

# Tjhate ya Ditokelo tsa Bakudi

Ka dilemo tse makgolokgolo boholo ba setjhaba bo phetse bo hanelwa kapa ho sa kgathallwe ditokelo tsa sona tsa motheo tsa botho, ho kenyeletswa ditokelo tsa ditshebeletso tsa tlhokomelo ya bophelo bo bottle. Hore ho hlokomelwe ho fihlellwe ditshebeletso tsa tlhokomelo tsa bophelo bo bottle jwaloka ha bo tiiseditswe Molaong wa Motheo wa Riphaboloki ya Aforikaborwa (Molao wa No. ya 108 wa 1996), Lefapha la Bophelo bo Bottle le itelletse ho boloka, ho phahamisa le ho sireletsa tokelo ena mme le phatlaladitse hore TJHATE YA DITOKELO TSA BAKUDI eo e leng boemo ba ho fihlella ho phethahala ha tokelo ena.

Tjhate ena e laolwa ke diphelelo tsa molao ofe kapa ofe o sebediswang Riphaboliking ya Aforikaborwa le ha ho na le tjelele naheng.

## Tikoloho e ntle le e bolokehileng

Motho e mong le e mong o na le tokelo ya tikoloho e ntle le e bolokehileng e tla hlokomela bophelo ba hae bo bottle ba mmele le kelello kapa tsa bopehlo ba hae, ho kenyeletswa phepele e lekaneng ya metsi, tlhwekiso le tsamaiso ya dikgwerekgwere ha mmoho le tshireletso ya mefuta yohle ya dikotsi tsa tikoloho, tse jwaloka tshilafatso, maemo a tlase a tlhaho le tshwaetso.

## Ho kenya letsoho ha ho etswa qeto

Moahi e mong le e mong o na le tokelo yaho kenya letsoho ntshetsopeleng ya maano a bophelo bo bottle mme e mong le e mong o na le tokelo yaho kenya letsoho ha ho etswa qeto ka ditaba tse amanang le bophelo bo bottle

## Ho fihlella tlhokomelo ya bophelo bo bottle

Motho e mong le e mong o na le tokelo yaho fihlella ditshebeletso tsa tlhokomelo ya bophelo bo bottle tse kenyeletsang:

- i. ho amohela tlhokomelo ya tlakotsi ka nako sebakeng sa tlhokomelo ya bophelo bo bottle sefe kapa sefe se butsweng ho sa kgathaletse hore motho a ka lefa kapa tje;
- ii. phekolele phodiso e tlamehileng ho etsetswa mokudi hore a utlwisise phekolele e jwalo kapa phodiso le tse tla etsahala ka mora moo;
- iii. monyetla wa dithoko tse ikgethileng ya masea a sa tswa tswalwa, bana, basadi ba ithwetseng, batsofe, batho ba holofetseng, bakudi ba opelwang, batho ba phelang le bakudi ba Phamokate: HIV kapa AIDS;
- iv. ho eletska ka ntle ho kgethollo, kgethollo kapa mahahapa ka ditaba tse jwaloka tsa bophelo bo bottle ba tswalo, mofetshe kapa Phamokate (HIV/AIDS);
- v. tlhokomelo yaho bebofatsa bohloko bo kgonehang le bo ka phekoehang bohlokong bo sa phekoehang kapa bo isang lefung;
- vi. boemo bo bottle ba bathusi ba tlhokomelo ya bophelo bo bottle boo ba bo bontshang bo bontsha boikokobetso, seriti sa motho, mamello, kutlwelo bohloko le kutlwelano; le
- vii. tsebiso ya bophelo bo bottle e kenyeletsang hob a teng ha ditshebeletso tsa bophelo bo bottle le ka moo o ka sebedisang ditshebeletso tse jwalo haholo ka teng mme tsebiso eo e tla ngolwa ka puo eo mokudi a e utlwisang.

## Tsebo ya inshoreense ya hao ya bophelo bo bottle/ tsamaiso ya thuso ya tsa bongaka (medical aid scheme)

Setho sa inshoreense ya bophelo bo bottle kapa tsamaiso ya thuso ya tsa bongaka o na le tokelo ya ho tsebiswa ka inshoreense kapa tsamaiso ya thuso ya tsa bongaka le botsa ha ho hlokeha diqeto tsa inshoreense ya bophelo bo bottle e jwalo kapa tsamaiso ya thuso ya tsa bongaka e tsamaelanang le setho.

## Boikgethelo ba ditshebeletso tsa bophelo bo bottle

Motho e mong le e mong o na le tokelo ya ho kgetha thuso ya tlhokomelo ya bophelo bo bottle e ikgethileng kapa tshebeletso ya

tlhokomelo ya bophelo bo bottle e itseng ya phekolele eoho fanwang ka yona e leng hore kgetho eo ha e naho ba hanana le maemo a taba ya nnete e sebedisetswang ditshebeletsong kapa dithusong tsa tlhokomelo tsa bophelo bo bottle le boikgethelo ba ditshebeletso tse tsamaelanang le ditataiso tsa tshebeletso e balletsweng.

## O sebeleletse ke mothusi wa tlhokomelo wa bophelo bo bottle ya tsebahalang

Motho e mong le e mong o na le tokelo yaho tseba motho ya thusang ka tlhokomelo ya bophelo bo bottle mme ebe o thuswa ke bathusi ba hlokomelang ka bophelo bo bottle ka bottlalo.

## Lekunutu

Tsebiso ya motho ya bophelo bo bottle e kenyeletsang phekolele e ka phatlalatswa fela ka tumello ya motho eo ka ntle haeba e hlokwahoy a ka molao ofe kapa ofe fela kapa ka taelo ya lekgotla.

## Tumello ya mabaka

Motho e mong le e mong o na le tokelo e felletseng ya le tsebiso e nepahetseng ka sebopeho sa ho kula ha hae, mekgwa yaho hlahlojwa, tshisinyo ya phekolele le ditjeho tse ka bang teng hore o tle o tsebe ho etsa qeto e tla amana le tse ding tsa ditaba tse.

## Ho hana phekolele

Motho a ka hana ho phekolwa mme ho hana hoo e ka ba ka ho bua kapa ka ho ngola haeba ho hana hoo ha ho bakele batho ba bang kotsi.

## O lebiswe mothong e mong

Motho e mong le e mong o na le tokelo ya ho lebiswa ho e mong hore a mo eletse ka kopu ya thuso ya bophelo bo bottle ya boikgethelo ba hae.

## Tlhokomelo e tswelang pele

Ha ho na motho ya ka nyahlatswang ke mosebeleletsi wa porofeshene wa tlhokomelo ya bophelo bo bottle eo a qadileng ka ho hlokomela bophelo ba bo bottle ba hae.

## Tlaeha ka ditshebeletso tsa bophelo bo bottle

Motho e mong le e mong a ka tletleba ka ditshebeletso tsa tlhokomelo ya bophelo bo bottle mme hotle ho fuputswe ka ditletlebo tse jwalo mme ho amohelwe karabo e felletseng ya phuputso e jwalo.

## Mokudi kapa tlelaente e nngwe le e nngwe e na le boikarabelo bo latelang:

- ho eletska bathusi ba tlhokomelo ba bophelo bo bottle ka ditabatabelo tsa hae mabapi le lefu la hae.
- ho dumela phekolele e balletsweng kapa mekgwa ya phekolele.
- ho botsisisa ka ditjeho tsa phekolole/kapa tsa ho lokisetswa ho phela hantle le ho lokisetsa tefello.
- ho boloka direkoto tsa bophelo bo bottle tseo a nang le tsona.
- ho hlokomela bophelo ba hae.
- ho hlokomela le ho sireletsa tikoloho.
- ho hlompha ditokelo tsa bakudi ba bang le bathusi ba bophelo bo bottle.
- ho sebedisa tsamaiso ya tlhokomelo ya bophelo bo bottle ka nepo mme o sa e sebedise hampe.
- ho tseba ditshebeletso tsa hae tsa lehae le hore di thusa ka eng.
- ho thusaka bathusi ba tlhokomelo ya bophelo bo bottle ka tsebiso e loketseng le e nepahetseng ya hlahlobo, phekolele, tswaetso yah o phela hantle kapa ka sepheo sa ho eletska

National Department of Health: Private Bag X828, Pretoria. 0001. Telephone: 012 395 8264/3 www.health.gov.za