द कैथोलिक हेल्थ एसोसिएशन ऑफ इण्डिया

संक्रामक रोग

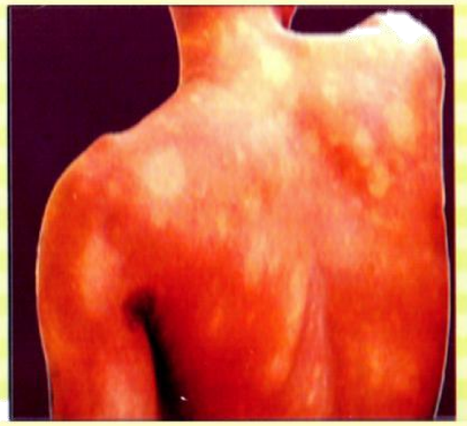
संक्रामक रोग

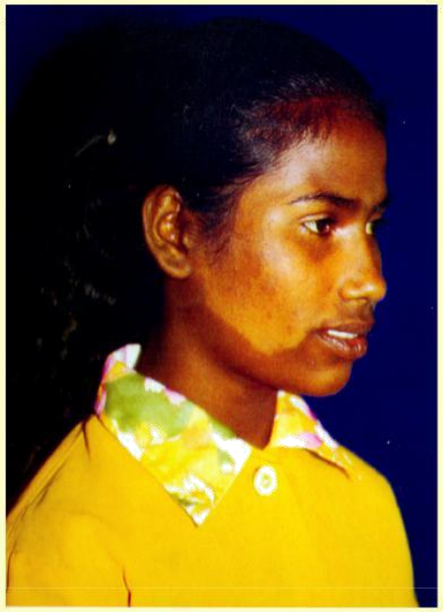
एक संक्रामक रोग विभिन्न माध्यमों से एक व्यक्ति से अन्य व्यक्तियों में फैलता है, जिसमें: रक्त अथवा शरीर के तरल पदार्थो के संपर्क से, हवा में सांस लेने से उसमें फैले हुए कीटाणु अथवा विषाणुओं के माध्यम से, अथवा जानवरों एवं कीड़ों के संपर्क से। अधिकांशतः संक्रामक रोंग विषाणु और कीटाणुओं के माध्यम से फैलते है जो कि रक्त एवं शरीर के तरल पदार्थो में रहते हैं। उदाहरण के लिए हेपेटाईटिस एवं हयूमन इम्यूनोडेफिसियेन्सी वायरस (एच.आई.व्ही.) में रक्त एवं शरीर के तरल पदार्थो के माध्यम से संक्रमण होता है। दूसरी ओर क्षय (टी.बी.) रोग हवा से फैलने वाली बीमारी है। क्षय रोग से ग्रसित व्यक्ति अपने मुंह एवं नाक पर कपड़ा रखे बिना खॉसता अथवा छींकता है, तो क्षय रोग के कीटाणु हवा में फैल जाते है, जो कि अन्य लोगों को संक्रमित कर सकते हैं। मलेरिया एवं फाइलेरिया (हाथीपॉव) जैसी बीमारी मच्छरों के काटने से एक रोगी व्यक्ति से स्वस्थ व्यक्ति में प्रवेश करती है।

संक्रामक रोग विषाणु अथवा जीवाणुओं के द्वारा उपयुक्त वातावरण में अति संवेदनशील लोगो के संपर्क में आने से होते है। संक्रामक रोग व्यक्ति एवं समुदाय दोनों को प्रभावित करते हैं, इसलिए नियंत्रण एवं रोकथाम के प्रयासो में दोनों को ही निर्दिष्ट किया जाता है। एंटीबायोटिक दवाओं के साथ रोगी का उपचार करने से रोगाणुओं को नष्ट किया जाता है, एवं रोगी को असंक्रमित किया जाता है। संक्रामक रोगों से ग्रसित रोगी का उपचार भी एक प्रकार से संक्रमण की रोकथाम है।

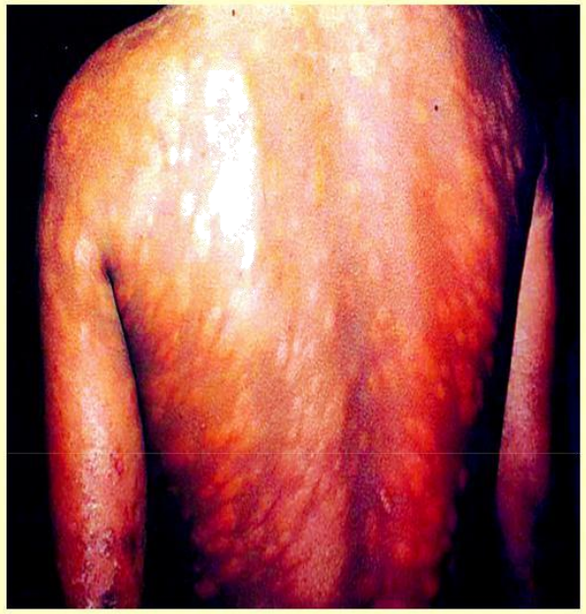
इस फ्लिप बुक के माध्यम से आपको एच.आई.व्ही/एड्स, क्षय रोग, कुष्ठ रोग, मलेरिया एवं फाइलेरिया (हाथीपॉव) जैसी बीमारियों के कारण, लक्षण, निदान एवं उपचार के बारे में जानने में मदद मिलेगी। उम्मीद है कि यह फ्लिप बुक आपको एवं आपके परिवार को शीघ्र निदान एवं उपचार के माध्यम से संक्रामक रोगों से बचाने में मदद करेगी।

कुष्ठ रोग





पॉसिबसिल्लरी



मल्टीबसिल्लरी

कुष्ठ क्या है?

- कुष्ठ रोग मानव इतिहास की प्राचीन बीमारियों में से एक है।
- यह अनुवांशिक बीमारी नही है।
- यह एक आम बीमारी है जो कि बैक्टीरिया (जीवाणु) के माध्यम से फैलती है।
- यह मुख्य रूप से त्वचा एवं मानव शरीर की नसों को प्रभावित करती है।
- यह शरीर पर अस्वस्थ रंग, लाल या तांबें जैसा रंगीन धब्बा जिसमें त्वचा का सुन्नपन हो, एवं इसके साथ–साथ ही हाथ एवं पैरों का सुन्नपन इसके प्राथमिक लक्षण है।
- कुष्ठ रोग का दवा के माध्यम से पूर्ण रूप से उपचार किया जा सकता है।
- अगर प्रारंभिक चरण में इसकी पहचान हो जाये तो शरीर में आने वाली विकृति का रोका जा सकता है।
- रोग की पहचान अथवा उपचार में देरी से शरीर में विकृति पैदा हो सकती है।

कुष्ठ के दो प्रकार हैः पॉसिबसिल्लरी एवं मल्टीबसिल्लरी

विषय	पॉसिबसिल्लरी के लक्षण	मल्टीबसिल्लरी के लक्षण
दाग	इस प्रकार के कुष्ठ में शरीर पर एक से लेकर पॉच दाग/धब्बा होते है जो कि प्राकृतिक रंग से भिन्न एवं सुन्नपन लिये होते है। यह एक से दूसरे व्यक्ति में नही फैलती है।	इस प्रकार के कुष्ठ में 6 या इससे अधिक दाग/धब्बे होते है, जिसमें त्वचा चमकदार एवं तैलीय लगती है।
नसें	यह तंत्रिकाओं को प्रभावित कर भी सकता है और नही। तंत्रिकाओं की क्षति की वजह से प्रभावित क्षेत्र की त्वचा पर सुन्नपन महसूस होता है।	यह एक अथवा उससे अधिक प्रमुख तंत्रिकाओं को प्रभावित कर सकता
हथेलियों एवं पैर की उंगलियों में सुन्नत		कभी–कभी दाग/धब्बों के बिना मांसपेशियों की कमजोरी और अकड़ का कारण बनती है।
धब्बा (खून) जॉच	सभी प्रकार से नकारात्मक	सभी तरह से धनात्मक

कुष्ठ रोग–पुष्टिकारक परिक्षण

कलम की नौंक या किसी नुकीली वस्तु से दाग वाले स्थान को छूना है।

कुष्ठ रोग हेतु पुष्टिकारक परिक्षण

कुष्ठ रोग का निदान कैसे होता है?

त्वचा को स्पर्श कर कुष्ठ रोग का पता लगाया जाता है। यह परिक्षण की सबसे सरल विधि है।

प्रथम चरण :– कलम (बॉल पॉइंट पेन) की नौंक से दाग को छूना है।

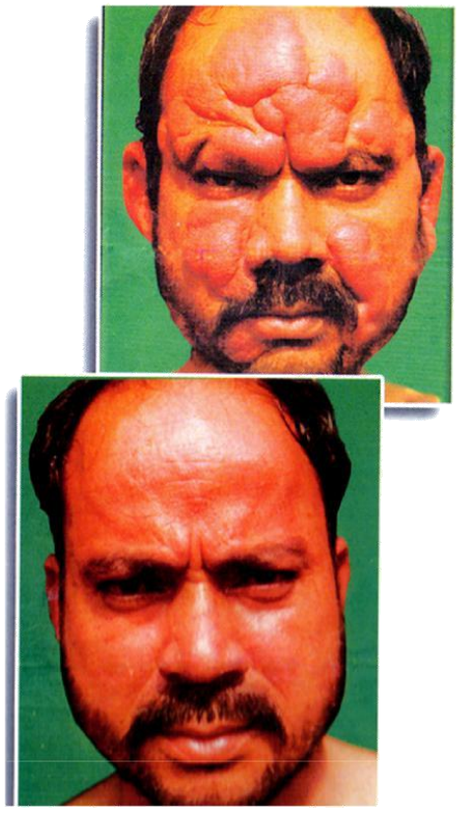
द्वितिय चरण :– अगर दाग पर किसी प्रकार की कोई अनुभूति नही होती है, तो उन्हे आगे की जॉच हेतु सेवा प्रदाता अथवा चिकित्सालय भेजा जा सकता है।

कुष्ठ रोग का उपचार

मल्टी–ड्रग चिकित्सा (एमडीटी) के उपचार से कुष्ठ रोग पूरी तरह से ठीक हो सकता है।

सरकारी अस्पतालों में एमडीटी की दवाईयॉ निःशुल्क उपलब्ध है।

उपचार के पूर्व



उपचार के बाद

कुष्ठ रोग का उपचार

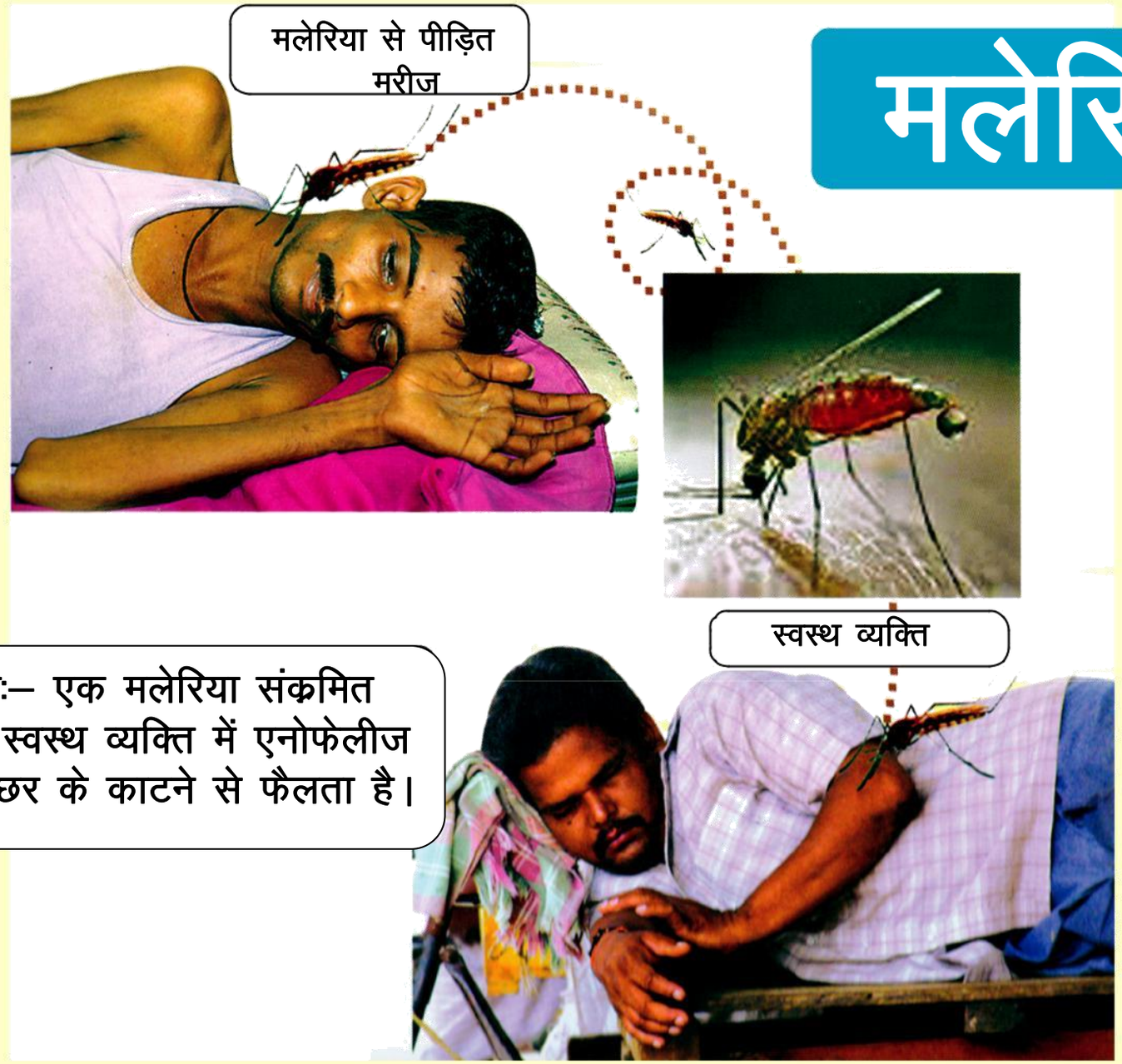
कुष्ठ रोग को (किसी भी स्तर पर) मल्टी–ड्रग चिकित्सा (एमडीटी) के माध्यम से पूरी तरह से ठीक किया सकता है।

- यह दवाईयॉ प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र एवं सभी सरकारी अस्पतालों में निःशुल्क उपलब्ध है।
- उपचार की अवधि 6 से 12 माह होती है।
- कुष्ठ रोग का किसी भी स्तर पर पूर्ण रूप से इलाज संभव है।
- कुष्ठ रोग की शीघ्र पहचान एव उपचार से विकुति का पूरी तरह से रोका जा सकता है।
- कुष्ठ रोग के कारण उत्पन्न हुई विकृति को डीपीएमआर केन्द्रों में निःशुल्क सर्जरी के द्वारा सुधारा अथवा कम किया जा सकता है।

महत्वपूर्ण बिन्दुओं को याद रखें एवं पालन करें

- कुष्ठ रोग एक सामान्य रोग है, जो कि बैक्टीरिया (जीवाणु) की वजह से होता है।
- त्वचा पर मौजूद सफेद, लाल और तांबे जैसे रंग के दाग/धब्बे जिनमें संवेदना ना हो, कुष्ठ रोग की वजह से हो सकते हैं।
- एमडीटी के उपचार से कुष्ठ रोग को पूरी तरह से ठीक किया जा सकता है।
- इस रोग को किसी भी स्तर पर पूरी तरह से ठीक किया जा सकता है। लेकिन, अगर इसकी प्रारंभिक स्तर पर पहचान कर उपचारित किया जाता है तो, विकृति को रोका जा सकता है।
- सभी सरकारी अस्पतालों में कुष्ठ रोग का उपचार निःशुल्क उपलब्ध है।
- कुष्ठ रोग से प्रभावित लोगों को सरकार पेंशन एवं पैरों की देखभाल हेतु एमसीआर से बनें जूते/चप्पल उपलब्ध कराती है।
- कुष्ठ रोग से ग्रसित लोगों को लांक्षित अथवा भेदभाव नही करना चाहिये।
- कुष्ठ रोग से प्रभावित लोगों को सरकारी योजनाओं का लाभ लेने के लिए एवं उन्हे मदद करने हेतु स्वयं सहायता समूहो में शामिल करने की आवश्यक्ता है।

मलेरिया



मलेरियाः– एक मलेरिया संक्रमित व्यक्ति से स्वस्थ व्यक्ति में एनोफेलीज (मादा) मच्छर के काटने से फैलता है।

मलेरिया क्या है ?

मलेरिया क्या है? यह कैसे फैलता है?

- मलेरिया एक वेक्टर जनित रोग है।
- यह व्यक्तियों में एनोफेलीज प्रजाति के मच्छर के काटने से फैलता है।
- मलेरिया एक संक्रमित व्यक्ति से अन्य स्वस्थ व्यक्तियों में मच्छर के काटने से फैलता है।
- इसके साथ ही यह रक्त चढ़ाने, अंगों के प्रत्यारोपण अथवा दूषित रक्त से संक्रमित सूई और सिंरिंजों के साझा उपयोग से भी फैल सकता है।
- परजीवी रक्त के माध्यम से मस्तिष्क एवं अन्य महत्वपूर्ण अंगों तक पहुॅचता है।
- गर्भावस्था में मलेरिया, मॉ, भूण एवं नवजात के लिए सबसे बड़ा खतरा बना हुआ है। क्योकि गर्भवती महिलायें मलेरिया के संक्रमण को खत्म करने में कम सक्षम होती हैं जिसका प्रतिकूल प्रभाव अजन्में बच्चे पर पड़ सकता है।

मलेरिया के लक्षण

निदान एवं उपचार

मलेरिया के लक्षण क्या है?

प्रतिदिन बुखार अथवा हर दूसरे दिन बुखार के साथ–साथ निम्न में से कोई अन्य लक्षण हों तो मलेरिया के रूप में संदेह किया जा सकता है।

- ठंड़ लगना।
- सर दर्द होना।
- उबकाई आना और उल्टी होना।
- पीठ दर्द होना।

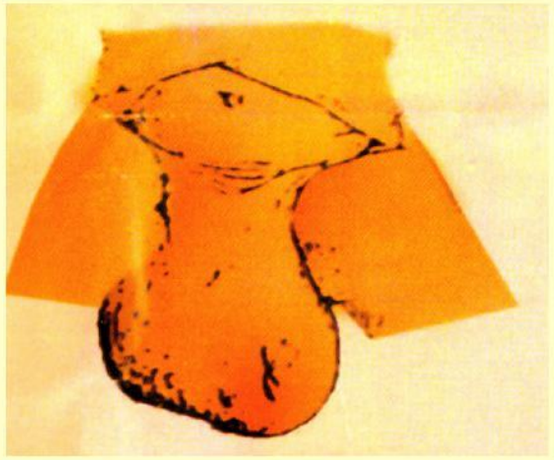
रक्त परिक्षण एवं उपचार

- अगर मलेरिया के लक्षण पाये जाते है, तो व्यक्ति को मलेरिया की पुष्टि हेतु रक्त परिक्षण कराना चाहिये।
- यह सभी सरकारी अस्पतालों में निःशुल्क उपलब्ध है।
- इसके साथ ही उपचार भी सरकारी अस्पतालों में निःशुल्क उपलब्ध है।

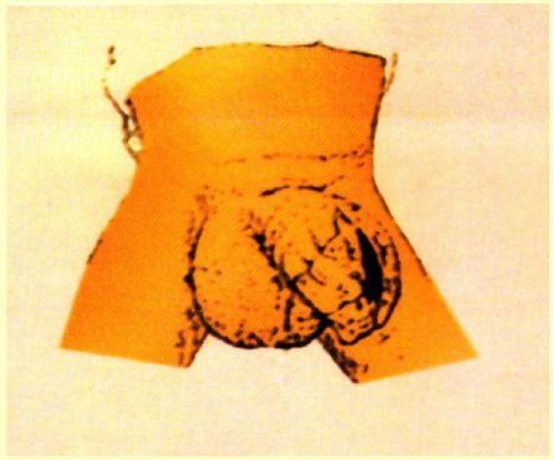
ग्रह संदेश

- मलेरिया मच्छर के काटने से फैलता है।
- अगर बुखार एवं ठंड़ लगने जैसे लक्षण दिखाई दे रहे है, तो व्यक्ति को चिकित्सक से परामर्श लेना चाहिये।
- मलेरिया निदान, परिक्षण एवं उपचार जैसी सुविधायें सभी सरकारी स्वास्थय केन्द्रों में निःशुल्क उपलब्ध है।
- मलेरिया को दवाओं के माध्यम से पूर्ण रूप से ठीक किया जा सकता है।
- घर में पानी के बर्तन एवं टब आदि को ढ़क कर रखा जायें।
- मच्छरों से बचने हेतु घर पर मच्छरदानी अथवा मच्छर भगाने वाली कॉयल का उपयोग किया जायें।
- मच्छरों के उन्मूलन हेतु पंचायतों एवं समुदायों को सामूहिक प्रयास करना चाहियें।

फाइलेरिया (हाथीपॉव)

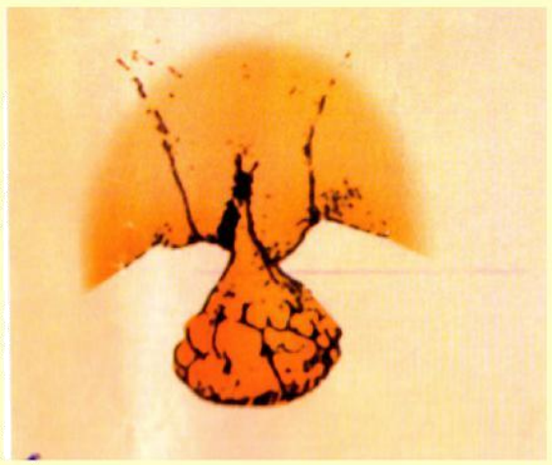


अण्डकोष

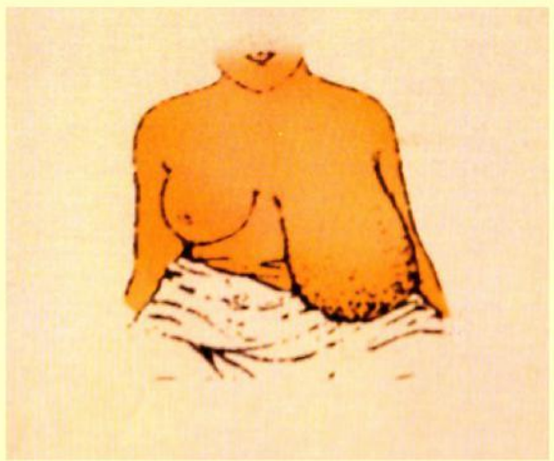


लिंग

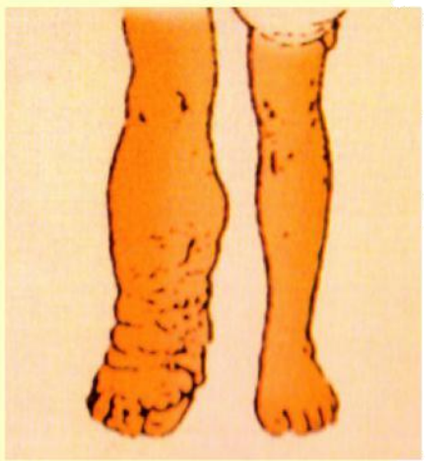
हाथ



योंनि



स्तन



पैर

फाइलेरिया?

फाइलेरिया क्या है?

- फाइलेरिया भी एक ऐसी बीमारी है जो मच्छर के काटने से फैलती है, इसे लिंफेटिक फाइलेरिया (हाथीपॉव) भी कहा जाता है।
- यह बीमारी एक परजीवी के कारण होती है, जो मच्छर के काटने से रक्त वाहिकाओं में चला जाता है और उन्हे नष्ट कर देता है।
- यह रोग मानव शरीर के विभिन्न अंगों में फैलता है।
- पैरों एवं जननांगों में सूजन अंतिम चरण के लक्षण है।
- अगर बीमारी प्रारंभिक अवस्था में पहचान ली जाती है, तो उसे दवाओं के माध्यम से पूरी तरह से ठीक किया जा सकता है।
- अगर यह अंतिम चरण में पहचानी जाती है, तो इसे ठीक करने हेतु सर्जरी एवं व्यायाम की आवश्यक्ता हो सकती है।

निदान कैसे करें:–

फाइलेरिया के संदिग्ध व्यक्तियों कों रक्त परिक्षण कराना चाहिये। चूकि फाइलेरिया का बैक्टीरिया रात के दौरान सक्रिय होता है, अतः रक्त के नमूने को रात में तैयार किया जाता है।

फाइलेरिया की रोकथाम कैसे करें:–

सरकार प्रत्येक वर्ष 11 नवम्बर को निवारक उपाय के तौर पर ''अलबेन्डाजॉल'' की गोलियों का वितरण करती है। सभी लोगो को चिकित्सक की देखरेख में उम्र के हिसाब से दवा का सेवन करना चाहियें। (टिप्पणी:– 2 साल से छोटे बच्चों, गर्भवती महिलाओं एवं पुराने रोगियों को दवा नही लेना चाहियें)

सावधानी के तौर पर, मच्छरदानी का उपयोग कर या मच्छरों को भगाकर मच्छर के काटने से बचना चाहिये।

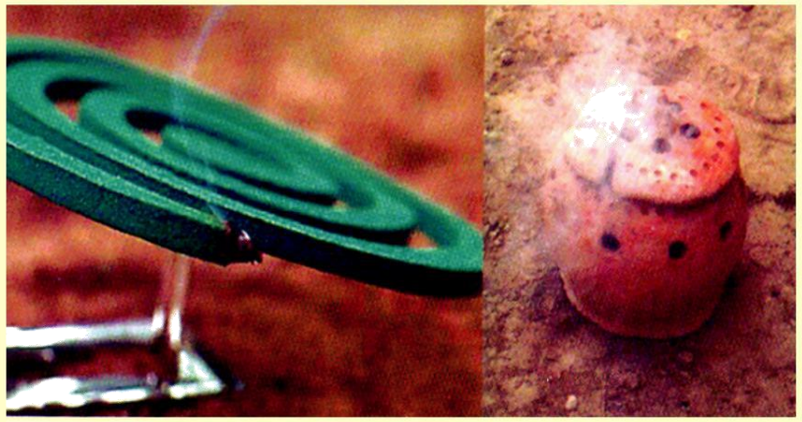
फाइलेरिया रोगियों के लिए सुझाव:–

प्रभावित अंग को पानी से धो कर सूखे कपडे से पोछना चाहियें। एवं चिकित्सक की सलाह के अनुसार मरहम लगाना चाहियें।

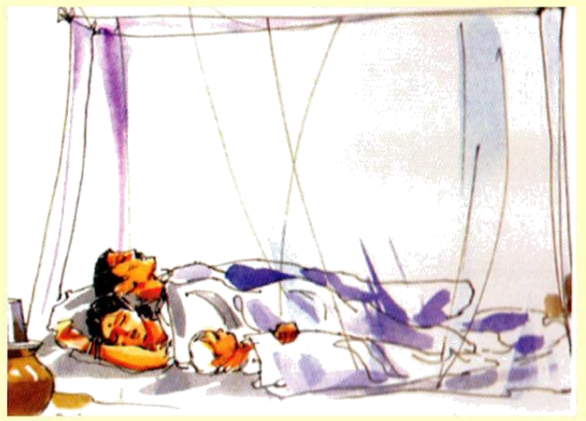
चिकित्सक की सलाह के अनुसार नियमित रूप से व्यायाम करना चाहिये।

मच्छरों के उन्मूलन एव नियंत्रण से मलेरिया एवं फाइलेरिया की रोकथाम

बर्तनों को ढ़क कर रखें



धूऐं का उत्पादन करें एवं मच्छरों को भगाने हेतु कॉयल का उपयोग करें



मच्छरदानी का उपयोग करें

मच्छरों के प्रजनन को रोकने हेतु पानी के तालाबों एवं गढ़ढ़ो में मिटटी का तेल डालें

मच्छरो को रोकने हेतु पानी के तालाबों एवं स्रोतो में ''गंबूशिया'' मछली को बड़ायें

परिवेश को साफ–स्वच्छ रखने हेतु डीडीटी का छिडकाव करें

मच्छरों के उन्मूलन के माध्यम से मलेरिया एवं फाइलेरिया की रोकथाम हेतु क्या उपाय किय जायें?

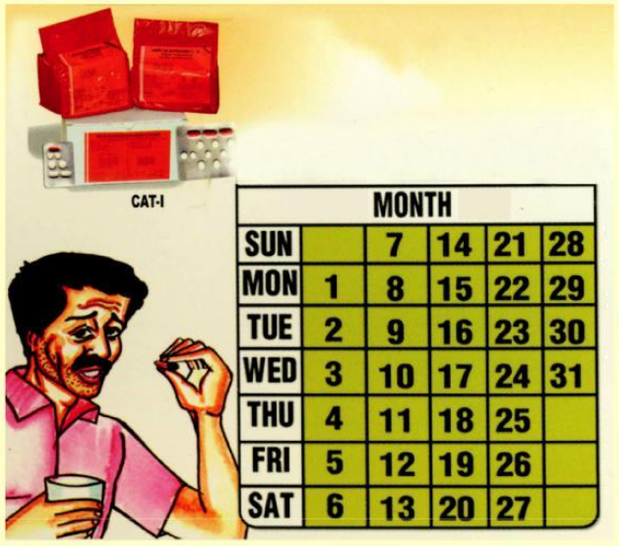
मच्छरों के प्रजनन को नियंत्रित करने के लियें जो कदम उठाये जा रहे हैः–

- पानी एक स्थान पर जमा ना होनें दें।
- सीवेज सिस्टम में सुधार किया जायें।
- कचरा एवं अन्य उपयोग किये हुऐं सामान को सीवेज में नही डालना चाहिये यह सीवेज सिस्टम के प्रवाह में बाधा उत्पन्न करता है।
- सीवेज सिस्टम की नियमित एवं लगातार सफाई हों।
- शौचालय के एयर (हवा) पाइप में पक्की जाली लगाना चाहिये।
- पानी के गढ़ढ़ों, कुओं एवं खाईयों को ठीक से ढ़कना चाहिये।
- झीलो, नदियों एवं तालाबों से अनुपयोगी पोधौं को हटा देना चाहिये।
- विशेष तौर पर बरसात के मौसम में किसी भी पात्र, सामान अथवा स्थान पर पानी जमा नही होने देना चाहिये।
- सभी प्रकार के टब, टयूब, टीन अथवा कंटेनरों को जहॉ पर सप्ताह भर में पानी जमा हो जाता है उन्हे खाली करें एवं सुखा दें।
- पानी को सोखने के लिए टपकन गढढ़े (सोकता गढ़ढ़ा) का उपयोग करें।
- मच्छरों के प्रजनन स्थान पर नियमित छिड़काव करना चाहियें।
- तालबों, झीलों एवं अन्य पानी के स्रोंतों में ''गबूशिया'' मच्छली एवं ''गप्पी'' मछलियों को बढ़ावा देना चाहिये।
- मच्छरों के लार्वा के विकास को नियंत्रित करने के लिए, पानी के गढढ़ों, झीलों मे मिटटी का तेल डालना चाहियें।

मच्छरों के काटने से बचने के लिए सुरक्षित उपायः–

- मच्छरदानी का प्रयोग करें।
- दरवाजे एवं खिडकियों में जाल/जाली लगाकर रखें।
- नीम की पत्तियों का धुआं करें।
- मच्छरों को भगाने हेतु, कॉयल, तरल पदार्थ एवं स्प्रे का उपयोग करें।
- पालतू पशुओं, दुधारू पशुओं एवं अन्य जानवरों को घर से दूर रखें।
- घर में अच्छा वायु–संचालन (वेंटिलेशन) होना चाहियें।
- रात के समय पूरे शरीर को ढ़कने वाले कपड़ें पहनें।

क्षय रोग (TB)



2 सप्ताह या उससे अधिक समय तक खांसी। पसीने के साथ रात को बुखार। भूख एवं वजन में कमी।

क्षय रोग क्या है?

क्षय रोग लोगों को कैसे संक्रमित करता हैः–

क्षय रोग के बैक्टीरिया (जीवाणु) को ''माइक्रोबैक्टीरियम टयूबरक्लोसिस'' कहा जाता है, जो हवा के माध्यम से एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्तियों मे पहुॅचता है और उन्हे संक्रमित करता है। जिन लोगो की रोग प्रतिरोधक क्षमता कम है उन्हे संक्रमण का खतरा ज्यादा होता है।

इसलिए क्षय रोग से प्रभावित लोगों को खांसते एवं छींकते समय अपने मुंह एवं नाक पर कपड़ा रखना चाहियें।

उन्हे घर एवं सार्वजनिक स्थानों पर थूंकना नही चाहियें। उन्हे किसी ढ़ब्बे अथवा सिंक में थूकना चाहिये जिसे बाद में जला अथवा पानी से प्रवाहित कर देना चाहियें।

चिकित्सक की सलाह के आधार पर, क्षय रोगी के घर में अगर कोई 5 साल से छोटा बच्चा है तो उसे रोग निरोधक (कीमोप्रोफाइलएक्सेस) दवा दी जानी चाहियें।

क्षय रोग के लक्षणः–

- दो सप्ताह या उससे ज्यादा समय तक लगातार खांसी आना।
- रात में पसीने के साथ बुखार आना।
- भूख एव ंवजन में कमी होना।
- छाती में दर्द होना।
- थकान या कमजोरी महसूस होना।

क्षय रोग के प्रकारः–

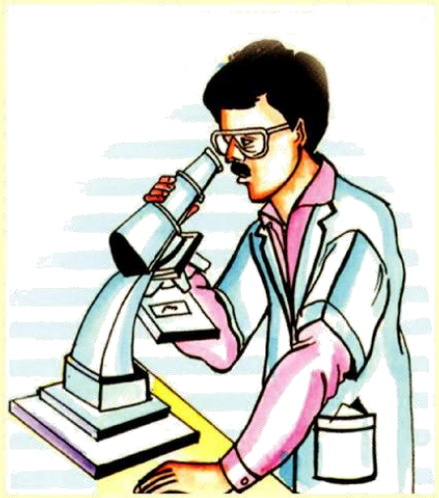
क्षय रोग दो प्रकार के होते हैः 1. फेफड़ों (पल्मोनरी) का क्षय रोग। 2. शरीर के अन्य अंगों (एक्सट्रा पल्मोनरी) का क्षय रोग।

- पल्मोनरी टी.बी. फेफडों को प्रभावित करती है। यह मरीज के मुंह एवं नाक से छींकते एवं खांसते समय निकलने वाली पानी की छोटी–छोटी बूंदों से अन्य व्यक्तियों में फैलता है।
- एक्स्ट्रा पल्मोनरी टीबी शरीर के अन्य अंगों को प्रभावित करती है। उदाहरण के लिऐं जैसेः कांख, गर्दन, हडडी, त्वचा, गर्भाशय आदि। यह मरीज से अन्य व्यक्तियों में नही फैलती है।

रात को बुखार के साथ पसीना आना, भूख एवं वजन में कमी, दोनो प्रकार के क्षय रोगों के सामान्य लक्षण है।

क्षय रोग– निदान एवं उपचार

बलगम संग्रहण केन्द्र



डीएमसी केन्द्र पर बलगम परिक्षण

उपचार

क्षय रोग के लिए डाट्स उपचार बिल्कुल निःशुल्क है।

क्षय रोग क्या है?

- क्षय रोग एक संक्रामक बीमारी है। यह संक्रमित व्यक्ति के द्वारा खांसने/छीकने से अन्य लोगों में फैलता है।
- जिन लोगों में रोगप्रतिरोधक क्षमता की कमी होती है, उन्हे संक्रमण का खतरा ज्यादा होता है।
- अगर कोई व्यक्ति दो या दो सप्ताह से ज्यादा समय तक खांसता है तो उन्हे बलगम की जॉच हेतु भेजना चाहिये।
- क्षय रोगी को खांसते एवं छीकते समय मुंह पर कपड़ा रखना चाहिये।
- क्षय रोगी को उपचार का पूरा कोर्स लेना चाहिये।
- ड़ॉट्स उपचार के माध्यम से क्षय रोग पूरी तरह से ठीक हो सकता है।
- सरकारी स्वास्थ्य केन्द्रों में क्षय रोग का निदान एवं उपचार पूर्ण रूप से निःशुल्क उपलब्ध है।
- क्षय रोगी के लिए पौष्टिक भोजन बहुत महत्वपूर्ण है।

क्षय रोग का निदान कैसे किया जाता है?

संदिग्ध क्षय रोगी को किसी भी सरकारी स्वास्थ्य केन्द्र में बलगम का परिक्षय कराना चाहिये और इस हेतु दो नमूने (सुबह एवं प्रयोगशाला में उपस्थित होने के समय का नमूना) देना चाहिये। सुबह का नमूना प्रयोगशाला तकनीशियन द्वारा दिये गये ड़िब्बे (कंटेनर) में एकत्रित कर घर से लाना चाहिये और प्रयोगशाला को सौप देना चाहिये।

ड़ॉट्स क्या है?

''लघु अवधि में सीधी देखरेख में दिये जाने वाला उपचार'' (डॉयरेक्टली ऑवजर्वड ट्रीटमेंट सॉट कोर्स **DOTS**)। डॉटस उपचार के दौरान, मरीज डॉटस–प्रोवायडर की उपस्थिति में दवा लेता है।

डॉट्स दवाओं की दो श्रेणियॉ (कैटेगरी) होती है।

कैटगरी–1 :– इस कैटेगरी का उपचार उन लोगों को दिया जाता है, जिन्हे क्षय रोग का संक्रमण पहली बार हुआ है। इसमें उपचार की अवधि 6 माह की होती है।

कैटगरी–2 :– इस कैटेगरी का उपचार छूटे हुऐ अथवा चूक करने वाले क्षय रोगियों का दिया जाता है। इसमें उपचार की अवधि 9 माह की होती है।

डॉट्स की दवाईयॉ पूरी तरह निःशुल्क है। यह सभी सरकारी अस्पतालों/प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रों पर उपलब्ध है।

उपचार के दौरान, उपचार की प्रगति का पता करने के लिए दो माह में एक बार बलगम की जॉच कराना चाहियें।

डॉटस की दवाओं से क्षय रोग पूरी तरह से ठीक हो सकता है। उपचार के दौरान पोष्टिक भोजन लेना अति महत्वपूर्ण है।

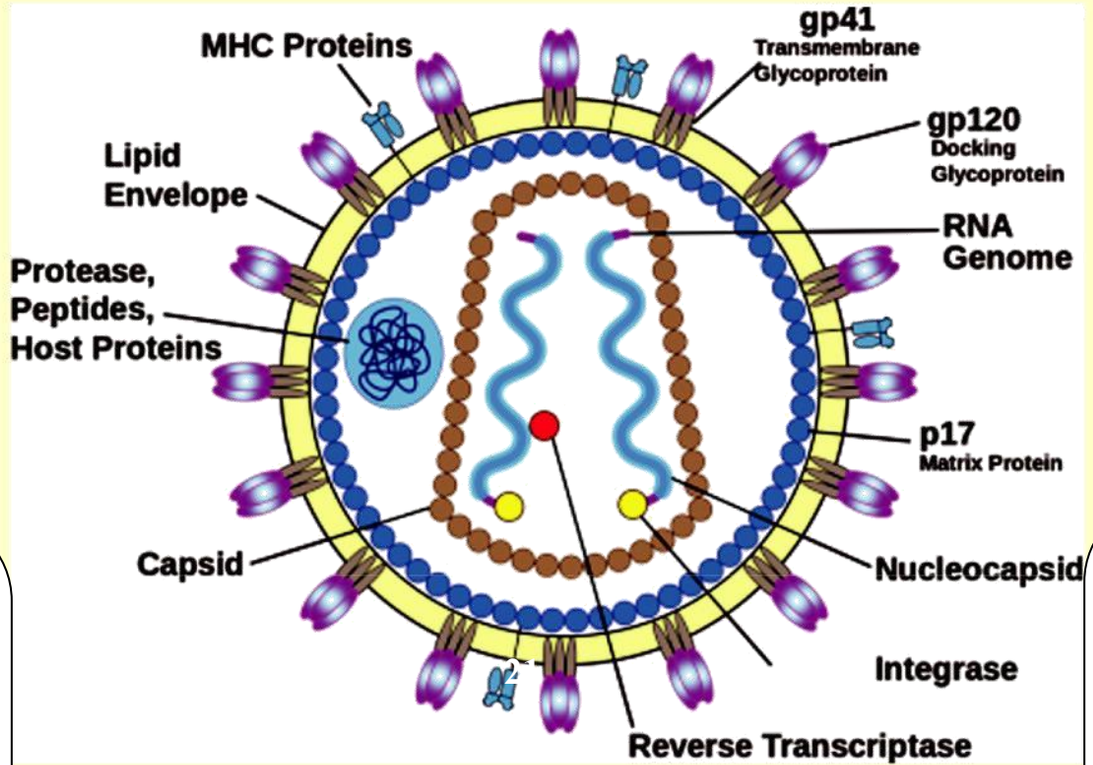
एमडीआर (MDR) टीबी क्या है?– अगर क्षय रोग का डॉट्स की दवा के माध्यम से पूरा इलाज नही किया जाता है तो यह मल्टी–ड्रग रेसिसटेंट (बहु दवाओं के प्रति प्रतिरोधी) टी.बी. में बदल सकती है। जिसे इन दवाओं से ठीक नही किया जा सकता है। इसलिए डॉट्स का पूरा कोर्स लेने की आवश्यक्ता होती है।

एचआईव्ही–टीबी सह–संक्रमण :– जैसा कि उपर बताया गया है कि क्षय रोग उन लोगों को प्रभावित करता है जिनकी रोगप्रतिरोधक क्षमता कमजोर होती है। एचआईव्ही के साथ जीवन जी रहे लोगो में रोगप्रतिरोधक क्षमता कमजोर हो जाती है। इसलिए एचआईव्ही से ग्रसित व्यक्तियों को समय–समय पर क्षय रोग का परिक्षण कराना चाहियें।

ग्रह संदेश

- क्षय रोग एक संक्रामक बीमारी है। यह संक्रमित व्यक्ति के द्वारा खांसने/छींकने से अन्य लोगों में फैलता है।
- जिन लोगों में रोगप्रतिरोधक क्षमता की कमी होती है, उन्हे संक्रमण का खतरा ज्यादा होता है।
- अगर कोई व्यक्ति दो या दो सप्ताह से ज्यादा समय तक खांसता है तो उन्हे बलगम की जॉच हेतु भेजना चाहिये।
- क्षय रोगी को खांसते एवं छींकते समय मुंह पर कपड़ा रखना चाहिये।
- क्षय रोगी को उपचार का पूरा कोर्स लेना चाहिये।
- ड़ॉट्स उपचार के माध्यम से क्षय रोग पूरी तरह से ठीक हो सकता है।
- सरकारी स्वास्थ्य केन्द्रों में क्षय रोग का निदान एवं उपचार पूर्ण रूप से निःशुल्क उपलब्ध है।
- क्षय रोगी के लिए पौष्टिक भोजन बहुत महत्वपूर्ण है।

एचआईव्ही / एड्स



एच.आई.वी. (HIV)

H - ह्यूमन – मानव

I - इम्यूनो डेफीसिएन्सी – रोग प्रतिरोधक क्षमता में कमी

V - वायरस – विषाणु

एड्स (AIDS)

A - एक्वायर्ड – प्राप्त किया ।

I - इम्यूनो – प्रतिरक्षा, बीमारी से बचाने वाली ताकत।

D - डेफीशिएन्सी – कमी ।

S - सिन्ड्रोम – लक्षणों का समूह ।

एचआईव्ही क्या है?

एचआईव्ही का पूरा नाम हयूमन इम्यूनोंड़ेफिशिएन्सी वायरस हैं। यह शरीर की रोगप्रतिरक्षा प्रणाली पर हमला करता है। रोगप्रतिरक्षा प्रणाली शरीर के अंदर एक यंत्ररचना है, जो हमें संक्रमण से बचाती है। यह इस तरह से रोग उत्पन्न करने वाले अथवा बाहरी हमलवरों जैसे वायरस, बैक्टीरिया आदि को पहचान कर नष्ट करती है।

एचआईव्ही एक वायरस है, जो रोगप्रतिरक्षा प्रणाली पर हमला कर उसे नष्ट करने का काम करता है, विशेषतौर पर सीडी–4 कौशिकाओं कों। सीडी–4 कौशिकायें वे कौशिकायें है, जो शरीर को विभिन्न बीमारियों से लड़ने में मदद करती है।

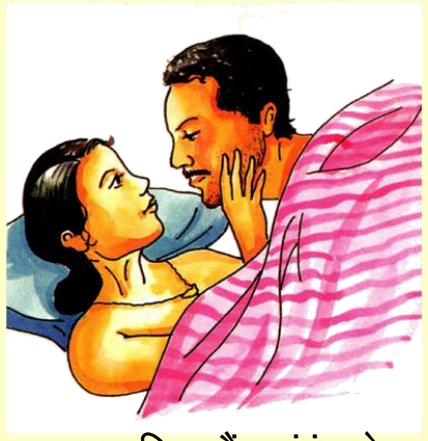
एड्स क्या है?

एड्स का पूरा नाम एक्वायर्ड़ इम्यूनाड़ेफिशिएन्सी सिंन्ड्रोंम है। यह बीमारियों के लक्षणों के समूह की एक अवस्था है, जो एक समय के बाद, एचआईव्ही संक्रमण के कारण रोगप्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर हो जाने के कारण उत्पन्न होती है।

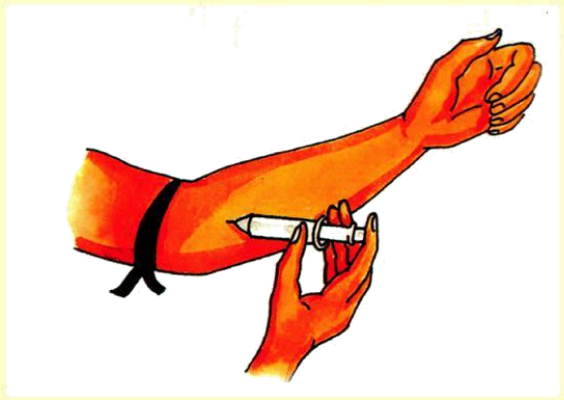
एचआईव्ही एवं एड्स कैसे अलग है?

एचआईव्ही एक वायरस (विषाणु) है। एड्स एक अवस्था है जो वायरस के कारण उत्पन्न होती है। सामान्यतः एचआईव्ही से एड्स तक पहुँचने में लगभग 8 से 10 वर्ष लगते है। एचआईव्ही एवं एड्स का रक्त परिक्षण द्वारा निदान किया जा सकता है।

संक्रमण के माध्यम



असुरक्षित यौन संबंध से



सूई एवं सिरिंज के सांझा उपयोग से

संक्रमित माता से बच्चें को

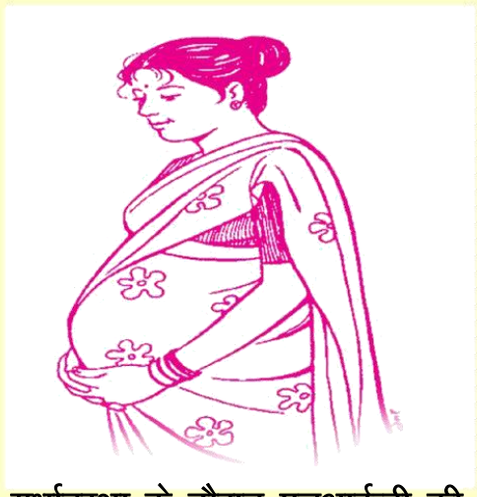
असुरक्षित रक्त चढ़ाने से

केवल उपरोक्त दिये गये 4 माध्यमों से ही मनुष्य में एचआईव्ही/एड्स का संक्रमण हो सकता है। इसके अतिरिक्त अन्य जैसे कि मच्छर के काटने, साथ में खेलने, साथ में खाना खाने से यह संक्रमण नही फैलता है।

रोकथाम के उपाय

यौन संबंधों के दौरान कंण्डोम का उपयोग करें।

हमेशा डिस्पोजेवल वाली सूई/सिरिंजों का ही उपयोग करें।



गर्भावस्था के दौरान एचआईव्ही की जॉच करायें।

एचआईव्ही मुक्त रक्त का ही उपयोग करें।

संक्रमण के माध्यम एवं रोकथाम

एचआईव्ही कैसे फैलता है? एचआईव्ही फैलने के चार प्रमुख कारण हैः

1. असुरक्षित यौन संबंधों से।
2. उपयोग की गई सूई और सिरिंजों के पुनः उपयोग से।
3. एचआईव्ही संक्रमित माता से उसके बच्चें को।
4. एचआईव्ही संक्रमित रक्त चढ़ानें से।

एचआईव्ही कैसे नही फैलता है?

- एचआईव्ही संक्रमित व्यक्ति के साथ रहने से।
- एचआईव्ही संक्रमित व्यक्ति के साथ खाना खाने अथवा खाना सांझा करने से।
- मच्छर के काटने से।
- एचआईव्ही संक्रमित व्यक्ति को छूने अथवा हाथ मिलाने से।
- संक्रमित व्यक्ति के साथ बाथरूम और शौचालय का साझा उपयोग करने से।

एचआईव्ही/एड्स से कैसे बचाव करेंः–

- आकस्मिक यौन संबंधों से परहेज करें एवं अपने साथी के प्रति वफादार रहें।
- यौन संबंधों के दौरान निरोध का उपयोग करें। (यह सरकारी स्वास्थ्य केन्द्रों, मेडीकल स्टोर एवं जनरल स्टोर पर आसानी से उपलब्ध है। इसकी समाप्ति तिथी जॉचें एवं सही ढ़ग से और लगातार उपयोग करें।)

सूई/सिरिंजों एवं औजारों का उपयोगः–

- जब आप रक्त परिक्षण कराते है अथवा उपचार कराते है तब इस बात का ध्यान रखे कि डिस्पोजेबल/बिसंक्रमित सूई और सिरिंजों का ही उपयोग हो।
- इंजेक्शन लगाते समय सूई और सिरिंजों के साझा उपयोग से बचें।
- इस बात को सुनिश्चित करे कि सूई एवं सिरिंज को उपयोग के बाद नष्ट कर दिया गया है।
- गर्भावस्था के दौरान एचआईव्ही का परिक्षण करायें।
- संक्रमित गर्भवती माता के मामले में, समय पर दवाईयॉ लेनें से माता से बच्चें में संक्रमण को रोका जा सकता है। (''नेविरापिन'' नाम की दवा की एक खुराक प्रसव के दौरान माता को एवं प्रसव के तुरंत बाद नवजात शिशु को देने से, बच्चे को एचआईव्ही संक्रमण से बचाया जा सकता है। यह दवा चिकित्सा महाविद्यालयों, जिला अस्पतालों एवं सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रों में निःशुल्क उपलब्ध है।)

रक्त एवं रक्त उत्पादों से एचआईव्ही संक्रमणः–

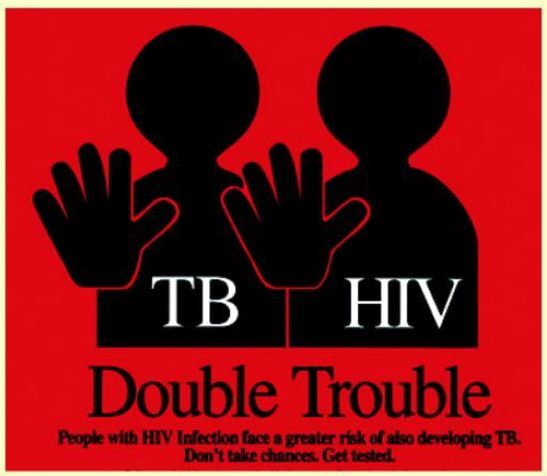
- अगर आपको या आपके परिवार के किसी सदस्य को रक्त की आवश्यक्ता है तो यह सुनिश्चित करे कि रक्त लायसेंस प्राप्त ब्लड बैक से ही लिया गया हों।
- ब्लड बैक से यह सुनिश्चित करें कि रक्त में एचआईव्ही की जॉच की गई हों। (यह सुनिश्चित करें कि रक्त की थैली पर एचआईव्ही सहित अन्य संचारी रोगों के परिक्षण संबंधी अनिवार्य स्टीकर लगा है क्या।)

एचआईव्ही–संबंधी स्वास्थ्य सुविधायें आपके आसपास

एचआईव्ही परामर्श एवं जॉच केन्द्र

एचआईव्ही जॉच/परिक्षण अनिवार्य

एआरटी केन्द्र



एचआईव्ही–टीबी कॉस रेफरल

एकीकृत परामर्श एवं जॉच केन्द्र {Integrated Counselling and Testing Centre (ICTC)}

सभी सरकारी जिला अस्पतालों, सिविल अस्पतालों, सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रों एवं चिकित्सा महाविद्यालयों में आईसीटीसी केन्द्र स्थापित है, जहॉ पर एचआईव्ही का परिक्षण निःशुल्क किया जाता है। आईसीटीसी केन्द्रों में प्रशिक्षित परामर्शदाताओं द्वारा परिक्षण से पूर्व एवं पश्चात परामर्श दिया जाता है। परिक्षण के परिणाम को गोपनीय रखा जाता है।

गर्भवती महिलाओं के लिए एचआईव्ही जॉच/परिक्षण अनिवार्य हैः–

यह एचआईव्ही को प्रारंभिक अवस्था में पहचानने एवं माता से बच्चें में संक्रमण को रोकने में मदद करता है। (अगर माता एचआईव्ही धनात्मक पायी जाती है, तो सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता को उसे एआरव्ही (ऐंन्टी रिट्रोवायरल) की दवाओं हेतु नजदीकी पीपीटीसीटी/आईसीटीसी/एआरटी केन्द्रों पर भेजना चाहिये।)

सीडी–4 जॉच/परिक्षणः–

सीडी–4 परिक्षण एक प्रयोगशाला परिक्षण है, जो आपके रक्त के नमूने में सीडी–4 कौशिकाओं की संख्या को मापता है। अगर व्यक्ति एचआईव्ही से संक्रमित है, तो यह सबसे महत्वपूर्ण प्रयोगशाला सूचक है जिससे पता चलता है कि व्यक्ति की रोगप्रतिरक्षा प्रणाली कितने अच्छे से काम कर रही है और यह एचआईव्ही की प्रगति का सबसे शक्तिशाली कारक है। सीडी–4 कौशिकायें (जिन्हे अक्सर टी–कौशिकायें अथवा टी–सहायक कौशिकायें कहा जाता है) एक प्रकार की श्वेत रक्त कौशिकायें होती हैं, जो मानव शरीर की संक्रमण से रक्षा करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। जब वे ऐसे बाहरी तत्वों (घुसपैठियों) जैसे वायरस एवं बैक्टीरिया को पता लगाती है और रोगप्रतिरक्षा प्रणाली को सक्रिय होने का सदेश भेजती है।

एन्ट्री रिट्रोवायरल थैरेपी (ART)

एआरटी तीन विभिन्न दवाओं का संयोजन है। यह एचआईव्ही के साथ जीवन जीने वाले उन व्यक्तियों कों दी जाती है, जिनकी रोगों से लडने की क्षमता काफी कम हो गई हो। यह सुविधा चिकित्सा महाविद्यालयों एवं चयनित जिला चिकित्सालयों में उपलब्ध है।

एचआईव्ही–टीबी क्रॉस रेफरलः–

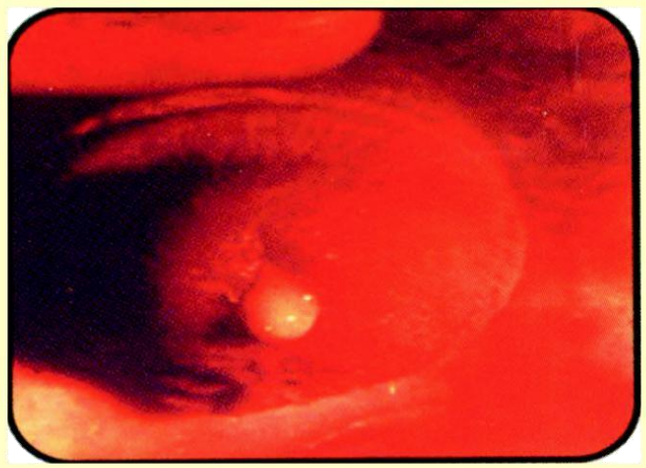
टीबी (क्षय) रोग सबसे ज्यादा अवसरवादी संक्रामण है, एचआईव्ही के साथ जीवन जीने वाले लोगों में सबसे ज्यादा रूग्णता एवं मौतो का प्रमुख कारण भी क्षय रोग है।

सभी एचआईव्ही धनात्मक लोगों का किसी भी डीएमसी पर क्षय रोग का परिक्षण कराना चाहिये एवं सभी क्षय रोगियों को एचआईव्ही का जल्द पता लगाने एवं उपचार के लिए (आईसीटीसी) में एचआईव्ही परिक्षण हेतु भेजा जाना चाहिये।

यौन संचारित संक्रमण (STI) एवं प्रजनन प्रणाली संक्रमण (RTI)

सफेद पानी आना।

पेट में दर्द रहना।



लिंग में मवाद आना।

लिंग पर घाव/फफोले होना।

एसटीआई (STI) और आरटीआई (RTI)

यौन संचारित संक्रमण (STI), एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में यौन संपर्क के कारण होता है। अक्सर इस संक्रमण में किसी प्रकार का लक्षण उत्पन्न नही होता है। जब लक्षण पैदा होते है तब इस रोग को चिकित्सकीय भाषा में संक्रमण कहा जाता है।

महिलाओं के प्रजनन प्रणाली संक्रमण (RTI) से तात्पर्य, उनकी ऊपरी प्रजनन प्रणाली जैसे कि फैलोपियन टयूब, अंण्डशय, गर्भाशय अथवा नीचे की प्रजनन प्रणाली जैसे प्रजनन नलिका, ग्रीवा एवं यौंनी आदि में होने वाला संक्रमण शामिल है।

अगर यौन संचारित संक्रमण का उपचार किया जाता है तो प्रजनन प्रणाली के संक्रमण को भी पूरी तरह से ठीक किया जा सकता है।

यौन संचारित संक्रमण के लक्षण (STI)	प्रजनन प्रणाली संक्रमण के लक्षण (RTI)
• योनि का सामान्य से अधिक स्राव होना। • लिंग अथवा मल द्वार से स्राव होना। • जननांग या गुदा क्षेत्र में खुजली होना। • जननांगों या गुदा क्षेत्र और कभी–कभी मुंह में घाव या चकते होना। • संभोग के दौरान दर्द होना। • बार–बार पेशाब जाना या पेशाब में दर्द होना। • कमर में सूजन और गठान होना। • बुखार, सरदर्द एवं बीमारी जैसा अनुभव होना। • मरोड़ जैसा दर्द होना, माहवारी से संबंधित ना हो।	• सफेद पानी आना। • पेट के निचले भाग में दर्द होना। • बार–बार पेशाब करने की इच्छा एवं जलन होना। • योनि में खुजली होना। • योनि/मूत्रमार्ग से मवाद बहना। • योनि में फोड़ा होना। • लसिका ग्रथियों का बढ़ना। • योनि में सूजन।

यौन रोग से ग्रसित व्यक्तियों में एचआईव्ही संक्रमण का 10 गुना ज्यादा खतरा होता है। इसलिए यौन संचारित संक्रमण को उचित दवाओं के माध्यम से जल्द ठीक किया जाना चाहिये।

यौन संचारित संक्रमण एवं प्रजनन प्रणाली के संक्रमण का निदान एवं उपचार निःशुल्क उपलब्ध है।

एचआईव्ही/एड्स से जीवन की रक्षा

एचआईव्ही/एड्स पर महत्वपूर्ण बिन्दूः–

- एचआईव्ही एक वायरस (विषाणु) है। एड्स एक अवस्था है जो वायरस के कारण उत्पन्न होती है। सामान्यतः एचआईव्ही से एड्स तक पहुॅचने में 8 से 10 वर्ष लगते है। एचआईव्ही एवं एड्स का रक्त परिक्षण द्वारा निदान किया जा सकता है।
- एचआईव्ही : 1. असुरक्षित यौन संबंध, 2. सूई/सिरिंज के साझा उपयोग, 3. संक्रमित माता से बच्चे को, 4. असुरक्षित रक्त चढ़ाने से फैलता है।
- समय पर दवाईयॉ लेनें से माता से बच्चें में संक्रमण को रोका जा सकता है। ''नेविरापिन'' नाम की दवा की एक खुराक प्रसव के दौरान माता को एवं प्रसव के तुरंत बाद नवजात शिशु को देने से, बच्चे को एचआईव्ही संक्रमण से बचाया जा सकता है। यह दवा चिकित्सा महाविद्यालयों, जिला अस्पतालों एवं सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रों में निःशुल्क उपलब्ध है।
- यौन रोग से ग्रसित व्यक्तियों में एचआईव्ही संक्रमण का खतरा 10 गुना ज्यादा होता है।
- सभी सरकारी जिला अस्पतालों, सिविल अस्पतालों, सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रों एवं चिकित्सा महाविद्यालयों में आईसीटीसी केन्द्र स्थापित है, जहॉ पर एचआईव्ही का परिक्षण निःशुल्क किया जाता है। आईसीटीसी केन्द्रों में प्रशिक्षित परामर्शदाताओं द्वारा परिक्षण से पूर्व एवं पश्चात परामर्श दिया जाता है। परिक्षण के परिणाम को गोपनीय रखा जाता है।
- एआरटी की दवायें, चिकित्सा महाविद्यालयों एवं चयनित जिला अस्पतालों में निःशुल्क उपलब्ध है।
- टीबी–एचआईव्ही कॉस रेफरल अनिवार्य है।
- यौन संचारित संक्रमण एवं प्रजनन प्रणाली के संक्रमण के लिए निदान एवं उपचार सरकारी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रों पर निःशुल्क उपलब्ध है और इसे पूरी तरह से ठीक भी किया जा सकता है।

ग्रह संदेशः–

- एचआईव्ही से कोई भी संक्रमित हो सकता है।
- एचआईव्ही का कोई इलाज नही है और यह प्रत्येक व्यक्ति की जिम्मेदारी है कि वह एचआईव्ही संक्रमण को फैलने से रोके।
- उच्च जोखिम पूर्ण व्यवहार से दूर रहे, यह एचआईव्ही के जोखिम में डालता है।
- पहचान को गोपनीय रखकर परिक्षण कराने का अधिकार हर किसी को है। अपने अधिकार का उपयोग करें।
- एचआईव्ही से संक्रमित व्यक्ति भी एक स्वस्थ जीवन शैली अपनाकर एवं एंट्रीरेट्रोवायरल दवाईयॉ लेकर एक सकारात्मक एवं उत्पादक जीवन का नेत्रत्व कर सकते है।
- शारीरिक बनाबट (जैपिक संरचना) एवं सामाजिक कारकों के कारण महिलायें एचआईव्ही की चपेट में अत्यधिक है। भारत में एचआईव्ही संक्रमण के सभी मामलो में 40 प्रतिशत महिलाऐं है।