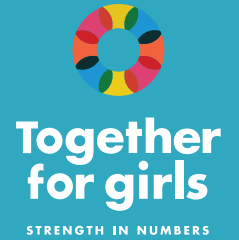


Je, Unajua Ni Kwanini Kila Saa Inayopita Ni Muhimu Baada Ya Kubakwa?

Kila saa inayopita baada ya kubakwa ni muhimu katika kuzuia athari za afya ya kimwili na kiakili zinazodumu maisha yote. Yanafuatayo ni mambo unayopaswa kuyafahamu kuhusu kipindi kifupi cha muda ulio nao kupata huduma muhimu sana.

KILA SAA
INAYOPITA
NI MUHIMU

Kasi ni Lazima.



72 NDANI YA MASAA 72:

Pata tiba ya dharura ya kuzuia maambukizi ya ukimwi ijulikanayo kama **post-exposure prophylaxis medication (PEP)** ndani ya masaa 72. Baada ya masaa 72, kupima virusi vya HIV ni muhimu sawa na matibabu yafaayo, ushauri nasaha, na usaidizi.



120 NDANI YA MASAA 120:

Pata **kinga ya dharura ya kuzuia mimba** ndani ya masaa 120.



ENDA PUNDE IWEZEKANAVYO:

Fanyiwa **uchunguzi wa mwili** ili kutambua na kutibiwa majeraha yoyote.



Meza **dawa** za kuzuia maradhi mengine yanayoambukizwa kupitia ngono-(STI).

Pata **chanjo** ya kuzuia pepopunda, na Hepatitis B (inapopatikana).



Wataalamu wa kimatibabu wanaweza kuchukua **ushahidi wa tukio** ili kusaidia uchunguzi kuhusu uhalifu, ikiwa utachagua kuandikisha ripoti ya Polisi.



Inawezekana **ukaelekezwa kupata huduma zingine**, zikiwemo za Polisi, za wanasheria, na wasimamizi wa kesi.



WAKATI WOWOTE:

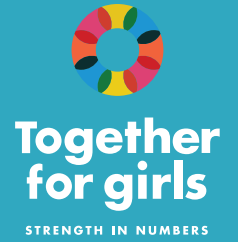
Ushauri nasaha pamoja na msaada mwingine wa kimawazo zinaweza kukusaidia kukabiliana na kiwewe.



Dawa za matibabu baada ya kubakwa zinakuwa na uwezo mkubwa zaidi zikitumika punde iwezekanavyo, baada ya tukio. Ukishindwa kupata tiba hizi upesi, huduma zingine za afya na ushauri wa kiakili bado zinaweza kuwa na manufaa.

Jifunze Zaidi katika everyhourmatters.org

KILA SAA
INAYO PITA
NI MUHIMU
Kasi ni Lazima.



TOGETHER FOR GIRLS:



EVERY HOUR MATTERS:

