এইচআইভি/এইডস

এইচআইভি কিভাবে ছড়ায়

এইচআইভি কিভাবে ছড়ায় না

স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়
Directorate General of Family Planning
Kingdom of the Netherlands
unicef

এইচআইভি/এইডস

এইচআইভি (HIV) হলো মানুষের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বিনাশকারী ভাইরাস। এ ভাইরাস মানবদেহের রক্তে প্রবেশের পর ধীরে ধীরে শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা নষ্ট করে দেয়। এক সময় শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা একেবারেই থাকেনা। এসময় বিভিন্ন রোগ যেমন- ডায়রিয়া, যক্ষ্মা, কলেরা, ইত্যাদি মানব দেহকে আক্রমণ করলে মানব দেহে তার বিরুদ্ধে কোনো প্রতিরোধ ব্যবস্থা গড়ে তুলতে পারে না। ফলে যে কোনো রোগ হলে আর ভালো হয় না। শরীরের এই অবস্থার নাম এইডস। ২-১০ বছর পর্যন্ত এইচআইভি (HIV) মানবদেহে সুপ্ত অবস্থায় থাকতে পারে। মৃত্যুই হলো এইডস এর করুণ পরিণতি।

এইচআইভি কিভাবে ছড়ায়

চারটি উপায়ে এইচআইভি শরীরে প্রবেশ করতে পারে। এগুলো হলো -

- এইচআইভি সংক্রমিত ব্যক্তির সাথে অনিরাপদ যৌন সম্পর্কের মাধ্যমে
- এইচআইভি সংক্রমিত ব্যক্তির রক্ত ও রক্তজাত সামগ্রী শরীরে প্রবেশ করলে
- সংক্রমিত সূঁচ বা অপরিশোধিত সার্জিক্যাল যন্ত্রপাতির মাধ্যমে
- এইচআইভি আক্রান্ত মা থেকে শিশুর শরীরে

এইচআইভি কিভাবে ছড়ায় না

- সংক্রমিত ব্যক্তির ব্যবহৃত গ্লাসে পানি পান করলে;
- সংক্রমিত ব্যক্তির ব্যবহৃত পুকুর বা সুইমিং পুলে সাঁতার কাটলে;
- সংক্রমিত ব্যক্তির রক্ত চুষে কোন মশা সুস্থ ব্যক্তিকে কামড়ালে;
- সংক্রমিত ব্যক্তির সাথে সামাজিক মেলামেশা বা অবস্থান করলে;
- সংক্রমিত ব্যক্তির ব্যবহৃত টয়লেট ব্যবহার করলে;
- সংক্রমিত ব্যক্তির সাথে করমর্দন করলে;
- সংক্রমিত ব্যক্তির সাথে আলিঙ্গন/চুম্বন করলে;
- সংক্রমিত ব্যক্তির কাপড় বা বাসনপত্র ব্যবহার করলে;
- সংক্রমিত ব্যক্তির কাশি বা হাঁচির মাধ্যমে।

অন্তবর্তীকালীন সময় (window period)

- এইচআইভি-তে আক্রান্ত হওয়ার পর রক্তে ভাইরাসের বিরুদ্ধে প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা (এন্টিবডি) তৈরী হতে যে সময় লাগে তাকে অন্তবর্তীকালীন সময় বা উইন্ডো পিরিয়ড বলে। এ জন্য সাধারণত ১২ সপ্তাহ পর্যন্ত লাগতে পারে।
- বেশীরভাগ এইচআইভি আক্রান্ত ব্যক্তিই দেখতে সুস্থ দেখায় এবং এইচআইভি জনিত লক্ষণসমূহ প্রকাশ পাবার আগ পর্যন্ত দীর্ঘদিন স্বাভাবিক জীবন কাটায়। বিশ্বের বেশীরভাগ আক্রান্ত মানুষই জানে না যে তারা আক্রান্ত। এইচআইভি আক্রান্ত যে কেউই অন্যের মাঝে এই ভাইরাস ছড়াতে পারে।

কিশোর-কিশোরীরা কিভাবে এইচআইভি/এইডস প্রতিরোধ করতে পারেঃ

এইডস এর চিকিৎসা এখনও আবিষ্কৃত হয়নি। তাই এইচআইভি থেকে রক্ষা পাবার শ্রেষ্ঠ উপায় প্রতিরোধ করা।

- ধর্মীয় অনুশাসন মেনে চললে;
- বিবাহ বর্হিভূত যৌনমিলন থেকে বিরত থাকলে;
- স্ত্রী বা **স্বামীর** প্রতি বিশ্বস্ত থাকলে;
- যৌন মিলনে সবসময় কনডম ব্যবহার করলে;
- কেবলমাত্র অনুমোদিত ব্লাড ব্যাংক থেকে এইচআইভি পরীক্ষিত রক্ত গ্রহণ করলে;
- যে কোনো ধরনের ড্রাগ ব্যবহার থেকে বিরত থাকলে: যদি আপনি একজন শিরায় মাদক গ্রহণকারী হয়ে থাকেন, যেকোনো ধরনের সুঁই (সিরিঞ্জ) জাতীয় বস্তু ভাগাভাগি করা থেকে বিরত থাকতে হবে;
- যে কোনো ধরনের যৌনবাহিত সংক্রমণ (এসটিআই)/প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ (আরটিআই) পরীক্ষা করতে হবে এবং চিকিৎসা গ্রহণ করতে হবে

মনে রাখতে হবে :

সচেতনতাই এইচআইভি/এইডস থেকে বাঁচাতে পারে। তাই কিশোর-কিশোরীদের এইচআইভি/এইডস প্রতিরোধে সঠিক তথ্য জানতে হবে।

আপনার স্বাস্থ্য আমাদের অঙ্গীকার HPNSP
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়
Directorate General of Family Planning
Kingdom of the Netherlands
unicef