ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି./ଏଡସ୍
କିଛି ତଥ୍ୟ ।

ଟାରଗେଟେଡ୍ ଇଣ୍ଟରଭେନସନ୍ ପ୍ରୋଜେକ୍ଟ
ବଡ଼ବିଲ୍, କେନ୍ଦୁଝର

ଯୋଗାଯୋଗ ଠିକଣା

ଓମେନ୍ ଅରଗାନାଇଜେସନ୍
ଫର ରୁରାଲ୍ ଡ଼େଭଲପ୍‌ମେଣ୍ଟ (ଓ୍ୱାର୍ଡ)

ଗ୍ରାମ - ଖଜୁରିଆ, ପୋ.ଅ.- ଆକୁଳ
ଭାୟା. - ସିରିଗିଡ଼ା, ଜିଲ୍ଲା - କେନ୍ଦୁଝର
ପିନ୍ - ୭୫୮୦୭୬, ଓଡ଼ିଶା
ଫୋନ୍ - ୦୬୭୩୫-୨୬୪୦୪୧
ମୋ. - ୯୪୩୭୨୫୧୩୭୩

ସହଯୋଗ :

ଓଡ଼ିଶା ରାଜ୍ୟଏଡସ୍ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ସମିତି ।
(ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ)
୨ୟ ମହଲା, ଅଏଲ୍ ଓଡ଼ିଶା ବିଲ୍ଡିଂ, ନୟାପଲ୍ଲୀ, ଭୁବନେଶ୍ୱର
ଫ୍ୟାକ୍ସ - ୦୬୭୪- ୨୩୯୪୫୬୦

ନିଃଶୁଳ୍କ ଟେଲିଫୋନ୍ ସେବା - ୧୮୦୦୩୪୫୬୭୭୮

ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି./ଏଡ୍ସ(HIV/AIDS) କଣ ?

ପ୍ରକୃତ ଅର୍ଥରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ଏହା ଗୋଟିଏ ରୋଗ ନୁହେଁ । ଏହା ଏକ ଅବସ୍ଥା ବା ଅନେକ ରୋଗର ଲକ୍ଷଣ । ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି. (HIV) ନାମକ ଏକ ପ୍ରକାର ଭୂତାଣୁ ଦ୍ୱାରା ଏହା ସଂକ୍ରମିତ ହୁଏ । HIV କୁ ଇଂରାଜୀରେ **Human Immune Virus** କୁହାଯାଏ । ଏହି ଭୁତାଣୁ ଶରୀରର ପ୍ରାକୃତିକ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ନଷ୍ଟ କରିଦିଏ । ଫଳରେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ରୋଗ ଗୁଡ଼ିକ ଶରୀରରେ ସଂକ୍ରମିତ ହେବାର ସୁଯୋଗ ପାଆନ୍ତି । ଇଂରାଜୀରେ ଏହାକୁ **"Acquired Immune Deficiency Syndrome"** ବା **AIDS** କୁହାଯାଏ । ଏହାର ସଫଳ ଚିକିତ୍ସା ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଶ୍ୱରେ ଉଦ୍ଭାବନ ହୋଇନାହିଁ । ପ୍ରାଥମିକ ଅବସ୍ଥାରେ ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି./ଏଡ୍ସ୍ ସଂକ୍ରମିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଠାରେ କୌଣସି ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ ପାଏ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ଏହା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସଂକ୍ରମିତ କରିଥାଏ ।

ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି./ଏଡ୍ସ୍‌ର ପ୍ରାଥମିକ ଲକ୍ଷଣ ।

୧. କୌଣସି କାରଣ ନଥାଇ ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣ (ଦଶଭାଗ)ର ଓଜନ କମିଯିବା ।

୨. ମାସ ମାସଧରି ଜ୍ୱର ହେବା ବା ଲାଗି ରହିବା ।

୩. ଶରୀରରେ ଗ୍ରନ୍ଥି ଗୁଡ଼ିକ ଫୁଲିଯିବା ।

୪. ତରଳ ଝାଡ଼ା ବା ଡ଼ାଇରିଆ ଲାଗି ରହିବା ।

୫. ରାତିରେ ଝାଳ ବୋହିବା ବା ଶରୀର ବ୍ୟଥା ହେବା ।

୬. ପାଟି ଓ ଖାଦ୍ୟନଳୀରେ ଘା ହେବା ବା ଧଳାଦାଗ ଦେଖାଦେବା ।

୭. କ୍ରମାଗତ କାଶ ।

ମନେ ରଖନ୍ତୁ :- ପ୍ରତି ଜିଲ୍ଲାର ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟରେ ।

ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି. / ଏଡ୍ସ୍ କିପରି ବ୍ୟାପେ ;

ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି./ଏଡ୍ସ ମୁଖ୍ୟତଃ ଚାରୋଟି ମାଧ୍ୟମରେ ବ୍ୟାପି ଥାଏ ।

ଯଥା :-

୧. ଏକାଧିକ ନାରୀ ବା ପୁରୁଷ ସହିତ ଅସୁରକ୍ଷିତ ଯୌନସମ୍ପର୍କ ରଖିବା ଦ୍ୱାରା ।

୨. ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି. ସଂକ୍ରମିତ ରକ୍ତ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଦ୍ୱାରା ।

୩. ସଂକ୍ରମିତ ଛୁଞ୍ଚି ବା ସିରିଞ୍ଜ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା ।

୪. ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି. ସଂକ୍ରମିତ ଗର୍ଭବତୀ ମାଆଠାରୁ ତାର ଶିଶୁକୁ ।

ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି./ଏଡ୍ସ କିପରି ବ୍ୟାପେନାହିଁ ।

୧. ପରସ୍ପରକୁ ସ୍ପର୍ଶ ବା ଆଲିଙ୍ଗନ କରିବା ଦ୍ୱାରା

୨. ମଶା କାମୁଡ଼ିବା ଦ୍ୱାରା

୩. ସଂକ୍ରମିତ ବ୍ୟକ୍ତି ସଙ୍ଗରେ ଖାଇବା ପିଇବା ଏବଂ ସେ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିବା ଦ୍ୱାରା

୪. ଏକାଠି ଗାଧୋଇବା ବା ପାଇଖାନା ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା

୫. ଏକ ସଙ୍ଗରେ କାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା

...କୃତ ଗୁପ୍ତ ପରାମର୍ଶ ଓ ପରୀକ୍ଷା କେନ୍ଦ୍ର ରହିଛି । ସେଥିଁ ମା...

ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି. / ଏଡ୍‌ସ ରୁ କିପରି ସୁରକ୍ଷିତ ରହିବା ।

* ଯୌନ ସମ୍ପର୍କ ସମୟରେ କଣ୍ଡୋମ ବ୍ୟବହାର କରିବା ।
* ରକ୍ତ ନେବା ସମୟରେ ଏହା ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି. ସଂକ୍ରମିତ କି ନୁହେଁ ଯାଞ୍ଚ କରି ନେବା । ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି. ମୁକ୍ତ ରକ୍ତ ସ୍ୱୀକୃତି ପ୍ରାପ୍ତ ଅଥବା ସରକାରୀ ଚିକିତ୍ସାଳୟର ରକ୍ତ ଭଣ୍ଡାରରୁ ରକ୍ତ ଗ୍ରହଣ କରିବା ।
* ଗରମ ପାଣିରେ ଅତି କମ୍‌ରେ ୨୦ ମିନିଟ୍ ଫୁଟା ଯାଇଥିବା ବା ନୂଆ କିମ୍ବା ଥରକ ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର ଯୋଗ୍ୟ ସିରିଞ୍ଜ ବ୍ୟବହାର କରିବା
* ଏକ ସାଥି ପ୍ରତି ବିଶ୍ୱସ୍ତ ରହିବା
* ଠିକ୍ ସମୟରେ ଯୌନ ରୋଗର ଉଚିତ ଚିକିତ୍ସା କରାଇବା
* ଏଚ.ଆଇ.ଭି. ସଂକ୍ରମିତ ମହିଳା ଗର୍ଭଧାରଣ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଏବଂ ପରେ ଅଭିଜ୍ଞ ସରକାରୀ ଡ଼ାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ କରିବା ।

୧୦ଟଙ୍କାରେ ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି. ରକ୍ତ ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଏ ।

ସଂଯମ ରଖିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇପାରେ ମାତ୍ର ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ ।

ଆସନ୍ତୁ ସମସ୍ତେ ସଂକଳ୍ପ ନେବା ଏଡ୍‌ସ୍ ବିଷୟରେ ଜାଣିବା ଏବଂ ଏଡ୍‌ସ୍‌ରୁ ଦୁରେଇ ରହିବା ।

*

ସଠିକ୍ ଏବଂ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୂଚନା, ସଂଯମ ଏବଂ ଏକନିଷ୍ଠ ଯୌନ ସମ୍ବନ୍ଧ ହେଉଛି ବିଜ୍ଞତାର ପରିଚୟ । ଏହା ଏଡ୍‌ସ୍ ରୋଗକୁ ଦୁରେଇ ରଖେ ।

*

କଣ୍ଡୋମ୍ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଏଡ଼ସରୁ ଦୁରେଇ ରୁହନ୍ତୁ ।

*

ନିରାକରଣ ହିଁ ଫଳପ୍ରଦ ଚିକିତ୍ସାର ଏକମାତ୍ର ବିକଳ୍ପ ।

ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି. / ଏଡ୍ସ୍ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ

ଉପଦେଶାବଳୀ :

* ପୁଷ୍ଟିକର ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ ଏବଂ ନିରାପଦ ପାନୀୟଜଳ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ପିଅନ୍ତୁ ।
* ଭଲ ଭାବରେ ଶୁଅନ୍ତୁ ।
* ପ୍ରତିଦିନ ବ୍ୟାୟାମ ଓ ଧ୍ୟାନ କରନ୍ତୁ ।
* ପରାମର୍ଶ ସେବା ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତୁ ।
* ଅନ୍ୟର ବ୍ଲେଡ୍, ସିରିଞ୍ଜ, ଛୁଞ୍ଚି ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
* ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ନିଶାଠାରୁ ଦୂରେଇ ରୁହନ୍ତୁ । ରକ୍ତ ଦାନ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
* ଅସୁରକ୍ଷିତ ଯୌନ ସଂପର୍କ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

ଜଣେ ଦାୟିତ୍ୱବାନ ନାଗରିକର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ:

* କୌଣସି ପରିବାରରେ ଏଡ୍ସ୍ ରୋଗୀଥିଲେ, ଭୟ କିମ୍ବା ବିଚଳିତ ହେବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ ।
* ରୋଗୀକୁ ଘୃଣା ନକରି, ସେମାନଙ୍କୁ ଆଦର ଓ ସହାନୁଭୂତି ଦେଖାଇବା ଉଚିତ୍ ।
* ଏଡ୍ସ ଛୁଆଁ ରୋଗ ନୁହେଁ । ଏଣୁ ରୋଗୀ ସାଙ୍ଗରେ ମିଳାମିଶା, ସେବା ସୁଶ୍ରୁଷା ଓ ସାହାଯ୍ୟ ସହଯୋଗ କଲେ ଏହି ରୋଗ ସଂକ୍ରମଣ ହୋଇ ନଥାଏ ।
* ଜନ ସଚେତନତା ସୃଷ୍ଟି କରିବା ହେଉଛି ପ୍ରତ୍ୟେକ ନାଗରିକର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।