

## HIV Risk Assessment Questionnaire

NOTE: Do not translate words in square brackets.]

1. Kuzuzangpola! Here is a set of questions to check your HIV status without revealing your identity. Please do not worry as this will help you get rid of your doubts.

སྐྱེ་གཟུགས་བཟང་པོ་ལགས། རྒྱ་ལུ་ ཁྱོད་རའི་གཟུགས་ཁར་ ནད་འབྱུང་ཨེ་ཡི་ཡི་ ཡོད་ག་མེད་ག་ ཤེས་ཚུགས་ནི་  
དོན་ལུ་ སྤྱི་བ་དག་པ་ཅིག་ཡོད་མི་འདི་ ཁྱོད་ཀྱི་དོ་རྟགས་སྟོན་མང་དགོ་པར་ གསང་བའི་ཐོག་ལས་ ལན་རྒྱབ་ཏེ་ཤེས་  
ཚུགས་པ་ཡིན།

- Please start here.
- རྒྱ་ལས་འགོ་བཙུགས་གནང།

2. So, to begin, what is your date of birth?

ཁྱོད་རའི་སྐྱེ་བའི་ཉིན་མ་གྱི་ཆེས་གངས་ག་ཅིག་སྟོན་?

- Select the dates from the calendar below.
- འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་རྒྱ་ཐོ་ལས་ ཆེ་གངས་གདམ་འབྱུང་འབད་གནང།

3. Tell us what is your gender?

ཁྱོད་ར་ ཐོ་ཨིན་ན་ མོ་ཨིན་ན་ གདམ་འབྱུང་འབད་གནང།

- Male  
ཐོ།
- Female  
མོ།
- Transgender  
ཐོ་མོ་སྐར་སྐར།

4. [If Transgender]: What was your gender when you were born?

ཐོ་མོ་སྐར་སྐར་ཨིན་པ་ཅིན་ ཁྱོད་ར་སྐྱེས་བའི་སྐབས་ ཐོ་ཨིན་ན་ མོ་ཨིན་ན་ གདམ་འབྱུང་འབད་གནང།

- Born as Male  
ཐོ་སྐྱེས་སྐྱེས་ཨིན།
- Born as Female  
མོ་སྐྱེས་སྐྱེས་ཨིན།

5. Great going. Who are you attracted to among the following kinds of people?

Tick all the responses that relates to you:

འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་མི་དབྱེ་བ་ཚུ་ལས་ ཁྱོད་ཀྱིས་ག་ལུ་དགའ་? ཁྱོད་ཀྱིས་ག་དགའ་མི་འདི་ གདམ་འབྱུང་འབད།

- Male  
ཐོ།
- Female

མོ།

- Transgender  
ཕོ་མོ་སོར་སྤྱོད།

6. Did you ever test your HIV status before?

ཁྱེད་ཀྱིས་རྟེན་མེད་ཨེ་མི་གི་བརྟག་དཔྱད་འབད་ཡི་ག?

- It has been less than three months.  
ཟླ་མ་གསུམ་མ་ལངས་མ་ཅིག་གི་རྟེན་མ་འབད་ཡི།
- It has been six months since I last tested.  
བརྟག་དཔྱད་འབད་དེ་ ཟླ་མ་དྲུག་ཡར་སོ་ཡི།
- Actually, it's been more than six months.  
བརྟག་དཔྱད་འབད་དེ་ ཟླ་མ་དྲུག་ལྷག་སོ་ཡི།
- Never tested.  
བརྟག་དཔྱད་འབད་རང་མ་འབད།

7. What is you HIV status? Please do not worry about this question.

ཁྱེད་ལུ་ཨེ་མི་ཡིད་ག་མེད་?

- Positive  
ཡིད།
- Negative  
མེད།
- Don't know  
མི་ཤེས།

8. Are you on treatment?

ཨེ་མི་ཡི་གི་ སྤྱོད་བཅོས་འབད་མ་ཨིན་ན?

- Regular on treatment  
སྤྱོད་བཅོས་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་འབད་དོ།
- I take treatment sometimes.  
འཕྲུལ་འཕྲུལ་འབད་མ་ཨིན།
- Not yet on treatment  
སྤྱོད་བཅོས་འབད་རང་མ་འབད།
- I have discontinued ART  
སྤྱོད་བཅོས་འབད་ནི་བཞུགས་བཞག་ཡི།

9. HIV is transmitted through various ways. From the following list of practices, tick as many options as possible you think you have engaged in them in the last 6 months.

ཨེ་ཨ་འི་མི་འདི་ སྤྱོད་ལམ་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱི་ཐོག་ལས་སྤེལ་མ་ཡིན། འོག་ལུ་བཀོད་ཡོད་པའི་སྤྱོད་ལམ་ཚུ་ལས་ ཁྱོད་ཀྱིས་ རྒྱུ་རྒྱུ་གི་ཉེ་མ་གང་རུང་འབད་འབད་མ་ཡོད་པ་ཅིན་ ལན་གདམ་འཐུ་འབད་གནང་།

- Oral sex with condom  
མཚན་ཤུབས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ངག་ཐོག་ལུ་འབྲེལ་འབད་ནི།
- Anal sex with condom  
མཚན་ཤུབས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ ཨ་བུག་དོང་དང་འབྲེལ་བའི་ལུས་འབྲེལ་འབད་ནི།
- Vaginal sex with condom.  
མཚན་ཤུབས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ མོ་མཚན་དང་འབྲེལ་བའི་ལུས་འབྲེལ་འབད་ནི།
- Kissing  
ཁུ་བཀལ་ནི།
- Masturbation  
བནར་རུང་ནི།
- Having a sexually transmitted infection or TB  
རང་ལུ་ལུས་འབྲེལ་ལས་བརྟེན་པའི་ནད་གཞི་དང་ བད་ཀན་གྱི་ནད་ཡོད་པ།
- Sex in exchange of goods or money without condom  
ཅ་དངོས་ཡང་ན་ཏི་རུ་གི་དོན་ལུ་ མཚན་ཤུབས་ལག་ལེན་མ་འཐབ་པ་ལུས་འབྲེལ་འབད་ནི།
- Injecting needles for drugs which are not from hospitals  
སྤྲོན་ཁང་ལས་བཀོད་ཆུ་མེད་པའི་ སྤྲོན་རྩིས་ཀྱི་ཁབ་རྒྱབ་ནི།
- Sex with multiple partners with inconsistent condom use  
མི་ལེ་ཤ་དང་གཅིག་ཁར་ འཕྲལ་འཕྲལ་མཚན་ཤུབས་ལག་ལེན་འཐབ་ འཕྲལ་འཕྲལ་མ་འཐབ་པ་ལུས་འབྲེལ་ འབད་ནི།
- Sex under the influence of alcohol  
ཆང་གིས་བཟི་ཏེ་ ལུས་འབྲེལ་འབད་ནི།
- None of the above  
གོང་ལུ་བཀོད་མི་ནང་ལས་ ག་ཡང་མེན།

#### 10. Risk Level

ཉེན་ཁའི་གནས་ཚད།

- Your Risk Level is High  
ཉེན་ག་སྤོམ་འདུག།
- Your Risk Level is Medium  
ཉེན་ཁ་བར་ན་སྤོམ་ཅིག་འདུག།
- Your Risk Level is Low  
ཉེན་ཁ་ཆུང་མས།

## 11. Recommendation

### ཀྱབ་སློན་ལམ་སློན།

- Although your risk level is high, we recommend you to go to your nearest health care center or hospital to confirm your HIV status. Book an appointment to test your HIV here.

ཁྱེད་ལུ་ཉེན་ཁ་སློན་ཡོད་རུང་ ཉེས་འདབས་ལུ་ཡོད་པའི་གསོ་བའི་ལྷོ་བ་ཡང་ན་ སློན་ཁང་ནང་ གྱུབ་འབྲས་གཏན་འཁལ་གྱི་དོན་ལུ་འབྱོན་གནང་། ཡེ་ཨའི་ཕྱི་བརྟག་དཔྱད་འབད་ནིའི་དུས་སྟབས་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ ལྷ་ཞེ་བ་གནང་།

- Your risk level is medium, we recommend you to go to your nearest health care center or hospital to confirm your HIV status. Book an appointment to test your HIV here.

ཁྱེད་ལུ་ཉེན་ཁ་སློན་མེད་རུང་ ཉེས་འདབས་ལུ་ཡོད་པའི་གསོ་བའི་ལྷོ་བ་ཡང་ན་ སློན་ཁང་ནང་ གྱུབ་འབྲས་གཏན་འཁལ་གྱི་དོན་ལུ་འབྱོན་གནང་། ཡེ་ཨའི་ཕྱི་བརྟག་དཔྱད་འབད་ནིའི་དུས་སྟབས་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ ལྷ་ཞེ་བ་གནང་།

- Your risk assessment is low. Don't worry. You're safe.

ཁྱེད་ལུ་ཉེན་ཁ་རྒྱུང་མ་ལས་ ཆ་གྲུང་ལང་དགོ་པ་མིན་འདུག།

## 12. Benefits:

### ཕན་ཡོན།

- HIV testing will help you be more confident about your sexual health and be able to take care of your partner avoiding any risky activities that lead to HIV transmission. Book your appointment on this website for HIV Screening, HIV confirmatory and STI tests.

ཡེ་ཨའི་ཕྱི་བརྟག་དཔྱད་ལུ་བརྟེན་ ཁྱེད་ར་ལུ་ནད་གཞི་ཡོད་ག་མི་ག་ཤེས་ཞིན་མ་ལས་ སློ་བཤེས་པ་བཟོ་ཚུགས་པའི་ཕན་པ་ཡོད་པ་མ་ཆད་ ཁྱེད་རའི་མཉམ་རྒྱལ་ ཡེ་ཨའི་ཕྱི་སྟེལ་ནི་ལས་ཡང་བཀག་ཚུགས། ཡེ་ཨའི་ཕྱི་བརྟག་དཔྱད་དང་ ཡེ་ཨའི་ཕྱི་གཏན་འབེབས་བཟོ་ནི་ དེ་ལས་ ལུས་འབྲེལ་ལས་བརྟེན་པའི་ནད་གཞི་བརྟག་དཔྱད་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ འ་རྒྱུ་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་སློ་ཐོག་ལས་ དུས་སྟབས་བཟོ་གནང་།

## 13. Cost of Testing

### བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་རིན་ཐོང་།

- Testing your HIV status in the government health care center, hospitals or HISC (Health Information & Service Center) is **FREE**. However, if you choose to test your HIV status at a private or NGO/CBO clinic then you might have to pay for the tests.

གཞུང་གི་གསོ་བའི་ལྷོ་བ་དང་སློན་ཁང་ ཡང་ན་ གསོ་བའི་བརྟེན་དང་ཞབས་ཁྲིལ་ལྷོ་བ་ནང་ བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་ཞབས་ཁྲིལ་སྟོང་མ་སྟེ་སྤུལ་ཨིན། གལ་སྲིད་ སླེང་གི་སློན་ཁང་ཡང་ན་ གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས་ནང་ལས་ ཕར་བརྟག་དཔྱད་འབད་བ་ཅིན་ བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་རིན་སློད་དགོ།

#### 14. [HIV Status Assessment]

ཨེཌ་ཨའི་མི་གནས་ཅིས་དབྱེ་ཞིབ།

- *[Regular Treatment]* Congratulations! It seems you are getting the right and timely treatment which will be very effective to keep you healthy and safe. You are a role model for others.

དུས་རྒྱུན་སྒྲིན་བཅོས། བགྱིས་བདེ་ལེགས། རྒྱུ་རའི་ལན་གསལ་དང་འཁྲིལ་ཕྱ་ད་ རྒྱུ་རའི་གཟུགས་ཁམས་  
བདེ་ཉག་ཉ་བཞག་ཐབས་ལུ་ ཐད་ཀར་གྱི་སྒྲིན་བཅོས་ཚུ་ དུས་ཚད་ཁར་ཐོབ་དོ་བཟུམ་ཅིག་འདུག།

- *[I take treatment sometimes; Not yet on treatment; I've discontinued ART treatment]* We recommend you start your daily ART treatment to ensure lifelong health. This daily ART treatment can keep the HIV virus suppressed in your body and can reduce the risk of transmitting the disease to others.

རང་གི་གཟུགས་ཁམས་ལུན་བརྟན་གནས་ཐབས་ལུ་ སྒྲིན་བཅོས་འབད་ནི་འགོ་བཙུགས་གནང་། ART སྒྲིན་  
བཅོས་ཀྱིས་ རང་གི་གཟུགས་ཁར་ཨེཌ་ཨའི་མི་གི་ནད་འབྱུང་ཚུ་ མར་གཞོན་ཚུགས་པའི་ཕན་པ་ཡོད་པ་མ་  
ཚད་ ནད་གཞི་འདི་གཞན་ལུ་སྤེལ་ནི་ལས་ཡང་བཀག་ཚུགས།