባት ቫይረሱ ቢገኝብኝ በእኔ ላይ ሊደርስ የሚችለው የጤና ችግር መቃወስ ወይንም ሁኔታውን ለመቀበል በሚፈጠር ችግር ሳቢያ ሊፈጠር የሚችለው የስነልቦና ቀውስ ፣የሞራል መጎዳት የመሳሰሉት ነገሮች አስቀድሞውኑ ሊታሰቡ አይገባምን »



ከላይ ያነበባችሁትን ጥያቄ በሚመለከት ምላሽ እንድትሰጡን የጋብዝናት ሲ/ር ሰናይት ቢተው በኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ESOG

□PMTCT ነርስ Mentor ሆና የምታገለግል ናት። ይህም ማለት ኢሶግ በግል የህክምና ተቋማት ውስጥ በሚሰራው የPMTCT ማለትም ኤችአይቪ ከእናት □□ልፀ እንዳይተላለፍ በሚደረገው አገልግሎት በግል የህክምና ተቋማቱ በተፈለገው መንገድ እርዳታ ለመስጠት እና ለማሻሻል እንዲያስችል ተገቢውን ድጋፍ ማድረግ ነው።

ኢሶግ:- የምክር አገልግሎት ባህርይው ምንድነው?

ሲ/ር:- ኤችአይቪ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ በማድረግ ረገድ ለእናትየው የሚሰጠው የምክክር አገልግሎት እናትየው በተገቢው መንገድ ቷቀሜታውን አምና እራስዋ ወስና እንድትመረመር ማስቻልና ይህም በእሱዋ ፈቃድ ብቻ የሚደረግ መሆኑን ማሳየት ነው።

ኢሶግ:- ጠያቂዋ ገጠመኝ ያለችው የምክር አገልግሎት አሰጣጥ ከሙያ አንጻር እንዴት ይታያል?

ሲ/ር:- ጠያቂዋ ገጠመኝ ባለችው መንገድ የምክር አገልግሎት አይሰጥም። ምናልባትም ያጋጠመቻት ባለሙያ የእውቀት ማነስ ይኖራት ይሆናል። በስልጠና የተደገፈች ላትሆን ትችላለች። ወይንም ደግሞ በሌላ ምክንያት ተበላጭታ ወይንም የምታሰላስለው ነገር ኖሮአት በተገቢው መንገድ አላስተናገደችት ይሆናል እንጂ የምክር አገልግሎት ባህርይን ባላበሰ መልኩ አላስተናገደችትም። ባለሙያዋ ተገደን ነው ... ልጆቹስ በምን እዳቸው በቫይረሱ ይያዙ...የመሳሰሉት ትርፍ ቃላቶች የምክር አገልግሎት ከምትሰጥ ባለሙያ አይጠበቅም። አንድ ሊ□□ቅ የሚገባው ነገር የኤችአይቪ ምርመራ ማድረግ የግለሰቡ ፍቃድ እንጂ በ□ጻ ታ የሚደረግ አለመሆኑን ነው ። ከዚህ ውጭ ሊረሳ የማይገባው ነገር እርጉዞች ለእርግዝና ክትትል ሲመጡ በዚያውም የኤችአይቪ ምርመራ እንዲያደርጉ በእርጋታ ሲነገራቸው ---አልወሰንኩም--- ከቤተሰቤ ጋር አልተመካከርኩም የመሳሰለውን መልስ እንኩዋን ቢሰጡ

በሚቀጥለው ቀጠሮአቸው ለክትትል ሲመጡ ሁኔታውን በእርጋታ
□ንደገና በማንሳት ማሳመን እና እንዲመረመሩ ማድረግ ይቻላል።

ኢሶግ:- ኤችአይቪ ምርመራ እንድታደርግ የምክር አገልግሎት መስጠት
ከመጀመር በፊት የሴትየዋ የኑሮ እና የቤተሰብ ሁኔታን ለማወቅ
ጥረት ማድረግ ይጠቅማልን?

ሲ/ር:- ትክክል ነው። እርጉዝዋ ሴት ምናልባት የኢኮኖሚ ችግር ደርሶባት
ብስጭት ላይ ልትሆን ትችላለች። ወይም ኤችአይቪ ፖዘቲቭ ነሽ
ብትባል ባለቤትዋ አንቺ ነህ ቫይረሱን ያመጣሽብኝ በማለት ኑሮዬ
ይበጠበጣል ብላ የምትሰጋ ልትሆን ትችላለች። የጤና ባለሙያዎቹ
ያለብን ኃላፊነት የእናትየዋን ችግር መረዳትንም ይጨምራል አንዲት
እናት የኤችአይቪ ምርመራ እንድታደርግ ሲነገራት አልፈልገም
የምትል ከሆነ አልፈልገም ያለችበት ምክንያት ምን እንደሆነ ለማወቅ
ጥረት ማድረግ ይገባል። ሴትየዋ ያለባትን ችግር ማወቅ ካልተቻለ
ተገቢውን እርዳታ ማድረግ አይቻልም። ስለዚህ ስራዬ ብሎ ጉዳይዋን
ቶቴጽ ብሎ በእርጋታ ማነጋገር ያስፈልጋል።

ኢሶግ/ ኤችአይቪ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ ለማድረግ የህክምና
አገልግሎት ሰጪዎቹን አቀራረብ ብቁ ለማድረግ ምን ማድረግ
ጁብል?

ሲ/ር:- ትልቁ ነገር ስልጠና ነው። የህክምና ባለሙያዎቹ ከመደበኛ□-
እውቀታቸው በተጨማሪ የኤችአይቪ ኤይድስ ቫይረስ ከእናት ወደ
ልፀ እንዳይተላለፍ ለማድረግ አስፈላጊውን የሕክምና አገልግሎት
ለመስጠት እንዲቻል በተለያዩ ደረጃ ስልጠናው ይሰጣል። የኢትዮጵያ
የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር በተለይም በግል የህክምና ተቋማት
ጸሎ □ህክምና ባለሙያዎችን በማሰልጠን ላይ ይገኛል።

ባለሙያዎቹ ---

- □ንዴት አድርጎ ተስተናጋጆችን ማነጋገር እንደሚገባው፤

- የጤና ባለሙያው ግዴታ ምን እንደሆነ ፣
- □ከከምን ድረስ ነው መሄድ የሚቻለው፣
- ሊ□ረ□ □ሚቶ□ እርዳታስ ምንድነው?
- ከአቅም በላይ የሆነ ችግር ሲገጥም ምን መደረግ አለበት ?

የሚሉትንና የመሳሰሉትን ሌሎችንም ተያያዥ ጉዳዮች ለማወቅ ስልጠና በጣም ወሳኝ ነው። የምክክር አገልግሎት የራሱ የሆኑ አካሄዶችና መርሆዎች ስላሉት ያንን ተከትሎ ለመስራት ይጠቅማል። የጤና ባለሙያ የራሱ የሆነ ስነ ምግባር አለው። ስለዚህ ማንኛውም ሕመምተኛ ወደሐኪሙ ሲቀርብ ሊያስተናግድ የሚገባው ያንን ስነምግባር ምርኮዝ በማድረግ ነው። አንድ ታካሚ በኤችአይቪ ምክንያትም ይሁን በማንኛውም ሕመም ምክንያት ወደሐኪም ሲቀርብ ታሪኩ በምስጢር መያዝ አለበት። ስለዚህ በህክምና ባለሙያ ላይ ላሉት ብቻ ሳይሆን ለማንኛውም ሰው እውቀትን ለማሳደግ የሚቻለው ስልጠና ሲሰጥ መሆኑ እሙን ነው።

ኢሶግ:- እናቶች በህክምና ተቋሙ እራሳቸውን ተጠቃሚ ሊያደርጉ የሚችሉበት መንገድ አለ?

ሲ/ር:- በእርግጥ እናቶች ማወቅ ያለባቸው ብዙ አይነት ሰው እንዳለ ነው። የህክምና ባለሙያዎችም እንደማንኛውም ሰው ሰዎች ናቸው። አንዱ ሐኪም ጥሩ ሲሆን አንዱ ላይሆን ይችላል። ስለዚህ ከአነጋገር ቆጣ ቢሉ ወይም የሚያበሳጭ አቀራረብ ቢያሳዩ አለዚያም ሊያደርጉ የሚገባቸውን እርዳታ የሚያገዝቡ ቢመስሉ ሁኔታውን ካለመሰልቸት በትእግስትና በጥንቃቄ መከታተል ይገባል። ምክንያቱም ግንኙነቱ የዝምድና ወይም የጉርብትና አይነት ቢሳካ ሊቀጥል ባይሳካ ሊቀር የሚባል አይደለም። የሐኪምና የታካሚው ግንኙነት ጤንነትን የመጠበቅ ፣ ሕይወትን የማዳን ግንኙነት ነው። ስለዚህ ሁሉም እናቶች የኔ ጉዳይ ነው ብለው እራሳቸውም ጠይቀው ቢሆን አገልግሎቱን ማግኘታቸውን ማረጋገጥ ይጠበቅባቸዋል።

ምኞቱ ከቫይረሱ ነጻ የሆነ ልጅ መውለድ ነው።

- ከሰሃራ በ□ች ባሉ የአፍሪካ አገራት ወደ 22.5 ሚሊዮን ያህል ሰዎች ከኤችአይቪ ቫይረስ ጋር የሚኖሩ ሲሆን ይህ አሀዝ ከአለም ሁለት ሶስተኛውን ይይዛል።
- በ2009 ገ/ም □ንደውጭው አቆጣጠር ከሰሃራ በ□ች ባሉ የአፍሪካ ሀገራት 1.3 ሚሊዮን ሰዎች በቫይረሱ ምክንያት ለህልፈት □ተቲረቶ ሲሆን 1.8 ሚሊዮን ያህል ሰዎች ቫይረሱ በደማቸው ተገኝተዋል።
- በ2009 ገ/ም ከሰሃራ በ□ች ባሉ የአፍሪካ ሀገራት 300.000 /ሶስት መቶ ሺህ የሚሆኑ ሕጻናት ኤችአይቪ ቫይረስ በደማቸው ተገኝተዋል።
- 14.8 ሚሊዮን ያህል ከሰሃራ በ□ች ባሉ የአፍሪካ ሀገራት □ሚቶች ሕጻናት ሁለቱንም ወላጆቻቸውን ወይም ከሁለት አንዱን በቫይረሱ ምክንያት አጥተዋል።

ኤችአይቪ ኤይድስ ማህበራዊና ኢኮኖሚያዊ ቀውስን የሚያስከትል ሲሆን በትምህርት፣ በጤና ፣ ግብርናና እንዲሁም የመሳሰሉትን ሁሉ በመጉዳት አገራት □ድገት በማሳየት ፈንታ ወደሁዋላ እንዲጎተቱ የሚያደርግበት ሁኔ□ መኖሩን ነው አለም አቀፍ የኤችአይቪ ኤይድስ ድጋፍ ሰጪ ድርጅት በድህረ ገጹ ለንባብ ያበቃው።

- የጤና አገልግሎት መስጠት ፣ ፀረኤችአይቪ መድሀኒት ማሰራጨት □ና ቁጥራቸው በርካ□ የሆኑ ከቫይረሱ ጋር የሚኖሩ ሰዎች ከኤችአይቪ ተያያዥ ለሆኑ ሕመሞች ሕክምና መስጠት፣
- በ□ንመቱ አዳዲስ የቫይረስ ተጠቂዎች ቁጥር □ንዳይጨምር ሰዎች □ራሳቸውን ከቫይረሱ እንዲከላከሉ ማስቻል ፣

«በ□-ኤም-ቲ-ሲቲ ላጁ ሰልዓኛለሁ። በክሊኒኩም እየሰራሁ ነው። ማንኛኛኛም እርጉዝ ሴት ለእርግዝና ምርመራ ስትመጣ የኤችአይቪ ምርመራ እንድታደርግ በቅድሚያ የምክር አገልግሎት እንሰጣለን። በምክር አገልግሎቱም የኤችአይቪ ምርመራው ለምን እንደሚጠቅም እና ምናልባት ከቫይረሱ ጋር የምትኖር ከሆነችም እንዴት ከቫይረሱ ነጻ የሆነ ልጅ መውለድ እንደሚቻል ፣ምን አይነት መድሀኒት መ□-ሰት እንደሚገባት እንዲሁም የህክምናው ክትትል ምን መምሰል እንዳለበት ሁሉ ለእርጉዝዎ ሴት ይነገራታል። ቅዱስ የእናቶች ከፍተኛ ክሊኒክ ኤችአይቪ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ የሚያስችለውን ክትትል ማድረግ ከጀመረ ሁለት አመት ይሆነዋል። ከዚያ ቀደም ሲል ግን እርጉዝዎ ሴት ከኤችአይቪ ጋር የምትኖር ከሆነ ወደአዳማ ሆስ□ታል ነበር የምትላከው። አሁን ግን በክሊኒኩ ሙሉ አገልግሎት ጁሰ□ል።»

በክሊኒኩ ለእርግዝና ክትትል መጥተው ከነበሩት መካከል የአንዱ መልስ የሚከተለውን ይመስላል።

«በእርግጥ የእርግዝና ክትትል የጀመርኩት በዚህ ክሊኒክ አይደለም። አሁን ወደእዚህ የመጣሁት የተሻለ ክትትል ይኖረኛል በሚል ነው። የኤችአይቪን ምርመራ በሚመለከት ክትትሉን በጀመርኩበት ክሊኒክም አላደረግሁም። እርጉዝ ከመሆኔ በፊት ተመርምራለሁ...እኔ ምንም ችግር የለብኝም በማለት ለምርመራው ሲጋብዙኝ እምቢ ነው ያልኩት። »

መቼ ነበር የኤችአይቪ ምርመራ ጸ□ረ□ሽ□ □ሚል ዓጾቄ ለ□ካሚሻር አንስተንላት ነበር።

«በእርግጥ ጊዜው እራቅ ብሎክል ። እኔ ግን የእርግዝና ክትትሉን ስጀምር ጊዜ ስላልነበረኝ የኤችአይቪ ምርመራውን አድርጌአለሁ አሁን አላደርግም የሚል መልስ ስለሰጠሁዎቸው ዝም ነው ያሉኝ። አሁን

ግን ከሲስተርዎ እንደተነገረኝ እንዲያውም ኤችአይቪ በየሶስት ወሩ መመርመር ተብቤ እንደሆነና እራስን ለማወቅ እንደሚረዳ ነው። ስለባህ ለእኔም ሆነ ለልጄ እንደሚጠቅመኝ ስለተረዳሁ አሁን ማመረመራለሁ። »

ሲስተር ፈርሀ የምክር አገልግሎቱን ጠቀሜታ ገልጿለች።

«ኤችአይቪ ምርመራ እንዲያደርጉ የምክር አገልግሎቱ የሚሰጠው ፈቃደኞች ሆነው ምርመራውን እንዲያደርጉ ነው። ምናልባትም አንዲት እርጉዝ ሴት አልመረመርም እንኩዋን ብትል ለመውለድ እስክትደርስ ድረስ በምጥሰ አትም ቢሆን መመርመር እንዳለባት እንመክራታለን። ለልጄዎም ፣ ለእራሱዎም ፣ ለመላ ቤተሰብዎም የሚጠቅም መሆኑን ስናስረዳ ብዙዎቹ ማህበረሰብ አይሆኑም። ጁመረመራለሁ።»

ሌላዋ ያጋገርናት ታካሚ የአምስት ወር እርጉዝ ነች።

«ጌታ የምኖረው ከባለቤቱ ጋር ሲሆን የምንተዳደረው በንግድ ስራ ነው። ከባለቤቱ ጋር ከተገናኝን አሁን አራተኛ አመታችን ነው። በጣም ነው የምንዋደደው። ቀደም ሲል የራሴን ጤንነት ለመከታተል ስል ምርመራ አድርጌ ነበር። ውጤቱ እንደተነገረኝ ከሆነም የምኖረው ከቫይረሱ ጋር ነው። ባለቤቱ ግን ከቫይረሱ ነጻ ነው። ነገር ግን በመካከላችን ልጅ እንዲኖረን ስለፈለግን አሁን የአምስት ወር እርጉዝ ነኝ። ከቫይረሱ ጋር የምኖር በመሆኔም ተገቢውን የህክምና ክትትል በማድረግ ላይ ነኝ። ምኞቴ ከቫይረሱ ነጻ የሆነ ልጅ መውለድ ነው። ስለሆነም በተሰጠኝ የምክር አገልግሎት መሰረት አስፈላጊውን ክትትል አደርጋለሁ።»

ሲስተር ፈርሀ ሙሳ ከቫይረሱ ጋር የሚኖሩና ነጻ የሆኑ የትዳር ጉዋደኛዎችን እንዲህ ትገልጻቸዋለች።

«ጁህ Discordance የሚባል ነገር ነው። አንዳንድ ጊዜ ባል ወይም ሚስት ከቫይረሱ ነጻ ሲሆኑ አንዳንድ ጊዜ ባል ወይም ሚስት ከቫይረሱ ጋር የሚኖሩ ተጉዋዳኞች ተስማምተው አብረን መኖር እንችላለን በሚል ህይወትን ይጋራሉ። በእንደዚህ ያለው አጋጣሚም ሆነ በማንኛውም ጊዜ ለጥንቃቄ ኮንዶም መጠቀም ይመከራል። ነገር ግን አንዳንድ ጊዜ ልጅ መውለድ አለብን ብለው ውሳኔ ላይ ይደርሳሉ። ልጅ መውለድ በሚፈልጉበት ወቅት ደግሞ ወሲብ የሚፈጸሙት ያለኮንዶም ነው። በዚህ ጊዜ አንዳቸው ከቫይረሱ ጋር የሚኖሩ ሌላኛቸው ደግሞ ከቫይረሱ ነጻ ስለሆኑ ከአንዳቸው ወደ አንዳቸው ቫይረሱ እንደአጋጣሚ ሊተላለፍ ወይም ላይተላለፍ እንደሚችል ያውቃሉ። ነገር ግን ውሳኔያቸውን መቃወም አስቸጋሪ ስለሚሆን ማድረግ የምንችለው ተገቢውን የምክር አገልግሎት መስጠት ነው።»

ሲስተር □ርሀ ሙሳ በተፊ ማሪም እንደገለጸችው «ለእርግዝና ክትትል ከሚመጡት ውስጥ የተወሰኑት ከኤችአይቪ ጋር የሚኖሩ ናቸው። ለእነዚህ እናቶች ተገቢውን የምክር አገልግሎት በመስጠት ክትትሉን እንዳያቋርጡ እንመክራለን። የዚህም ውጤት ከቫይረሱ ነጻ የሆኑ ሕጻናት እንዲወለዱ ማስቻል ነው። በእርግጥ ይህን ያህል ልጆች ከቫይረሱ ነጻ ሆነው ተወልደዋል የሚለውን በአጠቃላይ ለመናገር አይቻልም። ሕጻናቱ የኤችአይቪ ምርመራ የሚደረግላቸው እንደተወለዱ ሳይሆን እስከ ሰባት ቀን ድረስ መድሀኒት ከወሰዱ በሁዋላ ነው። ብዙ ጊዜ እናቶች ተመልሰው የምርመራውን ውጤት ስለማይነግሩን □ር□ቷኛውን ማወቅ አይቻልም። ነገር ግን ሙሉ በሙሉም ባይሆን ባገኘነው መረጃ መሰረት ሲገመት ሙሉ በሙሉም ባይሆን ከቫይረሱ ጋር የሚኖሩ እናቶች ከቫይረሱ ነጻ የሆኑ ሕጻናትን እየወለዱ መሆኑን መናገር ይቻላል። ከዚህ ውጪ ሴቶች ለእርግዝና ክትትል ወደክሊኒኩ ሲመጡ የኤችአይቪ ምርመራ አድርገው ከቫይረሱ ጋር እንደሚኖሩ ሲረፉ።»

ባሎቻቸውን እንዲጋብዙ ይደረጋል። በዚህ ጊዜ ብዙ ባሎች ፈቃደኞች አይሆኑም። ...ሚስቱ ከተመረመረች በቂ ነው...እኔ እራሴን አውቃለሁ...የመሳሰለውን ምክንያት በመስጠት ለምርመራው እራሳቸውን ዝግጁ አያደርጉም። ነገር ግን ባሎች እራሳቸውን ተመርምረው ቢያውቁና እምቢታውን ቢያስወግዱ ለክትትሉ በጣም ይረዳል።»

«በጥላም...ከሶስት ሴት አንዷ ...የወሲብ ጥቃት ወይንም ትንኮሳ...»

«ኢሶግ ሞዴል ክሊኒክ ከገባሁ ወደሕክምና ማእከሉ በመምጣት ርቀቱታ እንዲደረግላት የመጣች ሕጻን ልጅ ከሶስት አመት በፊት የተደፈረች ነበረች። የገጠማትን ስትናገርም በትምህርት ቤት ተጻዳጅቼ ስነሳ መጥቶ ደፈረኝ ነው ያለቸችው። የደረሰባትን ጉዳት በፍርሀት ምክንያት ለወላጆቿም አልተናገረችም። ወደሕክምናው የመጣችውም ፈሳሽ ከማህጻኗ ይፈስ ስለነበር ለሕክምና ነው። በጊዜው ሁኔታውን ስንጠይቃት የደፈራትን ሰው አታውቀውም ። ነገር ግን ተማሪ እንደነበርና ታላቅ ወንድሟን እንደሚመስል ብቻ ነው የምትናገረው። ይህ የሚያሳየው ወላጆችና ልጆች ምን ያህል ተቀራርበው እንደማይነጋገሩና ብዙውን ነገር ልጆቹ ስለሚገቡ ለወላጆች እንደማይገልጹ ነው። »

ሲስተር አዲስ አለም ወልደሚካኤል፤
በአዋሳ ሪፈራል ሆስፒታል ኢሶግ ሞዴል ክሊኒክ

በህጻናት ላይ በሚደርስ ተገዶ መደፈር ምክንያት ለሚደርስ የጤና እና የስነልቦና ችግር ምን አይነት ሕክምና ፣በተመሳሳይ ሁኔታ ፣በመላው አገሪቱ ባሉ የህክምና ተቋማት ውስጥ ሊሰጥ ይገባል ከሚል የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጻን ሐኪሞች ማህበር ከሚሰራቸው ፕሮጀክቶች አንዱ በ UNFPA፣ሚረቱ፣ (GENDER BASED VIOLENCE) ፕሮጀክት ነው። በዚህ ፕሮጀክት የሚሰጥ ስልጠናን መሰረት በማድረግ በተለይም የወንዶችን ተገዶ መደፈርና ከሴቶቹ በተጨማሪ በወንዶቹም ላይ የሚደርሰውን የስነልቦና ፍላጎት ሌላም የጤና ችግር በንዲሁም በስነአጭሮ ጤና በኩል የሚደርሰውን ችግር በማንሳት ሕክምናው ምን መልክ በንዲሁም ባለሙያዎቹ ጠቅሞቻቸውን

ጸፋራሉ። ይህ ጽሁፍ በሀብረተሰቡም በኩል የህጻናቱን ደህንነት በመጠበቅ ረገድ ምን ሊደረግ ንደሚገባው ያብራራል።

- ደፋሪዎች መድፈርን የሚፈጽሙት በወንዱ ብልት ብቻ ሳይሆን በፀ ፀ ፀ ከክሪፕቶ ወይም በዱላ እና ጠርሙስ በመሳሰሉት ሁሉ ጉዳቱን ሚያደርሱበት ሁኔ አለ።
- ሕጻናቱ ተገዶ የመደፈር አደጋ ሲደርስባቸው ከከሆድ ቃ መተርተር አንጀት መበላት ድረስ አካላዊ ጉዳት ሊደርስባቸው ይችላል።
- የወር አበባ ሳይጁ እርግዝና የሚከሰትበት ሁኔታ ጁቱን ማል።

ከላይ ያነበባችሁት ባለፈው እትም ለንባብ ካቀረብነው የተወሰደ ነው። ዛሬም ዶ/ር ማሙዬ ንጉሴ ከመቀሌ ሆስፒቲል የአምሮ ሕምና ከከ ሻሊስት ና ሲስተር አዲስአለም ልሚካኤል በአዋሳ ሪፈራል ሆስፒቲል በኢሶግ የሞዴል ክሊኒክ ሰራተኛ ገጠመኞቻቸውን አካፍለውናል። ዶ/ር ዳዊት ደሳለኝ ከአዲስ አበባ ዩኒቨርሲቲ መምህርና የቅድመ ምረቃ ረዳት ዲን ንዲሁም በ UNFPAሚረቱ (GENDER BASED VIOLENCE) ፕሮጀክት አስተባባሪ ላላሳናቸው ጥያቄዎች ማብራሪያ ሰጥተውናል።

- ጥቃት አድራሾች የሃይል ሚዛናቸው ከጥቃት ሰለባው የበለጠ ነው።
- ጥቃት አድራሾች ከሁሉም የሀብረተሰብ ክፍሎች የተውጣጡ ናቸው።
- ጥቃት አድራሾች የወሲብ ፍላጎትቸው በህጻናት ገላ ወይም አለባበስ ሁኔ በ ቀላሉ የሚነቃቃ ነው።
- ያለንክኪ ወሲባዊ ጥቃት ...ማለትም የወሲብ ትርጉም ያላቸው ተረቶች መተረክ ሲብ ሲም ንዲሰሙ/እንዲጸ መፋብ

□□ሲብ ስ□ል ያላቸው ስ□ሎችንና ፊልሞችን እንዲያዩ መፋብ□
የጥቃት አድራሾቹ ድርጊቶች ናቸው።

ከላይ የተጠቀሱትንና የመሳሰሉትን ድርጊቶች በመፈጸም ወንድና ሴት ሕጻናቱን ለአካላዊና ለስነልቦናዊ ጉዳት ያበቁዋቸዋል። ዶክተር ዳዊት ደሳለኝ እንደሚሉት፡-

«በዙ ጊዜ ወደሕግ ወይንም ሕክምና የሚቀርበው የሴቶቹ መደፈር ስለሆነና የወንዶቹ በተለያዩ ምክንያቶች ድብቅነት ስለሚበዛበት እንጂ ወንድ ሕጻናቱም ተገዶ መደፈር ይደርስባቸዋል።» በአንድ ወቅት በተደረገ ጥናት እንደተመለከተው አሉ ዶ/ር ዳዊት «በአዲስ አበባ □-ስዓ እስከ 22% ወንድ ሕጻናቱ ተገዶ መደፈር እንደሚደርስባቸው ጸመለ□ታል ። የሚደርስባቸውን ጉዳት ስንመለከትም ከእርግዝና በስተቀር የተቀረው የጤና ችግር በሙሉ ይደርስባቸዋል። (የፊንጢጣ ማሳከክ፣ የአባላዘር በሽታ ፣የብልት ማበጥ ፣ኤችአይቪ ...ወዘተ) »

□□ተር ማሙዬ ንጉሴ ከመቀሌ ሆስፒታል የአእምሮ ሕክምና እስፔሻሊስት የአንድ ወንድ ልጅን ታሪክ እንደሚከተለው አስታውሰዋል።

«ልጄ በግምት እድሜው 12 ወይንም 13 አመት ነው። የሶስተኛ ክፍል ተማሪ ነው። በአካባቢው የሚያውቀው አንድ ጎረምሳ አስገድዶ ይደፍረዋል። በደረሰበት ተገዶ መደፈር ምክንያት ላጋጠመው የጤና ችግር በሐኪሞች እርዳታ ከተደረገለት በሁዋላ ለስነልቦናው ሁኔታ □□እኔ ይላካል። ልጄ እኔጋ ሲመጣ ይፈራል ፣ያለቅሳል ። ምክንያት የሚያደርገውም አባቱ እንዳያውቅበት እና እንዳይገርፈው የሚል ነበር። »

□/ር ማሙጽ በተፈ ማሪም እንደገለጹት ሕጻናቱ ወንዶችም ይሁኑ ሴቶቹ ተገዶ መደፈር ሲደርስባቸው የሚኖራቸው የማህበራዊና የስነልቦና ቀውስ ሰፋ ያለ ነው። በቅድሚያ የተጠራጣሪነት ስሜታቸው ያይላል። ከሰዎች የመራቅ ወይንም የመገለል ሁኔታ ይታይባቸዋል። በተለይም ከትምህርት ጋር በተያያዘ ወደ ትምህርት ቤት አለመሄድን ጨምሮ ትምህርቱን ለመከታተል መቸገርና ቢከታተሉም አንኩዋን በፈተና ዝቅተኛ ውጤት ማምጣት እንዲሁም አብረው ከሚማሩ ሌሎች ተማሪዎች ጋር አለመቀራረብ የመሳሰሉት ችግሮች ጁታይባቸዋል።

- ተቼ□□ □ተ□□ሩ ሕጻናት ለወደፊቱ የወሲብ ሕይወታቸው እንደተበላሸባቸው በመቁጠር ይጨነቃሉ።
- ቶሎ የመቆጣት የመረበሽ ባህርይ ይታይባቸዋል።
- ወንዶች ልጆች ተገደው ከተደፈሩ □□ሲብ ስሜታቸው እንደ ወንድ ሳይሆን □ ንደሴት ይሆናል ብለው ይጨነቃሉ።
- ሴቶችም ሆኑ ወንድ ሕጻናት ተገደው ከተደፈሩ እራሳቸውን ዝቅ የማድረግና ራስን የመጥላት ስሜት ያድርባቸዋል።
- ምግብ ያለመውሰድ ሁኔታ ይታይባቸዋል።
- ራስን ለማጥፋት ሙከራ ያደርጋሉ ወይንም ስሜቱን ጁ□ግ ራሉ።
- □ተ□□ሩበትን ሰአት ወይንም አካባቢ ሲያስታውሱ ወይንም ደፋሪውን የሚመስል ሰው ሲያዩ የፍርሀት ስሜት ማሳየት (ልብ □መምታት፣ ላብ ላብ የማለት) ሁኔታ ጁታይባቸዋል።
- ከተለመደው አካባቢ ራቅ የማለት ስሜት ያሳያሉ።
- □ተ□□ሩት ወንድ ሕጻናት ለጸብ ዝግጁ መሆን ወይንም የብቀላ ስሜትን መከታተል ጸላጸሉ።

- ኤችአይቪ፣ የአባላዘር ሕመሞች ደርሰውብኝ ይሆናል በማለት ጁሰፉሉ።
- ተቼ□□. □ተ□□ሩ ልጆች ዝምታን ይመርጣሉ። መናገር አይፈልጉም።

ሕጻናት ከላይ የተጠቀሱትንና ሌሎችንም አይነት የማህበራዊና የስነልቦና ችግሮች ሲታዩባቸው የስነአእምሮ ሕክምና ባለሙያው በቂ ጊዜ ወስዶ ተገቢውን ክትትል በማድረግ ሕጻናቱ በአስተሳሰባቸው ወደትክክለኛው ሁኔታ እንዲመለሱ የማድረግ ኃላፊነት አለበት። »እንደደክተር ማሙዩ ማብራሪያ።

ዶ/ር ዳዊት ደሳለኝ እንደጠቆሙት «ኢሶግ ከUNFPA ፉር በመተባበር በሚሰራ□□ □(GENDER BASED VIOLENCE) ፕሮጀክት ከአሁን ቀደም በጋንዲ መታሰቢያ ሆስፒታል ሞዴል ክሊኒክ በመክፈት የታቀደውን ፕሮጀክት ያጠናቀቀ ሲሆን አሁን ደግሞ በተለያዩ መስተዳድሮች ሞዴል ክሊኒኮችን ከፍቶ ስራውን ጀምሮአል።

በሞዴል ክሊኒኮቹ ሁሉም አይነት የህክምና አገልግሎቶች ማለትም ከተገደ መ□□ር ፉር በተጻጸ□ □ሚ□ርሱ ጸልተ□ለቶ እርግዝና ወይንም የአካል ጉዳት እንዲሁም የስነልቦና ጉዳተና የመሳሰለው ሁሉ በተሟላ ሁኔታ ፣በተመሳሳጁ ቦታ ፣በተመሳሳይ የህክምና ባለሙያ እንዲያገኙ የሚያስችል አደረጃጀት ያላቸው ናቸው ። የሞዴል ክሊኒኩ አሰራር ለሕክምና የመጡ ሕጻናት ሌላ ቦታ እንደሚታከሙ ሰዎች ጊዜ ወስደው ወይንም ወረፋ ጠብቀው የህክምና አገልግሎት እንዲያገኙ ሳይሆን ያለምንም ወረፋ በመጡበት ሰአት ወዲያውኑ እርዳታ እንዲያገኙ የሚያስችል አሰራርም የተከተለ ነው። በአለም ላይ ከሶስት ሴት አንዷ የወሲብ ጥቃት ወይንም ትንኮሳ በሕይወት ዘመኗ ደርሶባ□ል። በህብረተሰቡ አመለካከት መደፈር ተጋኖ የሚወራና የተደፈሩትን ስነልቦና የሚጎዳ ስለሆነ የደረሰባቸውን ችግር መግለጽ እራስን ለትዝብት ወይንም ለአላስፈላጊ ነገር ማጋለጥ አድርገው ስለሚቆጥሩት ብዙዎች ወደሕክምና

ወይንም ወደሕግ አይቀርቡም።በእርግጥ ይህ ወደፊት እየተለወጠ ጁሄቴል ማረፊያ እምነት አለ ። »ብለዋል ዶ/ር ዳዊት ደሳለኝ።

ሲስተር አዲስ አለም ወልደሚካኤል እንደገለጸችው «ህብረተሰቡ ንቃተ ህሊናውን የሚያጎለብትበት አሰራር ሊኖር ይገባል። ወላጆች ከልጆቻቸው ጋር የሚነጋገሩበትን ነገር መቆጠብ ሳይሆን ልጆችን ማስተማሪያ መንገዱ ምንድነው ብሎ ማሰብ ይባቸዋል። ወላጆች ሕጻናት የሚደርስባቸውን ችግር በማንኛውም ሰአት ለመስማት የሚያስችላቸውን መንገድ መፍጠር ይገባቸዋል። በትምህርት ቤቶችም ሕጻናት ሊደርስባቸው የሚችለውን ጎጂ ነገር ሁሉ ሊያውቁ የሚችሉበት አሰራር መኖር ይገባዋል። ባጠቃላይም ወላጅ ህብረተሰብ እና ሌሎችም የሚመለከታቸው ግልጽ የሆነ ውይይትን ማድረግ ሕጻናቱን ለማዳን ዋነኛው መንገድ ነው። » ብላለች።

ለማትረጋ □ □ አእምሮ ሐኪም ዘንድ ይመጣሉ።
የሚመጡትም በፖሊስ ወይም ከተለያዩ የሆስፒታሉ □ክል
ተልው ሲሆን ይችላሉ።

ኢሰግ:- ለትውስታ የሚበቃ ገጠመኝ ይኖር ይሆን ?

□/ር:- እኔ የማስታውሰው...

1. አንዲት የዩኒቨርሲቲ ተማሪ በአስተማሪዋ አማካኝነት የመደፈር ሁኔታ ጁ□ርስባ□ል። በዚህ ምክንያት ወደህግ እንደገናም ወደሕክምናውም ቀርባለች። ነገር ግን ልጅቷ ቀደም ባለ ጊዜ ማለትም ከአንድ አመት በፊት በሚሆን ወቅት የአእምሮ ታማሚ እንደነበረች ሰነድ ያረጋግጣል።ስለዚህ በህግ በኩልም የአእምሮ ታማሚ የሆነችን ሴት መት□ር □በለቷ ትኩረት እንደሚደረግበት ይታወቃል። የልጅቷ ቶቴጅ በ□ር□ግ በህ□ መጨረሻው ምን እንደሆነ ባላ□ቅም ተጠ□ ሕክምና ግን ተደርጎላ□ል። ትልቁ ጉዳይ ግን ልጅቷ የዩኒቨርሲቲ ተማሪ መሆንም እና የተደፈረችውም በአስተማሪዋ መሆኑ ነው። በእንደዚህ ያሉ አካባቢዎች ያሉ የህብረተሰብ ክፍሎች ሁሉንም ነገር ጠንቅቀው ያውቃሉ ...እራሳቸውንም ከጥቃት ይከላከላሉ ተብሎ □ሚታመን ሲሆን እንደዚህ ያለው ጥፋት ግን አልፎ አልፎ ይከሰ□ል።
2. ሌላ□ ትውስታዬ የአስራ አምስት አመት እድሜ የሆነች ሴት ልጅ ላጁ □ተ□□መ ነው። ልጅቷ እናትዋ ልብስ እያጠበች የምታሳድጋት ልጅ ናት። ከዚህም ሌላ ልጅቷ አስገድዶ የደፈራት ሰው ጸቆኝት በድንገት ሲሆን ማንነቱንም አ□□-ቀ□-ም። ስለ□ህ □ተረቹ□ ልፀ □አክሌ ነው የማይባል ከሆነ በአካባቢው ሌላው ተጨማሪ ጉዳት ወይም እፍረት ስለሆነ የግድ ጽንሱን ማስወረድ አለባት ወደ ሚለ□-ድምዳሜ ነበር እናትየው የደረሰችው። በዚህ ቤተሰባዊ ውሳኔ ላይ ልጅቷ ብትጠየቅም ከማልቀስ በስተቀር ምንም የማትናገር ወይም

ሀሳብ የማትሰጥ ስለሆነች ወደ አእምሮ ሐኪም ዘንድ እንድትቀርብ ተደርጎ ሕምናና የምክር አገልግሎት አግኝታለች።

//////////

ኢሶግ:- ሲስተር አዲስአለም ...በስራ ካጋጠመሽ ተገዶ የመደፈር ሁኔታ ብታካፍይን?

ሲ/ር:- ከዚህ ቀደም ኢሶግ ከመግባቱ በፊት ስሰራ በነበረበት ጦር ባተለጸ ሰዎች አገልግሎት ለማግኘት ይመጡ ነበር። በመጠኑም ምክንያት በእኔ ከመጡት መካከል የማስታወሰው አንዲት በእድሜዋ አምስት አመት የሆነች ልጅን ሁኔታ ነው። ልጅቷን ከገጠር ያመጣቻት አክስቷ ስትሆን ያመጣችበት ምክንያትም ልጅ እንድትጠብቅ በሚል ነው። ልጅቷን ያመጣቻት አክስት በተመላላሽ ከሰው ቤት የምትሰራ ሲሆን የሚኖሩበት ቤትም በጣም ጠባብ የሆነ አንድ ክፍል ቤት ነው። ባልና ሚስቱ የተለምዶውን የእለት ስራቸውን ለመስራት ማልጩ ሲወጡ አብሮአቸው የሚኖር የባልየው ወንድም ልጅቷን አስገድዶ ደፈራት። ልጅቷ በመደፈር ምክንያት ብልትዋ አካባቢ የአካል መሰነጣጠቅ ስለደረሰባት ቆማ መሄድ እንኩዋን አትችልም ነበር። በጣም ትደማለች። በጣም የተጎዳች በመሆኑ ህክምና ተደርጎላት ሄዳለች። አክስትየው ግን ወደህግ እንዳትሄድ ባልዋ እንዳስፈራራትና ወንድሜን በህግ ተጠያቂ አድርገሽ የት እንደምትኖሪ አያለሁ ይላት እንደነበር ገልጿለች።

ሌላሻር ቶታመኔ ደግሞ ሁለት ሴት ጉዋደኛዎች ለትምህርት ሄደው ሲመለሱ አንደኛዋ ሴት ወንጀሉን ከሚያስተባብሩ ሰዎች ፉር ተመካክራ ወደነዚያ ሰዎች ቤት ቶሻርኛዋን ስቱ እንድትደፈር ታደርጋታለች። የተደፈረችው ልፀ በጣም ታምማ ከዳነች በሁዋላ ወደ ትምህርት ቤት መመለስ አልቻለችም። ምክንያቱም አጭሮሻር ስለተበላሸ ለመማር ቃቶ መሆን

አልቻለችም። እና እንደዚህ ባሉ ችግሮች ምክንያት ብዙዎች ማህበራዊ ሕጻንታቸው የሚበላሽ መሆኑን ለማረጋገጥ ችያለሁ።

//////////

ኢሰግ:- ተቺ መጠር እሚያመጣው ችግር ምንድነው?

ዶ/ር ዳዊት:- ተቺ መጠር ጠረጠራ በየትኛው ባትሜ በምን ያህል ሰዎች ነው?

ንዲሁም ጉዳቱ የተፈጸመው በምንድነው የሚለው ሁሉ የሚደርሱትን ቶዳቶች የተለያዩ እንዲሆኑ ያደርጋቸዋል ። ለምሳሌ አንዳንድ ጊዜ ደፋሪዎች መድፈርን የሚፈጽሙት በወንዱ ብልት ብቻ ሳይሆን በፀፀ? በእስክሪፕቶ ወይም በዱላ እና ጠርሙስ በመሳሰሉት ሁሉ ጉዳቱን ማረጋገጥ ለማድረግ ሁኔታ አለ። ሌላው ችግር ያልተፈለገ እርግዝና ነው። ከእርግዝና ጋር በተያያዘ በአማካይ ከሁለት እስከ አምስት በመቶ ማረጋገጥ ሴቶች ጸልተው እርግዝና ያጋጥማቸዋል ተብሎ ጁቸው ታል። ነገር ግን ከወር አበባ ጋር በተያያዘ ምናልባትም እንቁላሉ ከእንቁላል ከረጢት በሚወጣበት በማርገዥ ወቅት መደፈር ካፋቷ መ እርግዝናው እስከ ሰላሳ በመቶ ይጠራል ተብሎ ጁቸው ታል።

ሴቶች ተገደው በሚደፈሩበት ጊዜ የሚደርስባቸው ጉዳት እንደ አካላቸው ጥንካሬ ይለያያል። ለምሳሌ ለአቅመ አዳም ያልደረሰች ሴትና የወር አበባ የቆመ ወይም ያረጠች ሴት የብልት አካባቢያቸው ስስ ስለሚሆን በመደፈር ጊዜ የሚፈጠረውን ጫና ለመቋቋም አይችልም። ሕጻናቱ ተገዶ የመደፈር አደጋ ሲደርስባቸው እስከሆድ እቃ መተርተር አንጀት መበሳት ድረስ አካላዊ ጉዳት ሊደርስባቸው ይችላል። ነገር ግን የወር አበባ እያዩ ወይም ጠጠራት እድሜ ላይ ያሉ ሴቶች ላይ ጉዳቱ ሊቀንስ ይችላል። ነገር ግን የሚደርሰው የስነ ልቦና ችግር እና ማህበራዊ ቀውስ በወደፊት ጠጠራ ሕጻንታቸው እና በዚያም ሳቢያ በቤተሰብ እና ሕብረተሰብ

በተጨማሪም በሐገር ደረጃ ሊኖር የሚገባውን የልማት ተሳትፎ የሚቀንስ ነው።

ኢሰግ:- የወር አበባ ያላዩ ሴቶች ሊያረገዙ ይችላሉን?

□/ር:- የወር አበባ ሳይታይ እርግዝና የሚከሰትበት ሁኔታ ይገጥማል። ይህ ማለት እንቁላል

ስራውን ሊጀምር ነገር ግን በወር አበባ ላይተረጎም ይችላል። □□ር አበባ ሲጸምር በመጀመሪያው ሁለት አመት ድረስ የተዛባ ሊሆን ይችላል። ስለዚህ የወር አበባ ስላላየሁ ላረገዝ አልችልም የሚል ግምት ሊኖር አይቻልም። የህክምና ባለሙያውም ቢሆን የወር አበባ ከሌለ ያልተ□ለቶ እርግዝና መከላከያ ሊሰጥ አይገባም የሚል አሰራር ሊከተል አይገባም።

ኢሰግ:- አንዲት ሴት ልታረገዝ ትችላለች ተብሎ የሚጠረጠረው ከስንት አመት □ትሜ ጸምር ነው?

□/ር:- □□ር አበባ የሚታይበት እድሜ ባለፉት መቶ አመታት ውስጥ እየቀነሰ መጥቶአል።

ከአስራ አምስት እስከ አስራ ሰባት አመት ባለው □ትሜ ቶ□ □ጁ የነበረበት ወቅት የመኖሩን ያህል አሁን ግን ከአመጋገብ ስርአትና ከእድገት ጋር ተያይዞ ባደጉ አገሮች ላይ በተለይ □መም□ □ትሜ በጣም ዝቅ ብሎአል። ነገር ግን በሕክምናው አለም እንደችግር ወይም እንደበሽታ □ሚቆቷረ□ው ወር አበባ ከስምንት አመት □ትሜ በታች ከተከሰተ ነው። ስለዚህ የወር አበባ ቢከሰትም ባይከሰትም እርግዝናው ሊኖር እንደሚችል ይገመታል ። በአንዳንድ ሪፖርቶች እንደታየው ደግሞ በሶስትና አራት አመት እድሜያቸው የመደፈር ችግር ከደረሰባቸው ሊያረገዙ እንደሚችሉ ተመ□ል። ምንም እንኳን

ይህ አጋጣሚ በጣም ትንሽ ቢሆንም የማርገዝ እድሉ ግን እድሜያቸው ከፍ ባለው ብቻ አለመሆኑን ማሰብ ያስፈልጋል።

የተግባቦት ዘመቻ

በአለማችን እንደውጭው አቆጣጠር በ2003 ገ/ም በተደረገው ጥናት አርባ ሚሊዮን ያህል ሰዎች ከኤችአይቪ ቫይረስ ጋር እንደሚኖሩ የተረጋገጠ ሲሆን ከእነዚህም 2.5 ሚሊዮን የሚሆኑት ርድሜአቸው ከ15 አመት በታች የሆኑ ሕጻናት ነበሩ። ከዚህ አሀዝ ይበልጡን ቁፃ ር ርሚወስዱት ኢትዮጵያን ፊ ምሮ ከሰሃራ በታች ያሉ የአፍሪካ ሀገራት ናቸው። ሕጻናት በኤችአይቪ ቫይረስ የሚያዙበት አብዛኛው አጋጣሚ ከእናት ወደልጅ በእርግዝና በምጥ ሰአትና በጡት ማጥባት ወቅት በመተላለፍ መሆኑንም ጥናቶች ጸረፉ። እንደ ዩኒሴፍ የጥናት ውጤት ከኤችአይቪ ቫይረስ ጋር ከሚኖሩ እናቶች የሚወለዱ ሕጻናት 5% በእርግዝና ወቅት ፣ 15% በመቶው ርሚወስዱት በጊዜውም 10% በጡት ማጥባት ወቅት ቫይረሱ እንደሚተላለፍባቸው ጁታወቃል። ሕጻናት ከእናቶቻቸው ቫይረሱን የመውረስ ሁኔታ በለሙና ባልለሙ ሀገራት ልዩነት አለው። ባልለሙት ሀገራት 25-35% ሲሆን በለሙት ሀገራት ከ15-25% የሚሆኑት ሕጻናት ቫይረሱን ከእናቶቻቸው ይወርሳሉ። በምስራቅና በበደቡብ አፍሪካ አንባቢ የወሊድ መጠኑ ከፍ ያለ እና እናቶች ይበልጥ ለኢንፎክሽን የሚጋለጡ ስለሆነ ይበልጡኑ ሕጻናቱ ለአደጋ የተጋለጡ ሆነው ይጻፋል።

ወደሐገራችን ሁኔታ ስንመለስ ከአምስት አመት በፊት በተደረገው ጥናት የወጣው «ኤይድስ በኢትዮጵያ ስድስተኛ ር ርጋርት» እንደጠቀሰው ጥናቱ በተደረገበት ወቅት 1.32 ሚሊዮን ሰዎች ከቫይረሱ ጋር የሚኖሩ ሲሆን ከእነዚህም 45% ወንዶች 55% ደግሞ ሴቶች ናቸው። ስርጭቱም 10.5% በከተሞች ሲሆን በገጠር 1.9 % ነው። ፀረ ኤችአይቪ መድሀኒት የሚፈልጉ

ሰዎች 277,757 ሲሆን ከእነዚህም 43,055 ማለትም 15.5% እስከ 14 አመት እድሜ ያሉ ሕጻናት ናቸው። በኤችአይቪ ኤይድስ ወላጆቻቸውን ያጡ ሕጻናት ቁጥር 744.100 እንደሚደርስ መረጃው ይጠቁማል። በአጠቃላይ እስከ 1997 ገ/ም ትረስ 1, 267 000 ያህል ሰዎች በኤችአይቪ ኤይድስ ሳቢያ ሕጅ ታቸውን እንዳጡም «ስትስተኛው ኢይድስ በኢትዮጵያ »ሪፖርት ጅብል።

በአጠቃላይ ከላይ የተመለከትነው የተለያዩ የጥናት ውጤቶች የሚገልጹት ኤችአይቪ ኤይድስን በሚመለከት ከሁሉም አቅጣጫ የተለየ ትኩረት እንደሚያስፈልግ ነው። ከዚህም በመነሳት የኢትዮጵያ የኤይድስ መረጃ ማእከል አንድ ዘመቻ ይፋ አድርጎአል። ዘመቻው የተሰየመው አስተዋይ ታጋሽ በሚል ነው። አስተዋይ መሆን የሚጠበቅበት ደንበኛው ሲሆን ፣ ፋሽ መሆን የሚጠበቅበት ደግሞ ሐኪሙ ነው።

አስተዋይ ታካሚ ለጤንነቱ ኃላፊነቱን ይወስዳል።

1. ለራሱ ክብር መስጠት ይጠበቅበታል። ያለበትን ሁኔታ በአዎንቅ መቀበል፣ ኑሮን በተስፋ መኖር ፣ ሕይወትን ከኤችአይቪ ጋር ብቻ አለማያያዝና ህይወት ከዚያ በላይ መኖሩን ለራስ ማሳመን ይጠበቃል።
2. ፣ላፊነት የሚሰማው መሆን ይጠበቅበታል። ጤናማ የአኗኗር ዘይቤን መከተል ፣ የአካል ብቃት እንቅስቃሴ ማድረግ ፣ ወሲብን ካሳቡ በጥንቃቄ መፈጸም ፣ ከጎጂ ሱሶች ራስን መጠበቅ... ወዘተ ጸስ።
3. ጤናን መከተል ጅብል። ጤና ነክ ክስተቶችን የሚመዘግቡበት ፣ ለጠባቂ ማስታወሻ ማዘጋጀት... በዚህ ነጥብ ስር ከሚፈለጉት ነጥቦች አንዱ ነው። በዚህም (ስለ መድሀኒት አወሳሰድ ፣ የማይፈለጉ ውጤቶች ፣ የወር አበባ (ሴት ከሆነ) ክብደት ፣ ቀጣይ የሀኪም ቀጠሮ እና የመሳሰሉትን መዘግቦ ከሐኪም

ፋር በጤና ዙሪያ ለመወያየት እና አስፈላጊ የሆኑ ጥያቄዎችን ለመታዘቅ ጁረቴል።

- 4. የህክምና ቀጠሮን ማስፈጸም፤
- 5. ከጤና ባለሙያው ጋር መልካም ግንኙነት ማድረግ፤
- 6. ተገቢውንና አስፈላጊውን ጥያቄ መጠየቅ ከአስተዋይ ማሟላት ይጠበቃል።

ጋሽ የጤና ባለሙያ አስቸጋሪ ሁኔታዎች አያግዱትም ።

- 1. ግብርን ማሟላት ፤ አገልግሎቱን ለማግኘት ብዙ ጊዜ ጠብቀው ከሆነም ይቅርታ መታዘቅ ፤ ደንበኛው ምስታሩ እንደሚጠበቅ መሰለው እንዲሁም ስሜትና ፍላጎትን እንዲገልጽ መርዳት ...ወዘተ
- 2. አብሮ ማቀድ አብሮ መስራት፤ በእለቱ ምን አገልግሎት እንደሚፈልጉ ደንበኛን መጠየቅ እና ማሟላትንም ማረጋገጥ ፤ ለደንበኛ ውሳኔ መስጠት ሳይሆን ምክርን ከአማራጮች ጋር መለብስ ።
- 3. ግብርን እና ቀለል ያለ ውይይት ማድረግ፤
- 4. ጊዜን በአግባቡ መጠቀም ፤
- 5. በግብር ስንብት ማድረግ ...ከታጋሽ የጤና ባለሙያ ጁታበቃል።

የኤችአይቪ ኤይድስ ቫይረስ በደማቸው ውስጥ ያለባቸው ሰዎች በምን መንገድ ተገቢውን ሕክምና ማግኘት አንዳለባቸውና የህክምና ባለሙያውም በምን መንገድ ደንበኞችን ማስተናገድ እንደሚገባ መግባባትን ለመአታር የሚያስችለው «አስተዋይ ጋሽ» ዘመቻ ለጊዜው በአዲስ አበባ ወደፊት ደግሞ በአገር አቀፍ ደረጃ ማድረግ ተገልጿል።

በኤይድስ መረጃ ማስተካከል የተመቻቸው ይህ ዘመቻ በሁለተኛው ሆተር ለግማሽ ቀን ከመገናኛ ብዙሀን ሰራተኞች ጋር ባደረገው ቆይታ መላው የዘመቻ ትግበራ

ምን እንደሚመስል ተገልጸዋል። አቶ ሰለሞን ታምራት በኤድስ መረጃ ማእከል የኤአርቲ ኮሚዩኒኬሽን አሲስታንት ኤፌሰር ናቸው የዘመቻውን ሂደት ጸብራሩት።

«ዘመቻው በተለያዩ የድምጽና የምስል ሕትመቶች እየታገዘ እንዲካሄድና በተለይም በቪዲዮ ለአስተዋዩም ለታጋሹም እንዲሆን የውይይት መመሪያ ተዘጋጅቶአል። በተጨማሪም በሬድዮ የሚተላለፉ ትምህርታዊ መልእክቶች እና በየጤና ጣቢያው ለእይታ የሚሰቀሉ ተንጠልጣይ መልእክቶችም ተዘጋጅተዋል። ዘመቻው አስተዋይ ታካሚ ለጤንነቱ ኃላፊነቱን ይወስዳል የሚል ሲሆን ይህም ባተሚዎችን ስድስት ነጥቦች በተገቢው ታካሚዎች ከፈጸሙ ጤናቸውን መጠበቅ ያስችላቸዋል። አንድ ታካሚ ወደጤና ባለሙያው በሚቀርብበት ጊዜ የግል ችግሩን (ለምሳሌ የገንዘብ ችግር ፣ የቤት እጦት ፣ ..ወዘተ) ባጠቃላይም ሐኪሙ መፍትሔ የማይሰጥበትን ጉዳይ መዘርዘር አይገባውም። ይልቁንም ከሀመሙ ጋር በተያያዘ አጠቃላይ ያለውን መረጃ ለሐኪሙ በማካፈል ተገቢውን ቀረቤታ ማድረግ ይጠበቅበታል። አንድ ከኤችአይቪ ቫይረስ ጋር የሚኖር ሰው ጤንነቱን ጠበቀ ማለት ጠቀሜ□□ ለቤተሰቡ ለህብረተሰቡ ብሎም እስከ ሀገር ደረጃ የሚደርስ ነው። ስለዚህ አንድ የኤችአይቪ ቫይረስ በደሙ ውስጥ ያለበት ሰው ይህንን በጸጋ ተቀብሎ ፀረ ኤችአይቪ መድሀኒቱን በተገቢው እየወሰደ ከሐኪሙ ጋር ተገቢውን ግንኙነት ማድረግ ይጠቅመዋል።በጤና ባለሙያው በኩል ደግሞ ታጋሽ የጤና ባለሙያ አስቸጋሪ ሁኔታዎች አያግዱትም ሲባል ታካሚው ምናልባትም ካለው አነስተኛ ልምድ ወይንም እውቀት የተነሳ ወይንም በሌላ ምክንያት ለሐኪሙ መነገር የማይገባውን ነገር እንኩዋን በህክምናው ወቅት ቢናገር በትእግስት ተቀብሎ ማስረዳትና ደንበኛውን ወደትክክለኛው ሁኔታ መመለስ እንደሚገባው የሚመክር ነው። በእርግጥ የጤና ባለሙያም እንደሚገኝ□-ም ለ□ ለ□ በመሆኑ ሐዘን ፣ደስታ፣ የተለያዩ ችግሮች ሊገጥሙት እንደሚችል የሚታወቅ ቢሆንም ወደስራ ገበታው ሲደርስ ግን በህይወታቸው ጉዳይ እርሱን

ለሚጠብቁ ሰዎች ተገቢውን እርዳታ ለማድረግ ዝግጁ መሆን ይጠበቅበታል።
» ብለኻል።

□/ር እስማኤል ዋበላ በአዲስ አበባ ጤና ቢሮ የፀረ ኤችአይቪ ህክምና አማካሪ
□ንደገለጹት «በእርግጥ ካለው አንዳንድ ችግር የተነሳ ሁሉን በተመሳሳይ ጊዜ
ማድረግ አስቸጋሪ በመሆኑ ይህ ዘመቻ ዘግይቶአል ቢባልም አሁንም ግን
ቷቀሜታው የጎላ ነው። በተለይም (ቅቅቁሽስሳ ሰቁበቃቁሽቃሽ ፤
ላቁቃቁበቃ ቂሮቃሮሽስቂስቃቃ) በሚል አሁን በዘመቻው የተካተቱት ስራዎች
ቀ□ም ብለ□ ቢሰሩ ኖሮ ብዙዎችን ይበልጥ ማዳን ይቻል ነበር። የህክምናውን
ጫና እና በጊዜው መድሀኒቱም ባለመኖሩ ሙያተኞቹ ወደሌላ ስራ □መሄት
ሁኔታ የነበረ ሲሆን ይህ ዘመቻ ቀደም ቢል ኖሮ ሁኔታውን ይቀንስ ነበር
□ሚል እምነት አለኝ። ከዚህ ውጪ አሁን በሚካሄደው «አስተዋይና ታጋሽ
ዘመቻ» ሶስት ሺህ ሰዎች ከተስፋ ጎህ ሶስትሺህ ሰዎች ደግሞ በመቅድም
ኢትዮጵያ በድምሩ ስድስት ሺህ ሰዎች የዘመቻው ፍሬ ሀሳብ በቀጥ□
እንዲደርሳቸው መታቀዱ በአጭር ጊዜ ሠዙዎችን መድረስ እንዲቻል የሚረቱ
አሰራር ሲሆን ከዚህም በተጨማሪ ዘመቻው ጊዜ ሳይፈጅ ወደ ክልል
መስተዳድሮችም የሚደርስበት መንገድ መመቻቸት አለበት» ብለዋል።

አስተዋይ እና ታጋሽ የተግባባት ዘመቻ መጋቢት 8/2003 ዓ/ም በአዲስ አበባ
ሂልተን ሆነል በተካሄደ ስነስርዓት ይፋ ሆኖአል።

□ርግዝናና ኬሚካል

« እኔ የገጠመኝን አሳዛኝ ሁኔታ ለሌሎች አልመኝም። ምን ሆነ መሰላችሁ ? የዛሬ ሁለት አመት አንድ ወንድ ልጅ ወልጃለሁ። □ ቴጾ ልጁ ከንፈሩ ላይ ስንጥቅ ያለበት ነበር። ምንድነው ምክንያቱ ? ብዬ ሳጠያይቅ ...ሐኪሙ ምን አለኝ መሰላችሁ... «አንቺ የምትጠቀሚያቸው የተለያዩ የውበት መጠበቂያዎች ካሉ ወይም በስራ ምክንያት የምትገለገይባቸው ኬሚካሎች ካሉ በጸነሰሽው ልጅ ላጁ እንደዚህ ያለ የአካል ችግር ሊከሰት ይችላል...» □ ሚል መልስ ነበር የሰጠኝ። እውነትም እኔም ፀጉሬን ጎልደን የሆነ ቀለም መቀባት ...ፊት ላይ ደግሞ ቡግር ይወጣ ስለነበር ቀደም ብዬም እሱን ለማስ□ቶት እጠቀምበት የነበረውን የተለያዩ መድሀኒቶችን እወስድ ነበር። ከዚያም በተጨማሪ በእርግዝናዬ ወቅት ቤት ሰርተን እየጨረሰን ስለነበር የሴራሚክስ ...ታይልስ የመሳሰሉትን ማጽጃ ኬሚካል እጠቀም ነበር። ይህንን ማድረግ በተረገዘ ልጅ ላይ የአካል ጉዳት እሚያደርስ ከሆነ ሌሎችም እንዲጠነቀቁ ምክራችሁን ብ□ስተላልኝ ጁቷቅማል። »

ቤተልሔም

ህሩይ (አዲስ አበባ)

ከላይ ያነበባችሁትን መልእክት መሰረት በማድረግ ወደጥቁር አንበሳ ሆስፒታል አምርተን በህክምና ላይ የነበሩ እርጉዝ ሴቶችንና አንድ የጽንሰና ማህጸን ሐኪምን አነጋግረናል። የህክምና ባለሙያው ዶ/ር ዳዊት ደሳለኝ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ስፔሻሊስት በአዲስ አበባ ዩኒቨርሲቲ የህክምና ፋክልቲ መምህርና የቅድመ ምረቃ ተባባሪ ዲን ናቸው።

ኢሶግ:- አንዲት እርጉዝ ሴት ካላረገዘችው ሴት በምን ትለያለች?

□/ር:- እርግዝናን የሚለየው አንድ ልጅ በማህጸን ውስጥ እያደገ በሚመጣበት ወቅት ቀደም

ብሎ ከተወለደ ወይም ካደገ ሰው የሚለይ ሴል አለው። የልጁ ሴል ገና የሚያድግና የሚራባ ነው። ሴሉ የሚራባ ነው ሲባል አንዱ ሴል ወደሁለት እንደመባዛት የሚቆጠር ሲሆን በሚባዛበት ጊዜም አንዱ ሴል ውስጥ ያለው ችግር ወደሁለተኛውም ሴል ጁሄቴል ። ስለ□ህ ሴሉ እያደገ ሲመጣ ከነችግሩ ይራባል ማለት ነው። ማንኛውም □ጽ ነገር ሴሉ ውስጥ ካለ ልጁ በሚወለድበት ጊዜ አካሉ ላይ ጉዳት ኖሮት እንዲወለድ ይሆናል። ስለዚህ በእርግዝና ወቅት እርጉዝዎን ሴት ካላረገዝቸው ሴት የሚለያት እስከ እራስዎ በማርገዝዎ ምክንያት በሰውነቷ ላይ የተለያዩ የጤና ወይም ችግርን ያለመቋቋም ሁኔታ ከመከሰቱ በላይ በማህጸንዎ ውስጥ በማደግ ላይ ያለው ጽንሰ በጥሩ ሁኔታ ጊዜውን ጨርሶ እንዲወለድ ሲባል ጥንቃቄ ማድረግ ስለሚያስፈልግ ነው ።

«እኔ አሁን የዘጠኝ ወር እርጉዝ ነኝ። በእርግጥ ቀደም ሲል ፀጉራን ቀጁ ቀለም እቀባ ነበር። ነገር ግን ከአረገዝኩ በሁዋላ አልተቀባሁም። ምክንያቱ ግን እርጉዝ በመሆኔ የመድከም እና ለእራሴ መጊያገጥ ትኩረት ባለመስጠቴ ነው እንጂ እንዲያውም ወደወርቅማው የሚሄደውን ብሊች የሚባለውን ቀለም በጣም ስለምወደው ልቀባ አስቤ ነበር። እኔ በጽንሰ ላይ ችግር ያመጣል አያመጣም የሚለውን መረጃ ጠይቄም አላውቅም የነገረኝም የለም»

ከጥቁር አንበሳ

ሆስ□□ል

ኢሶግ:-እርግዝናና ኬሚካል ብዙም አይጣጣሙም ሲባል ምን ማለት ነው?

□/ር:- ሰው በተለያዩ መልኩ የሚጠቀምባቸው ኬሚካሎች በሺህ የሚቆጠሩ ናቸው። በእርግዝና ጊዜ ኬሚካሎችን መጠቀም የሚያስፈልግበትም

የማያስፈልግበትም ሁኔታ አለ። ስለዚህ እነዚህ አስፈላጊ የሆኑ እና ያልሆኑ የሚባሉትን ኬሚካሎች መለየት ያስፈልጋል። በእርግዝና ጊዜ በ□ንሱ ላይ ችግር የሚያስከትሉ የሚባሉትን ለይተን ለማየት ብንሞክር...ለምሳሌ በየቀኑ የምንጠቀምባቸው የውበት መጠበቂያ ቅባቶች ፣ ቀለሞች የመሳሰሉት ላይ ሊኖሩ ይችላሉ። ለምሳሌ እንደ ሽቶ ውስጥ ከብዙ መቶዎች በላይ ኬሚካሎች አሉ። የውበት መጠበቂያ ቅባቶች የጸጉር ቀለሞች በብዙ መቶዎች የሚቆጠሩ ኬሚካሎችን ይይዛሉ። እንደገናም ወደገጠር አካባቢ በምንሄድበት ቱ□ በግብርናው ዘርፍ ለበሽታ መከላከል የሚረጩ መድሀኒቶች በእርግዝና ጊዜ በጽንሱ ላይ የተለያዩ ችግሮችን ሊያስከትሉ ይችላሉ። ከዚህ □ቶ ም እንደኤችአይቪ ቫይረስ የተለያዩ ቫይረሶች አሉ። እነዚህ ቫይረሶች ልጅ በሚያድግበት ሰአት ላይ እያንዳንዱን ሴል ሊጎዱ ይችላሉ። እነዚህም በጽንስ ላይ የአካል ጉዳትን ከሚያስከትሉት ከብዙዎቹ በከፊል ናቸው። በአጠቃላይም የትኛው ኬሚካል ነው ጎጂው የትኛው ነው የማይጎዳው የሚለውን ለመለየት የሚያስችል Teratogen የሚባል ጥናት ስለአለ ወደፊት በግልጽ የሚታይ ይሆናል።

ኢሰግ:- በእርግዝና ጊዜ የሚወሰዱ መድሀኒቶች ችግር ሊያስከትሉ ይችላሉን?

□/ር:- አንዲት ሴት ማርገዝዋን ሳታውቅ ወይም አውቃም ቢሆን እንደቀላል ነገር በመቁጠር እራሴን አመመኝ ፣ ጉንፋን ያዘኝ፣ ጭርት ወጣብኝ ፣ ሆዴን ቆረጠኝ የመሳሰሉትን ምክንያት በማቅረብ በራስዋ ጊዜ መድሀኒት ልትወስድ ትችላለች። በአለም ላይ በአንድ እርግዝና ወቅት አንዲት እርጉዝ ሴት እስከ (3.1%) ሶስት ነጥብ አንድ በመቶ የሚሆን መድሀኒቶችን አንዳንዴ በእራስዋ አንዳንዴም በሐክምና ባለሙያ ታዘላት ልትወስድ ትችላለች። በተለይም ከሐክምና ባለሙያው ትእዛዝ ውጭ መድሀኒት የመውሰድ ልምድ በጽንሱ ላይ አደጋን ሊያስከትል እንደሚችል መገንዘብ ያስፈልጋል። ከዚህም በተጨማሪ

በእርግዝና ወቅት የኤክስሬይ ፎቶግራፍ መነሳት በጽንሱ ላይ አደጋ ሊያስከትል እንደሚችል ማወቅ ያስፈልጋል። ከእርግዝና በፊት የነበረ ልምት ለምሳሌ እንደ አልኮሆል ፣ ጫት የመሳሰሉት ለመዝናኛ የሚወሰዱ ኬሚካሎች በእርግዝና ጊዜም የሚወሰዱ ከሆነ እንደኬሚካሉ ወይም እንደመድሀኒቱ አይነትና ብዛት በጽንስ ላጁ የተለያየ ችግር ሊያስከትል ይችላል። በእርግጥ በሁሉም ዘርፍ አንዲት እርጉዝ ምን ያክል መድሀኒት ወይም ኬሚካል ብትወስድ ምን አይነት ችግር ሊያስከትል ይችላል ለሚለው ጥናት ካልተደረገ ትክክለኛው ነገር ይህ ነው ብሎ መናገር ያስቸግራል። በአጠቃላይ በአለም ላይ ሲታይ ከመቶ ሶስት ያህል ጽንስ አካሉ ተጉዋድሎ ወይም በትክክለኛው ሁኔታ ተሟልቶ ያለመወለድ ችግር ጁክሰትበ□ል ።

ኢሰግ:- ኬሚካሎቹ በጽንሱ ላይ የሚያደርሱት ጉዳት ምን አይነት ነው?

□/ር:- የሚደርሱት ጉዳቶች አካላዊ ናቸው።

- የከንፈር ወይም የላንታ መሰንጠቅ፤
- የአከርካሪ አጥንት ክፍት ሆኖ መወለድ፤
- □ፎ ወይም እግር ያለመኖር፤
- ጣት ሳይኖር ወይም ትርፍ ጣት ይዞ መወለድ፤
- ጭንቅላት ወይም አይን ላይ የተለያዩ ጉዳቶች...ወዘተ ናቸው።

ከላይ የተጠቀሱት በውጭ አካል ላይ በሚታይ መልኩ የሚደርሱ ጉዳቶች ሲሆኑ አንዳንዴ በውስጥ አካል ላይ ማለትም ወደፊት በእድገት ጊዜ ግልጽ የሚወጡ የአካል ጉድለቶች ሊኖሩ ይችላሉ። በእርግጥ እነዚህ የአካል ተጉዋድሎ የመወለድ ሁኔታዎች በሌላም ምክንያት ሊከሰቱ የሚችሉ ሲሆን ነገር ግን በኬሚካል ምክንያትም ሊከሰቱ ይችላሉ።

ኢሰግ:- ከውበት መጠበቂያ ዘዴዎች መካከል ፊትን መሰራት የመሳሰሉት በእርግዝና ወቅት ጎጂ ሊባሉ ይችላሉን?

□/ር:- አንዳንድ ሴቶች የጸሐይ መከላከያ የመሳሰሉ ኬሚካሎችን ፊታቸውን ይቀባሉ። ፊትን

በእርግዝና ወቅት በተለያዩ ምክንያቶች ለኬሚካል ከማጋለጥ ይልቅ ተፈጥሮአዊ በሆነው መንገድ መጠቀም፣ ፀሐይን ለመከላከል ረዘም ያለ ኮፊያ ማድረግ ይመከራል። አንዳንድ ፊታቸው ሽብሽብ የሚልባቸው ሴቶች ሆርሞን ያለባቸውን ኬሚካሎች ሊጠቀሙ ይችላሉ። በእርግጥ ሆርሞን በጽንሰ ላይ ችግር ያመጣል በሚል የተረጋገጠ ነገር ባይኖርም አንዳንዶች ግን የወንድ ሆርሞን ሊኖራቸው ስለሚችል በእርግዝና ወቅት ጽንሱን ሊጎዳው ይችላል። ሌሎች ደግሞ (Facial) ችታቸውን በውበት ሳሎን ይሰራሉ። በእርግጥ ለፊት ጥንቃቄ ማድረግ ውበትን መጠበቅ ከሚባሉት መካከል አንዱና ዋናው ሊባል የሚችል ነው። በ□ርግዝና ወቅት ፊትን መሰራት ጎጂ አይደለም ብሎ ማሰብ ይቻል ይሆናል። ነገር ግን ፊትን የሚሰራው ባለሙያ ሴትየዋ እርጉዝ መሆንዋን ማወቅ ይኖርበታል። ምክንያቱም በእርግዝና ወቅት የሴትየዋ ቆዳ ጥንቃቄን የሚሻና ጉዳትን የማይችል ስለሚሆን ነው። ሌሎች ደግሞ በእርግዝና ጊዜ ሰውነታቸው ላይ በተለይም ፊታቸው ላይ ፀጉር ስለሚበዛባቸው እሱን ለማጥፋት ኬሚካልን ይጠቀማሉ። ሴቶች ከሰውነታቸው ላይ ፀጉርን ለማጽዳት የሚጠቀሙበት ዋክስ የመሳሰለው የውበት መጠበቂያ በእርግዝና ጊዜ ጽንሱ ላይ ጉዳት ያደርሳል የሚል መረጃ የለም። ነገር ግን ሴቶች በሚያረጋዙ ጊዜ ሰውነታቸው ጎጂ ነገርን መቀበል ስለማይችል ባይደረግ ይመረጣል።

ኢሰግ:- የውበት መጠበቂያዎች ስያሜን በማየት ጎጂና ጎጂ ያልሆነውን መለየት ይቻላልን?

□/ር:- □□-ብት መጠበቂያ ኮስሞቲክስ ወይንም ኬሚካሎች (Dermatologic tested , Natural, Organic)የሚል ስያሜ ስለያዙ ብቻ ጠቃሚ ወይንም ጉዳት የማያስከትሉ ናቸው ማለት አይቻልም። የአሜሪካው (FDA) food and drug administration ዋናው መታየት ያለበት ውሁዱ ነው እንጂ ስያሜው አይደለም ብሎአል። የውበት መጠበቂያው የተሰራው ከምን □ንደሆነ በሚገባ ተመልክቶ ከዚያም ወደሕክምናው ባለሙያ ቀርቦ በማማከር መጠቀም ይመከራል።

ኬሚካል... በትክክል በጽንሰ ላይ ጉዳት ያመጣል።

10 % የሚሆነው የወሊድ ችግር በኬሚካል ምክንያት የሚፈጠር ነው።

«ቀደም ብዬ ማለትም በኢትዮጵያውያን አቆጣጠር በ1990 ዓ/ም ለስራ ወደ ሊባኖስ ሄጄ ነበር። በሊባኖስ ለሁለት አመት ከስራሁ በሁዋላ የአሰሪዎቹ ልጅ አስገድዶ ደፈረኝ። በዚህም ምክንያት የወር አበባዬ መቅረቱን ስላረጋገጥኩ እጅግ በጣም ተጨነቅሁኝ። መታመሜን ለማዳሜ ነግሬ ወደሐክምናው ስሄድም እርጉዝ መሆኔ ተነገረኝ። በጣም ነበር ያለቀስኩት። እርግዝናው ሁለት ወር አለፈው። እጅግ ተጨነቅሁ። ከዚያም አንድ ቀን እንደተኛሁ መኝታዬ በጣም ቀዘቀዘኝ። ብድግ ብዬ ስመለከትም ብዙ ደም ፈሶኛል። ለካስ ውርጃ ነው። ከመኝታዬ ብድግ ብዬ ፈጣሪዬን አመሰግንኩት። ልብሴንም ቀያይሬ ተገባቤ ተመልሼ ተኛሁና በማግስቱ እንደገና ወደሐኪሙ ቤት በመሄድ የሆነውን ነገርኩት። ሐኪሙም በኬሚካል ቤት □□ጸለሽ ? ብሎ ጠየቀኝ። አዎን ...በተለይም መታጠቢያ ቤቱ በኬሚካል ይጸዳል ብዬ መለስኩለት። ኬሚካሉ በአፍንጫሽ ስለሚገባ አካልሽንም ነክቶ ሊሆን ስለሚችል ጽንሱ እንዲወርድ አድርጎታል ...አለኝ። እኔም ለጊዜው ከእርግዝናው መገላገሌ ቢያስደስተኝም ወደፊት በእእኔ ላይ ምን ጉዳት እንደሚያስከትልብኝ ስለማላውቅ ይቅርብኝ ብዬ ወደአገሬ ተመለስኩኝ ። ወደሐገሬ ከተመለስኩ በሁዋላም ባል አግብቼ አሁንም እርጉዝ ነኝ። ነገር ግን እርግዝናው እያለ ደም እየፈሰሰኝ ሲያስቸግረኝ ወደሐኪም ዘንድ ቀርቤ የተነገረኝ ስሰራበት የነበረው ኬሚካል ነርቤን እንዳይከመውና ከፍተኛ ጥንቃቄ ማድረግ እንደሚገባኝ ነው። ባለፈው ሳምንት ያስነበባችሁትን ተመልክቼ ነው ይህንን ታሪኬን የላክሁላችሁ። እናም ...ኬሚካል በትክክል በጽንሰ ላይ ጉዳት ያመጣል። »

አለም

ተዋበ ከላፍቶ

ኬሚካልን በእርግዝና ወቅት መጠቀም ጎጂ ነውን ?የሚለውን ያለፈውን □ትም ያነበበችው አለም እንዳካፋለችን ሌሎችም ሲነግሩን የሚችሉት ልምድ እንደሚኖራቸው እናምናለን። ኬሚካል በጽንሰ ላይ ጉዳት የሚያስከትለው በምን መልክ ነው? ለሚለው ዶ/ር ዳዊት ደሳለኝ ማብራሪያቸውን በዚህ እትም ቀጣይ አድርገዋል። ዶ/ር ዳዊት ደሳለኝ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ስፔሻሊስት፣ በአዲስ አበባ ዩኒቨርሲቲ ሕክምና ፋክልቲ መምህርና የቅድመ ምረቃ ረዳት ዲን ናቸው።

ኢሰግ:-እርጉዝ ሴት ኬሚካል ስትጠቀም ወደጽንሱ የሚደርሰው እንዴት ነው?
□/ር:- በቅድሚያ በምግብ መልክ የሚወሰደው ማንኛውም ነገር እንዴት ወደ ጽንሰ ይተላለፋል የሚለውን እንመልከት። አንዲት እናት ም□ብ ከወሰደች በሁሻላ ከአንጀት አርፎ ከዚያም ደሙ በጉበት አማካኝነት በተገቢው ከተጣራ በሁዋላ □□ እንግዴ ልጅ ይደርሳል። እንግዴ ልፀ □አናትየውን ደምና የልጁን ደም ያገናኛል። □ንግዴ ልጅ በባህርጁ□ ከአናት ወደ ልጅ የሚሄዱትን ኬሚካሎች መጠንና አይነቱን ይወስናል። አንድ ኬሚካል በምግብ ወይንም በመድሀኒት በመሳሰለው መንገድ ወደአናትየው ከገባ በሁዋላ እናትየው ደም ውስጥ ካለ□ ፕሮቲን ጋር ተጣብቆ የሚሄድ ከሆነ ወደልጅየው የመሄድ አቅሙ በጣም ውስን ነው። ስለዚህ ኬሚካሉ □□ ልባ ቶብቶ ችግር ያመጣል አያመጣም ለማለት የኬሚካሉ ሁኔታ ይወስነዋል።

ኢሰግ:- ኬሚካል ቆዳን ስለነን በምን መንገድ በጽንሰ ላይ ችግር ያመጣል?

□/ር:- በሳይንስ እንደተረጋገጠው ቆዳ በጣም ትልቁና ብዙ ነገሮች የያዘ የሰው ልጅ አካል ነው። ፍጥረትን ከከባቢው አየር ጋር ተስማምቶ እንዲኖር የሚያደርገው ቆዳ ነው። አየር ሲሞቅም ሆነ ሲቀዘቅዝ ማወቅ የሚቻለው በቆዳ አማካይነት ነው። ቆዳ በተፈጥሮው ክፍት የሆነና ማንኛውም ኬሚካል ቢነካው ወደደም ሊያስገባ የሚችል የራሱ የሆነ ቀዳዳ ያለው ነው። ለምሳሌ የተለያዩ እንደ ሽክር ወይም የሚያሳክክ ሕመም በቆዳ ላይ ሲከሰትና መድሀኒት ሲጠቀስ መድሀኒቱ መፍትሔ የሚሰጠው በቆዳ አማካኝነት ወደ ደም ገብቶ ነው። ስለዚህ አንዲት እርጉዝ ሴት ማንኛውንም ኬሚካል በቆይታ ላይ ለጠቅላላ መታዘቅ ስትል ብትጠቀም በቆዳዋ አልፎ ወደ ግም ስለሚቆይ ግም ጽንሱ መተላለፍ ይችላል።

ኢሰግ:- በኬሚካል ምክንያት ጽንሰ ጉዳት ሊደርስበት ይችላል ሲባል በየትኛው ወር ምን አይነት ችግር ነው የሚደርሰው ?

□/ር:-

1. በመጸመሪያው ላይ ለእርግዝና ጊዜ ማለትም እስከ ሁለት ሳምንት ባለው ቆይታ ለኬሚካል መጋለጥ ሲኖር በግርግር መልኩ መሆኑ በመሆኑ እርግዝናውን ጸቷኛኝል። በውርጃ መልክ ካልተወገደ ግን ምንም አይሆንም።ይህ ጊዜ የወንድና የሴት ግርግር ፍሬ ከተገናኛ ጸምሮ እርግዝናው መሆኑ ለመሆኑ ወደ ማህጸን እስከሚገባ ድረስ ነው።
2. ከሁለት እስከ ስምንት ሳምንት እትሜ ባለው እርግዝና ጊዜ ማንኛውም ኬሚካል ከባድ ችግር በጽንሰ ላይ የሚያመጣበት ጊዜ ነው። ከሁለት እስከ ስምንት ሳምንት ጸለግ ላይ ለእርግዝና ጊዜ ገና የሰውነት አካላት መፈጠር የሚጀምሩበት ነው። በዚህ ጊዜ ውስጥ ጽንሱ አግምሮ ፣ልብ ፣ግራ ፣ግራ ፣አይን የመሳሰሉትን ውጫዊና ግልጽ የሰውነት አካሎቹን የሚፈጥርበት ጊዜ ሲሆን በሌላ በኩል ደግሞ ይህ

ጊዜ ገና ቀጣዩ የወር አበባ ጁመ□ል ተብሎ የሚጠበቅበት ስለሆነ ለኬሚካል ከተጋለጡ 50 % የሚሆኑ □ርጉዞች እርግዝናቸውን ሳያውቁት ሊያጡት ይችላሉ። ከሁለት □ስክ ስምንት ሳምንት ባለው ጊዜ ምናልባት ከውርጃ ተርፈው የሚወለዱ እንኩዋን ቢኖሩ □ተለጸ□ የጤና ችግሮችን ማለትም እንደልብ ሕመም የመሳሰሉትን ይዘው ሊወለዱ ይችላሉ። ይህ ጊዜ ማንኛኛውም እርጉዝ ሴት ጠቃሚ ምግቦችን ቫይታሚኖችን እንድትወስድ የሚመከርት ሲሆን በተቃራኒው ጎጂ የሆኑ ኬሚካሎችን ከወሰደች በጽንሱ ላይ □ሚ□ርሰ□ ጉዳት ከፍ ያለ ነው።

- 3. በሶስተኛ ደረጃ ያለው ከዘጠኝ ሳምንት እስከ መወለጃው እድሜ ድረስ ያለው ጊዜ ነው። በዚህ ጊዜ ውስጥ በጽንሱ ላይ የተፈጠሩት የሰውነት አካላት በመጠንም በተግባርም ያድጋሉ፣ ይሰለጥናሉ ። □ናትየው የምትወስደው ኬሚካል በጽንሱ ላጁ □ተ□ቷሩት የሰውነት አካላት ተግባራቸውን በሚገባ እንዳያከናውኑ የሚያስተጉዋጉል ከሆነ ተፈጥሮውን ያዛባዋል። ኬሚካል መቀባባት ብቻም ሳይሆን በሕመም ምክንያት እንደ ኤክስሬይ ፣ፎተግራፍ መነሳት ወይንም ቀላል ሕመም ነው በሚል የተለያዩ መድሀኒቶችን ያለሐኪም ት□□□ መ□-ሰት የመሳሰሉት ጭምር በጽንስ ላይ ችግር የሚያስከትሉ ናቸው።ስለ□ህ ለኬሚካል የመጋለጥ ሁኔታ እንደጊዜው ጉዳቱም ይለያያል።

ኢሰግ:- ኬሚካል ከእርግዝና ጋር በተያያዘ ችግር እንደሚያመጣ በሀብረተሰቡ ዘንድ ጁታወቃልን?

□/ር:- ከእርግዝና ጋር የተያያዙ ብዙ ችግሮች ቢኖሩም ለኬሚካል መፋለግ መድሀኒትን

ጨምሮ የሚያደርሰው ችግር እስከ አስር በመቶ ብቻ ነው። ሌሎቹ ከወላጆች የሚወረሱ የጂን አለመጣጣም የሚያመጡዋቸው ችግሮች ናቸው። ስለዚህ ኬሚካል ከእርግዝና ጋር በተያያዘ ችግር ያመጣል

አያመጣም የሚለውን ብዙ ሰው ላይረዳው ይችላል። ይህ ሙያ Teratogen በሚባል ርጅና በተለየ ሁኔታ የሚጠና በመሆኑ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ባለሙያውም ጸብቀኝል ማለት አስቸጋሪ ነው። ስለዚህ አንዲት እርጉዝ ሴት የእርግዝና ክትትልዋን በምታደርግበት ጊዜ ሐኪምዋ የጸጉር ቀለም ፣የቆዳ የመሳሰሉትን ኬሚካሎች አትጠቀሚ የሚል ምክር ምናልባትም በተመሳሳይ ሁኔታ በሁሉም የህክምና ቦታ ጁሰጣል ማለት አይቻልም። ስለዚህ የህክምና ባለሙያውም ሆነ ህብረተሰቡ በዚህ ረገድ ሳይንስ ያስቀመጠውን እውነታ ከተለያዩ ሰነዶች በመመልከት ጉዳቱን መከላከል ይቻላል።

ርግዝና በጣም የሚያሳሳ ጥንቃቄ ሊደረግለት የሚገባ ነው። አንዲት ሴትና ወንድ በተፈጥሮ ፀጋ የሚያገኙት ልጅ በተፈጥሮው ሙሉ እና ጠንካራ ቢሆንም ባልታወቀም ይሁን በታወቀ ምክንያት ለተለያዩ ችግሮች የሚጋለጥ ከሆነ ጉዳቱ እጅግ አስከፊና ጸጸትን የሚያመጣ ይሆናል። ስለዚህ ማንኛውም ያረዘች ሴት ወይንም ሚስቱ ርጅቱ የሆነች ባል እርጉዝዋ ሴት ለማንኛውም መድሀኒት ወይንም ኬሚካል እንዲሁም እንደ አልኮሆልና ሲጋራ ከመሳሰሉት ልምዶች ሁሉ እራስዋን እንድትከላከል ማድረግ ያስፈልጋል። ማንኛኛውም ርጅቱ ሴት ሐኪምዋን ሳታማክር ምንም አይነት ኬሚካል እንዳትወስድም ይመከራል። የውበት መጠበቂያዎችን በሚመለከት ጭርሱንም አትጠቀሙ ለማለት ሳይሆን ቅባቱ ወይንም ቀለሙ ሲሰራ ከምን አይነት ውሁድ እንደተሰራና እነዚያ ውሁዶች የትኞቹ ጎጂ ናቸው የትኞቹ ጎጂ አይደሉም የሚለውን ከባለሙያ ጋር መማክር ያስፈልጋል። የመዋቢያ ቅባትና ቀለሞች(Dermatologic tested , Natural, Organic) የሚል ጽሁፍ ስለተለጠፈባቸው ብቻ ጉዳት አያደርሱም ብሎ መደምደም ተገቢ አይደለም።

«...እኔ ተጠቅሜአለሁ...እናንተም በምርጫችሁ ...»

በደቡብ ብሔር ብሔረሰቦች ሕዝቦች ክልላዊ መስተዳድር ይርጋለም ሆስፒታልና ከአካባቢው ነዋሪዎች በተለይም ከወንዶቹ ጋር ውይይት አድርገናል። በሲዳማ ዞን ዳሌ ወረዳ ዋጮ ቀበሌ ነዋሪ የሆኑትና በፀሀ እትም ያቀረብናቸው እንግዶች የወንዶች ቋሚ ቤተሰብ እቅድ ዘዴ ተጠቃሚዎች ናቸው ። በፒርኝ ፀተሰማሩ የህክምና ባለሙያም ከይርጋለም ሆስፒታል የተጠቃሚዎችን ሁኔታና አሰራሩን አብራርተዋል ። ለተጠቃሚዎች ያቀረብነው ጥያቄ...

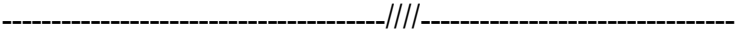
ዓጸቁ 1. የወንዶች ቋሚ የቤተሰብ እቅድ ዘዴ ተጠቃሚ መሆን ምን ጥቅም አለው?

ዓጸቁ 2. የወንዶች ቋሚ የቤተሰብ እቅድ ዘዴ ተጠቃሚ መሆን ምን ጉዳትስ አለው? ማለፍ ነው።

«ስሜ አቶ ዮሴፍ አሌቶ ይባላል።እድሜዬም 45 አመት ነው። የአራት ሴትና የአራት ወንድ በድምሩ የስምንት ልጆች አባት ነኝ። የምኖረው በሲዳማ ዞን ወረዳ ዳሌ ቀበሌ ዋጮ ነው። እኔ በመጀመሪያ ይህ ቤተሰብ እቅድ ዘዴ መኖሩን የሰማሁት ከአባት ቤተሰብ መምሪያ ነው። ባለቤቴ ለመጀመሪያው አምስት አመት ኪኒን፣ ከዚያም መርፌውን በስተመጨረሻም በክንድ የሚቀበር መከላከያ ወስዳ ነበር ። ነገር ግን በስተመጨረሻ ጤና ስለአጣች ምን ማድረግ እንዳለብን ስንገንጋገር ባለቤቴ በኦፕሬሽን መከላከያውን ላሰራ ብላ ወሰነች። እኔም ባለቤቴ ስምንት ልጅ ወልዳ ከዚያም በሁኝላ ፀተለጸፍ ፀብሊት መከላከያዎችን በመውሰድ ስትጎዳ ስለቆየች ይህንን እንኩዋን ላግዝሽ በማለት ሀሳቡን አቀረብኩላት። እኔ ከዚህ በሁዋላ ልጅ መውለድ አልፈልግም። የወለድናቸውን ልጆች ማብላት ፣ማጠጣት ፣ማልበስ

፤ ማስተማር ፣ ማረጋገጥ አቅም ስለሌለን የቋሚ የወሊድ መከላከያ ዘዴ ተጠቃሚ መሆን አለብን ። ስለዚህ የወንዶች ቋሚ የቤተሰብ ፋብራካ ፣ ጾታ መኖሩን ስለማውቅ አፕራሲዮን እደረጋለሁ በማለት ከባለቤቱ ጋር ተማምንን ሆስፒታል ቀጠሮ አስይገዬ ተሰራልኝ። ይህንን ያደረግሁት ካሉን ልጆች በላይ ብንወልድ የኢኮኖሚው ዝቅተኝነት ለልጆቹም ለባለቤተም ለእኔም ጭምር ጠንቅ መሆኑን ስለተረዳሁ ነው።

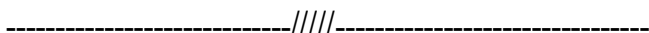
ቫቫክቶሚ የሚባለው ለወንዶች በአፕራሲዮን የሚሰጠው ሕክምና ምንም ጉዳት የለውም። እንዲያውም ይህንን ዘዴ እንድጠቀም ከተደረገ ወዲህ እኔም ሆንኩ ባለቤቱ ደስተኞች ነን። ምክንያቱም ልጅ ይወለድ ይሆናል በሚል የነበረን ስጋት ስለተቃለለ ነጻ ሆነን እንዝናናለን። ይህንንም ሁኔታ ለብዙ ጉዋደኞቻችን እየነገርን ተቋቋሚ እየሆኑ ነው። ከሁለት ሚስቶች 12 ልጆችን የወለደ ቶኒቫቶ ዩን በምሳሌነት መጥቀስ እችላለሁ። ከእንግዲህ ወዲህ ልጆችን ብትወልድ ችግር ላይ ትወድቃለህ... መሬት እንኩዋን እንዳትሰጥ መሬት ጠባቂ... ለምን ልጆችህንም ቤተሰብህንም እራስህን ጭምር ችግር ላይ ትጥላለህ ብዬ መክፈው ቋሚ የቤተሰብ እቅድ ዘዴውን ተጠቃሚ ሆኖአል። በዚህ አይነት አስተምሬ ስምንት ሰዎችን ተቋቋሚ እንዲሆኑ አድርጌአለሁ።»



«ስሜ በፋለ ላሊሞ ጁባላል እድሜዬ ሰላሳ አምስት ነው። የስድስት ልጆች አባት ነኝ። ቋሚ የቤተሰብ እቅድ ዘዴውን ተጠቃሚ የሆንኩት ከጉዋደኞቼ ሰምቼ ነው። በእርግጥ እድሜዬ ገና ብዙ ልጅ መውለድ እምችልበት መሆኑን አውቃለሁ። ባለቤቱም ገና መውለድ የምትችል ነች። ነገር ግን ኑሮው እጅግ አስቸጋሪ በመሆኑና የተወለዱትን ልጆች

በተገቢው ማስተማር ስለሚጠበቅብን የቤተሰብ እቅድ ዘዴውን መጠቀም አለብን ብለን ወሰንን። በርዕዩ ባለቤቱ ራሱን ኦፕሬሽንን አሰርታ መውለድን ለማቋረጥ አስባ ነበር። እኔ ግን በጣም አዘንኩላት። ምክንያቱም በተከታታይ ስድስት ልጅ ስትወልድ የደረሰባት ችግር እንዳለ ሆኖ በተጨማሪም ቤተሰቡን ለማስተዳደር ጸለጋፍት ስለምትሰራና በቂ የሆነ እንክብካቤ አግኝታ ስለማታውቅ የተጎዳች በመሆኑ ነው። እኔ ግን ሰርቶ ቤተሰብን ከማስተዳደር ውጭ ምንም የሆንኩት ነገር ስለሌለና ጤነኛ ስለሆንኩኝ ይህንን እንኩዋን ልርዳት ብዬ ኦፕሬሽን እንድደረግ ወሰንኩ።

በእርግጥ አንዳንድ ሰዎች ማስፈራሪያ የሚሆን ነገር ይናገራሉ። ወንዶች ኦፕሬሽንን ከተደረገላቸው በሁዋላ ከሴት ጋር መገናኘት አይችሉም የሚል የተሳሳተ ነገር ይናገራሉ። እኔ ግን የጉዋደኞቼን ምስክርነት ሰምቼ እነሱን አምኜ ካሰራሁ በሁዋላ ምንም የገጠመኝ ችግር የለም። እንዲያውም ከበሬቱ የተሻለ ሕይወት እንዳለኝ መናገር ስጋጠሁ። »



«ሐይሉ ገላና እባላለሁ። እድሜዬ 48 ነው። እኔ የወንዶች ቋሚ ቤተሰብ እቅድ ዘዴ ተጠቃሚ ከሆንኩ እነሆ አራት አመት ሆነኝ። እኔ የዘጠኝ ልጆች አባት ነኝ። እነዚህን ልጆች ማሳደግ ማስተማር ከአቅም በላይ በመሆኑ እጅግ በጣም ጭንቅ ነበር። ምክንያቱም ኑሮዬ በኢኮኖሚ ዝቅተኛ በመሆኑ ነው። ስለዚህ እንደዚህ ያለ ሕክምና ካለ ለምንድነው የማንጠቀመው በሚል ሀሳብ ተነሳስቼ ከባለቤቱ ጋር ተማክሬ አሰርቼአለሁ።

ከኦፕሬሽን በሁዋላ ምንም ጉዳት አልደረሰብኝም። እንዲያውም የአካባቢውን ሰው አስተምረን ብዙ ሰዎችን ተጠቃሚ እንዲሆኑ አስችለናል። ሰዎች ከሴት ጋር መገናኘት አይችሉም ጸሎ ቢጸጋም

□ኛ ግን በደስታ እየኖርን ነን። አሁንም ፈላጊውን ከአገልግሎቱ ጋር እንዲገናኝ የሚያስችለውን ትምህርት ሁሉ በመስጠት ላይ ነን። »

«አባይነህ ዱቢሶ እባላለሁ። ስድስት ልጆች አሉኝ። እኔ ግን ከዚህም በላይ ልጅ ቢኖረኝ እፈልግ ነበር ። ነገር ግን የኢኮኖሚው እጥረት ተጨማሪ ልጆች እንዳይኖሩን ስላደረገን ከባለቤቱ ይልቅ እኔ ሕክምናውን ብወስድ ይሻላል በሚል አፕራሲዮን ተደረገሁ። ባለቤቱ በመውለድና በኑሮ ሁኔታ የተለያዩ የጤና ችግሮች ስላሉባት እንደገና በ□ህ ተ□ጽ እንዳትሆን አስቤ እርምጃውን በራሴ ላይ ወስጄአለሁ። ከሕክምናው በሁዋላ ምንም ችግር አልገጠመኝም። ስለዚህ ለሌሎች □ማስተላል□□ መልእክት እኔ ተጠቅሜአለሁ...እናንተም በምርጫችሁ ተጠቀሙ የሚል ነው።

የወንዶች ቋሚ የቤተሰብ እቅድ ዘዴ ተጨማሪ ልጅ ለመውለድ የማይፈልጉና በተለጸ□ □ኢድሜ የስራና የኑሮ ሁኔታ ውስጥ የሚገኙ ወንዶች ቋሚ የቤተሰብ እቅድ ዘዴ ተጠቃሚ ሆነው የትዳርና የፍቅር ህይወታቸውን ያለምንም ችግር ለመምራት የሚችሉበት ነው። በይርጋለም ሆስፒታል ጽንሰና ማህጸን ሕክምና □ክል □ሚሰሩት የህክምና ባለሙያ ዶ/ር ኤልናታል ክበበው በአካባቢው ስላለ□ የወንዶች ቋሚ የቤተሰብ እቅድ ዘዴ አጠቃቀም እንደሚከተለው ተገልጿል።

« ሰዎች በመጀመሪያ ስለሕክምናው ሲነገራቸው ለማመን የሚቸገሩበት ሁኔታ አለ። በተለይም ወንዶች ቋሚ የቤተሰብ እቅድ ዘዴ ተጠቃሚ እንዲሆኑ የሚያስችል በአፕራሲዮን የሚሰጥ የህክምና አገልግሎት አለ ሲባል ወደፊት በሚኖረው የግብረ ስጋ ግንኙነት ችግር ይፈጥራል የሚል ስጋት ያድርባቸዋል። ይህ ስጋት የወንዶቹ ብቻም ሳይሆን የሴቶቹም ጭምር

በመሆኑ ሴቶቹ ከባሎቻቸው ይልቅ እራሳቸው አፕራሲዮን ተደርገው ቋሚ ቤተሰብ እቅድ ዘዴ ተጠቃሚ ቢሆኑ ይመርጣሉ። ስለሆነም ሳይንሱን ለማሳመን በስልጠናና በዘመቻ መልክ ህብረተሰቡ መካከል በመግባት በግልጽ በመነጋገር እንዲያውቁት ለማድረግ ጥረት ይደረጋል። እስከአሁን በይርጋለም ሆስፒታልም ሆነ በአካባቢው በሌሎች ሆስፒታሎች እንደታየውም ከሆነ በግላቸው ሁኔታውን ተረድተው ለሕክምናው ከሚመጡት ይልቅ በዘመቻ መልክ ውይይት ተደርጎ እና አምነው የተሰራላቸው እንዲሁም የጉዋደኞቻቸውን እማኝነት ተቀብለው ቋሚ የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ተጠቃሚ የሆኑት ወንዶች ቁጥር ይበልጣል።

ወንዶቹ ቋሚ የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ተጠቃሚ ለመሆን ወስነው ሐኪም ጋር ሲቀርቡ የሚሰጡት ምክንያት በቅድሚያ ብዙ ልጅ በመውለዳቸው ምክንያት ለማስተማርና ለማሳደግ ስለማይችሉ እንዲሁም ሚስቶቻቸው ብዙ ልፀ በመሆናት እና የተለያዩ የእርግዝና መከላከያ ዘዴዎችን በመጠቀም በጤናቸው ላይ ጉዳት ስለደረሰ እገዛ ለማድረግ እንደሚፈልጉ ነው። ስለዚህም በምርጫቸው ቋሚ የቤተሰብ እቅድ ዘዴን የተቀበሉና ቫዜክቶሚ የሚያሰሩ ወንዶች በዚህ ሕክምና ሳቢያ በቀጣይ ዘመናቸው ምንም ችግር የማይገጥማቸው መሆኑ የታመነ ነው። »

ይህንን መረጃ እንድናገኝ ሁኔታውን ያመቻቸልን ኢንጅነር ሔልዝ ኢትዮጵያ ሲሆን የወንዶች ቋሚ የቤተሰብ እቅድ ዘዴ ተጠቃሚዎች ከቀዶ ሕክምናው በኋላ ማድረግ የሚገባቸውን ጥንቃቄ በሚከተለው መንገድ አስፍሮአል።

- የቀዶ ሕክምና ቁስል እስኪድን ለሁለት ቀናት እረፍት ማትረፍ፤
- የዚህ ዘዴ ተጠቃሚ የሆናችሁ ወንዶች ከቀዶ ሕክምና በኋላ ባሉት ሶስት ወራት ለማስረገዝ የምትችሉበት ሁኔታ ስለሚኖር ከግብረሰጋ ግንኙነት መቀብ፤ ባለቤታችሁ ሌላ ዘዴ እንድትጠቀም

**ማድረግ ወይም ኮንዶም ሁልጊዜና በአግባቡ መታቀም
ይኖርባችኋል።**

አንድ comprehensive obstetric care... ለሩብ ሚሊዮን ሕዝብ

የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ESOG ከWHO እና ከጤናጥበቃ ሚኒስቴር ጋር በመተባበር የእናቶችን ሞት ለመቀነስ የተሟላ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና በመላ ሀገሪቱ መስጠት የሚያስችል እንቅስቃሴ ጀምሮአል።

□ንቅስቃሴውም የህክምና ባለሙያዎችን ማሰልጠንን ጨምሮ የተሟላ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና መስጠት የሚያስችልን አቅም መፍጠር ሲሆን ይህ አገልግሎት እንዲሰጥ የታሰበው በእርቀት ላይ በሚገኙ በ12 ሆስፒታሎች ነው። በአሁኑ ሰአት ስራው በስድስት ሆስፒታሎች □ተጽመረ ሲሆን ሆስፒታሎቹም የሚገኙት በደቡብ ፣ በፋምቤላ ፣ በኦሮሚያ ፣ በትግራይ ፣ በአፋር እና በቤንሻንጉል ጉሙዝ ነው። በእነዚህ አካባቢዎች ተመድበው በስራ□ ላጁ □ተሰማሩት የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ባለሙያዎች ከሚሊዲያሙ የልማት ግቦች አንዱ የሆነውን የእናቶችን ሞት መቀነስን በሚመለከት በ□ተሰማሩበት ሆስፒታል በምን መልክ ተግባራዊ በማድረግ ላይ መሆናቸውን ተልቅቻለን።

□/ር እዮብ ቀነኒ ከጋምቤላ ሆስፒታል፣

«አገሪቱ ከሚሊዲያሙ ግቦች አንዱ የሆነውን □እናቶችን ሞት በሶስት አራተኛ□ ለመቀነስ ከፍተኛ ጥረት እያደረገች ትገኛለች። ። ይህንን ለማሳካት የብዙ ድርጅቶችና የሚመለከታቸው አካሎች ድርሻ ሲሆን ከነዚህ መካከል ኢሶግ አንዱ ነው። ኢሶግ በርቀት በሚገኙ ሆስፒታሎች የጽንሰና ማህጸንን ሕክምና የተሟላ በመነድረግ ረገድ ለተረፈ□ ስራ □ቴክኒክና የአስተዳደር ድጋፍ በማትረ□ ላጁ ጁቶ አልፏል።

□እናቶችን ሞት ለመቀነስ (comprehensive obstetric care) □ተሟላ የህክምና አገልግሎት የሚባለው የህክምና አሰ□ዓ ቢያንስ ለ□ሩብ ሚሊዮን ህዝብ አንድ እንዲኖር ነው የ□ቀ□።። (comprehensive

obstetric care) የተሟላ የህክምና አገልግሎት የሚባሉት የህክምና አገልግሎቶች የሚከተሉት ናቸው፡፡

- ፀረ ተሃዋስያንን እንደአስፈላጊነቱ መስጠት ፣
- ኢክላም□ሲያና ፕሪክላምፕሲያን ለመከላከል ማግኔሻየም ሰልፌትን መስጠት፣
- ከወሲድ በሁዋላ ብዙ ደም እንዳይፈስ መድሀኒት መስጠት፣
- □ኦንግዴ ልጅ አል□□ ቢል አስፈላጊውን ጥንቃቄ አድርጎ ማውጣት፣
- ከወሲድ ወይንም ከውርጃ በሁዋላ የተወሰነ ቁርጥራጭ ነገር በማህጸን ውስጥ ቢቀር እናትየውን ለመድማት ስለሚዳርጋትና ስለሚጎዳት አስፈላጊውን □ርምጽ በአፋጣኝ መውሰድ ፣
- □ም መተካት፣
- በአፕራሲያን ማዋለድ፣
- ሕጻናቱ እንደተ□ለ□ እንዲተነፍሱ ወይንም አዲሱን አየር እንዲላመዱ ማስቻል ናቸው፡፡

□ስከአሁን በነበረው ሁኔታ ከዋና ከተማ በርቀት ላይ በሚገኙ ሆስ□ታሎች □ዝህ የህክምና አገልግሎቶች በተሟላ መልኩ ጁሰቷ ነበር ለማለት ያስቸግራል፡፡ ነገር ግን በሁሉም ሆስፒ□ሎች አገልግሎቱ የሚሰጥበት ሁኔታ መመቻቸት አለበት የሚል እምነት ስላለ ኢሶግ ድጋፍ በማፈለግ ከአሁን ቀደም የማህጸንና ጽንሰ ሐኪሞች በማይገኙበት ቦታ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞችን በመቅቷር ለስራውና ስልጠና ለመስጠት መድቦአል፡፡ እነዚህ ሐኪሞች በአሁኑ ሰአት ለታካሚዎች ተገቢውን አገልግሎት እያበረከቱ በተጉዋዳኝም ስልጠና በመስጠት ላይ ናቸው፡፡ ስልጠናው ለሶስት ወር የሚሰጠው ለጤና መኮንኖችና ለሐኪሞች ሲሆን ቀሪውን ሶስት ወር ደግሞ በቅርብ ክትትል ለማድረግ የተያዘ ጊዜ ነው፡፡ በስድስት ወር ፕሮጀክቱ

በሁዋላ ደግሞ ወደቀሪዎች ማለትም በተለያዩ ጠቅ አካባቢዎች በሚቶኑ ስድስት ሆስፒታሎች በመሄድ ተመሳሳይ አገልግሎት ጁሰጠል። የሰልጣኞችን ማንነት በመምረጥ በኩል የዞን የጤና ቢሮዎች ሐላፊነቱን በመውሰድ ህብረተሰቡን ረዘም ላለ ጊዜ ሊያገለግሉ ፍላጎት ያላቸውን ባለሙያዎችን የመምረጥ ተግባር ተከናውኖአል። ባለሙያዎቹ ተጨማሪ ስራ ስለተሰጣቸውም የተወሰነ መጠን ለሚገኝ እንዲያገኙ ጠቅላይ መስተዳድሮች ፈቃደኛ ሆነው ስለተገኙ የጽንሰና ማህጸን ሕምናውን በተሟላ መልኩ በመስጠት ህብረተሰቡን ማቆልቆል ጁቻላል የሚል እምነት አለ። »

□/ር ዘነበ ወልዴ በክምባታ ዞን ዱራሜ ሆስፒታል፣

«በጠቅላላ ሆስፒታል ከሰሜን ኮሪያ የመጡ አንድ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ባለሙያ ይገኛሉ። በተጨማሪም በአንድ በጎ አድራጎት ድርጅት የተከፈተ ጠቅላይ የህጻናት ማእከልም የሚገኝበት ነው። በማጠቃለያ በሆስፒታሉ ያሉት ባለሙያዎች በቀጣይነት ባይሆንም አልፎ አልፎ አገልግሎቱን ይሰቷ ስለነበር በጽንሰና ማህጸን ሕክምናው አሰጣጥ በኩል በጣም የተጋነነ ችግር አልነበረም ።በእርግጥ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ባለሙያው ይሰጡ የነበሩት አገልግሎት በኦፕሬሽን የማዋለድን ጠቅላላ ሌሎች ከወሊድ ጋር የተያያዙ ሕክምናዎችን ነበር ። ከዚህ ውጪ ግን በጠቅላላ ጠቅላይ ሆስፒታል ጠቅላይ ሆስፒታል እኝህ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ባለሙያ ከእርግዝና ጋር ጸልተጸጸ ማንኛውንም የማህጸን ሕክምና አይሰጡም ነበር። ስለዚህ አሁን ኢሶግ የማህጸንና ጽንሰና ሕክምና ባለሙያ ቀጥሎ ወደስፍራው ከላከ ወዲህ ግን ማንኛውንም አይነት የስነተዋልዶ አካል ጤና በተለይም ከጽንሰና ማህጸን ጋር በተያያዘ ያሉ የጤና ችግሮች በሙሉ ሕክምና መስጠት ተጀምሮአል። ከዚህም በተጨማሪ ከወሊድ ጋር በተያያዘም ከፋ ያለ ችግር ሲከሰት ቀጣይ ሲል ወላጆች ወደ ወላይ

□ና ሆላኦና ሆስፒታሎች ይላኩ የነበሩ ሲሆን ኢሶግ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ባለሙያ ወ□ስአራ□ ከላከ ጀምሮ ግን በዚያው አገልግሎቱ በመስጠት ላይ ይገኛል»

□/ር ጁአሩ ተረፈ በኦሮሚያ ክልል ሰሜን ሸዋ ዞን ኩዩ ሆስፒታል፣

«በሚሊኒየሙ የልማት ግቦች የ□ናቶችን ሞት በ3/4ኛ ለመቀነስ የተለያዩ የህክምና አገልግሎቶች የሚሰጡ ሲሆን በተለይም ይህ የተሟላ የህክምና አገልግሎት □ንዲሰጥባቸው ከ□ቀዱት በእርቀት ከሚገኙት አስራሁለት ሆስፒታሎች ሶስቱ በኦሮሚያ □ልል □ሚቶሲሆን ከነዚህም አንዱ የኩዩ ሆስፒታል ነው። በተለያዩ አካባቢዎች ብዙ የጤና ተቋማት □ንዲሁም ሆስፒታሎች የተሰሩ ሲሆን ነገር ግን ከ□ናቶችና ሕጻናት ጤና አኩዋያ የተሟላ አገልግሎት □ስቷ ጁቶ ነበር ማለት አያስደፍርም። ለዚህም በምክንያትነት ከሚጠቀሱት መካከል አንዱ የባለሙያ እጥረት ነው። በተሟላ መልክ የህክምና አገልግሎት መስጠት ከሚባለው አንዱ በአፕራሲዮን ማዋለድ ሲሆን ሆስ□ታሎቹ ለአፕራሲዮን የሚያግለግሎ የተሟላ አደረጃጀት ቢኖራቸውም የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ባለሙያ ባለመኖሩ ስራ□ ያልተጀመረባቸው ሆስፒታሎች አሉ። ስለዚህ ኢሶግ ከሌሎች ድጋፍ ሰጪ ድርጅቶች ጋር በመተባበር □□ሰ□□ እርምጃ ለተወሰነ ጊዜ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ባለሙያዎችን ወደሆስፒታሎቹ በማሰማራት አገልግሎት መስጠትና በተጉዋዳኝም ስራውን ሊተገብሩ ለሚችሉ የህክምና ባለሙያዎች ስልጠናውን መስጠት ነው። በዚህም □ስከአሁን ይደርስ የነበረውን የእናቶችን ሞት ለመቀነስ ይቻላል። »

ዶ/ር ዮሴፍ ተጫኔ ዳውሮ ዞን ተርጫ ሆስፒታል፣

«አላማው በርቀት ላይ ያለው ህብረተሰብ ተጠቃሚ እንዲሆን ነው። ስለሆነም የምንሰጠው አገልግሎት ሁለት አይነት ነው። ይኼውም

አገልግሎት እየሰጠን ስራውን ሊረከቡ የሚችሉ ባለሙያዎችን ማሰልጠን ነው።

□ናቶች በምጥ ሰአት በአቅራቢያቸው ባለ የጤና ተቋም አገልግሎት ማ□ኘት ካልቻሉ ወደሌላ ሆስፒታል መላንቸው አይቀርም። ወደሌላ ሆስ□ታል አንዲሄዱ ሲደረጉ የመጉዋጉዋዣ እጥረት እና ሌላም የማህበራዊ ኢኮኖሚያዊ ችግር ሊያጋጥማቸው ስለሚችል ተጎጂ ይሆናሉ።

ስለ□ህ □ (comprehensive obstetric care) የጽንሰና ማህጸን ሕክምና የተሟላ መሆን አስፈላጊነቱ፡-

- ጉዳት እና አላስፈላጊ መዘግየትን ማስቀረት ፣
- በፈለጉት ሰአት በቅርብ በሚኖሩበት ቦታ የህክምና አገልግሎቱን በተሟላ መልኩ □ንዲያገኙ ማድረግ ነው። »

«በወሲብ መጣጣም ብቻውን ፍቅርን አያመጣም»

- የሴት ጉዋደኛና የወንድ ጉዋደኛ መያዝ አስፈላጊ ነው።
- ድንግልናን ጠብቆ መቆየትን ሴቶቹም ሆኑ ወንዶቹ ብዙም አይፈልጉትም ።
- ኮንዶምን መጠቀም ቀርቶ ይዞ መገኘት እንደ አሳፋሪ ነገር የሚቆጠርበት ሁኔታ ጁጃል...

ከላይ የተጠቀሱት እውነታዎች የተገኙት በጅማ ዩኒቨርሲቲ ዋናው ካምፒስ እንደውጭው አቆጣጠር በ2009/9/ም በተማሪዎች ላይ በተደረገ ጥናት ነው። በዩኒቨርሲቲው በጥናቱ የተካተቱት ተማሪዎች አንድ ሺህ ዘጠኝ መቶ ሰማንያ ስድስት ሲሆኑ ከነዚህ ውስጥ አንድ ሺህ ስስት መቶ አስራ ሁለት ወንዶች ርፍ ሶስት መቶ ስድሳ አምስት ሴቶች ሲሆኑ ዘጠኙ ታቸው ያልታወቀ መላሾች ተሳትፈዋል። በእድሜ ደረጃም ከ17-45 አመት የሚሆኑ ሲሆን አማካኛ ትምህርት ግን ሆኖ አመት ነው።ጥናቱን ያካሄዱት አቶ ፈንጉስ አምባው (MA)አንዱአለም ሞሲ (PHD)፣ ተሾመ ጎበና (M.Sc.)ናቸው።

የወንድ ጉዋደኛ ወይም የሴት ጉዋደኛ ድንግልናና ለኮንዶም ያለውን የተሳሳተ ግንዛቤ በሚመለከት የተደረገውን ጥናት መሰረት በማድረግ አንዳንድ ነጥቦችን ያጋሩን ከጥናት አድራጊዎቹ መካከል አቶ ፈንጉስ አምባው ናቸው።

ንደ አቶ ፈንጉስ አምባው ኮንዶምን በመጠቀም ወይም ይዞ በመገኘት ረገድ በዩኒቨርሲቲው ውስጥ ባሉ ተማሪዎች ብቻም ሳይሆን በሌላውም ሰው Stigma ማለትም በአስተሳሰብ ደረጃ እፍረት፣ መሸማቀቅ ወይም በሌላ ጎኑ ከሴት ጋር ጊዜያቸውን እንደሚያሳልፉ ሆኖ ለመታየት መሞከሪያ ተደርጎ ይወሰዳል። ለምሳሌም አሉ አቶ ፈንጉስ ተማሪዎች ኮንዶም በኪሳቸው ይዘው በመታየት ወሲብ እንደሚፈጽሙ እንዲወራላቸው የሚፈልጉ የመኖራቸውን ያህል በድንገት ኮንዶም በኪሳቸው የሚገኝባቸው ተማሪዎችም ሆኑ በትምህርት ተቋሙ በሌላ ስራ ላይ የተሰማሩ ሰዎች እሚሸማቀቁበት ሁኔታ

ተስተውሎአል። ስለ□ህ እስቲግማ ሲባል ማግለል በሚለው ብቻ የሚገለጽ ሳይሆን የውስጥ የተሳሳተ አስተሳሰብንም የሚያሳይ ነው።

ድንግልናን ይዞ መቆየት ማለት ሰዎች በራሳቸው ፈቃድ ጊዜውን ያልጠበቀ ወሲብ ሳይፈጽሙ መቆየት ማለት ነው። ይህንን በማድረግም እራስን ከተለያዩ አስቸጋሪ ሁኔታዎች መከላከል ይቻላል።

ከጋብቻ በፊት በልጅነት የወሲብ ድርጊት መፈጸም፡-

- ብዙ ያላገቡ ነገር ግን ወሲብን የሚፈጽሙ ሰዎች እንዲኖሩ ጸ□ርፉል።
- ያለመከላከያ ወሲብ ማድረግን እንደቀላል በመቁጠር የኮንዶም ተጠቃሚዎች አነስተኛ እንዲሆኑ ያደርጋል።
- ላልተ□ለቶ እርግዝና ለአባላዘር በሽታ መጋለጥን እንዲሁም ውርጃን ያስከትላል።
- በእናት ብቻ የሚያድጉ ልጆች እንዲበራከቱ ያደርጋል።
- □አናቶችና ሕጻናት ድህነት እንዲከሰት ደርጋል።
- □ስተኛነት የሚጠፋበት ተስፋ ያጣ ሕይወት እንዲበራከት ጸ□ርፉል...□□ተ።

በጅማ ዩኒቨርሲቲ በተደረገው ጥናት ድንግልናን በተመለከተ ብዙዎቹ ሴቶች አስፈላጊ አይደለም ብለው ቢያምኑም ወንዶቹ ግን የሴት ጉዋደኛቸው ድንግል ሆኖ ቢያገኙባት እንደሚመርጡ ተናግረዋል። በጥናቱ ላይ ሴቶች በሰጡት አስተያየት በቀድሞው ጊዜ ሴቶች ድንግል ሆነው ሲገኙ እንደሚከበሩና ሴቶቹም በድንግልና ጊዜያቸው ያገኙትን ወንድ ይበልጻ ጁ□□ እንደነበር ጁብል□ እንጂ እውነታው ግን ይህ አይደለም። ሴቶች በፍቅር የሚወዱት ወንድ በወሲብ ሲጣጣሙ ነው ብለዋል። የወንዶች ድንግልናን በሚመለከትም ወንዶቹ ትዳር ከመያዛቸው በፊት ወሲብ የማድረግ ብቃታቸውን ማወቅ ስላለባቸው ወንድ ድንግል ሆኖ መቆየት እንደሌለበት ሲናገሩ ሴቶቹ ደግሞ ወንዶች ድንግል ይሁኑ አይሁን ማወቅ አስቸጋሪ እንደሆነና ድንግል ነኝ ቢል

□ንኩዋን የምታምን ሴት እንደሌለች ተናግረዋል። አልፎ አልፎም ምናልባት በወሲብ አለመመጣጠም የተከሰተ እንደሆነ ፍቅርን መመስረት ስለሚያስቸግር ድንገልናን ጠብቆ መኖር ጉዳት ያስከትላል የሚልም ሀሳብ ያላቸው ተማሪዎች ምላሽ ሰጥተዋል።

አቶ ፈንጉሌ አምባው እንደሚገልጹት በግብረሰጋ ግንኙነት መጣጣም ከሌለ ፍቅር አይሰምርም የሚል ሀሳብ ያላቸው ሰዎች ትክክል ናቸው ማለት አይቻልም። ምክንያቱም የሰመረ ፍቅር ወደወሲብ መጣጣም ያመጣል እንጂ በወሲብ መጣጣም ብቻውን ፍቅርን አያመጣም። ፍቅር ሰፊ ያለና አንዱ ባንዱ የመደሰትን ፣ መተማመንን፣ ቃልኪዳን መግባትን የሚጠይቅ ነው። በወሲብ ስለተጣጣሙ ብቻ በነጭ የሚያጋጥምን ማንኛውንም ነገር አብሮ ለመቀበል የሚያስችል ቃልኪዳን መግባትን አያመጣም ብለዋል።

በእርግጥ በአንድ ጥናት መነሻነት እርግጠኛውን ማወቅ ባይቻልም በጅማ ዩኒቨርሲቲ በተደረገው ጥናት ለድንገልና ግምት በመስጠት ረገድ የኦሮሞ ተወላጆች ከፍ ያለውን ቁጥር ሲይዙ የአማራ ተወላጆች ደግሞ ከጉራጌ ከፍ ያለ ቁጥር አላቸው። በእርግጥ በአጠቃላይ ይህ ክብደት ምን ያህል ነው ተብሎ ሲለካ በ□ም □ቅተኛ መሆኑን የጥናቱ ውጤት ያሳያል።

በጥናቱ የታየው ሌላው ነጥብ የወንድ እና የሴት ጉዋደኛን መያዝ በጣም አስፈላጊ እንደሆነና የሚሰጡትም ዋጋ ከፍተኛ መሆኑን ነው። በአንጻሩ □□ም ኮንዶም ይዞ መታየት በጣም ነውር እንደሆነ በተማሪዎቹ ምላሽ ተገልጿል። ከዚህ መረዳት የሚቻለው በተማሪዎቹ ዘንድ ወሲብ ያለመከላከያ ማለትም ያለኮንዶም እንደሚፈጸም ነው።

የኮንዶምን አጠቃቀም በሚመለከት ከተማሪዎቹ ከተሰነዘሩት አስተያየቶች መካከል የሚከተሉት ይገኙበ□ል።

«እኔ አንዲት ሴት ኮንዶም ይዞ ባገኛት የምቆጥረው አንድ የሀይማኖት መሪ ከመስቀል ይልቅ የጦር መሳሪያ እንደያዘ አድርጌ ነው። ነገር ግን የወንድ ጉዋደኛዬ ኮንዶም ይዞ ባገኘው ወደሌላ ሴት ጋ ይሄዳል ማለት

ነው ብዬ አስባለሁ እንጂ የማይገባ ነገር እንደያዘ አድርጌ አልቆጥረውም»

በጅማ ዩኒቨርሲቲ የሁለተኛ
አመት ተማሪ (ሴት)

ይህን አስተያየት ከሰጠችው ተማሪ ሀሳብ ስንገሳ ሴቶች ኮንዶምን ለመጠቀም መዘጋጀት እንደማይገባቸው ነው። ኮንዶም ለሴቶች ክልክል እንደሆነ አድርጎ የመመልከት አዝማሚያ ትክክል አይደለም። ወንዶች ኮንዶምን ቢጠቀሙ ደግሞ ከተለያዩ ሴቶች ጋር የወሲብ ግንኙነት ለማድረግ ሲሉ ነው የሚል አስተሳሰብም ትክክል አይደለም። ኮንዶምን መጠቀም ለማንኛውም ሰው የሚመከር ዘዴ ነው። ይህንን ሀሳብ ተከታይ የጥናት ምላሽም ይጋራዋል።

«ኮንዶም ይዘህ ከታየህ በአደገኛ ሁኔታ ውስጥ ነህ ማለት ነው ብለው የሚያስቡ አሉ። በተለይም የሴት ጉዋደኛ ካለህ ወዲያውኑ ግንኙነትህ እንደሚበላሽ አትጠራጠር ። ኮንዶም የያዘከው ሌላ ሴት ጋ ሄደህ ነው እንጂ ከእኔ ጋር ለምታደርገው ግንኙነት አይደለም ብለው የሚያስቡ ብዙ ሴቶች ናቸው።»

በጅማ ዩኒቨርሲቲ 3ኛ
አመት ተማሪ(ወንድ)

ቀደም ሲል ለማሳያ ከተጠቀሱት አስተያየቶች በተቃራኒው የሚያስቡ ተማሪዎች መኖራቸውንም ጥናቱ አገናዝቦአል።

«ምንም እንኳንም ኮንዶም መያዝን እንደነውር የሚቆጥሩ ተማሪዎች ቢኖሩም ሌሎች ደግሞ መጠቀም እንዳለባቸው የሚያስቡ አሉ። በእርግጥ አንዳንድ ከሀይማኖታዊ አስተሳሰብ በመነጨ እና የኮንዶምን ቷቀሜታ በተገቢው መንገድ ካለመማር የተነሳ ኮንዶም ይዘው መታየት የማይፈልጉ ይኖራሉ። ነገር ግን ልቅ የግብረሰጋ ግንኙነት እንዳይስፋፋና ወጣቱን ከተለያዩ ችግሮች ለማላቀቅ የሚቻለው

በመታቀብና ኮንዶምን መከላከያ በማድረግ በመጠቀም መሆኑ ላልተረዱት ሊነገራቸው ይገባል። »

በጅማ ዩኒቨርሲቲ 4ኛ
አመት ተማሪ(ወንድ)

አቶ ፈንቱ እንዳብራሩት በጅማ ዩኒቨርሲቲ ጥናቱ በተደረገበት ወቅት በተለይም ለኮንዶም ያለው አስተሳሰብ መዛባት ጎልቶ የታየው በጾታቸው ሴት በሆኑ እንዲሁም ከእምነት ጋር በተያያዘ ፣ ትምህርቱ ካልደረሰባቸው የገጠር አንባቢዎች በመጡ እና በተለያዩ ልማዳዊ ድርጊቶች የተነሳ መሆኑ የተረጋገጠበት ሁኔታ ያይላል። ባጠቃላይ ግን የወንድ ወይንም የሴት ጉዋደኛ መያዝ ትክክል መሆኑን ተማሪዎቹ ያምናሉ። ድንግል ሆኖ መቆየት አስፈላጊ አይደለም የሚል መልስ ከብዙዎቹ ተማሪዎች ተገኝቶአል። በአንጻሩ ግን የኮንዶምን አስፈላጊነትና ጠቀሜታ ማጽደቅ በርካታ ተማሪዎች ናቸው። አቶ ፈንቱ አምባው በማጠቃለያቸው እንደገለጹት ፦

- ወጣቶች ከትዳር በፊት ጭርሱንም የግብረሰጋ ግንኙነት ባያደርጉና ድንግል ሆኖ ንደሆኑ ቢቆዩ ጥሩ ስለሆነ ትምህርቶች በዚህ ላይ ቢያተኩሩ የተሻለ ይሆናል።
- ሰዎች የትምህርት ስጦታ ባቸው ቁጥር የትዳር ሁኔታ መዘግየቱ አይቀርም ። ትዳር የሚዘገይ ከሆነ ደግሞ የግብረሰጋ ግንኙነት ለማድረግ መገፋፋት ስለሚጠቅም ጽሁ እንዳይሆን ከተቻለ ወሲብን ማዘግየት ።
- በሁሉም መንገድ ተሞክሮ ወሲብን ማስቀረት ካልተቻለ ግን ኮንዶም መጠቀም ትክክለኛው አማራጭ መሆኑን ወጣቶች ቢያውቁት እና ቢተገብሩት እራሳቸውን ከከፋ ችግር ለማላቀቅ ያስችላቸዋል ።

PMTCT...የወንዶችን ተሳትፎ

MTCT (ኤም ቲ ሲ ቲ) ማለት ኤችአይቪ ከእናት ወደ ልጅ መተላለፉን የሚገልጽ ሲሆን PMTCT (ፒኤምቲሲቲ) ሲባል ግን ቫይረሱ ከእናት ወደ ልጅ እንዳይተላለፍ ለማድረግ የሚወሰድ የመከላከል እርምጃ ነው። ፒ ኤም ሲ ቲ ከኤችአይቪ ኤይድስ ጋር ተያይዞ ካሉ የጤና ዘርፎች ጋር ተመሳሳይነት ያለው ቢሆንም በባህሪው ግን የቤተሰብ ችግር ተብሎ ይፈረጃል። ሌሎች የቤተሰብ አባላት ማለትም እህት ወንድም የመሳሰሉት በቫይረሱ ቢጸጩ ችግሩ የአንድ ሰው ተብሎ ይገለጻል። አንዲት እናት ከኤችአይቪ ቫይረስ ጋር የምትኖር ከሆነ ግን ምናልባትም የትዳር አጋርዋም ከቫይረሱ ጋር የሚኖር ሊሆን ይችላል።እናትየው ከቫይረሱ ጋር እየኖረች ልጅ ብታረገዝ ደግሞ ቫይረሱ ከእናት ወደ ልጅ ሊተላለፍ ይችላል። ጁህ ጠርጭት አድማስ ቫይረሱ በጠናት ጠና አባት ደም ውስጥ ከመኖሩም ባሻገር ወደ ልጅ የሚተላለፍ ከሆነ ችግሩን የቤተሰብ ችግር ያደርገዋል። ሕጻናቱ የበሽታውን ሁኔታ ማወቅና እራሳቸውንም መከላከል በማይችሉበት እድሜ ለቫይረሱ መጋለጣቸው እጅግ አስቃቂው ጎኑ ስለሆነ ይጨኩ። ከፍተኛ ግምት ተሰጥቶት እንደውጭው አቆጣጠር በ2007 ዓ/ም የኢ.ፌ.ዴ.ሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ከኤችአይቪ መቆጣጠሪያና መከላከያ መስሪያ ቤት እንዲሁም ሌሎች የሚመለከታቸውም ተሳትፈውበት ጠ.ሲ. ሊ.ጠ. ችሎአል።ይህንን ለላንቺና ላንተ አምድ አዘጋጅ የገለጹት ከኢ.ፌ.ዴ.ሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ዶ/ር መንግስቱ ኃይለማርያም ናቸው።

ዶ/ር መንግስቱ አያይዘው እንደገለጹትም በኢትዮጵያ ፀረ ኤችአይቪ መድሀኒት ሲመጣ የመጀመሪያው ትኩረት የተደረገው በእርጉዝ ሴቶች ላይ ስለነበር ፒ ኤም ቲ ሲ ቲ የመጀመሪያው ስራ ነበር ማለት ይቻላል።መድሀኒቱ እንደአሁኑ ሳይሆን በመጀመሪያ በመጣበት ጊዜ በብዛትም ትንሽ በዋጋም ከበድ የሚል ስለነበር የመጀመሪያው እርምጃ የነበረው ኤችአይቪ ከእናት ወደልጅ እንዳይተላለፍ ለማድረግ በሚረዳው አሰራር እናቶች መድሀኒቱን እንዲወስዱ

ተደርጎአል። ፀረ ኤችአይቪ ይሰጥ የነበረውም በዩኒቨርሲቲዎች ማለትም በጎንደር፣ በጅማ እና በአዲስ አበባ የህክምና ትምህርት ቤቶች ብቻ ነበር። በአሁኑ ወቅት ግን መድሀኒቱ በስፋት እንዲገባ ተደርጎ በሁሉም የህክምና ተቋማት በመስጠት ላይ ይገኛል።

ፒ ኤም ቲ ሲ ቲ ከኤችአይቪ መከላከልና መቆጣጠር ጋር እንደውጭው አቆጣጠር በ2003 ዓ/ም ፖሊሲ ወጥቶለት የነበረ ቢሆንም የፀረ ኤችአይቪ መድሀኒት በግሎባል ፈንድና በመንግስት ትብብር ወደሐገር ውስጥ በመግባቱ ሁሉም ኤችአይቪ ቫይረስ ያለበት ሰው ፀረ ኤችአይቪ መድሀኒት በነጻ... ባለበት ካላባቢ ማግኘት አለበት የሚል ህግ ስለወጣ ቀድሞ የወጣውን የፒ ኤም ቲ ሲ ቲ ፖሊሲውን እንደገና መከለስ አስፈላጊ መሆኑን ዶ/ር መንግስቱ ተጠቅሷል። እንደውጭው አቆጣጠር ከ2007 ዓ/ም በፊት ወደ ሀገር ገብቶ ከጥቅም ላይ ይውል የነበረው ፀረ ኤችአይቪ መድሀኒት አንድ አይነት ብቻ የነበረ ሲሆን አሁን ግን በተለያዩ መልክ በተሻሻለ ሁኔታ መድሀኒቱ በመግባቱ አገልግሎቱን ከፍተኛ አድርጎታል። ቀደም ሲል ፀረ ኤችአይቪ መድሀኒት ለእናትየው ይሰጥ የነበረው በምጥ ሰአት ሲሆን አሁን ግን ከቅድመ ወለድ ክትትል ጀምሮ ልጁ በማህጸን ውስጥ ሆይ ስምንት ሳምንት ሲሞላው ጀምሮ እስከ ምጥ ሰአት እንዲሁም ከወለድ በሁሉም ለእናትየውም ሆነ ለልጁ አስፈላጊውን መድሀኒት ለመስጠት አመቺ ሁኔታ ተፈጥሮአል። ስለዚህም የፒኤምቲሲቲ ፖሊሲን እንደገና በ2007 ዓ/ም መከለስ አስፈላጊ የሆነበት ምክንያቱ በሳይንስ የተረጋገጠላቸውን መድሀኒቶች እና በህክምናው አሰጣጥ ያሉትን እድሎች ተጠቃሚ መሆን እንዲቻል ነው።

ስለ ፀረ ኤችአይቪ መድሀኒት አጠቃቀም ዶ/ር መንግስቱ /ማርጸም ሲቲቅሱ ፀረ ኤችአይቪ መድሀኒት ለመጠቀም ሁለት ነገሮች ተሟልተው መገኘት አለባቸው።

1. የአለም ጤና ድርጅት ባወጣው ደረጃ መሰረት ኤችአይቪ ወደ ኤይትስ ለመለወጥ አራት ደረጃዎችን ያልፋል።

2. ሁለተኛው መስፈርት የእናትየው ሲዲ ፎር ከ200 በታች የሚቆጠር መሆኑ በምርመራ መረጋገጥ አለበት።

ጁህ መመገብ እርጉዝ ለሆነች ለማንኛውም ሴት ያገለግላል። ይህ ክራይቲሪያ የሚሟላ ከሆነ እርጉዝ ሴት ሆይ ስምንት ሳምንት እስኪሆናት ሳይጠበቅ መድሀኒቱ ይጀመርላታል። ሆይ ስምንት ሳምንት የሚጠበቅበት ምክንያት ቫጁረሱ እናትየውን ከሚጎዳበት ደረጃ ያለመድረሱ ከተረጋገጠ በሁዋላ ቫጁረሱ ወደ ጽንሱ እንዳይተላለፍ ለማድረግ ነው።

ንደ ዶ/ር መንግስቱ ፒ ኤ ም ቲ ሲ ቲ ከወጣለት ፖሊሲ ቀጥሎ ፕላንን ማስፈጸሚያ ስትራቴጂ ወጥቶለታል ። እስትራቴጂው በአለም የጤና ድርጅት የተረጋገጠለት አራት ምስሶ አለው።

1. በመጠቀም ስሜት ስዓ ማሳደግ ሴቶችም ሆኑ ወንዶች እራሳቸውን ከኤችአይቪ ቫጁረስ እንዲከላከሉ ማድረግ ፤
2. ባለማወቅም ይሁን በተለያዩ ምክንያቶች የኤችአይቪ ቫጁረስ በደማቸው ውስጥ የተገኙ እናቶች ላልተፈለገና ላልታቀደ እርግዝና እንዳይጋለጡ የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ተጠቃሚ እንዲሆን ማትረጋገጥ ፤
3. ቫጁረሱ በደማቸው ውስጥ እያለ ያረገዙ ሴቶች ቅድመ ወሊድ ክትትል እንዲያደርጉና አስፈላጊውን የህክምና አገልግሎት እንዲያገኙ ማትረጋገጥ ፤
4. ቫጁረሱ በደማቸው ውስጥ ያለባቸው እናቶች ከወለዱ በሁዋላ ለእናትየው፣ ለሕጻኑና ለቤተሰቡ የሚሰጥ እንክብኛኔ ፣ ድጋፍና የህክምና አገልግሎት ነው።

ሰነዱ እነዚህን አራት ስትራቴጂዎች መስራት ካልተቻለ ውጤታማ መሆን በንደማይቻል ይገልጻል ። ስለሆነም በአሁኑ ወቅት ኢትዮጵያ ውስጥ ሁሉ አቀፍ በሆነ መንገድ በአራቱም መንገድ የሚሰሩ የተለያዩ ድርጅቶች ስለአሉ የተሻለ ጥረት በተደረገ ነው ብለዋል።

ንደ ዶ/ር መንግስቱ ምስክርነት ብዙዎቹ ቫይረሱ ሊተላለፍባቸው የነበሩ ሕጻናት አገልግሎቱ በጤና ተቋማቱ በስፋት በመሰጠቱ ከቫይረሱ ነጻ ሆነው ለመወለድ ችለዋል። ነገር ግን ይህ አበረታች ነው እንጂ ገና ከተጠበቀው ደረጃ ለመድረስ አልተቻለም። ፒ.ኤም.ቲ.ሲ.ቲ ብዙ ውስብስብ የሆኑ ነገሮች ያሉት ነው። ለምሳሌ ...ቅድመ ወሊድ ክትትል በኢትዮጵያ ወደ 66% የሚሆኑ አርጉዞች ናቸው የሚያደርጉት ። ይህ የሚያሳየው ብዙ አርጉዞች ቅድመ ወሊድ ክትትል እንደማያደርጉ ነው። ቅድመ ወሊድ ክትትል ያደረጉትም እናቶቻች ብዙዎቹ የሚወልዱት በጤና ተቋም አይደለም። በኢትዮጵያ በአጠቃላይ 16 % ሲሆን በአዲስ አበባ ደግሞ 63 % የሚሆኑት ናቸው ወደ ጤና ተቋም ሄደው ልጅ የሚወልዱት ። ይህ የሚያሳየው ብዙ እናቶች የሚወልዱት በቤታቸው መሆኑን ነው። ስለዚህ አንዲት ሴት ወደጤና ጣቢያ በመሄድ ልጇን ካልወለደች ቫይረሱ ከእናት ወደ ልጅ እንዳይተላለፍ የሚያስችል የፒ.ኤም.ቲ.ሲ.ቲ አገልግሎት ስለማታገኝ የምትወልደው ልጅ ቫይረሱ በደሙ ውስጥ ይኖራል።

ከኤችአይቪ ቫይረስ ጋር ለሚኖሩ እናቶች የሚሰጠው የህክምና አገልግሎት እንደሌላ ሰው የአንድ ጊዜ እርዳታ ብቻ አይደለም። አርጉዝ ያልሆነች ሴትም ሆነች ወንድ ኤችአይቪ በደማቸው ውስጥ እንዳለና እንደሌለ ምርመራ ከተደረገ በሁዋላ ፀረ ኤችአይቪ ለመውሰድ የሚያስችል አቋም ላይ መሆናቸው ሲረጋገጥ መድሀኒቱን እንዲጀምሩ ከማድረግ እና የምክር አገልግሎት ከመስጠት ባሻገር ብዙም መመላለስ የሚያስፈልገው አይደለም። □ርቶ□ ለሆነች ሴት ግን የሚሰጠው የአንድ ጊዜ ህክምና አይደለም። □ርጉዝ ሴት ከወሊድ በፊት ጀምሮ በወሊድ ወቅትም እንዲሁም ከወሊድ በሁዋላ የማያቋርጥ ክትትል ማድረግ ይጠበቅባታል ብለዋል ዶ/ር ብርሀኑ።

ሴቶች ብዙውን ጊዜ ቫይረሱ በደማቸው ውስጥ ይኑር አይኑር ለማወቅ ምርመራ እንዲያደርጉ ባሎቻቸው ስለማይፈቅዱላቸው በቫይረሱ ምክንያት ይጎዳሉ። ተመርምረው የኤችአይቪ ቫይረስ እንዳለባቸው ያወቁትም ሴቶች

ለባሎቻቸው ሁኔታውን አያስረዱም። ለዚህ በምክንያትነት የሚጠቀሰው ወንዶቹ ቫይረሱን ያመጣቸው ሴቷ እንደሆነች በመገመት ችግር ይፈጥራሉ ከሚል ስጋት ነው። ስለዚህ ብዙ ሴቶች ባሎቻቸው ካልፈቀዱላቸው መድሀኒት ስለማይወስዱ በቫይረሱ ከመጎዳታቸው በተጨማሪ በተለይም ወደጤና ተቋም ሄደው የማይወልዱ ከሆነ ቫይረሱ በደሙ ውስጥ ያለ ልጅ እንዲወልዱ ይገደዳሉ። ስለዚህ የፒኤምቲሲቲ ን አገልግሎት ውጤት ማለማድረግ የወንዶች ተሳትፎ በእጅጉ አስፈላጊ ነው።

ዶ/ር መንግስቱ ኃ/ማርያም እንደገለጹት የኢፌድሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ከሌሎች አጋር ድርጅቶች ጋር በጋራ በመሆን በተለይም ከፒኤምቲሲቲ ጋር በተያያዘ የወጡት ሕጎች ወይንም ለአገልግሎት መስጫ ተቋማት የተነደፉት አሰራሮች በስነስርአት መካሄዳቸውን በተመለከተ ክትትሎች ያደርጋል።

□መጸመሪጸ□ ክትትል በጤና ተቋማቱ የሚሰሩ የህክምና ባለሙያዎችን □መጸ እውቀት የተሟላ መሆን ያለመሆኑን የሚመለከት ነው። በሚደረገው ክትትል መሰረትም ከሚመለከታቸው አጋር ድርጅቶች ጋር በመተባበር ተከታታይ ድጋፍ ይደረጋል። ሌላው የጤና ተቋማቱም ሆኑ ባለሙያዎቹ በተገቢው መንገድ ታካሚውን በመርዳት ላይ መሆን ያለመሆናቸውን ለማረጋገጥ የሚደረግ ክትትል ነው።

በስተመሬ ረሻም ፒኤምቲሲቲ የቤተሰብ ወይንም የአንድ ድርጅት ሳይሆን የሐገር አጀንዳ በመሆኑ ቅድሚያ ተሰጥቶት በመሰራት ላይ መሆኑንና በሚሰራበት ጊዜም ሌሎችንም ነገሮች ...ለምሳሌ... ሴቶች የተሟላ ምግብ ማግኘት እንዲችሉ በኢኮኖሚ እራሳቸውን የሚደገሙበትን መንገድ ማመቻቸት፣ ከኤችአይቪ ጋር ተያይዘው የሚመጡ ሕመሞችን እንደ ቲቪ የመሳሰሉትን ማከም የመሳሰሉትን እንክብካቤና ድጋፍ ማድረግን እንደሚጨምር ዶ/ር መንግስቱ ኃ/ማርያም ከኢፌድሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ለላንቺና ላንተ አምድ አዘጋጅ ገልጸዋል።

5ኛውን የምእተ አመቱን የልማት ግብ ለማሳካት

የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ESOG 19ኛውን አመታዊ ጉባኤ በቡብ ብሔር ብሔረሰቦች ሕዝቦች ርእሰ ከተማ በሐዋሳ ከተማ አካሄደዋል። በውጭው አቆጣጠር ጃንዋሪ 28 እና 29/2011 በኢትዮጵያ አቆጣጠር ደግሞ ዓር 20 እና 21/2003 ዓ/ም በተካሄዱ አመታዊ ጉባኤ ላይ የመነጋገሪያ ርዕስ የነበረው ከምእተ አመቱ ስምንት የልማት ግቦች መካከል አምስተኛው በጥራት ማቴሪያ የሚል ነው። ይህንን የተተለመውን ቅጽ በተጠቀሙ ለማሳካት ከተያዘለት ጊዜ የቀረቡ አምስት አመት ብቻ ሲሆን በዚህ ጊዜ ውስጥ ምን ዋና ዋና ነገሮች ቢሰሩ ጽናቶችን ሞት የመቀነስ ግብ ሊሳካ ይችላል የሚለውን ለመወያየት የሚያስችል መድረክ ነበር 19ኛው የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን አመታዊ ጉባኤ።

የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ከፌደራል ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ፉር እና ከክልል ጤና ቢሮዎች ጋር በመተባበር ሚጻካሂዳቸው ፕሮግራሞች ያሉት መሆኑን የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ፕሬዝዳንት ዶ/ር ይርጉ ገ/ሕይወት ገልጸዋል። የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ኢሶግ የጽናቶችን ሞት ለመቀነስ ከሚያካሂዳቸው ፕሮጀክቶች በተፈጻሚ በአሁኑ ወቅት በኢትዮጵያ በተለያዩ እርቀት ባላቸው አካባቢዎች ማለትም በትግራይ፣ በኦሮሚያ፣ በፋምቤላ፣ በቤንሻንጉል ጉሙዝ እና በደቡብ ብሔር ብሔረሰቦች መስተዳድሮች የጽንሰና ማህጸን ሕክምና እስፔሻሊስቶችን በመመደብ ለወላዶች ቀደም ብሎ በተሟላ መልኩ የማይሰጡ ሕክምናዎችን በቅርብ እንዲያገኙ ለማድረግ ኢሶግ ከአጋር ድርጅቶች ጋር በመተባበር ስራ መጸመርንም ፕሬዝዳንቱ ገልጸዋል።

ንደ ዶክተር ይርጉ ገ/ሕይወት ማብራሪያ የጽናቶችን ሞት በመቀነሱ ረገድ በኢትዮጵያ ለውጥ እየታየ መሆኑን የአለም ጤና ድርጅት መረጃ ይጠቁማል።

ነገር ግን የእናቶች ሞት ቁጥር የመቀነስ ደረጃው ከተፈለገበት ስላልደረሰ በዚህ ዘርፍ መሰራት የሚገባቸው ተጨማሪ ስራዎች መኖራቸውን ያሳያል። የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር የእናቶችን ሞት ለመቀነስ የሚረዱ የህክምና አገልግሎትን ለመስጠት ኬመስተዳድሩ ዋና ከተሞች ፋቅ ባለ ስፍራ ያሉ የጤና አገልግሎት መስጫ ተቋማት መመረጣቸውም ከዚህ ጋር የተያያዘ መሆኑን አስረትተኝ። ለእናቶች በማዋለድ ሂደት ውስጥ በተሻለ መጠን ሁሉም አገልግሎቶች ማለትም በአፕራሲዮን ማዋለድ እንዲሁም ደም መስጠትን ጨምሮ ሌሎችንም አገልግሎቶች ከመስጠት ባሻገር በህክምና ተቋማቱ ውስጥ የሚገኙ የህክምና ባለሙያዎችንም ማሰልጠን ጎን ለጎን እየተካሄደ ነው።

በኢትዮጵያ ለእናቶች ሞት በምክንያትነት ከሚጠቀሱት ውስጥ ከደም ግፊት ጋር ተያይዞ ለሚከሰተው ኢክላምፕሲያና ፕሪክላምፕሲያ ለተሰኘው ሕመም መድሀኒት የሚሆነውን ማግኔሻርም ሰልፌት ወደሐገር ውስጥ ገብቶ ለተጠቃሚዎች እንዲዳረስ በሚያስችለው ፕሮጀክት የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ለሕክምና ባለሙያዎች ስልጠና በመስጠትና ለፕሮጀክቱ የተለያዩ ድጋፎችን በማድረግ ላይ እንደሚገኝም ጠቁመዋል። ስለዚህም አሉ ዶ/ር ይርጉ ደረጃውን የጠበቀ አገልግሎት ማስፋፋትና የሰለጠኑ የህክምና ባለሙያዎች ለሕዝቡ የሚደርሱበትን መንገድ ማመቻቸት ተገቢ ሲሆን በተጨማሪም አግባብነት ያላቸውን ፍቱንነታቸው የተረጋገጠውንና በዋጋ ደረጃም ቀላል የሆኑ መድሀኒቶች እና ተክኖሎጂዎችን በማስገባት በሚቀጥሉት አመታት ውስጥ የእናቶች ሞት የመቀነስ ሁኔታ ውጤቱ አሁን ካለበት ደረጃ የተሻለ ይሆናል ተብሎ እንደሚታመን ጠቁመዋል።

የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር የእናቶችንና ሕጻናትን ጤና በማሻሻል ረገድ ያሉትን የአገልግሎት ደረጃ እና ጥራት ለማሻሻል ከኢ.ፌ.ዴ.ሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ጋር በመተባበር የተለያዩ መመሪያዎችን በማዘጋጀት

ረገድ የበኩሉን አስተዋጽኦ በማድረግ ላይ እንደሚገኝም የማህበሩ ፕሬዝዳንት □/ር ጁርቶ ቻልቫታ።

ም19ኛው የኢትዮጵያ ጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ጉባኤ ላይ በብሔራዊ ብሔረሰቦች ሕዝቦች ክልላዊ መስተዳድር የጤና ቢሮ ሐላፊ የሆኑት አቶ ቃሬ ጨዋቻ በጉባኤው ላይ የክብር እንግዳ የነበሩ ሲሆን እሳቸው በንደገለጹትም በክልሉ ለአገልግሎትና የህጻናት ጤና አገልግሎት መሰረት የሆነው የጤና ኤክስቴንሽን ፕሮግራም በከተማና በገጠር ፣ በአርሶ አደርና አርብቶ አደር ባታላቋም ሁሉም ተጠቃሚ መሆን እንዲችሉ ፍላጎትን መፍጠርና በአቅራቢያቸው ያለውን አገልግሎት ተታቃሚ እንዲሆኑ ለማስቻል ተገቢው በመሆን ላጁ እንደሆነ ቻልቫታ። አቶ ቃሬ እንደጠቁሙት በደቡብ ብሔር ብሔረሰቦች ሕዝቦች ክልላዊ መስተዳድር ባለፉት አምስት አመታት በተገኙት ለውጦችም መሰረታዊ የጤና ተቋማትን በማስፋፋት ለአምስት ሺህ ህብረት አንድ የጤና ጣቢያ በሚል ስሌት የጤና አገልግሎት መስጫ ተቋማቱ ተቋቁመዋል። የጤና ጣቢያዎቹም በአደረጃጀት ማለትም በሙጸተኛና የህክምና መቻላቸውን ቁሳቁስ እንዲሁም በመድሀኒት አቅርቦትም እየተሟሉ የሚገኙ ሲሆን ይህ አሰራር በተጠናከረ መልኩ ሲቀጥል አገልግሎት ለመቀነስ ከፍተኛ አስተዋጽኦ እንደሚኖረው ገልጸዋል።

በደቡብ ብሔር ብሔረሰቦች ሕዝቦች ክልላዊ መስተዳድር የጤና ቢሮ ኃላፊ አቶ ቃሬ ለጋዜጠኞች በሰጡት መግለጫ በተጨማሪ እንደጠቁሙት «የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር አገልግሎትና የህጻናትን ደህንነት በማረጋገጥ በኩል ድርሻው እጅጉን የላቀ ነው። የማህበሩን አባላት መብትን ጥቅም ከማስከበር ባሻገር በሙያቸው ሕብረተሰቡን በማገልገል የአገልግሎት ምት በመቀነስ ረገድ አቅማቸው የፈቀደውን በማድረግ ላይ ናቸው። ከዚህም አንጻር በክልሉ ራቅባሉ አካባቢዎች ሐኪሞችን ከመመደብ በተጨማሪ በስፍራው ተመትበው ለሚሰሩ የህክምና ባለሙያዎች ከስነተዋልዶ ጤና ጋር በተለይም ከወሊድ ጋር በተያያዘ ስልጠና በመስጠት ተገቢውን ድጋፍ በማድረግ ላይ

□ንደሆኑ ጠቁመው በዚህም ረገድ እስፔሻሊስት ሐኪም ደርሶባቸው ከማያውቅባቸው አካባቢዎች መካከል ለምሳሌ...ዱራሜ በመሳሰሉት ተግባራዊ እንቅስቃሴ ጀምረዋል። በተጠቀሱት አካባቢዎች በአሁኑ ወቅት እስፔሻሊስት ሐኪም ተመድቦ በወሊድ ወቅት ሊያጋጥም የሚችለውን የእናቶች ጤና መቶሻ□ል እንዳይከሰት ለማድረግ ስልጠናም አገልግሎትም በመሰጠት ላይ መሆኑን ገልጸዋል። በቀጣይነትም እንደዚሁ ተመሳሳይ ችግር ወዳለባቸው ሌሎች የደቡብ አካባቢዎች ተመሳሳይ አገልግሎትን ለማስፋፋት የሚያስችል አሰራርን ከማህበሩ(ከኢሶግ) ጋር ለመዘርጋት እቅድ አለን። በረጅም ጊዜም መንግስት የቅበላ አቅምን በማሻሻል በተለይም በእናቶችና ሕጻናት ሕክምና ዘርፍ ያለውን የእስፔሻሊስት ሐኪም ቁጥር ለመጨመር ጥረት □ጸ□ረቶ ሲሆን ይህንንም ለመወጣት በአንድ ሴክተር ጥረት የሚቻል ስላልሆነ በአጋርነት መስራት ተገቢ ይሆናል። መንግስት ያስቀመጠው የእድገትና የትራንስፎርሜሽን ግብ ማብቂያውም ከምእተ አመቱ የልማት ግቦች ማብቂያ ጋር ተመሳሳይ በመሆኑ በአለም አቀፍም ይሁን በአገር አቀፍ ያሉ አካላት የሚያደርጉት ትብብር የእናቶችን ሞት በመቀነስ ረገድ ትልቅ ትርጉም ያለው ስራ ይሰራል ብዬ አስባለሁ» ብለዋል።

የኢትዮያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር ባካሄደው 19ኛው አመታዊ ጉባኤ ላጁ □እናቶችን ሞት ከመቀነስና የሕጻናትን ደህንነት ከመጠበቅ አንጻር ቷቀሜታ አላቸው የተባሉ የተለያዩ ጥናታዊ ስራዎች የቀረቡ ሲሆን ውይይትም ተካሂደባቸዋል። በስብሰባው ላይ የማህበሩ አባላት ተባባሪ አባላትና ሌሎች የስራ ግንኙነት ያላቸው አካላት እንዲሁም የኢ.ፌ.ድ.ሪ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ተ□ካዮች ተገኝተዋል። የምእተአመቱ 5ኛ □ልማት ግብ የሆነውን □እናቶችን ሞት ለመቀነስ ሊደረጉ ይገባቸዋል የተባሉ የጤና አገልግሎት ዘርፎች የተጠቆሙ ሲሆን ለተግባራዊነታቸውም የሁሉንም እጅ ለእጅ መያያዝ የሚጠይቅ መሆኑም ታምኖበታል።

19ኛው የኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች ማህበር አመታዊ ጉባኤ የተካሄደው ከተለያዩ የመንግስትና መንግስታዊ ካልሆኑ ድርጅቶች ጋር በመተባበር ሲሆን

ለጉባኤው መሳካት እገዛ ያደረጉትም ሐዋሳ ዩኒቨርሲቲ ፣ CDC ,UNICEF ,IPAS Ethiopia, the David & Lucile PACKARD Foundation እና AMREF ናቸው።

በአመት ለ63 ሺህ እናቶች ሞት ምክንያቱ...

ማግኔሻርም ሰልፌት የተሰኘው በ Eclampsia & Preeclampsia ምክንያት ለሚከሰተው ሕመም የሚሰጠው መድሐኒት በአገልግሎት ላይ ከዋለ በአለም ወደ ሰባ አመት የሆነው ሲሆን በጥንታዊ አገር ደግሞ በቅርቡ በስራ ላይ በመዋል ላጁ ጁቶታል። የዚህን መድሀኒት በስራ ላይ መዋል እና አገልግሎቱን በሚመለከት የጽንሰና ማህጸን ሕክምና ባለሙያውን ዶ/ር ብርሀኑ ከበደንና በየካቲት 12 ሆስፒታል በጽንሰና ማህጸን ሕክምና ክፍል አስተባባሪ ነርስ ሲስተር መቅደስ መለሰን ማብራሪያ በኋላ ለዚህ ቅጽ ጋብኛል።

ንደ ሲስተር መቅደስ መለሰ ማብራሪያ ማግኔሻርም ሰልፌት የተባለውን መድሀኒት በየካቲት 12 ሆስፒታል ሕመሙ ለደረሰባቸው እናቶች መስጠት ከተጀመረ ወደ አንድ ወር ይሆነዋል። ቀደም ያለውን መድሀኒት በምንስጥበት ጊዜ በተለይም ለሕጻናቱ የጎንዮሽ ጉዳት ነበረው። የሚወለዱት ልጆች አተነፋፈላቸው ችግር የነበረበት ሲሆን አብዝተው መተኛት ወይም የመደበር ሁኔታ በኋላም መልብስብ ያሳዩ ነበር። አሁን ግን ማግኔሻርም ሰልፌት መጠቀም ከተጀመረ ወዲህ ይህ ችግር አይኖረም።

Eclampsia & Preeclampsia ምክንያት ሕመም የሚደርስባቸው እናቶች በላምንት ከሁለት በኋላ ሰዓት ወደሆስፒታሉ እንደሚመጡም ሲስተር መቅደስ ተናግረዋል። የደም ግፊቱ ከአርግዝና ጋር ተያይዞ የሚከሰት ሲሆን ሊወልዱ ሲሉ ወይም ስድስት ወር ላጁ እንዲሁም ቶካ ከጅምሩ ብቻም እርግዝናውን ሳይገፉ ሊያጋጥማቸው ይችላል። ማግኔሻርም ሰልፌት ሕመሙ ወደከፋ ሁኔታ ሳይደርስ እናቶቹን ለማከም የሚረዳ መድሀኒት በመሆኑ ሆስፒታሉ ለተጠቃሚዎች መድሀኒቱን በመስጠት ላይ ይገኛል ብለዋል።

ዶ/ር ብርሀኑ ከበደ የጽንሰና ማህጸን ሕክምና እስፔሻሊስት ናቸው። በአዲስ አበባ የካቲት 12 ሆስፒታል በሚሰሩ ሲሆን በኢትዮጵያ የጽንሰና ማህጸን

ሐኪሞች ማህበር የማግኔሻርም ሰልፌት ፕሮጀክት ሐላፊና አስተባባሪ ናቸው።

ንደ ዶ/ር ብርሀኑ ማብረሪያ ማግኔሻርም ሰልፌት የተባለው መድሀኒት ከፍተኛ የደም ግፊት ላለባቸው እናቶች በተለየ አማራጭነት ምረቃ ወይንም ትክክለኛ መድሀኒት ስለሆነ በአሁኑ ወቅት ትልቅ አገልግሎት በመስጠት ላይ የሚገኝ ነው።

በእርግዝና ቱግ ምረቃም የደም ግፊት ከ5% እስከ 10% የሚሆኑ እናቶች ላይ የሚከሰት ሕመም ነው። ከፍተኛ የሆነውና በአብዛኛው ለእናቶች ሞት ምክንያት የሚሆነው የደም ግፊት በአለም ላይ እስከ 12% ወይንም (63) ስትሳ ሶስት ሺህ የሚሆኑትን እናቶች ለሕልፈት ይዳርጋል። በኢትዮጵያ ባለፈቱት አርባ አመታት ስላለው ሕርገዝ እናቶች የደም ግፊት ሁኔታ በተደረገው ጥናት እንደተረጋገጠው ካደጉት አገራት በተለየ ከፍተኛ የደም ግፊት ማለትም በአስራ አምስት በዓለ ተመጠኖቻቸው ይታያል። የዚህም ምክንያቱ በሽታውን ቀለል አድርጎ ማየት፣ በፍጥነት ወደሕክምና አለመሄድ እንዲሁም ማግኔሻርም ሰልፌት የተባለውን መድሀኒት ካለመቷም ፈርሶ ስለሚመጣ ተብሎ ይገመገማል። በህግ በሽታ የሚደርሱትን ሞቶች መመልከት ቢጸስብም በታዳጊ አገሮች ኢትዮጵያን ጨምሮ ወደሶስት መቶ እጥፍ ይሆናል። በእርግጥ የእናቶቹ ሞት ከሌሎች አገልግሎቶች መቶኛል ፈርም የሚያያዝ ቢሆንም የማግኔሻርም ሰልፌት እጦትም አንዱ መሆኑ የተረጋገጠ ነው።

ከላይ በተገለጹትና ተያያዥ በሆኑ ምክንያቶች የእናቶችን ሞት ለመቀነስ ከሚረዱት መንገዶች አንዱ የሆነው ማግኔሻርም ሰልፌት የተሰኘው መድሀኒት በሌሎች ሀገራት ስራ ላይ ከዋለ ሰባ አመት ቢሆነውም ወደኢትዮጵያ ግን ባለመግባቱ የእናቶችን ሞት ለመቀነስ አንድ መፍትሔ እንደሚጣት በመቆጠሩ መድሀኒቱን ወደ ሐገር ውስጥ ማስገባት አስፈላጊ መሆኑ ታምኖበታል። ለህግ ምረቃም በመጸመሪያ ስራ ጥናት ማካሄድ

ነበር። እንደ ዶ/ር ብርሀኑ ከበደ እማኝነት ፵ንደውጭው አቆጣጠር በ2008 በተደረገው ጥናት ኢትዮጵያ ውስጥ በአዲስ አበባ ብቻ በትንሹ በአንድ ወቅት ለታካሚዎች ከመሰጠቱ በስተቀር ማግኔሻየም ሰልፌት የተባለ መድሀኒት ወደሀገር ገብቶ እንደማያውቅ ተረጋግጦአል። ስለዚህ የኢትዮጵያ ኞፍቲቫቲዎች ጤምፕራሲጸፍ ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ከሌሎች አጋር ድርጅቶች ጋር በመተባበር የመጀመሪያውን እርምጃ በመውሰድ ማግኔሻየም ሰልፌትን እንደውጭው አቆጣጠር በ2010 ወደሐገር እንዲገባ አድርጎአል። ማግኔሻየም ሰልፌት የእናቶችና የህጻናት ሞትና ጉዳትን ለመቀነስ የሚያስችል መድሀኒት ነው ።

ማግኔሻየም ሰልፌት የተሰኘው መድሀኒት በአለም ላይ አገልግሎት ላይ ከዋለ ወደ ሰባ አመት ቢያስቆጥርም አሉ ዶ/ር ብርሀኑ... መድሀኒቱ ወደኢትዮጵያ ለመግባትና ጥቅም ላይ ለመዋል ያለመቻሉ ሁኔታ አንዳንዴ ለውጥን ለመቀበል ጊዜ የመፍጀትን ነገር ጸሳጸል። ቀጭ ሲል የደም ግፊት ላላቸው እርጉዞች ይሰጥ የነበረው መድሀኒት የእንግሊዝ ሲስተም ሲሆን ማግኔሻየም ሰልፌት የተባለው መድሀኒት ደግሞ የአሜሪካን ሲስተም ነ። ማግኔሻየም ሰልፌት ጥቅም እየታወቀ መድሀኒቱን ወደሐገር አስገብቶ ስራ እንዲጀምር ለማትረፍ መጠቀሙ ግን በጥናትም እንደተጠቆመው ለውጥን ለማድረግ ተነሳሽነቱ እንዳልነበረ ነው። አሁን ግን መድሀኒቱ በዩኒቤፍ እና በሌሎች ተባባሪ ድርጅቶች አማካኝነት ወደ ሐገር የገባ ሲሆን በመላ ኢትዮጵያ በተለይም በመንግስት ሆስፒታሎች ተሰራጭቶ አገልግሎቱ በመሰጠት ላይ ነው።

፵/ር ብርሀኑ አክለውም ማግኔሻየም ሰልፌት ወደሐገር ከመግባቱ በፊት ፵፱ም ፵ኝታቸው ለሚጨምር እርጉዞች ይሰጥ የነበረው መድሀኒት በተለይም በጽንሱ ላይ የመተኛት ፣ንቃት ያለማሳየት ችግር ያስከትል የነበረ ሲሆን አሁን ግን ተቃልሎአል። ቢሆንም ግን ማግኔሻየም ሰልፌት ጥሩ ነው ቢባልም እንደማንኛውም መድሀኒት የጎንዮሽ ጉዳት ሊያስከትል እንደሚችል

አይጠረጠርም። ስለዚህም ክትትልና ቁጥጥር ስለሚያስፈልገው በኢትዮጵያ ውስጥ ካሉት 115 ሆስፒታሎች ውስጥ በ107 የመንግስት ሆስፒታሎች 212 ለሚሆኑት የሕክምና ባለሙያዎቹ ስልጠና ተሰጥቶአል። የመድሀኒቱ አሰጣጥ ቀጣይነት እንዲኖረው ለማድረግም የሰለጠኑትን ሰዎች የሚከታተሉ እና ድጋፍ የሚሰጡ ሐኪሞች በየአካባቢው ተዘጋጅተዋል። መድሀኒቱ በአሰጣጥ ጉድለትና ታካሚዎችን ባለመከታተል ሊያስከትል የሚችለውን የጤና ችግር በሚመለከት የቃልና የተግባር ስልጠና ለባለሙያዎች ተሰጥቶአል። ስልጠናው በአተነፋፈስ፣ ሽንትን በመከታተል፣ የጉልበት መተጣጠፍን እና የመሳሰሉት ላይ ክትትል ማድረግን እና የመድሀኒቱን አባጣጠ፣ አሰጣ፣ አዘገጃጀት ጭምር ያካትታል። በኢትዮጵያ ውስጥ ስድስት የህክምና ክፍሎች ማለትም (መቀሌ ፣ ጎንደር ፣ ባህርዳር ፣ ጅማ፣ አዋሳ ፣ ሐረር) በሚል በተዘጋጀው የህክምና ጂኦግራፊያው አካላለል መሰረት የሕክምናውን አሰጣጥ ክትትል የሚደረግበት ሲሆን አዲስ አበባም ያሉ ሆስፒታሎች በማእከል ደረጃ ክትትልና ድጋፍ ይደረግላቸዋል።

ስልጠናው እስከአሁን ድረስ በመንግስት ሆስፒታሎች ብቻ የተሰጠ ሲሆን በቀጣይ አሰራር ግን የህክምናው አገልግሎት በግል ተቋማቱም እንዲሰጥ ስለሚያስፈልግ ስልጠናው የግል የህክምና ተቋማትንም እንዲያካትት መሰናዳ ፣ የተደረገ ነው ። ስለሆነም የመንግስትና የግል የህክምና ተቋማትን አንድነት ለማጠናከርና የአገልግሎቱም ዋና አካል መሆናቸው ስለሚታመንበት የግል የማህጸንና ጽንሰ ሕክምና ተቋማት ውስጥ የሚሰሩ የህክምና ባለሙያዎችን ማሰልጠኑ ይቀጥላል። ከሆስፒታል በተጨማሪም አንዳንድ በከፍተኛ ፣ ፈጽሞ የማዋለድ አገልግሎት የሚሰጡትን ጤና ጣቢያዎች ተመርጠው አገልግቱን እንዲሰጡ ለማድረግ ታስቦአል ። ማግኔሻየም ሰልፌት አሁን ባለበት ደረጃ አገልግሎቱ ከሆስፒታል ውጪ አይሰጥም። ማግኔሻየም ሰልፌት የተሰኘው ይህ መድሀኒት ከሐኪም ትእዛዝ ውጭ ለተጠቃሚዎች አይሰጥም። መድሀኒቱ ለ-ቺ፣ ለ-ሚቶኒም በሆስፒታሎች ብቻ ነው።

በኢትዮጵያ በሶስተኛ ርዕረጽ ለእናቶች ሞት ምክንያት የሆነውን በእርግዝና ወቅት ከሚከሰተው የደም ግፊት ጋር በተያያዘ ለሚመጣው የጤና ችግር መፍትሔ መሆኑ የታመነውን ማግኔዥየም ስልፌት ሳይቋረጥ አገልግሎቱ እንዲቀጥል ወደሐገር የማስገባት ሁኔታ ለጊዜው በፕሮጀክት ደረጃ የተያዘ ቢሆንም ቀጣይነት እንዲኖረው የሚያስችሉ ስልቶች ጎን ለጎን እየተቀየሱ ነው። በቀጣዩ ስድስት ወር ውስጥ ከዋጋ እና ከአገልግሎት አሰጣጥ እንዲሁም ከተጠቃሚዎች የጤና መሻሻል ሁኔታ ጋር በማገናኛ በፌዴራል ጤና ጥበቃ ሚኒስቴር ላይነት አስፈላጊ መሆኑ ታምኖበት መድሀኒቱ ሳይቋረጥ ወደ ሐገር እንደሚገባ እንተማመናለን ብለዋል ዶ/ር ብርሀኑ።

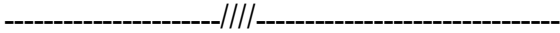
ከአምስቱ የልማት ግቦች መካከል የእናቶችን ሞት መቀነስ አንዱ ነው። በአለም ላይ በአመት ለ63ሺህ እናቶች መሞት ምክንያት የሆነውን Eclampsia & Preeclampsia መከላከል መቻል የእናቶችን ሞት ከመቀነስ ፕሮግራም ጋር የሚያያዝ ስለሆነ ትኩረትን የሚሻ ነው። በመሆኑም ስልጠና መስጠቱ፣ መድሀኒቱን ማሰራጨቱ እና አገልግሎቱን የመከታተሉ አሰራር እንዳለ ሆኖ መድሀኒቱም ሳይቋረጥ ወደሐገር እንዲገባ ማድረግ የእናቶችን ሞት በመቀነሱ ረገድ አስተዋጽኦ አለው።

የተዋልዶ አካላት ጤንነት... በዩኒቨርሲቲዎች...

በጅማ ዩኒቨርሲቲ በ2008 በተደረገ ጥናት ለናሙና ከተመረጡት ተማሪዎች መካከል 31% የሚሆኑት እራሳቸውን ለኤችአይቪ የሚያጋልጥ ባህርይ እንደነበራቸውና ከነዚህ ተማሪዎች ውስጥ 15% ለአባልዘር በሽታ እንደተጋለጡ ጥናቱ ያሳያል። በጥናቱም እንደተረጋገጠው ብዙዎች በዩኒቨርሲቲው ውስጥ ካለው የጤና ተቋም ይልቅ በውጭ ባሉ የግል የህክምና ተቋማት እንደሚገለገሉ ነው።

...በሳማራ ዩኒቨርሲቲ ለጥናት ከተመረጡ (422) አራት መቶ ሀያ ሁለት ተማሪዎች 47% የወሲብ ግንኙነት እንደፈጸሙና ከነዚህም ውስጥ 72 .3% የሚሆኑት ያልቀ ወይም ድንገተኛ ወሲብ መፈጸማቸው ተረጋግጦአል። 55.6% የሚሆኑት ደግሞ ከሴተኛ አዳሪዎች ጋር የወሲብ ግንኙነት የፈጸሙ ሲሆን 46 % የሚሆኑት ኮንዶም የሚጠቀሙት በቋሚነት አለመሆኑን ጥናቱ አሳይቶአል። በሳማራ እንደተገኘው መረጃ ለጥናት ከተመረጡት መካከል ግማሽ ያህሎቹ መረጃና ትምህርት እንዲሰጣቸው አመልክተዋል።

...በጅማ ዩኒቨርሲቲ በተደረገው ጥናት ደግሞ የወሲብ ድርጊቱን በወሲብ ብልቶቻቸው አማካኝነት የሚፈጽሙ ወደ 28 % ሲሆኑ በመሳሳምና በሌሎች መንገዶች የሚጠቀሙ በርካት ያሉ ናቸው። ለጥናት ከተመረጡ (567) አምስት መቶ ስድሳ ሰባት ተማሪዎች ውስጥ 46.6 % የሚሆኑት በወሲብ አማካኝነት ለሚተላለፉ በሽታዎች ተጋልጠዋል።



የስነተዋልዶ አካልን ጤና ሁኔታ በተለይም በትምህርቱ አለም ያሉ ወጣቶች በንዴት ያስተናግዱታል የሚለውን የተለያዩ ጥናቶችን መሰረት በማድረግ

ለዚህ ንባብ ያልነውን ቁምነገር አቶ ተሸመ አድማሱ አብራርተውልናል። አቶ ተሸመ አድማሱ በኢንጀነር ሔልዝ ኢትዮጵያ የወጣቶች ጉዳይን በሚመለከት የሚሰሩ ናቸው።

ንደአቶ ተሸመ ማብራሪያ በትምህርት ቤቶች አካባቢ የስነተዋልዶ ጤና ማለት በአለምአቀፍ ትርጉሞች መሰረት በእድሜያቸው ወጣቶች ማለትም ከአስራ ሰባት እስከ 24 ወይንም 25 አመት አካባቢ ያሉትን የሚመለከት ነው። በተቷቀሰው እድሜ ክልል ውስጥ ያሉ ተማሪዎች በትምህርታቸው ከቤተሰባቸው ጋር ወይ የኒቨርሲቲዎች በሚቆዩበት ጊዜ በትምህርት አማካኝነት ለሚከሰት የተለያዩ ባህሪዎች የሚጋለጡበት ጅምር አስቸጋሪው ወቅት በመሆኑ ከስነተዋልዶ አካላቸው በሚነሳ በማንኛውም ሁኔታ እራሳቸውን እና ጉዋደኞቻቸውንም ጭምር የሚመለከት ነው።

በየኒቨርሲቲዎች ውስጥ በጥናት የተፈተሹ የተዋልዶ ጤናን በመጠበቁ ረገድ ክፍተቶች ሊኖሩ ይችላሉ ተብለው የተገመቱት ምንድናቸው በሚል የተወሰኑ የኒቨርሲቲዎች ላይ የተደረጉ ጥናቶች አሉ ። የተደረጉት ጥናቶች እንደሚያመለክቱት፡

- የኒቨርሲቲ ውስጥ ያሉ ተማሪዎች በአካዳሚክ የትምህርት እውቀታቸው ደህና ቢሆኑም ከስነተዋልዶ ጤና ጋር በተያያዘ ግን ስህተት ክፍተት ማሳየታቸው በጥናት ተረጋግጦአል ።
- ጥናት በተካሄደባቸው የኒቨርሲቲዎች አካባቢ የጤና አገልግሎት የሚሰጡ ክሊኒኮች ቢኖሩም እንኩዋን ማህበራት አገልግሎት ከሌሎች የጤና ሁኔታዎች ፉር በተያያዘ ብቻ እንጂ ከስነተዋልዶ ጤና ጋር በተያያዘ ምንም አገልግሎት አይሰጥም ለማለት በሚያስደፍር ሁኔታ ላይ ማህበራት ናቸው።
- ክሊኒኮቹ አካባቢ የሚሰጡት አገልግሎቶች ውስን ከመሆናቸው ባሻገርም በህግ ረቶ ለመሻሻሉ ትኩረት ያደረገ ስራም ብቻም ማህበራት ጥናቶቹ ጸስረዋል።

- ሴት ተማሪዎች ከተማሪዎችም ይሁን ከትምህርት አካቴሚ ማህበረሰብ ወይንም ከዩኒቨርሲቲዎቹ ውጭ ባለው የህብረተሰብ ቅል የሚሰነዘርባቸው ጥቃት ቢኖርም ምንም እርዳታ እንደማያገኙ ነው ጥናቶቹ የሚያሳዩት ።
- ብዙዎቹ ዩኒቨርሲቲዎች በንደሚታሰብላቸው በጣም መረጃ ያላቸው ሁሉ ነገር የተሟላባቸው ሳይሆኑ በተለይም የተዋልዶ ጤናን በሚመለከት ክፍተት ስለሚታይባቸው ልዩ ትኩረትን የሚሹ ናቸው።

አቶ ተሾመ አድማሱ እንደገለጹት ባጠቃላይም በዩኒቨርሲቲዎች ውስጥ ያለው የስነተዋልዶ ጤና መረጃ የተዛባ እና እውቀትን ያልተላበሰ ሲሆን መረጃውም ቢኖር እንኩዋን የተዘጋጀው በዩኒቨርሲቲ ተማሪዎች ደረጃ ሳይሆን ማንኛውንም ወጣት በሚመለከት ደረጃ መሆኑ እንደ ትልቅ ችግር የሚቆጠር ነው። ሌላው ችግር በዩኒቨርሲቲዎቹ ግቢ የሚፈጸሙት ጾታዊ ጥቃቶች ጁኛ ባዳተው ማህፀኖች አስራርም ሆነ ልምድ አለመኖሩ ነው። ተማሪዎቹ በማህበራዊም ይሁን ባለው የትምህርት ስርአት አካሄድ ይህንን ችግር ለዳኝነት ቢያቀርቡት በቀጣዩ ሂደት ከትምህርት መሰረር/መገለል ...ወዘተ ሊታደር ስለሚችል እና ያንን ተከትሎ ሊከሰት የሚችለውን ውጤት በመሸሽ ብዙዎች ከጉዳት ላይ እንደሚወድቁ በጥናቶቹ ለማየት ተችሎአል። ስለሆነም የተፈጠሩ ችግሮች ለህግ የሚቀርቡ ወይንም የሚገለጹ አለመሆናቸው እንደ አንድ ችግር ማቆቻ እና ዩኒቨርሲቲዎቹ ለባህ ምቹ ሁኔታን ያልፈጠሩ መሆኑ አንዱ የተዋልዶ ጤናን በመንከባከብ ረገድ እንደ ችግር የሚቆጠር ነው።

ሌላው በዩኒቨርሲቲዎች ውስጥ ያሉ ክሊኒኮች የሚሰጡት አገልግሎት በፀኑ ውስን መሆኑና የስነተዋልዶ ጤናው ትኩረት ያላገኘ በመሆኑ የኮንዶም አቅርቦት፣ የምክር አገልግሎት ፣ እርግዝና መከላከያ የመሳሰሉት ሌሎች ሲሆን ቢኖሩም እንኩዋን ተማሪዎቹ የመጠቀም መብት እንዳላቸው መረጃ ማጸዳትና የሚያውቁበት መንገድ የለም። አገልግሎቱ እንደሚሰጥ

የሚያውቁ ተማሪዎች ቢኖሩም እንኩዋን አልፎ አልፎ በባለሙያዎቹ ላጁ ስምነት ያለመጣል ፣ አገልግሎቱ የሚሰጥበት ሰአት ለተማሪዎች ምቹ አለመሆን እና አገልግሎቱ ውስን በመሆኑ ብሄድም ምንም አላገኝም የሚለው አስተሳሰብ ተማሪዎቹ በዩኒቨርሲቲ ውስጥ ባለው ክሊኒክ ምዳይጠቀሙ ያደርጋቸዋል።

የተዋልዶ ጤናን ምክንያት በማድረግ ከተደረጉ ጥናቶች የታየው ችግር አልፎ አልፎ በዩኒቨርሲቲ ውስጥ ለትምህርት የገቡ ሴቶች ከዩኒቨርሲቲው ውጭ ባሉ ሰዎች ትኩረት ውስጥ መውደቃቸውና በተለያዩ ምክንያቶች በተለይም በገንዘብ ፣ በዓቅም ፣ በዝምድና ፣ በጉዋደኝነት በመሳሰሉት አማካኝነት አግባብ ያልሆነ ወሲባዊ ግንኙነት ስለሚፈጽሙ ሴት ልጆች ለተለያዩ የተዋልዶ ጤና ችግር ይጋለጣሉ። ጁህም ብዙዎች በዩኒቨርሲቲዎቹ ምረቃ ሴት ተማሪዎች ከኢኮኖሚ ጋር በተያያዘ ጉዳት የሚደርስባቸው መሆኑን የሚያሳይ ነው። ሌላ ሁኔታ አልኮሆል ፣ ጫት የመሳሰሉ ሱስ አስያዥ እጾች በዩኒቨርሲቲው ውስጥ ባሉ ወጣቶች ጥቅም ላይ የሚውልበት ሁኔታ ስላለ ያንን ተከትሎ የሚከሰተው ወሲባዊ ድርጊት ለተለያዩ የተዋልዶ ጤና መጉዋደሎች ስለሚጸፋል። ጁህም ሌላ ሁኔታ ትኩረትን የሚሻ መሆኑን ነው ጥናቶቹ ያረጋገጡት።

ንደ አቶ ተሸመ መግለጫ ብዙዎቹ ዩኒቨርሲቲዎች የተማሪዎችን የተዋልዶ ጤና በሚመለከት ጉድለት መኖሩን ያምናሉ። ከሁለት አመት በፊት ወደ ሆስፒታል የሚሆኑ ዩኒቨርሲቲዎች ባደረጉት ስብሰባ ጉዳዩ ለውይይት በቀረበበት ጊዜ ተሰብሳቢዎቹ ዩኒቨርሲቲዎችን የሚመለከተው የትምህርት ጉዳይ እና በቀላሉ ሊታከሙ የሚችሉ የጤና ጉዳዮች እንጂ የተዋልዶ ጤና ጉዳይ አይደለም የሚል ነበር። ነገር ግን በውይይት ወቅት በተደረሰው መተማመን ዩኒቨርሲቲዎቹ በሁኔታው በማመን ችግሩን ለመፍታት ሁሉም የበኩላቸውን ለመወጣት ቃል በገቡበት ሁኔታ ስብሰባው እንዳበቃ አቶ ተሸመ አስታውሰዋል ። በአንዳንድ ዩኒቨርሲቲዎች የተዋልዶ ጤናን በተመለከት በቀጥታ በአመራሩ

ስር የሆነ ኮሚቴ እስከማዋቀር እና ተማሪዎችን እስከመርዳት የተደረሰበት ሁኔታም አለ። ነገር ግን ችግሩን ለመፍታት ገና ብዙ ስራ መሰራት አቸለበት እንደ አቶ ተሸመ። የተዋልዶ አካላት ጤና ሁኔታ መታሰብ ያለበትም ተማሪዎቹ ወደዩኒቨርሲቲ ከመግታቸው በፊት ቀደም ካለው ደረጃቸው ጀምሮ ሊያውቁት የሚገባ መሆኑንም ነው የገለጹት።

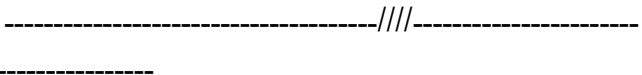
በስተመጨረሻም ለተማሪዎች እውቀትን ማስጨበጥ፣ በዩኒቨርሲቲው ውስጥ ያሉት ክሊኒኮች በተደራጀ ሁኔታ አገልግሎት እንዲሰጡ ማስቻል ፣ ተማሪዎች በኢኮኖሚ ሳቢያ ተሸናፊነትን እንዳያሳዩ አቅምን የማጎልበትና መረጃን የመስጠት ፣ ተማሪዎች እራሳቸውን ሊደርስ ከሚችል የጤና ችግር የሚከላከሉበትን አቅም ማስጨበጥ ከዩኒቨርሲቲዎች እንደሚጠበቅ የተደረጉት የተለያዩ ጥናቶች እንደሚጠቁሙ አቶ ተሸመ አድማሱ ከኢንጀንደር ሔልዝ ኢትዮጵያ ጠቁመዋል።

«የወንዶች ተጠቃሚነት፣ አጋርነት ፣ የለውጥ ወኪልነት...»

«ሰላምና ጤና ለእናንተ ይሁን። እኔና ባለቤቴ ከ25 አመት በላይ አብረን የኖርን ሲሆን አምስት ልጆችን አፍርተናል። የሁዋላ ሁዋላ ባለቤቴ ሕመም እንደሚሰማትና የወሲብ ግንኙነትም ማድረግ እንደማትፈልግ ትነግረኛለች። እኔም ለምን ? ብዬ ምክንያቱን ገፍቼ ከመጠየቅ ይልቅ አሁን...ይህች ሰው በዚህ እድሜዋ ከእኔ ሌላ ሰው አፈቀረች? በማለት እጅግ አዘንኩ። ውዬ አድሬም ባናግራት በቃ ይበቃናል ሆነ መልሱዋ። እንግዲህ የሰይጣን ነገር ካልሆነ በስተቀር ልጅ የዳረ የኩዋለ ሰው እንዴት ሌላ ይለምዳል? በዚህ ጊዜስ ፍቺ ማድረግ ይገባልን? ብዬ ተውኩ። የሁዋላ ሁዋላ ግን አመመኝ በማለት ከአልጋ ላጁ መዋል ጀመረች። ለካስ የወሲብ ግንኙነት ማድረግ አልፈልግም ማለትዋ ከማህጸንዋ ብዙ ደም ይፈሳት ስለነበረና ደሙን እኔ እንዳላይ መከለጋ ነበር። በሁዋላም ወደሐኪም ቤት ስትሄድ ተከትልኩዋትና የሆነችውን ነገር ስጠይቅ ለካንስ የማህጸን ካንሰር ይዘክት ኖሮአል። ምንም ማድረግ እንደማይቻልም ተነገረኝ። □□ በጣም አዘንኩኝ። እሱዋ አሞኛል ስትለኝ በ□ በጎውን አስቤ መርዳት ሲገባኝ እኔ ተንኮል ሳስብ በመቆየቴ ከሕመምዋ እንድትድን ምንም አልረዳሁዋትም። ይህ ትልቅ ስህተት ነው። □ባካችሁ እንደ □ኔ ያሉ ወንዶች አስቀትመ□ ሚስቶቻቸውን ቢረዱ ጥሩ ስለሆነ ለህብረተሰቡ ምክር አስተላልፉ ።

ኤርምያስ

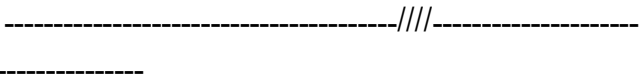
ተፈራ ከኮተቤ። »



« እኔ በእድሜዬ ወደ ሀምሳ ስምንት አመት ደርሼአለሁ። በዘመናችን በተለይም ኤችአይቪ ኤይድስን በሚመለከት በቤተሰብ መንከል □ል□ ውይይት ማድረግ ተገቢ ነው ሲባል □ፀ□ □ስ ጁለኛል። እቀናለሁም። ምክንያቱም ኤችአይቪ ብቻ ሳይሆን ሌሎችም የስነተዋልዶ አካላት ጤና ጉዳዮች □ል□ ውይይት ማድረግ ስለሚገባና እኔም እድሉን ስላልተጠቀምኩበት ነው። □ኔ ለረዥም አመታት ማህጸኔን ሲያመኝ አንድም ቀን ለባለቤቴ ነገሬው አላውቅም። ሕመሜን ደብቁ ስቃዬን ስገፋ በመሀከል እርሱ ሞተ። ከዚያም በሁዋላ ሕመሙ ሲበዛብኝ ወደሐኪም ቤት ብሄድ ማህጸኔ ሊታከም በማይችል ሁኔታ በካንሰር መጎዳቱ በሐኪሞች ተነገረኝ። ስለ□ህ □ሬ ሞቴን በመጠባበቅ ላይ □ቻኛለሁ። □ባካችሁ ግልጽ ውይይት ሲባል የግድ በኤችአይቪ ብቻ ሳይሆን ሌሎችም የጤና ጉዳዮችን በሚመለከት በግልጽ መወያየት ይጠበቅብናል።»

ስሜን

አትግለጹ።



ከላይ ያነበባችሁትን መሰል ደብዳቤዎች ከተለያ□ ተሳ□ኝዎች ደርሰውናል። በ□ር□ዓም በቤተሰብ መካከል በማንኛ□ም ጉዳይ ላይ ግልጽ ውይይት ማድረግ የሚገባ ሲሆን በተለይም የስነተዋልዶ አካላትን ጤና በሚመለከት ያለምንም መሸሸግ በተለይም ከትዳር ጉዋደኛ ጋር ስላለው ሁኔታ መነጋገር ይገባል። ከዚያም ባለፈ ጊዜ ሳይፈጁ ወደሕክምና ተቋም በመሄድ የጤና ሁኔታውን ከሕክምና ባለሙያ ጋር በመመካከር መፍትሔ መሻት ተገቢ ነው። ለዚህ እትም ለንባብ ያልነው ወንዶች በስነተዋልዶ አካላት ጤና ቶቴጁ ተሳትፎ ሊያደርጉ ይገባል በሚል መነሻነት የባለሙያ ማብራሪያ ነው። ባለሙያው አቶ

ጸማል ካሳው ኢንጅነር ሔልዝ ኢትዮጵያ በተባለ መስሪያ ቤት የሀብረተሰብ ጤና ሳይንስ ባለሙያ ናቸው።

የወንዶች በስነተዋክልሎ ጤና ዙሪያ ተሳጻጻ መሆን ሲባል ሰፊ ያለ ጽንሰ ሀሳብ ነው። ከሰው ልጅ ተፈጥሮአዊና የውልደት ሂደት ጋር የተያዘ ነው። ጎልቶ የወጣው ግን በአለም አቀፍ ደረጃ በውጭው አቆጣጠር በ1994 ገም አካባቢ በነበረው (population & development) በሚለው አለምአቀፍ ኮንፍረንስ ላጁ ነው። በኮንፍረንሱ ከስምምነት ከተደረሰባቸው ነጥቦች ስድስት ተሻለ የተዋልዶ ጤናን ለማስፈን መንግስትና መንግስታትን ደግፈው የሚንቀሳቀሱ ሌሎች አካላት ንዲያተኩሩ ከተለቁ ነጥብ አንዱ የወንዶች የስነተዋልዶ ጤና ተሳትፎን ማረፋቱ ነው። የተሟላ የስነተዋልዶ ጤናን ለማዳረስና ሁሉም ሰው እንደግለሰብ የተዋልዶ ጤና መብቶችና ፍላጎቶች እንዲሟሉለት ለማትረጋ ካለው ሂደት አንጻር በማህበረሰቡ ውስጥ ያለው ያልተመጣጠነ ስርአተ ጾታ መስተካከል እንዳለበት ታምኖበታል። ከዚህም በተጨማሪ ለተዋልዶ ጤና ካለው ግንዛቤ አንጻር ወንዶች በአብዛኛው በተዋልዶ ጤና ላይ የባለቤትነት ስሜት የሚመለከታቸው መስሎ ጸለመጭ ሁኔታና ያልተመጣጠነው የስርአተ ጾታ ሚዛኑ መጠቀም የሚያመጣቸው የራሱ የሆነ ተጠቃሚ ስላለው አነዘህን ነገሮች ለማስተካከል አመቺ የሆኑ መንገዶች በስብሰባ ላጁ ተቋቁመዋል። በ population & development አለም አቀፍ ስብሰባ ላይ በስርአተ ጾታ እኩልነት፣ ሴቶችን በማብቃት እንዲሁም ወንዶች በተዋልዶ ጤና ላይ ተሳትፎ እንዲያደርጉ ለማስቻል መንግስት የበኩላቸውን እንዲሰሩ ከአለም አቀፍ ስምምነት ላጁ ስለተረጋገጠ ከዚያ ጀምሮ መንግስታት በየራሳቸው መንገድ ተግባራዊ ለማትረጋ መከራዎች ይጸሉ።

ወንዶች የስነተዋልዶ ጤና ተሳታፊ የሚሆኑባቸው ሰነት መንገዶች :-

1. ወንዶች ራሳቸው የተዋልዶ ጤና ተጠቃሚ መሆን፣(Men as a client)

ወንዶች እራሳቸው የስነተዋልዶ ጤና ተጠቃሚ ይሆናሉ ሲባል አንዱ የስነተዋልዶ ጤናን በሚመለከት የመረጃ ተጠቃሚ ሊሆኑ ይችላሉ ማለት ነው። ስለ ስነተዋልዶ ጤና ያሉትን መረጃዎች በማግኘት እና ትምህርት በመውሰድ በስነተዋልዶ ጤና ላይ ያለቸውን ባህርይ እንዲያሻሽሉና በእውቀት ላይ የተመሰረተ ንቅስቃሴ ሊጸርቱ ይችላሉ። ለምሳሌ...የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ላይ ወንዶች የኮንዶም ተቷቃሚ ንዲሆኑ ወይም ቋሚ ኦርግዝና መከላከያ ተጠቃሚ መሆን ንዲችሉ ከዚህም ሌላ ኤችአይቪ ላጁ የምክር አገልግሎት ካቶ በሁሻለ ምርመራ አድርገው ተገቢውን አገልግሎት እንዲያገኙ ፣በአባላዘር በሽታ ወይም መውለድ የሚፈልጉ ቢሆኑ አስፈላጊውን አገልግሎት ለማግኘት የሚያስችላቸውን መረጃ ማግኘት ይጠቅማቸዋል። መረጃ ከማግኘት በተጨማሪም በስነተዋልዶ ጤና አገልግሎት ላይ ሊያገኙ የሚገባቸውን የምክር አገልግሎት ሊጸብኙ እና ሊጠቀሙ ይችላሉ።የተዋልዶ ጤና የተሻለ እንዲሆን ለማድረግ ሚጸስበልቱ ቷና አገልግሎቶችን ለማግኘት መንገዱም ይቀልላቸዋል። ባጠቃላይም ወንዶች እራሳቸው ተጠቃሚ እንዲሆኑ (Men as a client) ሲባል የተዋልዶ ጤና የህክምና አገልግሎቶችን ፣መረጃዎችን፣ የምክር አገልግሎቶችን እራሳቸው ተጠቃሚ በመሆን ሴት ጉዋደኞቻቸውንም ያግዛሉ ከተለያዩ የጤና ችግሮች እራሳቸውንም ይከላከላሉ ማለት ነው።

2. ወንዶች ለሌሎች አጋር መሆን፣

2.1. ወንዶች ባለው የተፈጥሮ ሁኔታ ከሴቶች ጋር ተገብዳኝ እና አጋር ናቸው።

በተለይም በትዳር ወይም በፍቅር ግንኙነት ጊዜ ሁለቱ ማለትም ሴትና ወንድ እርስ በርሳቸው የአጋርነት ሚና አለቸው። ስለዚህ በተዋልዶ ጤና ዙሪያ ወንዶች የተዋልዶ ጤናን በማሻሻል ረቶ የአጋርነት ሚናቸው ከፍተኛ ነው። ወንዶች ከሴቶች በተሻለ መልኩ በማህበረሰቡ ውስጥ ባላቸው ሰፊ ያለ ግንኙነት ሳቢያና በመሳሰሉት የውሳኔ ሰጪነት ሓይላቸው ከፍተኛ ነው። አጋር ይሆናሉ ሲባልም በተዋልዶ ጤና ዙሪያ መረጃን ከተለያዩ ቦታ ማግኘት እድላቸው ከፍተኛ በመሆኑ መረጃዎቹን ለሴቶች በማካፈል እና መፍትሔውን ከየት ማግኘት እንደሚቻልም ከሴቶች በተሻለ መንገዱን ሊያውቁት ስለሚችሉ አጋርነታቸው እጅግ አስፈላጊ ነው። መረጃን ከመስጠት ውጭ ወንዶች ከሴቶች በተሻለ የማህበራዊው ግንኙነታቸው ሰፊ ያለ ስለሚሆን ከትፋር ጉዋደኞቻቸው ጋር አብረው ወደሕክምና በመሄድ የጤና አገልግሎቱን ማግኘት አጋር መሆንን ያሳያል። ወደ ሕክምና ተቋሙ መሃሄቅ ሴቷን ብቻ የሚመለከት ከሆነም በኢኮኖሚው ሴቶችን በመደገፍ የት ፣መቼ ፣ገንደት ሄዳ አገልግሎቱን ማግኘት እንዳለባት በመጠቀም አለበለዚያም አብሮ በመሄድ ሊረዱአቸው ይችላሉ።የወንዶች አጋርነት በተዋልዶ ጤና ሲባል መረጃን በመስጠት በገንዘብ በማገዝ አብረው ወደአገልግሎት መስጫው ተቋም በመሄድ የስነልቦና ድጋፍ ማድረግን ይመለከቱ ል።

2.2. የወንዶች አጋርነት በተዋልዶ ጤና ሲባል ሌላው ሊተኮርበት የሚገባው ነገር ግልጽ ውይይት ማድረግ ነው።ከሴቶችም ሆነ ከወንዶች በኩል የተዋልዶ አካላት ጤና ስጋት ካለ የሚደበቅ ወይም የማይወራ ነገር ተብሎ ሊሸሸግ አይገባም። ለምሳሌ ...የአባላዘር በሽታ ሴቶቹ ላይ

ቶሎ የሚታይ ሲሆን ወንዶቹ ላይ ግን ይዘገያል። ስለዚህ ወንድና ሴት እርስ በእርስ ከእነርሱ በላይ ቅርብ የሆነ ሰው ስለሌለ ተመካክረው በአፋጣኝ እርምጃ መውሰድ ገባቸዋል። ይህንን ተግባራዊ በማድረግ ረገድ ወንዶች በአጋርነት ሚናቸው ነገሮች እንዳይደበቁ እና በግልጽ ሴቷ ለወንዱ የምታማክርበትን መንገድ ማመቻቸት እንዲሁም ባል ለሚስቱ ግልጽና ቅርብ የሚሆንበት ፣ ሚስትም ለባልዋ ግልጽና ቅርብ የምትሆንበትን መንገድ ማመቻቸት ይጠበቅባቸዋል።

3. የስነተዋልዶ ጤናን በማስፋፋት እና የስርአተ ጾታን እኩልነትን የራሳቸው ተባብሮ አድርገው በመስራት እራሳቸውን የለውጥ ወኪል አድርገው የሚሳተፉበት መንገድ ነው።

«በጣም አስፈላጊ...በጣም አስቸኩዋይ...»

አለም አቀፉ መድረክ የወንዶች የስነተዋልዶ ጤና ተሳትፎ በእጅጉ አስፈላጊ መሆኑንና ይህም በአስቸኩዋይ ተግባራዊ ከሆነ የስነተዋልዶ ጤና አገልግሎትን መብትና ፍላጎት በተሟላ መልኩ ለህዝቦች ለማዳረስ እንደሚረዳ አምናባቸዋል። ይህንንም ተግባራዊ ለማድረግ ሀገራት ትኩረት አንዲያደርጉ የስነህዝብና ልማት ኮንፍረንሱ ንደውጭው አቆጣጠር በ1994 ዓ/ም አስምሮበል። የወንዶች የስነተዋልዶ ጤና ተሳትፎን በሚመለከት በሳምንቱ እትም ከአቶ ጀማል ካሳው ጋር ባደረግነው ውይይት እንደገለጹት የተሳትፎ መንገድ ሶስት ነው ።

ወንዶች የስነተዋልዶ ጤና ተሳታፊ የሚሆኑባቸው ሶስት መንገዶች :-

- 1/ ወንዶች ራሳቸው የተዋልዶ ጤና ተጠቃሚ መሆን፤(Men as a client)
- 2/ ወንዶች ለሌቶች አፋር መሆን፤
- 3/ የስነተዋልዶ ጤናን በማስፋፋት እና የስርአተ ጾታን ኩልነትን የራሳቸው ተባር በማትረ እራሳቸውን የለውዓ ሐዋርያ አድርገው የሚሳተፉበት መንገድ ነው።

በኢንጅንደር ሔልዝ ኢትዮጵያ የሕብረተሰብ ጤና ባለሙያ የሆኑት አቶ ጀማል ካሳው ወንዶች የስነተዋልዶ ጤናን በማስፋፋት እና የስርአተ ጾታን እኩልነትን የራሳቸው ተግባር አድርገው በመንቀሳቀስ እራሳቸውን የለዓ ሐሻርጸ አድርገው የሚሳተፉበት መንገድ አንዱ የተሳትፎ መንገድ ነው ሲባል ምን ማለት እንደሆነ ከሚያብራሩበት በመነሳት ተያያዥ ነጥቦችን ለንባብ ብለናል።

ወንዶች በማህበረሰብ ውስጥ የተዋልዶ ጤና መብት በተሻለ ደረጃ እንዲከበርና ታዊ እኩልነት እንዲሰፍን በማድረግ ረገድ የሚያበረክቱት አስተዋጽኦ እንደ ለውጥ ሐዋርያ የሚያስቆጥራቸው ነው። ወንዶች ባለው የስርአተ ጾ ልዩነት አንዳንድ ቦታዎች ላይ ተጎጂ አንዳንድ ቦታዎች ላይ ደግሞ ተጠቃሚ

መሆናቸው ባይካድም በአብዛኛው ግን በማህበረሰቡ ውስጥ የበላይነቱን ይዘው ሰሚታዩት ወንዶች ናቸው። ስለዚህ ወንዶች በህብረተሰቡ ውስጥ ባለው የስርአተ ጾታ አወቃቀር ምክንያት ያገኙትን ማህበራዊም ይሁን ኢኮኖሚያዊ የበላይነት ለመልካም ነገር ማለትም ሕብረተሰቡን በተለይም ሴቶችንና ሕጻናቱን በማገዝ ተግባር ላይ ቢጠቀሙበት የስነተዋልዶ ጤና ተሳትፎአቸው የጎላ ይሆናል። ሕጻናትን ማስተማር አንዱ ተግባር ሲሆን በጾታዊ እኩልነት ላይ ያለውን የስርአተ ጾታ መፋለስ አግባብ ያለውና ለስነተዋልዶ ጤና መሟላት እንዲሁም ለማህበረሰባዊ ፋይዳ የሚጠቅም የስርአተ ጾታ ክፍፍል እንዲኖር ለማድረግ ጥረት ማድረግም ሌላው የተሳትፎ መንገድ ሊሆን ይችላል። በስነተዋልዶ ጤና ዙሪያ ሴቶች የተሻለ አገልግሎት እንዲያገኙ ለማስቻል ወንዶች የራሳቸውን እና የሌሎችን ልምድ በማካፈል ፣ የሌሎችን ተጠቃሚነት በማንሳት እውነታዎችን ወይም ምስክርነቶችን እያቀረቡ ለእነርሱንና የሌሎቹንም ልምድ ለማስፋፋት መሞከር የተሳትፎን ባህርይ ጸሳጸል። እንዲሁም ህብረተሰቡ በሚገኝባቸው የተለያዩ የእምነትና የማህበራዊ ግንኙነቶች ላይ በመገኘት የጾታን እኩልነትን እንዲሁም የስነተዋልዶ ጤናን በሚመለከት የወንዶች ተሳትፎ እጅግ አስፈላጊ መሆኑን በመግለጽ እስከ ከፍተኛ የስልጣን እርከን ድረስ መልእክታቸውን ማስተላለፍ ይጠበቅባቸዋል። ወንዶች በዚህ መልክ መላውን ህብረተሰብ የሚመለከተውን ጉዳይ ወደመድረክ በማውጣት እራሳቸውም ተሳታፊ የሚሆኑበትን ሁኔታ ሲያመቻቹ እንደለውጥ ሐሻርጸ ጁቆቷራሉ።

የተዋልዶ ጤና መብቶችና ፍላጎቶች ባልተሟሉበት ሁኔታ እንደግለሰብ ወንዶችም ሴቶችም ቤተሰብና ህብረተሰቡም ጭምር ተጎጂ የሚሆኑበት ሁኔታ መኖሩ አያጠያይቅም። በተለያዩ የአባላዘር በሽታዎች የመያዝ ሁኔታ ወንዶችንም ሴቶችንም የሚመለከት ሲሆን ሴቶች በበሽታው ለመያዛቸው ቶሎ ምልክቱን የማያዩ ሲሆን ምልክቱ ቢታይም እንኩዋን በኢኮኖሚና በአንዳንድ ማህበራዊ ሁኔታዎች የተነሳ ፈጥነው ወደሕክምናው የማይሄዱበት ሁኔታ

ጁስተኝነታል። ወንዶች ግን ሕመሙ እንደተከሰተባቸው በፍጥነት ምልክት የሚያዩ ሲሆን ወደ ሕክምናው ለመሄድ በኢኮኖሚም ሆነ በማህበራዊ ችግር ብዙም አይጎዱም። ሴቶችን በሚመለከት ፈጥነው ወደሕክምና ተቋሙ የማይሄዱ ከመሆናቸውም በላይ የተሟላ የተዋልዶ ጤና አገልግሎት የማያገኘ ባቸው ሁኔታዎች ይታያሉ። በተለይም በታዳጊ አገሮች ባለው የኑሮ ሁኔታና

□አድገት ደረጃ ምክንያት የትምህርት ፣የጤና አገልግሎት እንዲሁም ባለው የተዛባ የስርአተ ጾታ ሁኔታ እና በሌሎችም ምክንያቶች የስነተዋልዶ ጤና አገልግሎቶች ያልተሟሉ ሆነው ይገኛሉ። ለምሳሌ በእንደኛ ያሉ ሐገራት

□አናቶች ሞት በከፍተኛ ሁኔታ መመዝገቡ ከላይ ከተጠቀሰው ሁኔታ ጋር ጃጃጃ□ል። በ□ኛ ሐገር ከዛሬ አምስት አመት በፊት በነበረው ጥናት ከመቶ ሺህ □ላት እናቶች ወደ ስድስት መቶ ሰባ ሰስት የሚሆኑት በወሊድ ወቅት ለሞት ይጋለጣሉ። ይህም የተሟላ የተዋልዶ ጤና አገልግሎትን በአግባቡ አለማግኘታቸውንና መብታቸውም አለመከበሩን የመሟያመላክት ነው።

ከሞት ባሻገርም ለተለያዩ የጤና ችግሮች ማለትም ለአካል ጉዳት፣ ከመራቢያ አካል ጋር ለተያያዘ የተለያዩ ችግር፣ ያልተፈለገ እርግዝናን ለማስወገድ በሚያደርጉት ጥረት ጥንቃቄ የጎደለው የጽንሰ ማቋረጥ በማካሄድ ለተለጸ□

ችግሮች የሚጋለጡ እናቶች በርካታ ናቸው። ከዚህም በተጨማሪ ወንዶችም ሆኑ ሴቶች ለኤችአይቪ የሚጋለጡ ሲሆን በተለይም ወንዶች ባለው የተዛባ ስርአት ጾታ ምክንያት በማህበረሰቡ ውስጥ በሚሰጣቸው ከፍተኛ ስአራ ምክንያት ብዙውን ጊዜ ጥንቃቄ የጎደለው ወሲብ የመፈጸም ሁኔታ እና ችግር ውስጥ የመግባት አዝማሚያ ስለሚታይ ለቫይረሱ መስፋፋት እንደምክንያት ጁቷቀሳሉ። ሴቶችም ለኤችአይቪ መስፋፋት ምክንያት የሚሆኑበት አጋጣሚ ቢኖርም ይበልጡኑ ግን ተጎጂነታቸው ይጠቀሳል። ባጠቃላይም ወንዶችም ሆኑ ሴቶች የተዋልዶ አካላትን በሚመለከት የሚፈልጉት የጤና አገልግሎት ተጠቃሚ መሆን እንዲችሉ ሁኔታዎች መሻሻል የሚጠበቅባቸው ቢሆንም የወንዶች ተሳትፎ ሲታከልበት እንደሚገባ ታምኖበታል። ስለዚህ በአለም

አቀፍ ደረጃ በዚህ ዙሪያ ከሚነሱ የመወያያ ርእሰ ጉዳዮች እንደ አንድ ዋነኛ ነጥብ ሆኖ የሚጠቀሰው የተጉዋደሉ የስነተዋልዶ ጤናን ችግሮች ለመቅረፍ እና የተዋልዶ ጤና መብት እንዲከበር ለማድረግ የወንዶች የስነተዋልዶ ጤና ተሳትፎ እጅግ በአስቸኩዋይ ተግባራዊ እንዲሆንና እንዲበረታታ የሚል ነው። የወንዶች የተዋልዶ ጤና ተሳታፊ መሆን ጠቀሜታው በአራት ይከፈላል። ነርሱም በግለሰብ ፣ በቤተሰብ ፣ በማህበረሰብ እና በኢኮኖሚ በሚል ጁለጸጸል።

1. በ□ለሰብ:-

የተዋልዶ ጤና ፍላጎትና መብቶች እንዲሟሉ ወንዶች ተሳትፎ በማድረጋቸው እንደግለሰብ የተዋልዶ ጤና ተጠቃሚ በመሆናቸው ከሚደርሱ ችግሮች እራሳቸውን ይከላከላሉ። ወንዶች አግባብ ያለው የስነተዋልዶ ጤና ተጠቃሚ ከሆኑ ከኤችአይቪ ኤይድስና አባላዘር በሽታዎች እራሳቸውንና ቤተሰባቸውን ሊከላከሉ ይችላሉ። የቤተሰብ እቅድ አገልግሎት ተጠቃሚ ቢሆኑ ቤተሰባቸውን በተገቢው በመመጠን ማስተዳደር ይችላሉ። ኃላፊነታቸውንም በብቃት ለመወጣት ይረዳቸዋል።

2. በቤተሰብ:-

□ናትና አባት ጤናማ የሆነ የተዋልዶ ጤና ካላቸው ቤተሰባቸውን በአግባቡ መንከባከብ እና ማገዝ ፣ በአግባቡ አቅደው መውለድና ማሳደግ ይችላሉ። ወላጆች የተዋልዶ ጤናቸው የተጠበቀ ከሆነ የልጆቻቸውን የትምህርትና የ□ትቶት ሁኔታ ባግባቡ ክትትል ለማድረግና በጤና መጉዋደል ምክንያት ለልጆቻቸው ሊያደርጉት የሚገባቸው እንክብካቤ እንዳይቀንስ ይረዳል። ስለዚህ እናትና አባት የተዋልዶ ጤናቸው የተሟላ ከሆነ እራሳቸው ምርታማ ሆነው ምርታማ ዜጎችን ለአገር ለወገን ለማበርከት ያስችላቸዋል።

3. በማህበረሰብ

የተሻለ የተዋልዶ ጤና አገልግሎት አለ ማለት ጤናማ ማህበረሰብ አለ ማለት ነው። በማህበረሰቡ □-ሰዓ ጸለ□- □□ታ እኩልነት የተሻለ እንዲሆን ይረዳል ። ወንዶቹም ሴቶቹም የተሻለ የተዋልዶ ጤና ይኖራቸዋል። በዚህም መሰረት የተሻለ ያወቀና የነቃ ቤተሰብ እና ጤናማ ህብረተሰብን መፍጠር የሚቻልበት ጾታዊ ጥቃት በመሳሰሉት አስከፊ ድርጊቶች ሳቢያ ሊከሰት የሚችለውን የተዋልዶ ጤና ጉድለት ማስቀረት የሚቻልበት በጎ ሁኔታ ይፈጠራል። ማህበረሰቡ በአጠቃላይ □ተሻል□ ጤናው የተሟላ ሲሆን አምራችነቱና ለአገር ልማት አጋርነቱ ይጨምራል።

4. በኢኮኖሚ፡-

የተሟላ የተዋልዶ ጤና ያለው ቤተሰብ የተሻለ ገቢ ይኖረዋል። የቤተሰብን እቅድ ተግባራዊ ስለሚያደርጉም ከአላስፈላጊ ወጪና ከድህነት እራሳቸውን የሚያላቅቁበትና ቤተሰባቸውንም በተጠ□- ሁኔታ በመንከባከብ ለአገር ለወገን ጠቃሚ እንዲሆኑ ያደርጋል። ቤተሰብ የተዋልዶ ጤናው ያልተገባደለ ከሆነ በሕክምናው ዘርፍም ሊወጣ የሚችለውን ገንዘብ ይቀንሳል። እንደሀገርም የተሻለ የተዋልዶ ጤና አገልግሎት የሚጠቀም እና የራሱን ጤና የሚንከባከብ ሕብረተሰብ ካለ የህክምና ወጪዎችን ወደ ሌሎች የልማት ስራዎች በማዞር ልማት እውን እንዲሆን ያስችላል።ስለዚህ የወንዶች የተዋልዶ ጤና ተሳትፎ በጣም አስፈላጊና በአስቸኩዋይ ተግባራዊ ሊሆን የሚገባው ነው።

ምንጭ:-

□/ር ንግስት ተስፋዬ

ከጤና ጥበቃ ሚኒስቴር

አቶ ጀማል ካሳ□

ከጄኤችዩ ፀሐይ

Center for disease control and prevention (CDC)-- UNAIDS 2011
World AIDS Day report

ዶ/ር ዳንኤል ክንዴ

□/ር ታደሰ ከተማ
ሚኒስቴር

ከኢ.ፌ.ድ.ሪ ጤና ጥበቃ

ዶ/ር አበበ ከተማ

የህጻናት ሐኪም

ዶ/ር ዳዊት ደሳለኝ

□ማህጻንና ጽንሰ ሐኪም

□/ር እያሱ መስፍን

««« «««

አቶ አበባው ደሶ
ሚኒስቴር

ከኢ.ፌ.ድ.ሪ ጤና ጥበቃ

□/ር ታደሰ ከተማ

««« «««

መቅደስ ይልማና
ማህበር

ከጽንሰና ማህጻን ሐኪሞች

አቢይ መርጊያ

««« «««

(Lee Jems) □/ር ሊ. ጸምስ
የጤና ክፍል

ከካናዳያን ዩኒቨርሲቲ

□/ር መብራቱ ጸምበር

የማህጻንና ጽንሰ ሐኪም

/C አበበች ጎበና

በጎ አድራጊ

ዶ/ር መስፍን ሸመልስ
ማህበር

ከጽንሰና ማህጸን ሐኪሞች

ወ/ሮ ኦሪጅናል ወ/ጊዮርጊስ

ባለሙጽ

ዶ/ር አብዱልፈታህ አብዱልቃድር አብደሽ

የማህጸንና ጽንሰ ሐኪም

በላጁ ሓገ

አዲስ አበባ ዩኒቨርሲቲ

አቶ መኮንን በለጠ

የስነ ልቡና ባለሙያ

ቲ^ቲማዊ ተስኛጽ

የኢትዮጵያ የሕክምና
ተማሪዎች ማህበር
ፕሬዝዳንት

የኒሴፍ

ሲ/ር ሰናይት ቢተው
ማህጸን ሐኪሞች ማህበር

በኢትዮጵያ የጽንሰና

ዶ/ር ማሙዬ ንጉሴ
ስክ ሻሊስት

የአ^ቲምሮ ሕ^ቲምና

ሲስተር አዲስአለም ል^ቲማካኤል
ከአሶግ የሞዴል ክሊኒክ

በአዋሳ ሪፈራል ሆስፒታል

ዶ/ር ኤልናል ል በበ^ቲ

የማህጸን ጽንሰ ሐኪም

/C እዮብ ቀነኒ

ከጋምቤላ ሆስፒታል

ዶ/ር ዘነበ ወልዴ
ሆስፒታል፣

በከምባታ ዞን ዱራሜ

□/ር ጁአሩ ተረ□	በኦሮሚያ	ክልል	ሰሜን
ሸዋ ዞን ኩዩ ሆስፒታል፣			
ዶ/ር ዮሴፍ ተጫኔ	ዳውሮ	ዞን	ተርጫ
ሆስፒታል፣			
አቶ ፈንጉ ከምባው (MA)			
አንዱአለም ሞሲ (PHD)□ና			
ተሾመ ጎበና (M.Sc.)			
ዶ/ር መንግስቱ ኃይለማርያም	የማህጻንና ጽንሰ ሐኪም		
ዶ/ር ይርጉ ገ/ሕይወት	«««	«««	
ዶ/ር ብርሃኑ ከበደ	«««	«««	
አቶ ተሾመ አድማሱ	ከኢንጀነሪር		ሔልዝ
ኢትዮጵያ			
አቶ ጀማል ካሳ□	«««	«««	