राष्ट्रीय प्रजनन आरोग्य संशोधन संस्था परळ, मुंबई

(भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद) व

बृहन्मुंबई महानगर पालिका, मुंबई

यांचा संयुक्त उपक्रम

"प्रजनन विषयक आरोग्यामध्ये पुरुषांचा सहभाग वाढविण्याच्या दृष्ट्रिने नागरी वस्त्यांमध्ये करण्यात येणारी उपाययोजना"

एच.आय.व्ही. / एड्स

एच.आय.व्ही / एड्स बाबत पुरूषांची जबाबदारी

1. एड्स पासून बचाव करण्याकरिता प्रत्येकास त्याबाबत योग्य ती माहिती असावी.
2. एच.आय.व्ही / एड्स बद्दल बोलताना संकोच किंवा लाज बाळगू नका.
3. आपल्या पत्नीबरोबर एच.आय.व्ही / एड्स बद्दल चर्चा करून आपले लैंगिक जीवन सुरक्षित बनवा.
4. अनोळखी व्यक्तीबरोबर लैंगिक संबंध टाळा. आपल्या साथीदारा बरोबर एकनिष्ठता राखा.
5. निरोधच्या वापरामुळे एड्सचा प्रसार थांबवता येतो.
6. नेहमीच निर्जंतुक केलेल्या सुया, सिरिंज आणि उपकरणाचा उपयोग करा.
7. रक्त स्विकारताना ते एच.आय.व्ही. बाधीत नाही याची खात्री करून घ्या.

एच.आय.व्ही / एड्स (HIV/AIDS) म्हणजे काय?

एच.आय.व्ही (HIV) म्हणजे	**एड्स (AIDS)** म्हणजे
H (हयुमन) - मानवी **I** (इम्युनो डेफिशिअन्सी) - रोगप्रतिकारक शक्ती कमकुवत करणारा **V** (व्हायरस) - विषाणू	**A** (ॲक्वायर्ड) - बाहेरून प्राप्त झालेला **I** (इम्युनो) - रोग प्रतिकारक शक्ती **D** (डेफिशिअन्सी) - कमी झाल्यामुळे **S** (सिंड्रोमस्) - दिसणाऱ्या वेगवेगळया लक्षणांचा समुह

थोडक्यात **एच.आय.व्ही (HIV)** म्हणजे मानवाच्या शरिरातील प्रतिकार शक्ती कमकुवत करणारा विषाणू होय. हा विषाणू मानवाच्या शरिरात शिरल्यानंतर रोग प्रतिकारक पेशींवर हल्ला करून मानवाची रोग प्रतिकार शक्ती कमी करतो ज्यामुळे त्या व्यक्तीला **एड्स (AIDS)** हा आजार होतो.

एच.आय.व्ही. विषाणू रोग प्रतिकारक शक्तीवर कसे आक्रमण करतो?

आपल्या शरिरात रोगजंतूना प्रतिकार करणारी एक कार्य पध्दती असते जी जंतुसंसर्ग / आजाराशी वेळोवेळी लढत असते. यास प्रतिरोधक व्यवस्था म्हणतात. एच.आय.व्ही. विषाणू या महत्वाच्या प्रतिरोधक व्यवस्थेला हळूहळू नष्ट करण्याचे काम करतात आणि शेवटी संपुर्ण व्यवस्थाच उधवस्त करतात.

एड्स् ची लक्षणे

1. प्रमुख लक्षणे	2. सामान्य लक्षणे
▪ शरीराचे संपूर्ण वजनापैकी 10% पेक्षा जास्त वजन घटणे. ▪ एक महिन्यापेक्षा जास्त दिवस ताप येणे. ▪ अत्यंत गंभीर स्वरूपात एक महिन्यापेक्षा ज़ादा कालावधी पर्यंत जुलाब (अतिसार) होणे. ▪ तीन महिन्यापेक्षा जास्त काळ राहणारी लसिका ग्रंथीची सूज.	▪ एक महिन्यापेक्षा जास्त काळापर्यंत असणारा खोकला ▪ कातडीचे सामान्य आजार ▪ गुप्तांगावर (हर्पिसचे) परत परत उद्भवणारे आजार ▪ घशाला आणि तोंडाला होणाऱ्या बुरशीची लागण

या पैकी काही लक्षणे इतर आजाराची असू शकतात. परंतु दोन प्रमुख व एक सामान्य लक्षण जास्त काळ एकत्र दिसून आल्यास एड्स असण्याची शक्यता असते. असे असल्यास एच.आय.व्ही.ची चाचणी ताबडतोब करून घ्यावी.

एच.आय.व्ही. चा प्रसार कसा होतो

- असुरक्षित लैंगिक संबंधामुळे एच.आय.व्ही चा संसर्ग होऊ शकतो.
- एच.आय.व्ही. चाचणी न करताच दुषित रक्त शरिरात चढवल्यामुळे लागण होऊ शकते.
- सामान्यतः एच.आय.व्ही संसर्गातील सुई आणि सिरिंजचा उपयोग केल्यामुळे किंवा
- एच.आय.व्ही बाधीत गर्भवती स्त्रीकडून तिच्या होणाऱ्या बाळाला संसर्ग होऊ शकतो.

एच.आय.व्ही चे विषाणू शरिरांतर्गत तयार होणाऱ्या स्त्रावामध्ये आढळून येतात, पण ते फक्त रक्त, वीर्य व योनीस्त्राव यामध्ये असल्यास बाधक असतात. अशा बाधीत व्यक्तीच्या रक्त, वीर्य वा योनी स्त्रावाचा संपर्क इतर व्यक्तीच्या रक्त, वीर्य वा योनी स्त्रावाशी झाल्यास एच.आय.व्ही. ची बाधा होऊ शकते.

एच.आय.व्ही.चा संसर्ग यामुळे होत नाही

- स्पर्श केल्यामुळे, हात मिळविल्यामुळे, मिठी मारण्यामुळे, चुंबन देण्याघेण्याने, अश्रूमुळे, खोकल्यामुळे किंवा शिंकण्यामुळे.
- एकाच तरणतलावाचा, शौचालयाचा, भांडयाचा, टॉवलेचा पुस्तकांचा सामान्यतः वापर केल्यामुळे.
- कुत्रा, मांजर अथवा इतर पाळीव प्राणी.
- मच्छर किंवा ढेकुण चावल्याने.

एच.आय.व्ही. चा संसर्ग कसा टाळाल?

- आपल्या साथीदारा बरोबर एकनिष्ठता राखा.
- असुरक्षित व अनोळखी व्यक्ती बरोबर लैंगिक संबंध टाळा.
- अनोळखी व्यक्तीबरोबर लैंगिक संबंध ठेवताना निरोधचा वापर करा.
- नेहमीच निर्जंतुक केलेल्या सुया, सिरिंज आणि उपकरणाचा उपयोग करा.
- रक्त स्विकारताना ते एच.आय.व्ही. बाधीत नाही याची खात्री करून घ्या.