आपके आस-पास एच.आई.वी. और स्वास्थ्य संबंधी सुविधाएं :

1. एकीकृत सलाह और जांच केन्द्र (आईसीटीसी)

आईसीटीसी में एचआईवी की जांच मुफ़्त उपलब्ध है। जांच से पहले और बाद में परामर्श दिया जाता है। यह जांच पूरी तरह गोपनीय होती है। यह सुविधा सभी जिला अस्पतालों, उप-जिला अस्पतालों और चिकित्सा महाविद्यालयों में उपलब्ध है।

2. एन्टी रिट्रो वायरल थेरेपी (ए.आर.टी.)

ऐसे एचआईवी संक्रमित जिनकी रोगों से लड़ने की क्षमता बहुत कम हो जाती है उनकी जांच, उपचार, परामर्श एवं रेफ़्रल पैकेज का नाम एआरटी (एंटी रिट्रो वायरल थेरेपी) है। एआरटी उपचार चिकित्सक की जांच एवं विभिन्न परीक्षणों के बाद शुरू किया जाता है तथा आवश्यक औषधियां दी जाती हैं। औषधियों सहित यह सुविधा चुनिन्दा अस्पतालों और चिकित्सा महाविद्यालयों में मुफ्त उपलब्ध है।

3. डॉट्स योजना

एचआईवी संक्रमित लोगों को अक्सर टीबी हो जाती है। इसका इलाज नज़दीक के टीबी जांच केन्द्र (डीएमसी) में उपलब्ध है। ये केन्द्र सभी चिकित्सा महाविद्यालय, ज़िला अस्पताल, सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र और कुछ चुने हुए प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रों में होते हैं।

हम क्या करें ?

- आई.सी.टी.सी. केन्द्र में नि:शुल्क परामर्श एवं जाँच सेवा का लाभ लें।
- एच.आई.वी./एड्स की जानकारी लेने में कभी संकोच न करें। आप खुद भी जानिये और दूसरों को भी बताइये।
- दुर्घटना या बीमारी के दौरान रक्त लायसेंस प्राप्त ब्लड बैंक (रक्तकोष) से ही लें और यह सुनिश्चित कर लें कि वह एच.आई.वी. मुक्त हो।
- हाँ, यह भी याद रखें कि स्वस्थ और स्वैच्छिक रक्तदाताओं की कमी को दूर करने में भी आप मदद कर सकते हैं।

जो लोग एच.आई.वी. से संक्रमित हो चुके हैं उनके साथ प्यार और सम्मान का व्यवहार करें। दूसरों को भी समझाएं ताकि वे भी सामने आकर एच.आई.वी./एड्स नियंत्रण में सहयोग कर सकें। हमारे प्यार व सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार से उन्हें सहारा मिलेगा और वे लंबे समय तक स्वस्थ जीवन व्यतीत कर सकते हैं।

स्वैच्छिक रक्तदान कीजिये और अपने साथियों, रिश्तेदारों को भी रक्तदान के लिये प्रेरित करिए।

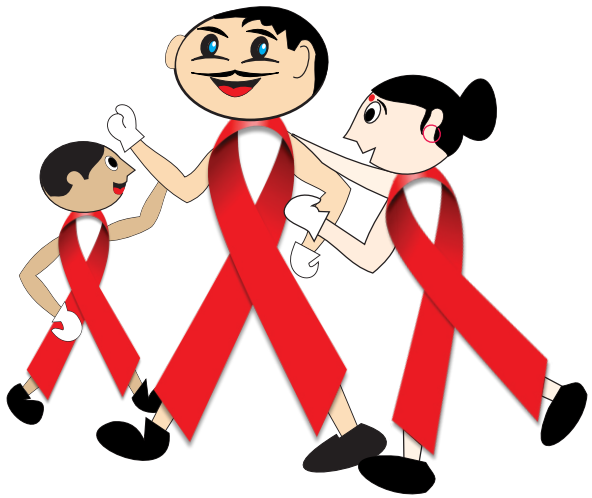
- नशे से दूर रहें, इस बात के प्रति सावधान रहें कि नशे के लिए सुइयों/सिरिंजों का साझा इस्तेमाल न करें।
- आवश्यकता पड़ने पर डिस्पोज़ेबल सुईयों व सिरिंजों का ही उपयोग करें।
- जिन्हें जरा सा भी इस बात का शक हो कि उन्हें एच.आई.वी./एड्स हो सकता है, उन्हें तुरंत अपने नज़दीक के आई.सी.टी.सी. (एकीकृत परामर्श एवं जाँच केन्द्रों) में जाकर परामर्श लेना चाहिए एवं जाँच करवानी चाहिये। यह जाँच केन्द्र हर ज़िला अस्पताल, कुछ सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र, कुछ सिविल अस्पतालों व मेडिकल कॉलेजों में स्थापित हैं। इन केन्द्रों पर प्रशिक्षित परामर्शदाताओं द्वारा नि:शुल्क परामर्श दिया जाता है और एच.आई.वी. संक्रमण की नि:शुल्क जाँच भी की जाती है। इन जाँच केन्द्रों पर दी गई जानकारी और जाँच की रिपोर्ट को गोपनीय रखा जाता है।

तो फिर इंतज़ार किस बात का? न डरने की जरूरत है न संकोच करने की। जानकारी लें और दूसरों को भी दें। एक से एक मिलकर ही शुरुआत होगी, सुरक्षित-स्वस्थ भविष्य की।

''सही जानकारी, पूरी समझदारी एड्स पर विजय की तैयारी''

MPSACS

एच.आई.वी./एड्स
मूलभूत जानकारी



मध्यप्रदेश राज्य एड्स नियंत्रण समिति

द्वितीय तल, तिलहन संघ भवन

1 अरेरा हिल्स, भोपाल म.प्र.

Email : mpsacs@gmail.com

www.mpsacsb.org

एच.आई.वी./एड्स एक परिचय

एच.आई.वी. (HIV)
Human Immuno-Deficiency Virus

एड्स (AIDS)
Acquired Immuno-Deficiency Syndrom

एच.आई.वी. वायरस द्वारा रोग प्रतिरोधक क्षमता नष्ट होने के पश्चात् प्रकट होने वाले लक्षणों व चिन्हों का समूह एड्स कहलाता है।

क्या है एच.आई.वी.?

एच.आई.वी. (ह्यूमन इम्यूनो डेफीशिएन्सी वायरस) उस वायरस या विषाणु को कहते हैं जो मनुष्य के शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता या बीमारियों से बचाने वाली ताक़त को कम कर देता है। जिन व्यक्तियों के शरीर में यह विषाणु होता है उन्हें एच.आई.वी. पॉज़िटिव कहा जाता है। अभी तक एच.आई.वी. को मारने की कोई दवा नहीं मिली है पर खोज जारी है।

एच.आई.वी. और एड्स में अन्तर

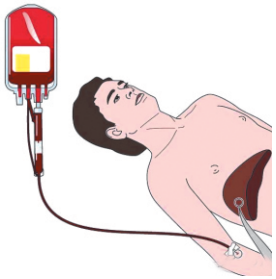
एच.आई.वी. एक वायरस है जबकि एड्स इस विषाणु के कारण होने वाली बीमारियों के समूह का नाम है। एच.आई.वी. जब किसी मनुष्य के शरीर में प्रवेश करता है तो लगभग 8-10 वर्ष तक या कभी-कभी इससे अधिक समय तक रोगों से लड़ने की क्षमता को धीरे-धीरे कम करता जाता है। ऐसी स्थिति में मनुष्य स्वस्थ दिखता है किन्तु वह अपने एच.आई.वी. वायरस से दूसरे स्वस्थ व्यक्तियों को संक्रमित कर सकता है। जब बीमारियों से लड़ने की क्षमता बिल्कुल नष्ट हो जाती है तब अनेक बीमारियाँ शरीर को घेर लेती हैं। इस अवस्था को एड्स कहा जाता है।

एच.आई.वी. संक्रमण के शुरुआती समय में (करीब 3 सप्ताह से 6 माह तक) यह विषाणु रक्त में होने के बावजूद भी रक्त की जाँच में मालूम नहीं पड़ता है इसीलिए जाँच का परिणाम निगेटिव आता है। इस पीरियड को विंडो पीरियड कहा जाता है। यह विषाणु मुख्यत: संक्रमित व्यक्ति के रक्त, वीर्य, योनिस्त्राव तथा माँ के दूध में उपस्थित रहते हैं। शरीर के यह द्रव्य जब किसी अन्य व्यक्ति के शरीर में प्रवेश करते हैं तब एच.आई.वी. संक्रमण का खतरा रहता है।

एच.आई.वी./एड्स संक्रमण कैसे होता है?

एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक एच.आई.वी. वायरस पहुंचने के 4 रास्ते हैं :

- एच.आई.वी. संक्रमित व्यक्ति के साथ असुरक्षित यौन संपर्क से।
- एच.आई.वी. संक्रमित सिरिंजों व सुईयों के पुन: उपयोग से।



- एच.आई.वी. संक्रमित रक्त या रक्त उत्पाद चढ़ाने से।
- एच.आई.वी. संक्रमित माँ से उसके होने वाले शिशु को।

एच.आई.वी./एड्स संक्रमण कैसे नहीं होता है?

- साथ-साथ खाना खाने से।
- सामान्य सामाजिक व्यवहार जैसे हाथ मिलाने, गले मिलने से।

- खाने के बर्तन, कपड़े, बिस्तर, शौचालय, टेलीफ़ोन, स्विमिंग पूल इत्यादि के सामूहिक उपयोग से।

- खांसने, छींकने या हवा से।
- मच्छरों के काटने या घरों में पाए जाने वाले कीड़े-मकोड़ों के काटने से।

एच.आई.वी. से बचने के उपाय :

- अपने साथी के साथ वफादारी।
- यौन संबंध के दौरान कण्डोम का सही और हरबार इस्तेमाल।
- केवल लाइसेंस प्राप्त ब्लड बैंक से जांच किए गए ख़ून का इस्तेमाल।

- हर बार नई या उबली हुई सुई और सिरिंज का इस्तेमाल
- गर्भावस्था के दौरान एच.आई.वी. की जांच और उपयुक्त इलाज।