ایڈز سے بچاؤ کا واحد ذریعہ "احتیاط"

ایچ آئی وی

ایڈز

سے متعلق معلومات

راہنما: فیملی پلاننگ ایسوسی ایشن آف پاکستان
3۔اے۔ٹمپل روڈ۔لاہور فون: 042-111 22 33 66 فیکس: 042-36368692 ای میل: info@fpapak.org

اگر کوئی عورت HIV+ve ہو اور حاملہ ہو جائے
تو فوراً ڈاکٹر سے رجوع کرے

اگر کسی کو شک ہے کہ وہ HIV+ve ہے تو

- وہ رضا کارانہ طور پر سرکاری یا غیر سرکاری ہسپتالوں سے معلومات اور مشورے کے لئے رجوع کرے اور اپنے علاقے میں مقرر کردہ جگہوں سے ٹیسٹ کروائے۔
- اگر ٹیسٹ پازیٹو ہو تو حکومت کے مقررہ کردہ ہسپتالوں سے علاج کا آغاز کر دینا چاہیے کیونکہ ادویات کے بروقت اور مسلسل استعمال سے HIV سے متاثرہ شخص ایڈز ہونے کے عمل کو طویل عرصے تک ملتوی کر سکتا ہے۔
- جنسی تعلقات میں ہمیشہ condom کا صحیح طریقے سے استعمال کریں۔

خیال کیجئے:

۱۔ آپ کی طرح HIV+ve فرد بھی بغیر کسی امتیازی سلوک اور الزام کے زندہ رہنے کا حقدار ہے

۲۔ آپ کی طرح وہ فرد بھی بغیر کسی امتیاز کے صحت عامہ کی محفوظ سہولیات تک رسائی کا حقدار ہے۔

۳۔ یہ ہماری سماجی ذمہ داری ہے کہ ہم HIV سے متاثرہ افراد اور ان کے خاندان کی مدد کریں اور ان کا خیال رکھیں۔

۴۔ ہمیں بیماری سے جنگ لڑنے کی ضرورت ہے نہ کہ متاثرہ فرد سے۔

HIV جنسی رطوبتوں میں ہوتا ہے۔
condom کے استعمال سے وائرس مریض سے
صحت مند شخص میں داخل نہیں ہوسکتا۔

ایڈز کی بیماری سے کیسے بچا جاسکتا ہے:

۱۔ جنسی تعلقات میں احتیاط کیجئے۔ دونوں ساتھیوں میں سے اگر کوئی ایک بھی HIV سے متاثرہ ہے تو Condom (ربڑ کا غلاف) کے استعمال کے ساتھ جنسی تعلق قائم رکھا جاسکتا ہے۔

۲۔ خون کا انتقال تب کروائیں جب اس کی اشد ضرورت ہو۔

۳۔ اگر زندگی بچانے کے لئے خون کا انتقال ضروری ہو تو خون کو سکرین کروا کے لگوائیں، بہتر ہوگا کہ اپنے کسی صحت مند رشتہ دار کا سکرین شدہ خون منتقل کروائیں۔

۴۔ اگر ٹیکہ لگوانا ضروری ہو تو غیر استعمال شدہ نئی سرنج پر اصرار کریں۔

۵۔ نشہ آوروں کو استعمال شدہ سرنجوں سے گریز کرنا چاہیے۔

۶۔ اگر کوئی عورت HIV+ve ہو اور حاملہ ہو جائے تو فوراً ڈاکٹر سے رجوع کرے تا کہ بچے میں وائرس کی منتقلی کے امکان کو کم سے کم کیا جاسکے۔

۷۔ HIV جنسی رطوبتوں میں ہوتا ہے۔ condom کے استعمال سے وائرس مریض سے صحت مند شخص میں داخل نہیں ہوسکتا۔

۸۔ ایڈز کے علاوہ دوسری جنسی بیماریوں (سوزاک۔ آتشک وغیرہ) سے بچاؤ کے لئے بھی condom کا استعمال ضروری ہے۔

"کنڈوم کا استعمال ایڈز سے بچاتا ہے"

راہنما۔ ایف پی اے پی کے فیملی ہیلتھ ہسپتالوں کی تفصیل:

- فیملی ہیلتھ ہسپتال، 52/53 سوک سنٹر جوہر ٹاؤن لاہور۔ فون 042-5172565-66
- فیملی ہیلتھ ہسپتال، نزد المالک فیلنگ سٹیشن، اشرف ٹاؤن، راولپنڈی روڈ، چکوال۔ فون: 0543-541523
- فیملی ہیلتھ ہسپتال، سٹریٹ نمبر 30، سیکٹر 1-10/04، اسلام آباد۔ فون: 051-4446840, 4447236
- فیملی ہیلتھ ہسپتال، 131۔ بریو روڈ، کراچی۔ فون: 021-2252045
- فیملی ہیلتھ ہسپتال، روخانہ کور گل بہار کالونی نمبر 1، پشاور۔ فون: 091-2260445
- فیملی ہیلتھ ہسپتال، بالمقابل ایف۔ ای۔ ایف کالج فار گرلز، سنگر کوہاٹ سٹی کوہاٹ۔ فون: 0922-9260371
- فیملی ہیلتھ ہسپتال، بلاک نمبر 4، کمرشل ایریا سیٹلائٹ ٹاؤن کوئٹہ۔ فون: 081-2442844, 2452885
- فیملی ہیلتھ ہسپتال، شاہراہ قائداعظم، جٹیال گلگت۔ فون: 05811-50331-2
- فیملی ہیلتھ ہسپتال، پرانا سول ہسپتال تربیت۔ فون: 0852-412646
- فیملی ہیلتھ ہسپتال، وارڈ نمبر 1، شہباز روڈ، باغ بدین۔ فون: 0297-861306

مزید معلومات کے لئے

آپ راہنما۔ ایف پی اے پی کے مفت یوتھ ہیلپ لائن نمبر پر بھی رابطہ کر سکتے ہیں، جہاں آپ مرد اور خاتون کونسلرز سے مستند معلومات اور راہنمائی حاصل کر سکتے ہیں۔
لاہور، کراچی، کوئٹہ، اسلام آباد اور پشاور کیلئے 0800-44488 گلگت کیلئے 05811-58376

راہنما: فیملی پلاننگ ایسوسی ایشن آف پاکستان
3۔اے۔ٹمپل روڈ۔لاہور فون: 042-111223366 فیکس: 042-6368692
ای میل: info@fpapak.org
RAHNUMA

"کنڈوم کا استعمال ایڈز سے بچاتا ہے"

ایچ آئی وی

ایڈز

ایڈز ایک بیماری ہے جو بروقت علاج نہ ہونے کے باعث خطرناک اور مہلک ثابت ہوسکتی ہے۔ یہ مرض ایک خاص وائرس سے پھیلتا ہے جو جسم کے مدافعتی نظام کو تباہ کر دیتا ہے۔ اس مَرض کی موجودگی کی وجہ سے جو بھی بیماری انسانی جسم میں داخل ہوتی ہے وہ سنگین اور مہلک صورت اختیار کر جاتی ہے۔ ایڈز کے وائرس کو HIV (ایچ آئی وی) کہتے ہیں۔

HIV کس طرح پھیلتا ہے؟

HIV زیادہ تر خون اور جنسی رطوبتوں میں پایا جاتا ہے۔ یہ عموماً تین طریقوں سے پھیلتا ہے۔

۱۔ جنسی تعلق:

یہ دنیا بھر میں ایڈز کے پھیلاؤ کا سب سے بڑا ذریعہ ہے۔ اس سے وائرس کسی بھی متاثرہ شخص سے اس کے جنسی ساتھی میں داخل ہوسکتا ہے یعنی مرد سے عورت میں، عورت سے مرد میں یا ہم جنسی تعلقات سے بھی پھیلتا ہے۔

۲۔ خون اور خون کے اجزاء کے ذریعے:

- HIV سے متاثرہ خون یا خون کے اجزاء کے انتقال سے۔
- HIV سے متاثرہ سرنج کے استعمال سے، جیسا کہ نشہ کرنے والے لوگ ایک ہی سرنج مل جل کر استعمال کرتے ہیں۔
- وائرس سے متاثرہ اوزار مثلاً کان، ناک چھیدنے والے، دانتوں کے علاج اور جراحی میں استعمال ہونے والے اوزاروں سے۔

HIV کس طرح پھیلتا ہے؟

ایڈز کا مرض کس طرح نہیں پھیلتا؟

"کنڈوم کا استعمال ایڈز سے بچاتا ہے"

ایڈز سے متاثرہ حاملہ ماں سے بچے میں:

متاثرہ ماں سے بچے میں HIV پیدائش کے دوران یا پیدائش کے بعد ماں کے دودھ کے ذریعے منتقل ہوسکتا ہے۔

ایڈز کا مرض کس طرح نہیں پھیلتا:

- ایک ساتھ کام کرنے سے، ایک سکول اور ایک کمرے میں رہنے سے۔
- ہاتھ ملانے سے یا گلے ملنے سے۔
- مریض کے ساتھ کھانے پینے اور اس کے برتن استعمال کرنے سے۔
- ایک ہی حمام یا سوئمنگ پول استعمال کرنے سے۔
- ایک دوسرے کے کپڑے پہننے سے۔
- مریض کی تیمارداری کرنے سے۔
- مچھروں یا دوسرے کیڑوں کے کاٹنے سے۔

ایڈز کی علامات:

ابتداء میں یہ بیماری معمولی علامات کے ساتھ ظاہر ہوسکتی ہے۔ اس کے بعد مریض کئی مہینوں یا سالوں تک بالکل ٹھیک نظر آ سکتا ہے اور اس کا دورانیہ دس سال یا اس سے زیادہ عرصہ ہوسکتا ہے۔ حالانکہ وہ اس دوران HIV دوسروں کو منتقل کر سکتا ہے۔ اگر ڈاکٹر سے بروقت علاج نہ کروایا جائے تو رفتہ رفتہ وہ ایڈز کا مریض بن جاتا ہے۔

۱۔ ایڈز کے مریض کی چند علامات:

- مختصر عرصہ میں جسم کا وزن دس فیصد سے زیادہ کم ہو جانا۔
- زیادہ عرصہ تک اسہال (ڈائیریا) رہنا۔
- بخار کا ایک مہینے سے زیادہ عرصہ تک رہنا۔
- کھانسی کا دائمی ہونا۔
- جسم پر دھبے پڑ جانا۔
- غدود کا پھول جانا۔
- بے وجہ کمزوری کا محسوس ہونا۔

کسی شخص کو اگر مندرجہ بالا علامات ہوں تو ڈاکٹر سے رجوع کرے۔