এইচ্. আই. ভি. / এইড্‌ছ সম্পৰ্কে প্ৰসূতি-সহায়িকা ধাত্ৰী (এ. এন. এম.)ৰ প্ৰশিক্ষণ হাতপুথি

ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থা (এন. এ. চি. অ')
ভাৰতীয় ধাত্ৰী পৰিষদ
"ফিউচাৰচ গ্ৰুপ"ৰ সহযোগত

প্ৰথম সংস্কৰণ ২০১২

© "ভাৰতীয় ধাত্ৰী পৰিষদ"ৰ দ্বাৰা কিতাপখনৰ সৰ্বস্বত্ব সংৰক্ষিত। ভাৰতীয় ধাত্ৰী পৰিষদ, নতুন দিল্লীৰ পৰা লিখিত পূৰ্ব অনুমতি নোলোৱাকৈ কিতাপখন সম্পূৰ্ণ, আংশিক অথবা ইয়াৰ সাৰাংশ বৈদ্যুতিন মাধ্যমযোগে প্ৰচাৰ বা ব্যৱহাৰ, নকল কৰিব নোৱাৰিব।

সূচীপত্ৰ

আগকথা

কৃতজ্ঞতা স্বীকাৰ

অৱদানকাৰীৰ তালিকা

সংক্ষিপ্ত শব্দ তালিকা

প্ৰথম খণ্ড ঃ এই পাঠ্যক্ৰমৰ বিষয়ে এটি আভাস

গোলকীয় আৰু ভাৰতীয় প্ৰেক্ষাপটত এইচ. আই. ভি. মহামাৰী

প্ৰশিক্ষণৰ লক্ষ্য

প্ৰশিক্ষণ সূচী

প্ৰশিক্ষণ পাঠ্যক্ৰমৰ সংগঠিত ৰূপ

এই হাতপুথিখন কেনেকৈ ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে

দ্বিতীয় খণ্ড ঃ অধ্যায়সমূহ

পৰিচয়

প্ৰথম অধ্যায়	ঃ	এইচ. আই. ভি. / এইডচ্ আৰু এ.এন.এম.সকলৰ ভূমিকা
দ্বিতীয় অধ্যায়	ঃ	এইচ. আই. ভি. / এইডচ্‌ৰ মূল কথাবোৰ
তৃতীয় অধ্যায়	ঃ	লাজ আৰু বৈষম্য ঃ এইচ. আই. ভি. / এইডচ্ সন্দৰ্ভত আইনী আৰু নৈতিক বিষয়বোৰ
চতুৰ্থ অধ্যায়	ঃ	এইচ. আই. ভি. / এইডচ্‌ৰ যত্ন সন্দৰ্ভত পৰামৰ্শ
পঞ্চম অধ্যায়	ঃ	এইচ. আই. ভি. বিয়পা কিদৰে ৰোধ কৰিব পাৰি
ষষ্ঠ অধ্যায়	ঃ	পিতৃ-মাতৃৰ পৰা সন্তানলৈ এইচ. আই. ভি. ৰোগ সংক্ৰমণৰ প্ৰতিৰোধ (পি.পি.টি.চি.টি.) আৰু শিশুৰ গাত প্ৰাথমিক পৰ্যায়ত চিনাক্তকৰণ (ই. আই. ডি.)
সপ্তম অধ্যায়	ঃ	সংক্ৰমণ নিয়ন্ত্ৰণ আৰু কৰ্মক্ষেত্ৰত ৰোগৰ সংস্পৰ্শ লাভৰ পাছত ল'বলগীয়া ব্যৱস্থা
অষ্টম অধ্যায়	ঃ	এইচ. আই. ভি. সংক্ৰান্তীয় তথ্য ভাণ্ডাৰ সম্পৰ্কত
নৱম অধ্যায়	ঃ	যৌনক্ৰিয়াৰে বিয়পা সংক্ৰমণ (এছ. টি. আই.)

তৃতীয় খণ্ড ঃ অনুশীলন

চতুৰ্থ খণ্ড ঃ সংযোজন

পঞ্চম খণ্ড ঃ বিশেষভাৱে ব্যৱহৃত শব্দ কেতবোৰৰ অৰ্থ-তালিকা আৰু প্ৰসংগ টীকা

আগকথা

বিভিন্ন অধ্যয়ন আৰু স্বাধীনভাৱে চলোৱা সমীক্ষাৰ আধাৰত দেখা গৈছে যে ২০০৭-২০১২ ৰ সময়চোৱাত ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণৰ কাৰ্যসূচীয়ে এইড্‌ছ মহামাৰীক ভাৰতত প্ৰসাৰণত বাধা দিয়া আৰু সজাগতা বৃদ্ধিৰ লক্ষ্য পূৰণত ভালেখিনি পৰ্যায়লৈ সফল হৈছে। ২০০৯ চনৰ ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থাৰ বাৰ্ষিক প্ৰতিবেদনত প্ৰকাশিত তথ্যানুযায়ী ভাৰতত মুঠ ২৩.৯ লাখ লোক এইচ আই ভিৰ সৈতে জীয়াই আছে য'ত প্ৰাপ্তবয়স্কৰ আক্ৰান্তৰ হাৰ হৈছে ০.৩১%। ইয়াৰ আধাৰত প্ৰমাণিত হয় যে বিশ্বৰ এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত দেশবোৰৰ ভিতৰত ভাৰত তৃতীয় স্থানত আছে। আমাৰ এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ তথা প্ৰতিৰোধ আঁচনি অবিৰতভাৱে চলি থাকিব কিয়নো, এতিয়াও ভাৰতৰ ৯৯% জনসাধাৰণ এইড্‌ছ বা এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ পৰা মুক্ত হৈ আছে।

অন্যহাতে, দেখা গৈছে যে বিগত সময়ছোৱাত চহৰাঞ্চলৰ পৰা গ্ৰাম্যাঞ্চললৈ এইচ. আই. ভি.ৰ বীজাণু সোঁচৰিছে। একেদৰে, অতি বিপদসংকুল গোটৰ সদস্যসকলৰ পৰিৱৰ্তে মহিলা, যুৱক-যুৱতী আৰু শিশু নৱজাতকৰ গালৈকো এই বীজাণু সোঁচৰিছে। এইচ. আই. ভি.ৰ অনুসন্ধানমূলক পৰীক্ষা, পি. পি. টি. চি. টি. সেৱা পৰামৰ্শ, প্ৰাথমিক অৱস্থাতেই গৰ্ভৱতী, নৱজাতকৰ চিকিৎসা, এইচ. আই. ভি. মুক্ত নৱজাতকৰ জন্ম আদি প্ৰক্ৰিয়াৰ সৈতে সহজে যাতে জনসাধাৰণে স্বাস্থ্য ব্যৱস্থাপনাৰ সহায় লাভ কৰিব পাৰে সেই সম্পৰ্কে গুৰুত্ব দিয়াটোক সাম্প্ৰতিক সময়ৰ আহ্বান বুলি গণ্য কৰিব পাৰি।

এই প্ৰশিক্ষণৰ হাতপুথি (ফেচিলিটেট'ৰচ গাইড এণ্ড নাৰ্চেচ মেনুৱেল বৰ্তমানৰ ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থাৰ প্ৰশিক্ষণসূচীৰ আধাৰত আশা / এ. এন. এম.কৰ্মীৰ বাবে ইণ্ডিয়ান নাৰ্চিং কাউঞ্চিলে যুগুতাই উলিয়াইছে। স্বাস্থ্যসেৱাৰ ব্যৱস্থাপনাত এ. এন. এম.সকলে কাম কৰোতে যাতে সহায় লাভ কৰিব পাৰে, সেই উদ্দেশ্য নিম্নোক্ত শিতানসমূহৰ ওপৰত ইয়াত আলোকপাত কৰা হৈছে—

- এইচ আই ভি /এইড্‌ছ সম্পৰ্কে প্ৰাথমিক তথ্য য'ত অন্তৰ্ভূক্ত হৈ আছে ৰোগৰ অগ্ৰগতি, চিনাক্তকৰণ আৰু এ. আৰ. টি. সম্পৰ্কীয় জ্ঞান।
- এইচ. আই. ভি. সোঁচৰাত কেনেকৈ বাধা দিব পাৰি।
- নিৰৱচিন্নভাৱে চিকিৎসাগ্ৰহণৰ প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে পৰামৰ্শদান।
- পি. পি. টি. চি. টি. আৰু ই. আই. ডি.
- সংক্ৰমণ নিয়ন্ত্ৰণ
- বৈষম্যমূলকভাৱে প্ৰদৰ্শিত সামাজিক আচৰণ
- তথ্যবদ্ধ আৰু অৱগতকৰণ
- যৌনক্ৰিয়াৰে বিয়পা সংক্ৰমণ

দেহত এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছ লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিসকললৈ যথোচিত শুশ্ৰূষা আগবঢ়োৱা আৰু ৰাইজৰ মাজত এই সংক্ৰমণ সম্পৰ্কে প্ৰতিৰোধমূলক সজাগতা বৃদ্ধিত এই হাতপুথিখনে সহায় কৰিব বুলি আশা কৰিলো।

টি. দিলীপ কুমাৰ
প্ৰকল্প সঞ্চালক আৰু অধ্যক্ষ
ইণ্ডিয়ান নাৰ্চিং কাউঞ্চিল

কৃতজ্ঞতা স্বীকাৰ

"গ্লবেল ফাণ্ড ৰাউণ্ড-চেভেন" নামৰ প্ৰকল্পৰ এক অন্যতম নিৰ্দেশনা হৈছে সুবিধা সমৃদ্ধ আই. চি. টি. চি.সমূহত থকা এ. এন. এম.সকলক প্ৰশিক্ষণ দিয়া। ২৪×৭ জনস্বাস্থ্য কেন্দ্ৰবোৰত এনে নাৰ্চসকলক নিয়োজন কৰা হয়। এই প্ৰকল্পৰ অধীনত মুঠ ৪০৭১ গৰাকী এ. এন. এম.ক প্ৰশিক্ষণ দিয়াৰ প্ৰয়োজন হৈছে।

জি. এফ. এ. টি. এম. প্ৰকল্পত প্ৰশিক্ষিত আৰু স্থানীয়ভাৱে বাচি উলিওৱা এ. এন. এম. বিদ্যালয়ৰ শিক্ষকসকলৰ দ্বাৰা তিনিদিনীয়া কাৰ্যসূচীত এ. এন. এম.সকলক প্ৰশিক্ষণ দিয়া হয়। এই প্ৰশিক্ষণ প্ৰকল্পটোত ইতিমধ্যে জড়িত এচ. আৰ. / এচ. এচ. আৰ.সমূহত চলোৱা হ'ব।

এফ. আই. চি. টি. চি.সমূহত নিয়োজিত এ. এন. এম.সকলৰ প্ৰশিক্ষণৰ আঁচনিক বাস্তৱায়িত কৰাত সহযোগিতা প্ৰদান কৰা ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থা (এন. এ. চি. অ')ৰ সচিব আৰু ডি.জি. শ্ৰীমান চয়ন চেটাৰ্জীলৈ তেখেতৰ নেতৃত্ব আৰু নিৰ্দেশনাৰ বাবে ধন্যবাদ জ্ঞাপন কৰিছো।

ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌চ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থা (এন. এ. চি. অ')ৰ ডি. ডি. জি. ড° ৰাধেশ্যাম গুপ্তাক তেখেতৰ সহযোগিতা আৰু দিহা পৰামৰ্শৰ বাবে মোৰ কৃতজ্ঞতা প্ৰকাশ কৰিব বিচাৰিছো।

প্ৰশিক্ষণৰ এই হাতপুথিখন যুগুতাই উলিওৱাত অশেষ যত্ন কৰা ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থাৰ বিশেষজ্ঞ ক'ৰ কমিটীৰ সদস্যসকল আৰু বিভিন্ন এ. এন. এম.-বিদ্যাসয়ৰ শিক্ষক তথা সমল ব্যক্তিসকললৈকো মোৰ কৃতজ্ঞতা জ্ঞাপন কৰিছো।

ইয়াৰোপৰি এই হাতপুথিখনৰ সমস্ত সমলক অন্তৰ্ভূক্ত কৰি ইয়াক ছপা ৰূপ দিয়াত সহায় কৰা ফিউচাৰ্চ গ্ৰুপ (এম. এচ. ইউ.)কো মই কৃতজ্ঞতা যাচিছোঁ।

শেষত, যথাসম্ভৱ কম সময়ৰ ভিতৰতেই এই হাতপুথিখন যুগুতাই উলিওৱাত সহায়ৰ হাত আগবঢ়োৱা মোৰ সকলো সতীৰ্থ আৰু অন্য প্ৰকল্পৰ কৰ্মীবৃন্দলৈকো মই কৃতজ্ঞতা জ্ঞাপন কৰিলো।

মই আশা কৰো যে প্ৰশিক্ষক আৰু অংশগ্ৰহণকাৰী উভয়েই এই হাতপুথিক ব্যৱহাৰ কৰিব আৰু জনসাধাৰণক এইচ. আই. ভি. / এইড্‌চ সম্পৰ্কীয় দিহা-পৰামৰ্শ তথা শুশ্ৰূষা প্ৰদানত এ. এন. এম.সকলক ভালকৈ সুসজ্জিত কৰি তুলিব।

কে. এচ. ভাৰতী
প্ৰকল্প সঞ্চালক আৰু যুটীয়া সচিব
ইণ্ডিয়ান নাৰ্চিং কাউঞ্চিল

অৱদানকাৰীসকলৰ তালিকা

শ্ৰী টি. দিলীপ কুমাৰ
সঞ্চালক
ইণ্ডিয়ান নাৰ্চিং কাউঞ্চিল
নতুন দিল্লী

ড° আশা শৰ্মা
উপ-সঞ্চালিকা
ইণ্ডিয়ান নাৰ্চিং কাউঞ্চিল
নতুন দিল্লী

ড° মঞ্জু বাট্চা
অধ্যক্ষ
কলেজ আৱ নাৰ্চিং, এইমচ্
আনচাৰি নগৰ, নতুন দিল্লী

শ্ৰীমতী কে. এচ. ভাৰতী
যুটীয়া সচিব
ইণ্ডিয়ান নাৰ্চিং কাউঞ্চিল

ড° ৰঘুৰাম ৰাও
প্ৰগ্ৰেম অফিচাৰ (আই. চি. টি. চি.)
নেশ্ব'নৈল এইড্চ কণ্ট্ৰ'ল অৰ্গেনাইজেচন
নতুন দিল্লী

ড° মেলিটা ভাজ্
প্ৰগ্ৰেম অফিচাৰ (কাউঞ্চেলিং)
নেশ্ব'নৈল এইড্চ কণ্ট্ৰ'ল অৰ্গেনাইজেচন,
নতুন দিল্লী

ড° এচ. এন. মিশ্ৰ
চিনিয়ৰ টেক্‌নিকেল এডভাইচৰ
ফিউচাৰচ্ গ্ৰুপ, ইণ্টাৰনেশ্ব'নৈল
গুৰগাও

শ্ৰীমতী পূৰ্ণিমা শৰ্মা
ট্ৰেইনিং ক'-অৰ্ডিনেটৰ
ফিউচাৰচ্ গ্ৰুপ ইণ্টাৰনেশ্ব'নৈল
গুৰগাঁও

শ্ৰীমতী শান্তা মিশ্ৰ
কমিউনিকেচন এক্সপাৰ্ট
কনচাল্টেণ্টং, ফিউচাৰচ্ গ্ৰুপ ইণ্টাৰনেশ্ব'নৈল
গুৰগাঁও

সংক্ষিপ্ত শব্দ তালিকা

এইড্‌ছ (AIDS)	একুৱাইৰড্ ইমিউন ডেফিচিয়েঞ্চি চাইনড্ৰম্
এ. এন. চি. (ANC)	এণ্টে নেটেল কেয়াৰ
এ. এন. এম. (ANM)	অক্সিলাৰী মিড্‌ৱাইফ্ নাৰ্চ
এ. আৰ. টি. (ART)	এণ্টি ৰেট্ৰ'ভাইৰেল থেৰাপি
চি. এচ. ডব্লিউ (CSW)	কমাৰ্চিয়েল চেক্স ৱকাৰ্চ্
ডি. অ'. টি. এচ. (DOTS)	ডাইৰেক্টলি অবৰ্জাভড্ থেৰাপি চৰ্টকওৰ্চ্
ই. আই. ডি. (EID)	আৰ্লি ইন্‌ফেণ্ট ডায়েগ্ন'চিচ্
ই. এল. আই. এচ. এ. (ELISA)	এনজাইম্ লিঙ্কড্ ইমিউন'ফ্লওৰেচেণ্ট্ এশ্বে
এফ. আই. চি. টি. চি. (FICTC)	ফেচিলিটি ইণ্টিগ্ৰেটেড কাউঞ্চেলিং এণ্ড টেষ্টিং চেণ্টাৰ
এইচ. আই. ভি. (HIV)	হিউমেন ইমিউন'ডেফিচিয়েঞ্চি ভাইৰাচ্
এইচ. চি. পি. (HCP)	হেল্‌থ-কেয়াৰ প্ৰ'ভাইডাৰ
আই. চি. টি. চি. (ICTC)	ইণ্টিগ্ৰেটেড্ কাউঞ্চেলিং এণ্ড টেষ্টিং চেণ্টাৰ
আই. ডি. ইউ (IDU)	ইঞ্জেক্টিং ড্ৰাগ ইউজাৰ
আই. ই. চি. (IEC)	ইনফ'ৰমেচন্ এডুকেচন কমিউনিকেচ'ন
এম. এচ. এম. (MSM)	মেন হু হেভ্ চেক্স উইথ্ মেন
এন. এ. চি. অ' (NACO)	নেচ'নেল এইড্‌চ কণ্ট্ৰল অৰ্গেনাইজেচন
এন. এ. চি. পি. (NACP)	নেচ'নেল এইড্‌ছ কণ্ট্ৰ'ল প্ৰগ্ৰাম্
এন. জি. অ'. (NGO)	ন'ন্ গভৰ্ণমেণ্ট অৰ্গেনাইজেচন
অ' আই (OI)	অপ'ৰচুনিষ্টিক্ ইন্‌ফেকচন
পি. এইচ. চি. (PHC)	প্ৰাইমেৰী হেল্‌থ চেণ্টাৰ
পি. চি. পি. (PCP)	নিউম'চাইচিষ্ট কেৰিনি নিউম'নিয়া
পি. ই. পি. (PEP)	প'ষ্ট এক্সপ'জাৰ প্ৰফাইলেক্সিচ্
পি. এল. এইচ. আই. ভি. (PLHIV)	পিপ'ল্ লিভিং উইথ্ এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছ
পি. পি. টি. চি. টি. (PPTCT)	প্ৰিভেনচ'ন্ অৱ পেৰেণ্ট টু চাইল্ড ট্ৰেঞ্চমিচ'ন
আৰ. এন. টি. চি. পি. (RNTCP)	ৰিভাইচড্ নেচ'নেল্ টিউবাৰকিইল'চিচ্ কণ্ট্ৰ'ল প্ৰ'গ্ৰাম
এচ. এ. চি. এচ. (SACS)	ষ্টেট্ এইড্‌ছ কণ্ট্ৰল্ চ'চাইটিজ
এচ. টি. আই. (STI)	চেক্সুৱেলি ট্ৰেন্স্‌মিটেড্ ইন্‌ফেকচ'ন্
ডব্লিউ. বি. চি. (WBC)	হোৱাইট্ ব্লাড্ চেল
ডব্লিউ. এইচ. অ'. (WHO)	ৱৰ্ল্ড হেল্‌থ অৰ্গেনাইজেচন

খণ্ড - ১

এই পাঠ্যক্ৰমৰ বিষয়ে এটি আভাস

গোলকীয় আৰু ভাৰতীয় প্ৰেক্ষাপটত এইচ. আই. ভি. মহামাৰী

গোলকীয় অৰ্থাৎ গোটেই পৃথিৱীক সামৰি ২০০৯ চনৰ এক সমীক্ষা মতে ৩৩ নিযুত লোক এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হৈছে। ইয়াৰ ভিতৰত ২.৬ নিযুত নতুনকৈ আক্ৰান্ত আৰু ১.৮ নিযুতৰ ইতিমধ্যে মৃত্যু ঘটিছে। ২০০৯ চনত প্ৰায় ৩,৮০,০০০ লোক মাথো এচিয়া মহাদেশতেই এই মাৰাত্মক মহামাৰী বিধত নতুনকৈ আক্ৰান্ত হৈছে বুলি ২০১০ চনৰ 'ইউ এন এইডচ্ গ্ল'বেল এপিডেমিক্ আপডেট্'ত প্ৰকাশিত হৈছে।

২০০৯ চনৰ তথ্যমতে ভাৰতত এইচ আই ভিৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত লোকৰ সংখ্যা হৈছে ২.২ নিযুত। ভাৰতৰ ক্ষেত্ৰত ৰাজ্যভেদে এইচ আই ভিত আক্ৰান্ত হোৱাৰ কাৰকবোৰ ভিন্ন হোৱা দেখা যায়। এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা ভাৰতত আক্ৰান্ত হোৱা সৰহভাগ (৮৬ % নথিভূক্ত ৰোগী) ঘটনাৰ কাৰণ হৈছে অসুৰক্ষিত যৌন সম্পৰ্ক বুলি ২০০৮ চনত প্ৰকাশিত ইউ এন এইডচ গ্ল'বেল এপিডেমিক্ আপডেটত উল্লেখ কৰা হৈছে।

উদ্যোগিকৰণ হোৱা চহৰ আৰু উপকূলীয় ৰাজ্যসমূহত এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা অধিক লোক আক্ৰান্ত হোৱা দেখা যায়। এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সৰ্বাধিক মাত্ৰাত আক্ৰান্ত হোৱা ভাৰতৰ ছয়খন ৰাজ্য হৈছে— মহাৰাষ্ট্ৰ, অন্ধ্ৰপ্ৰদেশ, তামিলনাডু, কৰ্ণাটক, মণিপুৰ আৰু নগালেণ্ড।

২০১০ চনৰ জুন মাহৰ এক তথ্যমতে এইচ. আই. ভি / এইড্‌ছ ৰোগত আক্ৰান্ত ৪,২৮,৬৩৬ গৰাকী ৰোগী ব্যক্তিগত খণ্ডৰ চিকিৎসালয়ৰ পৰা ৰোগীয়ে এ. আৰ. টি. চিকিৎসাসেৱা গ্ৰহণ কৰিছে। ৰাষ্ট্ৰীয় এইডচ্ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থাই (NACO) এ. আৰ. ভি. সেৱা প্ৰণালীবদ্ধভাৱে সুসজ্জিত স্বাস্থ্য বিভাগৰ পৰিকাঠামোৰ জৰিয়তে আৰু সুপ্ৰশিক্ষিত তথা দায়বদ্ধতা থকা কৰ্মচাৰীসকলৰ জৰিয়তে এই মহামাৰীবিধত আক্ৰান্ত ৰোগীসকলক আগবঢ়োৱাৰ প্ৰস্তাৱ দিছে। আজিৰ ভাৰতীয় প্ৰেক্ষাপটত পেচাদাৰী সকলো চিকিৎসা তথা স্বাস্থ্যসেৱাৰ লগত জড়িত ব্যক্তিয়েই এইচ. আই. ভি /এইড্‌ছৰ ক্ষেত্ৰত আগবঢ়াবলীয়া চিকিৎসাসেৱা সম্পৰ্কে সৰল, গুণগত মানৰ এ. আৰ. ভি. চিকিৎসা প্ৰণালী আয়ত্ব কৰাটো অতিকৈ প্ৰয়োজনীয় হৈ পৰিছে।

ৰাষ্ট্ৰীয় এইডচ্ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থাই সামগ্ৰিকভাৱে হাতত লোৱা মহামাৰীবিধৰ প্ৰতিৰোধ তথা নিৰাময়ৰ অংশ হিচাপে এই প্ৰশিক্ষণ কাৰ্যসূচীৰে এইচ্. আই. ভি /এইড্‌ছৰ বিৰুদ্ধে ৰণত নামিবলৈ মূলতঃ এ. এন. এম.সকলক প্ৰস্তুত কৰি তুলিব বিচৰা হৈছে।

প্ৰশিক্ষণৰ লক্ষ্য ঃ

এই পাঠ্যক্ৰমৰ শেষত আশা কৰা হৈছে যে অংশগ্ৰহণকাৰীসকলে তলত দিয়া শিতানবোৰত কৰ্মদক্ষ হৈ পৰিব।

- এইচ. আই. ভি প্ৰাথমিক জ্ঞান, ইয়াৰ সংক্ৰমন, প্ৰতিৰোধ, সামগ্ৰিক প্ৰয়োজনীয় যত্ন আৰু প্ৰাপ্তবয়স্ক, গৰ্ভৱতী মহিলা তথা শিশুৰ ক্ষেত্ৰত এ. আৰ. টি. চিকিৎসা সম্পৰ্কে।
- এইচ. আই. ভি. যোগাত্মকভাৱে যিবোৰ গৰ্ভৱতী মহিলাৰ গাত আছে তেওঁলোকক যথোচিত

আদৰ আৰু সেৱা আগবঢ়াবলৈ কৰ্মদক্ষ আৰু আত্মবিশ্বাসী হৈ পৰিব।

- বিপদজনক অৱস্থাত থকা মানুহবোৰ আৰু শৰীৰত ইতিমধ্যে এইচ. আই. ভি.ৰ বীজাণু থকাসকলক ভালদৰে আলোচনাৰ মাজেদি যথোচিত পৰামৰ্শ দিব পৰাকৈ সুশিক্ষিত হৈ পৰিব।

এইচ. আই. ভি. প্ৰতিৰোধ আৰু আনুসংগিক সেৱাৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰাথমিক পৰ্যায়ত এ.এন.এম.সকলৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা সম্পৰ্কে উপলব্ধি কৰিবলৈ সমৰ্থ হ'ব।

এইচ. আই. ভি. / এইডচ্ সম্পৰ্কে ভাৰতত নাৰ্চিং প্ৰশিক্ষণৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰতিস্থানিক সক্ষমতা সবলীকৰণৰ প্ৰকল্প ঃ

প্ৰশিক্ষণ সূচী

প্ৰথম দিন

সময়	বিষয় / প্ৰসংগ	সময়সীমা	সমল ব্যক্তি
৮.৩০-৯.০০ পুৱা	পঞ্জীয়ন	৩০ মিনিট	
৯.০০-১০.০০ পুৱা	অধ্যায়-১ - পৰিচয় আৰু পূৰ্ব পৰীক্ষা	৬০ মিনিট	
১০.০০-১১.০০ পুৱা	অধ্যায়-২ এইচ. আই. ভি / এইড্‌ছৰ সাধাৰণ জ্ঞান (I)	৬০ মিনিট	
১১.০০-১১.৩০ পুৱা	চাহ বিৰতি	৩০ মিনিট	
১১.৩০-১২.৩০ পুৱা	অধ্যায়-২ , এইচ. আই. ভি./ এইডচ্‌ৰ সাধাৰণ জ্ঞান (II)	৬০ মিনিট	
১২.৩০-১.৩০ বিয়লি	আহাৰ / মধ্যাহ্ন ভোজন	৬০ মিনিট	
১.৩০-২.৩০ বিয়লি	অধ্যায়-৩ সামাজিক বৈষম্যমূলক আচৰণ সম্পৰ্কে এইচ. আই. ভি. / এইড্‌চৰ লগত জড়িত আইনী আৰু নৈতিক বিষয়বোৰ	৬০ মিনিট	
২.৩০-৪.০০ বিয়লি	অধ্যায়-৫ এইচ. আই. ভি. বিয়পাৰ ক্ষেত্ৰত ল'বলগীয়া প্ৰতিৰোধমূলক ব্যৱস্থা	৯০ মিনিট	
৪.০০-৪.৩০ বিয়লি	চাহ বিৰতি		

সময়	বিষয় / প্ৰসংগ	সময়সীমা	সমল ব্যক্তি
৪.৩০-৫.৩০ বিয়লি	অধ্যায়-৫ এইচ. আই. ভি. বিয়পাৰ ক্ষেত্ৰত ল'বলগীয়া প্ৰতিৰোধমূলক ব্যৱস্থা	৬০ মিনিট	
	দ্বিতীয় দিন		
৯.০০-১১.০০ পুৱা	অধ্যায়-৪, এইচ. আই. ভি/ এইডচ্‌ৰ পৰিচৰ্যা সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ	১২০ মিনিট	
১১.০০-১১.৩০ পুৱা	চাহ বিৰতি	৩০ মিনিট	
১১.৩০-১.০০ বিয়লি	অধ্যায়-৬ মাক-দেউতাকৰ পৰা শিশুৰ গালৈ, এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ প্ৰতিৰোধ আৰু নৱজাতকৰ প্ৰথমাৱস্থাত ৰোগ চিনাক্তকৰণৰ পৰীক্ষা (ই.আই.ভি.)	৯০ মিনিট	
১.০০-২.০০ বিয়লি	মধ্যাহ্ন ভোজন	৬০ মিনিট	
২.০০-৪.০০ বিয়লি	অধ্যায়-৭ সংক্ৰমণ নিয়ন্ত্ৰণ আৰু পি.ই.পি.	১২০ মিনিট	
৪.০০-৪.৩০ বিয়লি	চাহ বিৰতি	৩০ মিনিট	
৪.৩০-৫.৩০ বিয়লি	অধ্যায়-৮ তথ্যবদ্ধকৰণ আৰু অৱগতকৰণ	৬০ মিনিট	
	তৃতীয় দিন		
৯.০০-১১.০০ পুৱা	যৌনক্ৰিয়াৰে বিয়পা সংক্ৰমণ (I)	১২০ মিনিট	
১১.০০-১১.৩০ পুৱা	চাহ বিৰতি	৩০ মিনিট	
১১.৩০-১.০০ বিয়লি	যৌনক্ৰিয়াৰে বিয়পা সংক্ৰমণ (II)	৬০ মিনিট	
১.০০-২.০০ বিয়লি	মধ্যাহ্ন ভোজন	৬০ মিনিট	
২.০০-৩.০০ বিয়লি	যৌনক্ৰিয়াৰে বিয়পা সংক্ৰমণ (III)	৬০ মিনিট	
৩.০০-৪.০০ বিয়লি	পৰীক্ষাত্তোৰ কাৰ্য আৰু প্ৰমান-পত্ৰ বিতৰণ	৬০ মিনিট	

এইচ. আই. ভি / এইডচ্ সম্পৰ্কে ধাত্ৰী-প্ৰশিক্ষণৰ সাংগঠনিক ৰূপ

এই পাঠ্যক্ৰম বিশেষভাৱে এ. এন. এম.সকলৰ বাবে যুগুতোৱা হৈছে। ই হৈছে নিত্যান্তই এক সহায়কৰ দ্বাৰা আগবঢ়াই নিয়া কাৰ্যসূচী— য'ত ৮ টা অধ্যায়ৰ জৰিয়তে এইচ. আই. ভি. প্ৰতিৰোধ, সেৱা আৰু সহযোগৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰতিটো মুহূৰ্তত ক্ষেত্ৰভেদে এ.এন.এম.সকলৰ ভূমিকা সম্পৰ্কে গুৰুত্ব প্ৰকাশ কৰা হৈছে। প্ৰতিটো অধ্যায়ে সুস্পষ্টকৈ ইয়াৰ সুনিৰ্দিষ্ট লক্ষ্যত উপনীত হ'ব পৰাকৈ কাৰ্যসূচীসমূহ যুগুতাই উলিওৱা হৈছে। সেইবোৰ নিম্নোক্ত শিকোৱা / শিকা পদ্ধতিবোৰ প্ৰয়োগ কৰা হৈছে—

- বক্তৃতা
- ঘটনা অধ্যয়ন (ৰোগ সম্পৰ্কত)
- পালনীয় ভূমিকা
- বৃহৎ আৰু ক্ষুদ্ৰ দলবদ্ধ আলোচনা
- কৰ্ম তালিকা
- ব্যক্তিগত পৰ্যায়ত কাৰ্য্য আৰু আলোচনা
- মগজুৰ উৎকৰ্ষ সাধন কৰিব পৰা বিতং কৰ্মসূচী
- বিষয়বস্তু সম্পৰ্কে দৃশ্য-শ্ৰব্য মাধ্যমৰ প্ৰয়োগ

এই হাতপুথিখন কেনেদৰে ব্যৱহাৰ কৰিব ঃ

এই হাতপুথিখন প্ৰশিক্ষণ কাৰ্যসূচীত অংশ লওঁতে আপোনাৰ কামত অহাকৈ প্ৰস্তুত কৰা হৈছে। প্ৰশিক্ষণত আপোনাক সহায় কৰিব পৰাকৈ এই হাতপুথিখনত নিম্নোক্ত তথ্যসমূহ অন্তৰ্ভূক্ত কৰা হৈছে ঃ

- পাঁচদিনীয়া প্ৰশিক্ষণৰ শিকোৱা বিষয়বস্তুক অধ্যায় অনুসৰি সাৰাংশ ৰূপ দিয়া হৈছে।
- সংযোজিত তথ্য ঃ

  — প্ৰশিক্ষণৰ সময়ত ব্যক্তিগত আৰু দলগত পৰ্যায়ৰ কামত সহায় হোৱাকৈ কৰ্মতালিকা দিয়া হৈছে।

  — নিৰ্দেশনা, পৰীক্ষণ কৰিবলগীয়া তালিকা আৰু অন্যান্য আনুষংগিক তথ্য যোগান ধৰা হৈছে। এইবোৰৰ জৰিয়তে আপোনালোকে প্ৰশিক্ষণৰ অন্তত নিজৰ দৈনন্দিন কামত সহায় লাভ কৰিব।

খণ্ড - ২

অধ্যায়সমূহ

পৰিচয়

ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ কাৰ্যসূচী ঃ

চেন্নাই (পূৰ্বৰ মাদ্ৰাজ)ত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ প্ৰথমটো ঘটনা ধৰা পেলোৱাৰ ঠিক পাছতেই এইচ. আই. ভি. এইড্‌ছৰ প্ৰতিৰোধৰ বাবে ভাৰতত এক বিস্তৃত কৰ্মসূচী গ্ৰহণ কৰা হয়। ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থা (NACO) ১৯৯২ চনত স্বাস্থ্য আৰু পৰিয়াল কল্যাণ মন্ত্ৰনালয়, ভাৰত চৰকাৰৰ অধীনত প্ৰতিষ্ঠাৰ লগে লগে আমাৰ দেশত বিভিন্ন দিশ সামৰি ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ কাৰ্যসূচী (NSEP)ৰ আৰম্ভণি কৰা হৈছিল। NSEP - I ৰ প্ৰথম পৰ্যায়ৰ কাৰ্যসূচীসমূহক MACO আৰু ১৯৯২-২০০৪ ৰ মাজত ভাৰতৰ প্ৰতিখন ৰাজ্যত গঠন কৰা 'ৰাজ্যিক এইড্‌ছ কোষ'বোৰৰ দ্বাৰা প্ৰায়োগিক ৰূপ দিয়া হৈছিল। ১৯৯৯ ৰ পৰা ২০০৬ চনলৈ চলা দ্বিতীয় পৰ্যায়ৰ কামত 'ৰাজ্যিক এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সমিতি'সমূহ প্ৰতিষ্ঠা কৰা হৈছিল।

২০০৭ চনৰ পৰা ২০১২ লৈ চলি থকা NSEP ৰ তৃতীয় পৰ্যায়ত পৰৱৰ্তী পাঁচ বছৰৰ ভিতৰত ভাৰতৰ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ হ্ৰাস তথা বন্ধ কৰাৰ লক্ষ্য নিৰ্ধাৰণ কৰা হৈছে। NSEP-III ৰ লক্ষ্য নিম্নোক্ত চাৰিটা উপায়েৰে বাস্তৱায়িত কৰাৰ প্ৰয়াস চলোৱা হৈছে ঃ

- উচ্চ পৰ্যায়ৰ বিপদজনক অৱস্থাত থকা গোটসমূহ (HRG) আৰু সাধাৰণ জনসাধাৰণলৈ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ বন্ধ কৰা।
- ইতিমধ্যে এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত হোৱা লোকসকলক অধিক যত্ন, সহযোগিতা আৰু চিকিৎসা সেৱা আগবঢ়োৱা।
- শক্তিশালীভাৱে ৰাষ্ট্ৰীয়, ৰাজ্যিক আৰু জিলা পৰ্যায়ত চিকিৎসাসেৱা, যত্ন আৰু সহযোগিতাৰ বিভিন্ন আঁচনি ল'ব পৰাকৈ প্ৰয়োজনীয় স্বাস্থ্য সম্পৰ্কীয় আন্তঃগাঁথনি আৰু কৰ্মী বাহিনী গঢ়ি তোলা।
- স্বাস্থ্য শিতানৰ তথ্য ভাণ্ডাৰৰ এক শক্তিশালী পৰিচালন ব্যৱস্থা গঢ়ি তোলা।

ৰেড ৰিবন ঃ

১৯৯১ চনত যিসকল ব্যক্তিয়ে গাত এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হৈছে বা ইয়াৰ সৈতে যুঁজ দি আছে আৰু যিসকলে ৰোগবিধৰ প্ৰকোপত ইতিমধ্যে প্ৰাণ ত্যাগ কৰিছিল তেওঁলোকৰ লগতে সেৱা আৰু যত্নেৰে প্ৰত্যক্ষভাৱে আক্ৰান্ত ব্যক্তিসকলৰ কাষত থিয় দিয়া প্ৰতিজনকে সামৰি 'ৰেড ৰিবন' গঢ়ি তোলা হৈছিল। যিসকল ইতিমধ্যেই এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত তেওঁলোকৰ বাবে আশা আৰু ভৰসাৰ প্ৰতীক হিচাপে আৰু যিসকল এইড্‌ছৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হোৱা নাই তেওঁলোকক নিৰৱচিন্নভাৱে শিক্ষা প্ৰদানেৰে কাৰ্যক্ষম চিকিৎসা, আৰোগ্যতা বা প্ৰতিষেধক সম্পৰ্কে অৱগত কৰাবলৈ 'ৰেড ৰিবন' গঢ়ি তোলা হৈছিল। এই 'ৰেড ৰিবন'-এ এইচ. আই. ভি.ৰ ফলত যিসকলে বন্ধু, পৰিয়ালৰ সদস্য অথবা প্ৰেমাস্পদক হেৰুৱাইছে তেওঁলোককো সামৰি লয়।

অধ্যায় ঃ ১

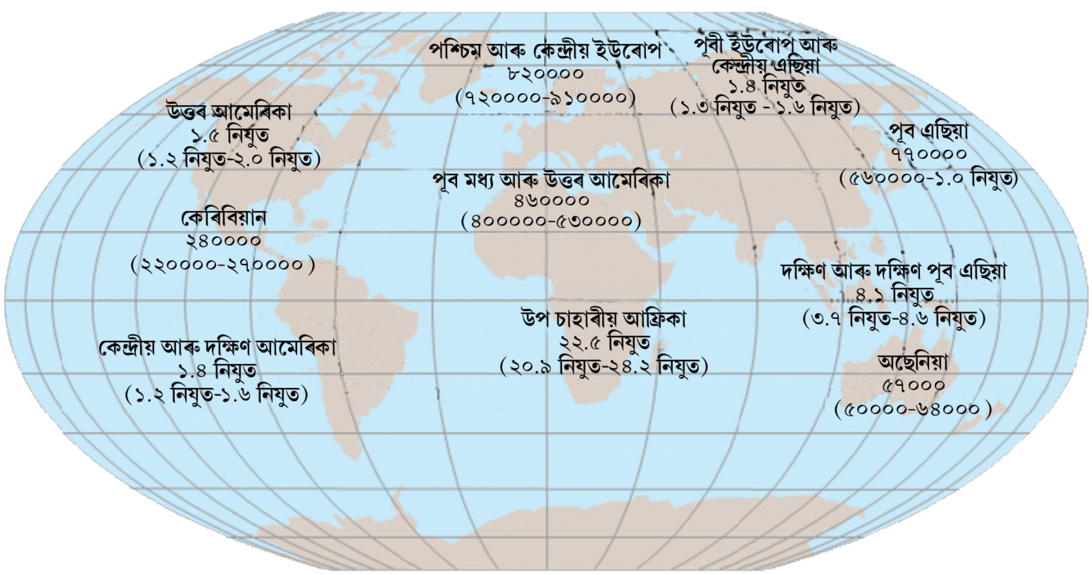
এইচ. আই. ভি / এইড্‌ছ আৰু এ. এন. এম.সকলৰ ভূমিকা

অধ্যায়টোৰ উদ্দেশ্যসমূহ ঃ

- গোলকীয় আৰু ভাৰতীয় পৰ্যায়ত এইচ. আই. ভি / এইড্‌ছৰ প্ৰসাৰণ সম্পৰ্কে উপলব্ধিকৰণ।
- এইচ. আই. ভি / এইড্‌ছৰ প্ৰতিৰোধৰ ক্ষেত্ৰত এ. এন. এম. সকলৰ ভূমিকা সন্দৰ্ভত ব্যাখ্যা।

পৃথিৱীজুৰি এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছ

২০০৯ চনৰ সমীক্ষা মতে এইচ. আই. ভি. গাত লৈ জীয়াই থকা প্ৰাপ্তবয়স্ক আৰু শিশুৰ বিশ্বৰ বিভিন্ন স্থানৰ পৰিসাংখ্যিক হিচাপ



মুঠ ঃ ৩৩.৩ নিযুত (৩১.৪ নিযুত - ৩৫.৩ নিযুত)

ইউ. এন. এইড্‌ছৰ দ্বাৰা নিৰ্ধাৰিত পৰিসংখ্যা ঃ

- ২০০৯ চনত নিতৌ সাত হাজাৰতকৈয়ো অধিক ব্যক্তি নতুনকৈ এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হৈছিল।
- প্ৰায় ৯৭% এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত হৈছে নিম্ন আৰু মধ্য উপাৰ্জনৰ দেশসমূহত।
- আক্ৰান্ত শিশুসকলৰ ভিতৰত ১৫ বছৰৰ তলৰ ৰোগীৰ সংখ্যা প্ৰায় ১,০০০।
- পোন্ধৰ বছৰ আৰু ইয়াৰ উৰ্দ্ধৰ প্ৰাপ্তবয়স্কসকলৰ ভিতৰত আক্ৰান্তৰ সংখ্যা প্ৰায় ৬০০০, যিসকলৰ ভিতৰত ঃ

— প্ৰায় ৫১% হৈছে মহিলা।

— প্ৰায় ৪১% হৈছে যুৱক-যুৱতী (১৫-২৪)

ভাৰতীয় দৃশ্যপট ঃ

ভাৰতত বিগত দশকত প্ৰাপ্তবয়স্ক এইচ. আই. ভি. আক্ৰান্ত লোকসকলৰ সংখ্যা ৫০% তকৈ অধিক অৰ্থাৎ ২০০০ চনৰ ২.৭ লাখৰ পৰা ২০১০ চনত ১.২ লাখলৈ হ্ৰাস পায়। উল্লেখনীয় যে ভাৰতত এইচ. আই. ভি.ৰ সৈতে সহবাস কৰা লোকৰ মুঠ সংখ্যা হৈছে ২৩.৯ লাখ। ইয়াৰ ভিতৰত ৩৫% শিশু আৰু ৪৫% মহিলা সংক্ৰমণৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হৈছে।

২০০৯ চনৰ সমীক্ষা অনুসৰি ইতিমধ্যে ১.৭২ লাখ মানুহৰ এইড্‌ছত মৃত্যু হৈছে। গাত এইড্‌ছ লৈ জীয়াই থকা ৩.৮৪ লাখ (২২,৮৩৭ শিশুকে ধৰি) লোকে ২৯২ টা এ. আৰ. টি. আৰু ৫৫০ টা সংযোগী এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰৰ জৰিয়তে এ. আৰ. টি. চিকিৎসাসেৱা লাভ কৰিছে।

ভাৰতত এইচ. আই. ভি.ৰ বিৱৰ্তন ঃ

- ১৯৮৬ চনত চেন্নাইত ভাৰতৰ প্ৰথমগৰাকী ব্যক্তি এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হোৱাৰ খবৰ পোহৰলৈ আহে।
- ১৯৮৭ চনত মুম্বাইত প্ৰথমগৰাকী এইড্‌ছ ৰোগী পোৱা যায়।
- সম্প্ৰতি ভাৰতৰ সকলো ৰাজ্যতে এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত লোক আছে আৰু সামগ্ৰিকভাৱে ইয়াৰ সংখ্যা হৈছে প্ৰায় ২.২৭ নিযুত (NACO-2008-9)
- গৰ্ভৱতী মহিলা আৰু অতি বিপদজনক অৱস্থাত থকা গোটসমূহৰ ওপৰত হোৱা সংক্ৰমণৰ আধাৰত ভাৰতৰ সকলোবোৰ জিলাক ক, খ, গ, ঘ— চাৰিটা ভাগত ভাগ কৰা হৈছে।

সংক্ৰমিত অঞ্চল ঃ

NACP-III ৰ পৰিকল্পনা আৰু ইয়াৰ প্ৰয়োগৰ স্বাৰ্থত দেশৰ সকলোবোৰ জিলাকে বিভিন্ন বয়সৰ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত গোটৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি চাৰিটা ভাগত বিভক্ত কৰা হৈছে। এইক্ষেত্ৰত একেৰাহে তিনিটা বছৰৰ তথ্য বিশ্লেষণ কৰা হৈছে। এই তথ্য বিশ্লেষণৰ আধাৰসমূহ হ'ল—

১। উচ্চ প্ৰভাৱাধীন - অৰ্থাৎ > উচ্চ বিপদজনক গোটসমূহৰ ৫% আৰু > ১% হৈছে গৰ্ভৱতী মহিলা।

২। মধ্য প্ৰভাৱাধীন - অৰ্থাৎ > উচ্চ বিপদজনক গোটসমূহৰ ৫% আৰু < ১%হৈছে গৰ্ভৱতী মহিলা।

৩। কম প্ৰভাৱাধীন - অৰ্থাৎ < উচ্চ বিপদজনক ৫% আৰু < ১% হৈছে গৰ্ভৱতী মহিলা।

এ. এন. এম. আৰু এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছৰ শুশ্ৰূষা ঃ

সুবিধাৰে সমৃদ্ধ আই. চি. টি. চি. (এফ. আই. টি. চি)সমূহত নিযুক্ত এ. এন. এম.সকল হৈছে এক বহুধাবিভক্ত কৰ্ম আৰু কৰ্মীৰ প্ৰণালীবদ্ধ গোটৰ এটা অংশ মুখ্য ধাত্ৰী / স্বাস্থ্য দৰ্শনাৰ্থী / লেব'ৰেটৰী টেক্‌নিছিয়ান (LT) / ফাৰ্মাছিষ্ট ইত্যাদিবোৰক সামৰি গঠন হোৱা কেন্দ্ৰসমূহে এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কীয় আলোচনা, দিহা-পৰামৰ্শ লগতে ইয়াৰ পৰীক্ষাত সহায় কৰিব বুলি আশা কৰা হৈছে।

'সুবিধাসমৃদ্ধ' আই. চি. টি. চি.বোৰ হৈছে এনে কেন্দ্ৰ য'ত স্থায়ী ৰূপত কৰ্মচাৰী নাথাকে যদিও অন্যান্য বহুতো সেৱাৰ লগতে এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কীয় পৰামৰ্শ আৰু পৰীক্ষা কৰাত সহায় কৰে। এনে আই. চি. টি. চি.বোৰ সাধাৰণতে কমসংখ্যক পৰামৰ্শ বিচৰা লোক আহে। এনে স্থানত পূৰ্ণাঙ্গ আই. চি. টি. চি. প্ৰতিষ্ঠা কৰা যথেষ্ট ব্যয়বহুল বুলি বিবেচনা কৰা হৈছে। এনে কেন্দ্ৰসমূহ হৈছে ২৪ ঘণ্টা জুৰি চলা প্ৰাথমিক স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰ (PHC) / ৰাজহুৱা স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰ (CHC) / ১ম মনোনীত কেন্দ্ৰ (First Referral Unit) / জিলা উপ-চিকিৎসালয় / ব্যক্তিগত খণ্ড অব্যৱসায়মূলক চিকিৎসালয় ইত্যাদি। এনে আই. চি. টি. চি.সমূহ ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থাই (NACO) ৰাজ্যিক এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সমিতি (SSES)বোৰৰ জৰিয়তে প্ৰয়োজনীয় সহায় সহযোগিতা আগবঢ়ায়।

এফ. আই. চি. টি. চি.সমূহত এ. এন. এম.সকলৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ অৱস্থান ঃ

প্ৰতিৰোধমূলক আৰু স্বাস্থ্য শিক্ষাৰ ক্ষেত্ৰত—

- সুনিৰ্দিষ্ট সময়ত এফ. আই. চি. টি. চি.ত উপস্থিত থাকিব লাগে।
- পৰীক্ষাৰ পূৰ্বে আৰু পৰীক্ষণৰ পাছত অতি বন্ধুত্বপূৰ্ণ পৰিৱেশত গোপনীয়তা ৰক্ষাৰ মাজেদি প্ৰয়োজনীয় তথ্যযোগান আৰু পৰামৰ্শ প্ৰদান কৰিব লাগে।
- সকলো তথ্য শিক্ষা যোগাযোগ সম্পৰ্কীয় বস্তু যেনে— জাননী পত্ৰ ইত্যাদিক চকুত লগাকৈ আই. চি. টি. চি.-ত প্ৰদৰ্শনৰ ব্যৱস্থা কৰা।
- সংযোগী সহায়ক বস্তু হিচাপে ভাজ কৰি থোৱা প্ৰচাৰ পুস্তিকা আদিৰ পৰ্যাপ্ত ৰূপত মজুত ৰখা আৰু কনডম আদিৰ প্ৰদৰ্শনৰ যথোপযুক্ত ব্যৱস্থা আই. চি. টি. চি.ত সাজু কৰা।

মনো-সামাজিক সহযোগিতা ঃ

- যিসকলৰ শৰীৰত এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক ৰূপত পোৱা যায়, তেওঁলোকক আৰু পৰিয়ালৰ বাকী সদস্যসকলক এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছ আৰু ইয়াৰ ফলাফলৰ সৈতে সাহসেৰে মোকাবিলা কৰাত যথোচিত মনো-সামাজিক সহযোগিতা নিৰ্দেশনাৰে সহায়ৰ হাত আগবঢ়োৱা।
- আক্ৰান্তসকলক প্ৰয়োজনীয় পৰৱৰ্তী স্থানলৈ প্ৰেৰণ আৰু এইক্ষেত্ৰত সংযোগীৰ ভূমিকা পালন।

- আৰ. চি. এইচ. টি. বি. আৰু এ. আৰ. টি. কাৰ্যসূচী / সংযোগী আই. চি. টি. চি.বোৰ আৰু এই সা-সুবিধাসমূহ পৰিচালনা কৰা গুৰুত্বপূৰ্ণ ব্যক্তিসকলৰ সৈতে প্ৰতিনিশা যোগাযোগ ৰক্ষা কৰা যাতে কোনো কাৰণতে এইচ. আই. ভি. যোগাত্মকভাৱে আক্ৰান্তসকলক যথোপযুক্ত স্থানলৈ প্ৰেৰণৰ সময়ত বিলম্ব অথবা আহুকাল নহয়।

যোগান আৰু প্ৰয়োজনীয় সামগ্ৰীৰ উপলব্ধকৰণ ঃ

- এফ. আই. চি. টি. চি. আৰু তেনে কেন্দ্ৰসমূহত যথোচিত পৰিমাণত কনডম, চিকিৎসাত ব্যৱহৃত 'নেভিৰাপাইন' টেবলেট আৰু ছিৰাপ যাতে মজুত থাকে তাৰ প্ৰতি লক্ষ্য ৰাখি এছ. এ. চি. / সংযোগী আই. চি. টি. চি.বোৰত খবৰ দিয়া।

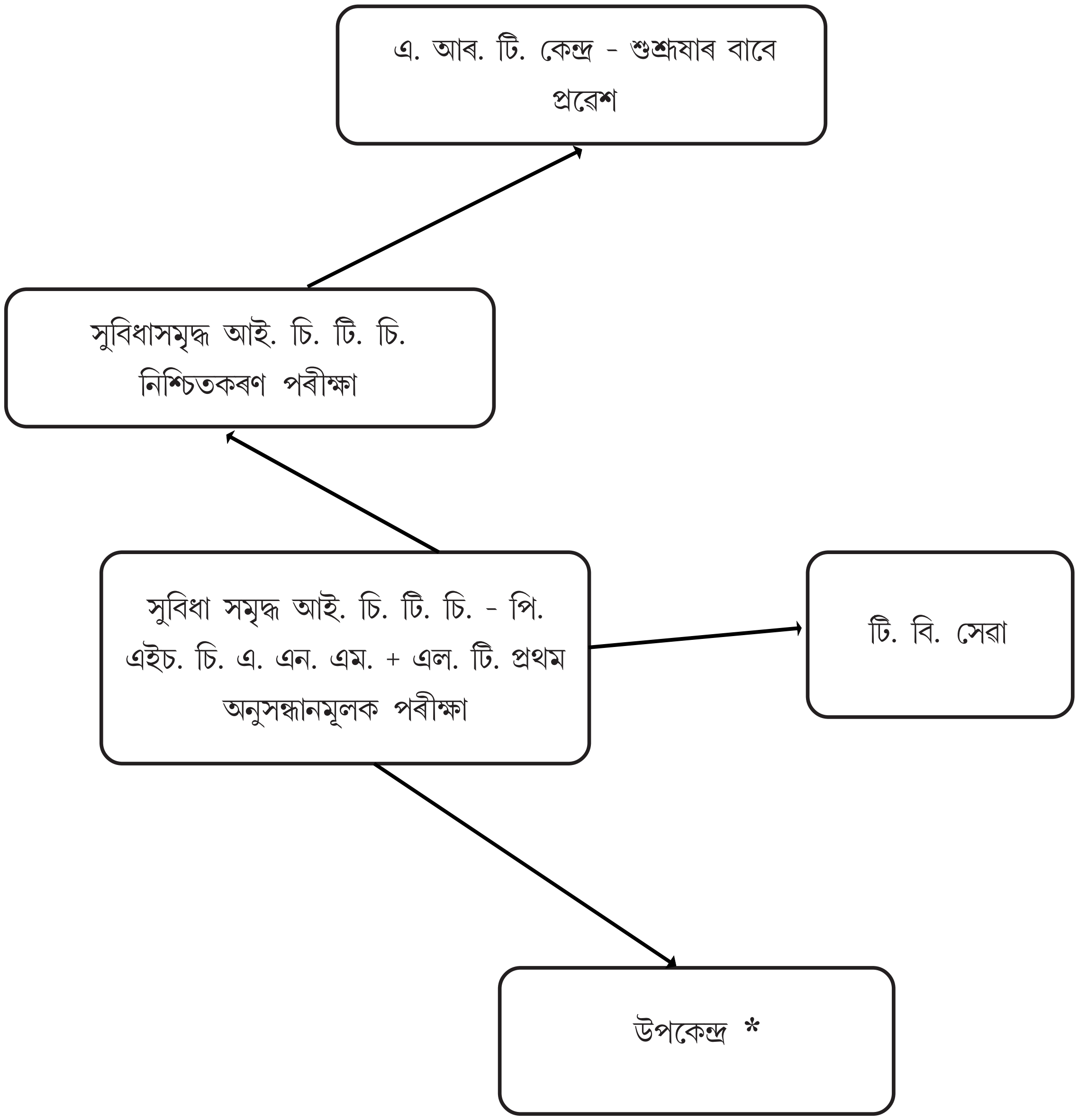
পৰ্যবেক্ষণ ঃ

- এচ. এ. চি. / সংযোগী আই. চি. টি. চি.সমূহলৈ প্ৰেৰণ কৰিবলগীয়া পৰামৰ্শদানৰ তথ্য আৰু পঞ্জীয়ন বহীসমূহৰ লগতেই মাহেকীয়া ৰিপৰ্ট যুগুতোৱা কাৰ্য।

উপকেন্দ্ৰসমূহত এ. এন. এম.সকলৰ ভূমিকা ঃ

- এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ সম্পৰ্কীয় স্বাস্থ্য-শিক্ষা প্ৰদান।
- এইচ. আই. ভি. অনুসন্ধান (Screening) মূলক পৰীক্ষণ কাৰ্য সম্পাদন (অৰ্থাৎ ক্ষিপ্ৰ পৰীক্ষণ)
- অনুসন্ধানমূলক পৰীক্ষণৰ পূৰ্বে আৰু পৰৱৰ্তী পৰ্যায়ত প্ৰয়োজনীয় পৰামৰ্শ প্ৰদান।
- সহযোগকাৰী আঁচনি (আই. চি. টি. চি. / এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ / পি. পি. টি. চি. কেন্দ্ৰ / এচ. টি. আই. ক্লিনিক / পজিটিভ পিপল্ নেটৱৰ্ক বা ইতিমধ্যে এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক হোৱা ব্যক্তিসকলৰ সৈতে সংযোগ ইত্যাদি) আদিলৈ আক্ৰান্ত ব্যক্তি আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালৰ সদস্যক প্ৰেৰণৰ ব্যৱস্থা কৰা।
- অন্য সহকৰ্মী (আশা, দূৰৈত থকা কৰ্মী ইত্যাদি)ক শিক্ষা প্ৰদান কৰা, চোৱাচিতা কৰা।
- মাহেকীয়া তথ্যসমূহ আৰু পঞ্জীয়ন বহী প্ৰণালীবদ্ধভাৱে একত্ৰীকৰণৰ কাৰ্য।
- বিভিন্ন চিকিৎসা সম্পৰ্কীয় কাৰ্য সুচাৰুৰূপে সম্পাদনত চিকিৎসকসকলক সহায় আগবঢ়োৱা।
- চিকিৎসকসকলে দিয়া নিৰ্দেশনা অনুসৰি ৰোগীসকলক ঔষধৰ যোগান ধৰা।
- চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় সা-সৰঞ্জাম সাজু তথা বীজাণুমুক্ত কৰা।
- সপ্তাহত এবাৰকৈ ৰোগীসকলৰ অৱস্থাৰ অনুসন্ধান কৰিবলৈ তেওঁলোকৰ ওচৰলৈ যোৱা।

বিভিন্ন পৰ্যায়ত ৰোগীক চিকিৎসা সেৱা প্ৰদানৰ ব্যৱস্থা ঃ



* আশাসকলক পৰিচালনা আৰু ক্ষিপ্ৰ এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা সম্পন্ন কৰা।

যদিহে ক্লায়েণ্ট এজনক প্ৰথমবাৰ কৰা ৰোগৰ অনুসন্ধানমূলক পৰীক্ষাৰ ফল যোগাত্মক হয়, তেন্তে তেওঁক এ. এন. এমে তলত দিয়া স্থানলৈ প্ৰেৰণ কৰিব পাৰে—

- নিশ্চিতকৰণ পৰীক্ষাৰ বাবে আই. চি. টি. চি. লৈ। পৰীক্ষাৰ বাহিৰেও তাত ক্লায়েণ্টক এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ কেনেকৈ সোঁচৰে সেই সম্পৰ্কে প্ৰাথমিক তথ্যবোৰ জনোৱা হয়। তাৰ পাছত এইচ. আই. ভি. প্ৰতিৰোধ, শুশ্ৰূষা আৰু চিকিৎসাসেৱাৰ অন্য ব্যৱস্থাবোৰলৈ প্ৰেৰণৰ ব্যৱস্থা কৰা হয়।
- যদিহে সুনিশ্চিতকৰণ পৰীক্ষাৰ ফল যোগাত্মক হয় তেন্তে অধিক শুশ্ৰুষা, আৰু ব্যৱস্থাপনাৰ বাবে এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰলৈ প্ৰেৰণ কৰা হয়।
- সঙ্গী / প্ৰিয়জনকো এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰোৱাৰ পৰামৰ্শ দিয়া হয়।

বাৰ্তা ঃ

- ৰোগীৰ যত্ন আৰু চিকিৎসাৰ ক্ষেত্ৰত এ. এন. এমে গুৰুত্বপূৰ্ণ আৰু বহু দিশদৰ্শী ভূমিকা পালন কৰে যিবোৰৰ লক্ষ্য হৈছে—
  - সম্পূৰ্ণ এইচ. আই. ভি.ৰ সেৱা প্ৰদান কৰা।
  - ৰোগী আৰু তেওঁৰ পৰিয়ালক সহযোগিতা আগবঢ়োৱা।
  - এইচ. আই. ভি. / এইডচৰ সৈতে কৰণীয় আচৰণ সম্পৰ্কে শিক্ষিত কৰিবলৈ তথা পৰামৰ্শ লাভ কৰাত সহায় হোৱাকৈ বিভিন্ন সুযোগ প্ৰদান কৰা।
  - যথোচিত চিকিৎসা ব্যৱস্থা আৰু সামাজিক সেৱাৰ সৈতে ৰোগীক সম্পৰ্কীত কৰা।
- এইচ. আই. ভি. ৰোগীক সেৱা-শুশ্ৰুষা আৰু চিকিৎসা প্ৰদানৰ ক্ষেত্ৰত নেতৃত্ব ল'ব পৰা সামৰ্থ সম্পৰ্কে আৰু নিজৰ গুৰুত্বৰ বিষয়ে এ. এন. এম.সকলে উপলব্ধি কৰিব পৰা উচিত।

অধ্যায় - ২
এইচ. আই. ভি. / এইড্ছৰ মূলকথা

অধ্যায়টোৰ উদ্দেশ্যসমূহ ঃ

- এইচ. আই. ভি. আৰু এইড্ছ সূত্ৰায়ন।
- কেনেকৈ এইচ. আই. ভি.ৰ পৰা এইড্ছ হয় বৰ্ণনা কৰা।
- এইচ. আই. ভি. ৰোগৰ বিভিন্ন পৰ্যায়সমূহৰ বিৰৰণ দিয়া।
- এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ সম্পৰ্কে আৰু ইয়াৰ পৰা বিপদ সৃষ্টিৰ কাৰকসমূহৰ ব্যাখ্যা।
- যৌন সম্পৰ্কই সৃষ্টি কৰা সংক্ৰমণ (এচ. টি. আই) / ৰিপ্ৰডাক্টিভ ট্ৰেক ইনফেকচন (আৰ. টি. আই) / টিউবাৰ কিউলচিচ্ (টি. বি.) / অপৰছোনিছটিক ইনফেক্চন (অ. আই) আৰু এইচ. আই. ভি /এইড্ছৰ মাজত থকা সম্পৰ্কক উপলব্ধি কৰা।
- বিভিন্ন এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা সম্পৰ্কে ব্যাখ্যা কৰা।
- এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণক নিয়ন্ত্ৰণত এণ্টিৰেক্ট ভাইৰেল থেৰাপি (এ. আৰ. টি.)ৰ ভূমিকা উপলব্ধি কৰা।

এইচ. আই. ভিয়ে শৰীৰক কেনেকৈ আক্ৰান্ত কৰে তথা কি প্ৰভাৱ পেলায় সেই সম্পৰ্কে সম্পূৰ্ণকৈ বুজিবলৈ মানৱ শৰীৰৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ব্যৱস্থাটোনো কি সেই সম্পৰ্কে আমি জনাৰ প্ৰয়োজন আছে।

- ৰোগ প্ৰতিৰোধ ব্যৱস্থাই আমাৰ শৰীৰটোক বিভিন্ন ৰোগৰ সংক্ৰমণৰ পৰা নিৰাপদে ৰাখে।
- শ্বেত ৰক্ত কণিকা (ডব্লিউ. বি. চি.)সমূহ হৈছে আমাৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ব্যৱস্থাৰ সবাতোকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ অংশ— যিবোৰ আমাৰ শৰীৰত প্ৰৱেশ কৰিব বিচৰা ক্ষতিকাৰক বেক্টেৰিয়া, ভেকুৰ আৰু ভাইৰাছসমূহৰ বিৰুদ্ধে যুদ্ধ কৰাৰ লগতে সেইবোৰক ধ্বংস কৰে।
- চি. ডি.-৪ কোষবোৰ হৈছে শ্বেত ৰক্ত কণিকাৰেই এটা ৰূপ যিবোৰে ৰোগ সংক্ৰমণৰ বিৰুদ্ধে যুদ্ধ কৰে।
- তেজত চি. ডি.-৪ কোষৰ উপস্থিতিৰ মাত্ৰা ব্যক্তি এজনৰ স্বাস্থ্য তথা শৰীৰৰ ৰোগ-প্ৰতিৰোধ অৱস্থাক সূচিত কৰে। এইচ. আই. ভি.য়ে চি. ডি.-৪ কোষক সংক্ৰমণৰ জৰিয়তে ধ্বংস কৰি আক্ৰান্ত ব্যক্তিজনৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা দুৰ্বল কৰে।
- তেজত চি. ডি.-৪ কোষৰ পৰিমাণৰ আধাৰত স্বাস্থ্যসেৱা প্ৰদানকাৰীসকলে আক্ৰান্ত ব্যক্তিজনৰ শৰীৰত হোৱা সুযোগ সন্ধানী সংক্ৰমণ (অ. আই.) আৰু অন্য অৱস্থা সম্পৰ্কে জানিব পাৰে। ইয়াৰ আধাৰত এইচ. আই. ভি. গাত লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তি এজনক কি পৰ্যায়ৰ চিকিৎসা

সেৱা প্ৰদান কৰিব লাগে (অ. আই. প্ৰফালেক্সিচ্ / এ. আৰ. টি.) সেই সম্পৰ্কে তেওঁলোকে নিৰূপন কৰিব পাৰে।

- সুযোগসন্ধানী সংক্ৰমণ (অ. আই.)সমূহে হ'ল এই. আই. ডি. আক্ৰান্ত লোকৰ মৃত্যুৰ মূল কাৰণ।
- বেছিভাগ সুযোগসন্ধানী সংক্ৰমণ (অ. আই.) যথোচিত সময়ত চিকিৎসা প্ৰদানেৰে ভালদৰে প্ৰতিৰোধ কৰিব পাৰি।
- তেজৰ নমুনাত চি. ডি.-৪ৰ সংখ্যা যেতিয়া ২০০তকৈ কমি যায় তেতিয়া আক্ৰান্ত ব্যক্তিজনৰ ৰোগক এইড্‌ছ (একুয়াৰ্ড ইমিন্যউ ডেফিচেন্‌চি চিন্দ্ৰম্) বুলি কোৱা হয়।

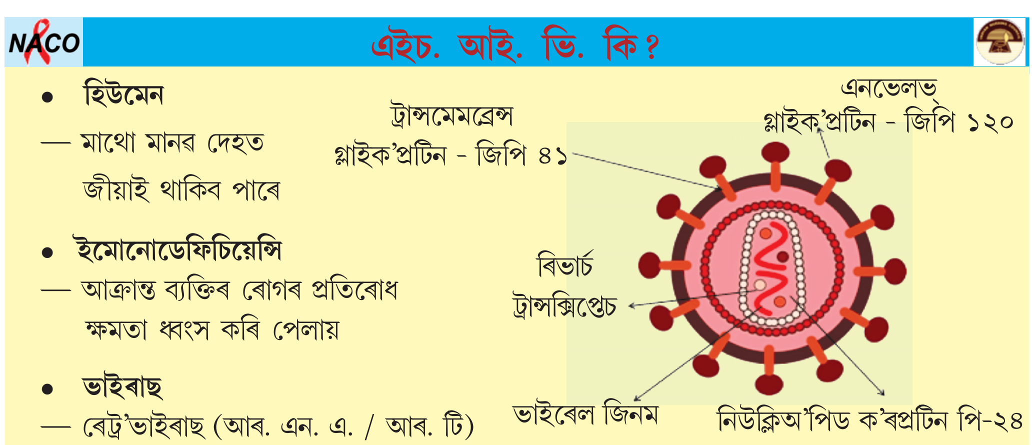
এইচ. আই. ভি. আৰু এইড্‌ছ কি?

এইচ (H) - হিউমেন (মানৱ)

আই (I) - ইমিন্যুউ ডেফিচেন্‌চি (ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতাহীন)

ভি (V) - ভাইৰাছ

- এইচ. আই. ভি. মানে হিউমেন ইমিন্যুউ ডেফিন্‌চি ভাইৰাছ।
- এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত ব্যক্তি এজনক এইচ. আই. ভি. - যোগাত্মক লোক হিচাপে জনা যায়।
- এইচ. আই. ভি. মানুহৰ শ্বেত ৰক্ত কণিকাৰ লগত মিহলি হৈ পৰে লাহে লাহে সেইবোৰক মাৰি পেলায়।
- মানৱ শৰীৰে এইচ. আই. ভি.ক ধ্বংস কৰিব নোৱাৰে। এইচ. আই. ভি. আক্ৰান্ত ব্যক্তি এজনে নমৰালৈকে কঢ়িয়াই লৈ ফুৰে।
- কিছুমান ঔষধে (যেনে- এ. আৰ. টি.) আক্ৰান্ত ব্যক্তিক সুদীৰ্ঘ জীৱন দান কৰিব পাৰে যদিহে ইয়াক নিয়মীয়াভাৱে সেৱন / ব্যৱহাৰ কৰা হয়।



এইড্ছ (AIDS)

এ (A) - একুয়াৰ্ড (জন্মগত নহয় - মানৱ দেহৰ আভ্যন্তৰৰ যিকোনো জুলীয়া দ্ৰব্যত তীব্ৰমাত্ৰাত থকা এইচ. আই. ভি. দেহৰ প্ৰত্যক্ষ সংযোগৰ জৰিয়তে এজন ব্যক্তিৰ পৰা আন এজন ব্যক্তিলৈ বিয়পিব পাৰে, ইয়াৰোপৰি অতি বিপদজনক আচৰণ অথবা এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰতি শৰীৰক উন্মুক্ত ৰাখিলেও ইয়াৰ দ্বাৰা ব্যক্তি এজন আক্ৰান্ত হ'ব পাৰে।

আই (I) - ইমিন্যুউ (ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতাক দুৰ্বল কৰি পেলোৱা)

ডি (D) - ডেফিচিয়েন্সী (ৰোগ প্ৰতিৰোধ ব্যৱস্থাত টি-৪ লিম্ফছাইট্ নামৰ নিৰ্দিষ্ট এবিধ শ্বেত ৰক্ত কণিকাৰ নোহোৱা কৰা)

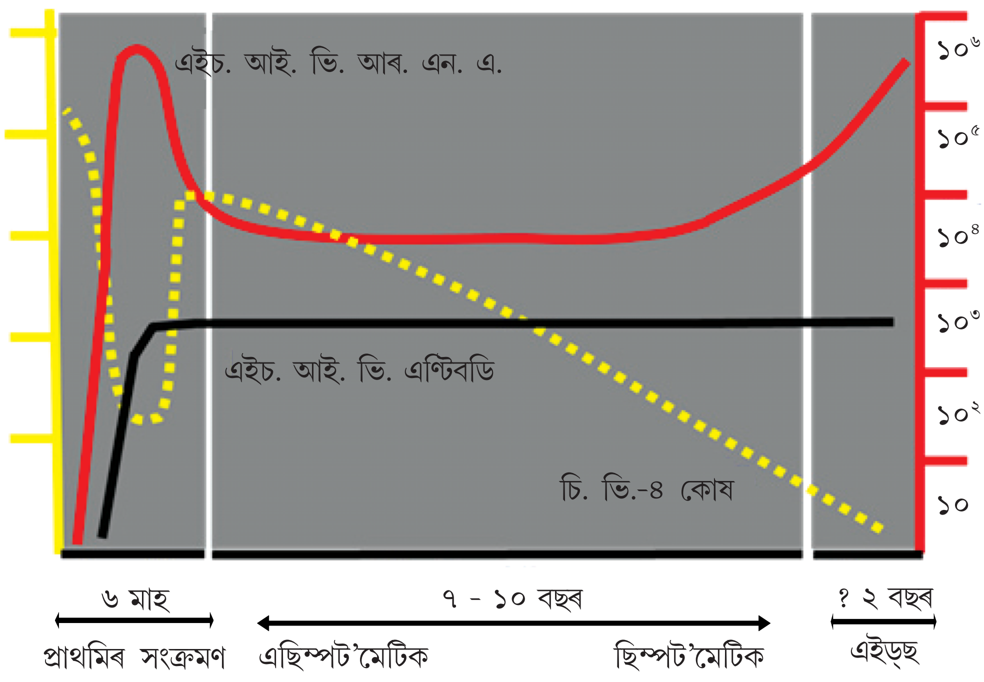
এছ (S) - ছিন্দ্ৰম্ (ৰোগ সংক্ৰমণৰ চিন আৰু লক্ষণ কিছুমানৰ সমষ্টি)

এইচ. আই. ভি.ৰ পৰা কিদৰে এইড্ছ হয়?

- ভাইৰেল আক্ৰমনৰ ফলত আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ তেজৰ চি. ডি.-৪ কোষসমূহ কমিবলৈ ধৰে।
- ভাইৰেল আক্ৰমনৰ প্ৰক্ৰিয়া শৰীৰত নিৰৱচিন্নভাৱে চলাৰ ফলত দেহৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা কমিবলৈ ধৰে আৰু সংক্ৰমনৰ প্ৰক্ৰিয়াক বাধা দিবলৈ আক্ৰান্ত শৰীৰটো অসমৰ্থ হৈ পৰে।
- আক্ৰান্ত ব্যক্তিজন ইয়াৰ ফলত অতি সহজে সুযোগসন্ধানী সংক্ৰমণৰ (অ. আই.) আক্ৰান্ত হোৱাৰ অৱস্থাত উপনীত হয়।
- আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ দেহত সুযোগসন্ধানী সংক্ৰমণ (অ. আই.) প্ৰকট হৈ পৰাৰ মাজেদিয়েই তেওঁ এইড্ছত আক্ৰান্ত হোৱাৰ সম্পূৰ্ণতা লাভ কৰে।

সুযোগসন্ধানী সংক্ৰমণ (অ. আই.) ঃ

এইচ. আই. ভি.-য়ে শৰীৰৰ 'নিৰাপত্তা বাহিনী' স্বৰূপ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতাক আক্ৰমন কৰে। যেতিয়াই আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা ভাঙি যায় তেতিয়া তেওঁৰ বিভিন্ন মাৰাত্মক ৰোগ যেনে— কৰ্কট ৰোগ আদিৰ সংক্ৰমণ ঘটিব পাৰে। এইবোৰকেই 'সুযোগসন্ধানী সংক্ৰমণ' (অ. আই.) বুলি কোৱা হয়। কিয়নো সেইবোৰে শৰীৰৰ দুৰ্বল হৈ পৰা ৰোগ প্ৰতিৰোধী ব্যৱস্থাৰ সুযোগ গ্ৰহণ কৰে। আপোনালোকে হয়তো কোনো ব্যক্তি 'এইড্ছত মৃত্যু হোৱা' বুলি শুনা পাইছে। এনে বক্তব্যক সামগ্ৰিকভাৱে শুদ্ধ বুলি ক'ব নোৱাৰি, কিয়নো এনে মৃত্যু সংঘটিত হয় মাথো সুযোগসন্ধানী সংক্ৰমণৰ বাবেহে। বহু ব্যক্তিয়ে তেতিয়াহে এইচ. আই. ভি. / এইড্ছৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হোৱা বুলি জানিব পাৰে, যেতিয়া তেওঁলোকৰ দেহৰ সুযোগসন্ধানী সংক্ৰমণ (অ. আই.) পৰীক্ষাত ধৰা পৰে।



এইচ. আই. ভি. ৰোগৰ বিভিন্ন পৰ্যায় ঃ

প্ৰাথমিক এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ	যেতিয়া এইচ. আই. ভি. শৰীৰত প্ৰথমে প্ৰৱেশ কৰে, ৰোগ প্ৰতিৰোধ ব্যৱস্থা দুৰ্বল হৈ পৰি ব্যক্তিগৰাকীৰ দেহত জ্বৰ সদৃশ লক্ষণে দেখা দিয়ে। এই সময়ছোৱাত আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ দেহত অতি উচ্চ মাত্ৰাত এইচ. আই. ভি. ভাইৰাছৰ উপস্থিতি থকা বাবে তেওঁৰ দেহৰ পৰা অন্য ব্যক্তি সহজেই সংক্ৰমিত হ'ব পাৰে। সাধাৰণ লক্ষণসমূহ ঃ জ্বৰ, শৰীৰত ৰঙচুৰা দাগৰ সৃষ্টি, লিম্ফেদেনপেথি আদি দেখা দিয়ে। বহুতৰ ক্ষেত্ৰত আকৌ কোনো বাহ্যিক লক্ষণ দেখা নিদিয়ে অথবা তেওঁলোকৰ শৰীৰ দেখাত সুস্থ মানুহৰ দৰেই হৈ থাকে।
উইণ্ডো পিৰিয়দ	এবাৰ মানৱ শৰীৰ এটা এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হোৱাৰ পিছত সাধাৰণতে ২-১২ সপ্তাহৰ ভিতৰত ৰোগীৰ দেহত এইচ. আই. ভি. এণ্টিবডি গঢ় লৈ উঠে। এই সময়ছোৱাক 'উইণ্ডো পিৰিয়দ'

	বুলি কোৱা হয়। লক্ষণীয়ভাৱে এই সময়ছোৱাক ব্যক্তি এগৰাকী যদিও আক্ৰান্ত হয় তথাপিও পৰীক্ষাত তেওঁৰ দেহত এইচ. আই. ভি. এণ্টিবডি ধৰা নপৰিব পাৰে। তিনিমাহৰ পিছত পুনৰবাৰ পৰীক্ষা কৰোৱাৰ প্ৰয়োজন হৈ পৰে। গুৰুত্বপূৰ্ণ এয়ে যে এই পৰ্যায়তো আক্ৰান্ত ব্যক্তিজনে অন্যলৈ ৰোগৰ সংক্ৰমণ ঘটাব পাৰে।
লক্ষণহীন পৰ্যায়	এই পৰ্যায়ত ৰোগ প্ৰতিৰোধ ব্যৱস্থা দুৰ্বল হৈ পৰে। এনে অৱস্থাত তেজৰ নমুনাত চি. ডি.-৪ শ্বেত ৰক্ত কণিকাৰ সংখ্যা পাঁচতকৈ অধিক থাকে। ভাইৰাছৰ উপস্থিতি এই পৰ্যায়ত কম হোৱা বাবে সাধাৰণতে পাঁচ বছৰ অথবা তাতোধিক সময় আক্ৰান্ত ব্যক্তিজনৰ দেহত কোনো বিশেষ লক্ষণ ফুটি নুঠে। সাধাৰণতে এই সময়ছোৱাত নিৰৱচ্ছিন্নভাৱে তেনে ব্যক্তিৰ দেহত মাথো ‘লিম্ফেডেনপেথি’ দেখা দিয়ে যদিও আপাততঃ ৰোগীজন সু-স্বাস্থ্যৰ অধিকাৰী হৈ থাকে।
লক্ষণযুক্ত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ	ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা দুৰ্বল দ্ৰুত গতিত হৈ পৰে। তেজৰ নমুনাত চি. ডি.-৪ৰ সংখ্যা ২০০-৫০০ৰ ভিতৰত থাকে। টি. বি. অৰেলকেণ্ডিদিয়েচিছ হাউছ, নিউম্যুচাইটিছ কেৰিনি ইত্যাদি ৰোগ শৰীৰত দেখা দিয়ে। চিডি-৪ৰ সংখ্যা কমি যোৱাৰ লগে লগে উল্লেখিত ৰোগবোৰৰ উপদ্ৰৱ বাঢ়ি যায়। এ. আৰ. টি. আৰু অ. আই.- প্ৰফাইএক্সিচ্ এই সময়ছোৱাত চিকিৎসা বিধান হিচাপে ব্যৱহাৰ কৰা উচিত।
অগ্ৰগামী এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ / এইড্‌ছ	এই পৰ্যায়ত আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ শৰীৰত ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা একেবাৰেই নাইকিয়া হোৱা বুলি ক’ব পাৰি। তেজৰ নমুনাত চি. ডি.-৪ৰ সংখ্যা ২০০তকৈ কম

	হৈ পৰে। চি.ডি.-৪ৰ সংখ্যা তেজৰ নমুনাত ২০০তকৈ কম হৈ পৰাটোৱেই ‘এইড্‌ছ’ বুলি কোৱা হয়। এই পৰ্যায়ত সুযোগসন্ধানী সংক্ৰমণ বিকশিত হৈ পৰে।

এইচ. আই. ভি. আৰু এইড্‌ছৰ মাজৰ পাৰ্থক্য কি?

- এইচ. আই. ভি. হৈছে এটা ভাইৰাছ আৰু এইড্‌ছ হৈছে এবিধ ৰোগ।
- এইড্‌ছ হৈ আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ শৰীৰৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা দুৰ্বল হৈ পৰা এক পৰিঘটনা।
- এজন ব্যক্তিয়ে শৰীৰত নিজে এইড্‌ছ আহৰণ কৰিব পাৰে। এয়া তেওঁৰ পিতৃ-মাতৃৰ পৰা জন্মগতভাৱে নাহে। শৰীৰৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতাৰ মাত্ৰাৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ পৰা আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ দেহত এইড্‌ছ হ’ব পাৰে।

এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ ঃ

কেনেকৈ এজন ব্যক্তিৰ দেহৰ পৰা আন এজন ব্যক্তিলৈ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ হ’ব পাৰে?

যৌন সংসৰ্গৰ ফলত

কৰ্মক্ষেত্ৰত ৰোগীৰ সৈতে হোৱা সংসৰ্গ

একেডাল বেজীৰ ব্যৱহাৰ

সংক্ৰমিত ৰক্তৰ ব্যৱহাৰ

গৰ্ভৱস্থা প্ৰসৱৰ সময়ত

স্তনপান

অশুদ্ধ তেজ, বীৰ্য্য, মাতৃদুগ্ধ, যোনিৰস আৰু অন্যান্য দেহৰ আভ্যন্তৰৰ জুলীয়া পদাৰ্থ যিবোৰ তেজৰ দ্বাৰা প্ৰদূষিত হৈ থাকে।

এইচ. আই. ভি. কিদৰে নিবিয়পে?

‘বিপদমুক্ত’ বুলি গণ্য কৰা শৰীৰৰ আভ্যন্তৰৰ জুলীয়া পদাৰ্থ (যদিহে প্ৰত্যক্ষভাৱে তেজৰ সৈতে মিশ্ৰিত নহয়)

- চকুপানী
- ঘাম
- প্ৰসাৱ আৰু ফোহা আদিৰ পৰা নিৰ্গত জুলীয়া পদাৰ্থ
- লেলাৱতী

এইচ. আই. ভি. এইবোৰৰ জৰিয়তে নিবিয়পে—

- আলিংগন
- একেখিনি পানী বা পুখুৰীত সাঁতুৰিলে
- একে বাচন-বৰ্তন, শৌচাগাৰ, কাপোৰ আৰু বিচনা ব্যৱহাৰ কৰিলে।
- শৰীৰত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিয়ে ৰন্ধা বস্তু খালে।
- নিতৌ শৰীৰত এইচ. আই. ভি. লৈ থকা ব্যক্তিৰ সৈতে সম্পৰ্কিত হ'লে।
- মহে কামুৰিলে।

মহিলা আৰু এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ ঃ

মহিলাসকল এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হোৱাৰ ক্ষেত্ৰত অধিক বিপদজনক অৱস্থাত থাকে কিয়নো—

- মহিলাসকলৰ জননেন্দ্ৰিয়ৰ গঠন এনেকুৱা যে যৌন সংগমৰ সময়ত তেওঁলোকৰ দেহৰ আভ্যন্তৰৰ বৃহৎ পৰিমাণৰ 'মিউকবেল আৱৰণ' উন্মুক্ত হৈ থাকে।
- যৌন সম্পৰ্কৰ ক্ষেত্ৰত মহিলাসকলৰ শৰীৰ পুৰুষ বীৰ্য্যৰ সংগ্ৰাহক বা গ্ৰহণকাৰী ৰূপত ক্ৰিয়া কৰে। ফলত সংগমত পুৰুষৰ বীৰ্য্য তেওঁলোকৰ দেহত ৰৈ যায়।
- যৌন সম্পৰ্কৰ জৰিয়তে মহিলাসকলে বিশেষভাৱে এইচ. আই. ভি. লাভ কৰিব পাৰে কিয়নো

  — কম বয়সীয়া যুৱতীৰ ক্ষেত্ৰত স্ত্ৰী-জননাংগ অপৈনত হৈ থাকে।

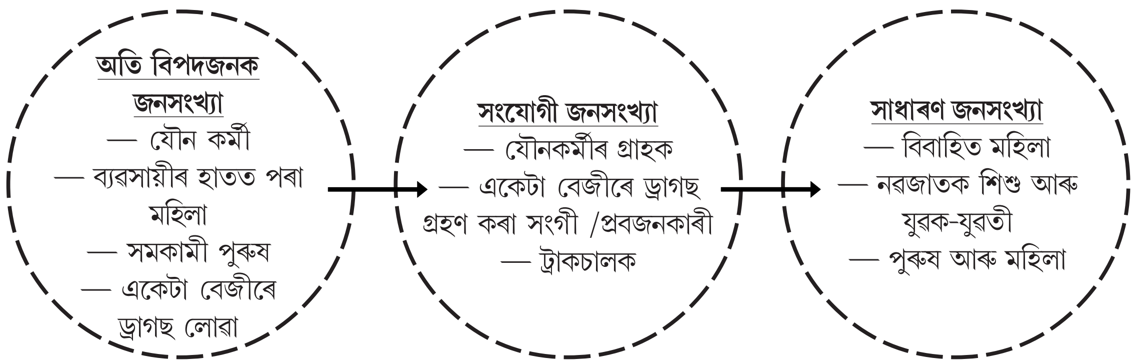
  — যেতিয়া তেওঁলোকৰ যৌনক্ৰিয়াৰে বিয়পিব পৰা সংক্ৰমণ হৈ থাকে।

  — যেতিয়া মেন'পজৰ বাবে তেওঁলোকৰ যোনি পথ অতি দুৰ্বল হৈ থাকে।
- মহিলাসকলে সাধাৰণতে তেওঁলোকৰ পুৰুষসংগীক কমডম ব্যৱহাৰ কৰাত সফল নহয়।
- মহিলাসকল প্ৰায়ে যৌন নিৰ্যাতনৰ বলি হয় (যেনে- ধৰ্ষণ, বলাৎকাৰ ইত্যাদি)
- তেওঁলোক তেতিয়াও ৰোগবিধৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হয় যদিহে পুৰুষসংগীজনে আনৰ সৈতে একেটা ড্ৰাগছ লোৱা বেজী ব্যৱহাৰ কৰে।
- আত্মনিৰ্ভৰশীলতাৰ অভাৱত পৰাধীন তথা অৱদমিত হৈ থকা বাবে বহুতো নাৰীয়ে ৰোগবিধৰ বিষয়ে তথ্য / ইয়াৰ চিকিৎসা (এছ. টি. আই / আৰ. টি. আই.) আদিৰ পৰা বঞ্চিত হৈ থাকে।
- ঘৰ এখন ৰোগীৰ শুশ্ৰূষাৰ ক্ষেত্ৰত মহিলাসকলে মুখ্য ভূমিকা পালন কৰে। সেয়েহে ঘৰত কোনো ৰোগী থাকিলে শুশ্ৰূষা কৰিবলৈ গৈ মহিলা এগৰাকী নিজে এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হ'ব পাৰে।

এইচ. আই. ভি. বিয়পোৱাৰ ক্ষেত্ৰত আৰ্থসামাজিক কাৰকৰ প্ৰভাৱ ঃ

ভাৰতত প্ৰথমে এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ নিৰ্দিষ্ট কেতবোৰ গোট যেনে— যৌনকৰ্মী, দুষ্ট ব্যৱসায়ীৰ হাতত পৰা মহিলা বা সমকামী পুৰুষ, ইনজেকচনৰ জৰিয়তে ড্ৰাগছ লোৱাসকলৰ মাজতেই আৱদ্ধ থকা দেখা গৈছে। কিন্তু এইচ. আই. ভি. সম্প্ৰতি কোনো এক নিৰ্দিষ্ট গোটৰ মাজত আৱদ্ধ হৈ থকা নাই। বৰ্তমান ই সকলো শ্ৰেণী মানুহৰ মাজত বিয়পি পৰিছে। এওঁলোকৰ ভিতৰত আছে— বিবাহিত মহিলা, নৱজাতক আৰু শিশু, যুৱক-যুৱতী আৰু এনে পুৰুষ যিসকলে কোনো কাৰণতেই অতি বিপদজনক আচৰণ বা কাৰ্যত লিপ্ত নহয়।

আক্ৰান্ত ব্যক্তিয়ে অসুৰক্ষিত সম্পৰ্কেৰে (যেনে- কনডম ব্যৱহাৰ নকৰাকৈ যৌন সম্পৰ্ক, একেটা বেজী ব্যৱহাৰৰ দ্বাৰা) এনে কিছুমান ব্যক্তিক সংক্ৰমণ কৰিব পাৰে যিসকলক 'সংযোগী জনসংখ্যা' হিচাপে গণ্য কৰা হয়। এবাৰ যদি এনে 'সংযোগী জনসংখ্যা'ৰ সদস্যই (যেনে- ট্ৰাক ড্ৰাইভাৰ, যৌন কৰ্মীৰ গ্ৰাহক, প্ৰব্ৰজনকাৰী ইত্যাদি) আক্ৰান্ত হোৱাৰ পিছত তেওঁলোকৰ ঘৰলৈ ঘূৰি যায়, তেনে ব্যক্তিৰ পৰা পত্নী / সংগী তথা প্ৰক্ৰিয়াটোৰ অন্তত শিশুসন্তানো এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হ'ব পাৰে।



যদিও এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ দেশৰ বিভিন্ন অংশত কমি গৈছে, তথাপিও অতি বিপদজনক আচৰণ কৰা লোকসকলৰ মাজত (ব্যৱসায়ীক যৌন কৰ্মী / সমকামী পুৰুষ / একেটা বেজীৰে ড্ৰাগছ লোৱা) অতি উদ্ৰেকজনকভাৱে এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ হোৱাৰ ঘটনাই গুৰুতৰ ৰূপ লৈছে।

যৌন সম্পৰ্কেৰে বিয়পা সংক্ৰমণ (এচ. টি. আই.) /যৌনাংগ পথৰ সংক্ৰমণ (আৰ. টি. আই) আৰু এইচ. আই. ভি. / এইড্ছ ঃ

যৌন সম্পৰ্কৰে বিয়পা সংক্ৰমণ (এচ. টি. আই.) ঃ

- যিবোৰ সংক্ৰমণ যৌন সংসৰ্গৰ ফলত এজনৰ পৰা আন এজনৰ গালৈ বিয়পে।
- ৫০% তকৈয়ো অধিক এচ. টি. আই.-ত আক্ৰান্ত লোকৰ শৰীৰত গুৰুতৰ ৰোগ সংক্ৰমণ হোৱাৰ কোনো লক্ষণ ফুটি নুঠে। তেওঁলোকে এই বিষয়ে নিজেই সন্দেহৰ থল বিচাৰি নাপায়।

- পূৰ্বে এনে ৰোগক এচ. টি. ডি. বা যৌনতাৰে বিয়পা ৰোগ (চেক্সুৰেলি টেন্সমিটেড ডিজিচ) বুলি কোৱা হৈছিল।

যৌনাংগ পথৰ সংক্ৰমণ (আৰ. টি. আই.) ঃ

- যৌনাংগ পথৰ সংক্ৰমণ ঘটাৰ মূলতে হৈছে
  — ব্যক্তিগতভাৱে অতি নিকৃষ্ট পৰিচন্নতাত থকা।
  — স্বাস্থ্য সেৱাৰ কেন্দ্ৰসমূহত নিকৃষ্ট মানৰ পৰিৱেশ-পৰিস্থিতি যাৰ ফলত সহজে ৰোগৰ জীৱাণু সহজে বিয়পিব তথা সংক্ৰমিত হ'ব পাৰে।

যৌন সম্পৰ্কেৰে বিয়পা সংক্ৰমণ (এচ. টি. আই.) আৰু এইচ. আই. ভি. বিয়পাৰ মাজত থকা সম্পৰ্ক ঃ

- সাধাৰণ মানুহতকৈ এচ. টি. আই.-ত আক্ৰান্ত লোক এজনৰ গাত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ ভয় অধিক (২ ৰ পৰা ৮ গুণ)।
- এচ. টি. আই.ৰ চিকিৎসাৰ জৰিয়তে এইচ. আই. ভি. বিয়পা সহজে ৰোধ কৰিব পাৰি। কিয়নো, এচ. টি. আই.ৰ চিকিৎসা কৰা তুলনামূলকভাৱে তেনেই উজু। সেয়েহে, প্ৰাথমিক অৱস্থাতেই এচ. টি. আই.ক এ. এন. এম.সকলে চিনাক্ত কৰি আক্ৰান্ত ব্যক্তিক সু-চিকিৎসাৰ বাবে যথোচিত সুবিধা সম্বলিত এচ. টি. আই. ক্লিনিকলৈ প্ৰেৰণ কৰা উচিত।
- এইচ. আই. ভি. আৰু এচ. টি. আই.ৰ প্ৰতিৰোধ কৌশলবোৰ একে। এ. এন. এম.সকলে ৰোগীসকলক এই কৌশল তথা ব্যৱস্থাবোৰৰ বিষয়ে শিকোৱাত (যেনে- কনডমৰ ব্যৱহাৰ) সময় দিয়া বাঞ্চনীয়।

ভাৰতীয় দৃশ্যপট ঃ

- পাৰিসাংখ্যিক তথ্যমতে এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. মহিলাৰ শৰীৰত থকাৰ সম্ভাৱনা তথা লক্ষণ ২৩% ৰ পৰা ৪৩% হোৱাৰ বিপৰীতে পুৰুষৰ ক্ষেত্ৰত সেয়া ৪% ৰ পৰা ৯%।
- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সম্পৰ্কে পুৰুষসকলৰ মাজত ৫৩% সজাগতা থকাৰ বিপৰীতে নাৰীৰ ক্ষেত্ৰত এই হাৰ হৈছে মাথো ৪৪%।

এচ. টি. আই. বিয়পাৰ ক্ষেত্ৰত দায়ী কাৰকসমূহ ঃ

এ. এন. এম.সকলে এচ. টি. আই. বিয়পোৱাত প্ৰভাৱ পেলোৱা কাৰকসমূহ যথোচিতভাৱে বুজি পোৱাৰ প্ৰয়োজনীয়তা অনেক। কিয়নো, তেতিয়াহে তেওঁলোকে তেনে ৰোগীক যথোচিত সহযোগিতা আগবঢ়াবলৈ তথা সঠিক সময়ত প্ৰয়োজনীয় চিকিৎসা দানৰ ব্যৱস্থা কিম্বা উচ্চ চিকিৎসাৰ স্থান তথা অন্য সুবিধা থকা চিকিৎসা সংস্থালৈ পঠিওৱাত সফল হ'ব।

জৈৱিক	আচৰণগত	সামাজিক
● কমবয়সীয়াসকলৰ সহজে এনে সংক্ৰমণ হ'ব পাৰে। ●পুৰুষতকৈ সহজে মহিলা সকলৰ এনে ৰোগ হ'ব পাৰে। ● ৰোগ প্ৰতিৰোধ ব্যৱস্থাত প্ৰভাৱ পৰিব পাৰে।	● বহু সংগীৰ সৈতে অসুৰক্ষিত যৌন সম্পৰ্ক কৰাসকল ইয়াৰ চিকাৰ হ'ব পাৰে। ● সুৰা / অন্য নিচাৰ ব্যৱহাৰ-কাৰীসকল প্ৰক্ৰিয়া এটাৰ মাজেৰে এচ. টি. আই.ৰ সংসৰ্গলৈ আহিব পাৰে। ● যদি বহু সংগীৰে যৌন সম্পৰ্ক ৰাখোতা ব্যক্তি এজন কাৰোবাৰ সংগীত পৰিণত হয় অথবা তেনে সংগী যদি একোটা বেজীৰে ড্ৰাগছ গ্ৰহণ -কাৰী হয় তেতিয়া এচ. টি. আই. প্ৰসাৰিত হ'ব পাৰে।	● প্ৰায়বোৰ সমাজ ব্যৱস্থাত এনে আক্ৰান্ত মহিলাৰ স্থান অতি নিম্ন পৰ্যায়লৈ অৱনমিত হয়। ● পুৰুষসকলে কনডম ব্যৱহাৰ কৰিব নোখোজাৰ ফলতো ই বিয়পে। ● যৌন হিংসাৰেও ই বিয়পে। ● যিবোৰ স্থানত স্বাস্থ্য সেৱাৰ সুবিধা তেনেই সীমিত, তেনে স্থানত এচ. টি. আই. সংক্ৰমণ তথা প্ৰসাৰণৰ প্ৰাদুৰ্ভাৱ বেছি হ'ব পাৰে। ● এচ. টি. আই. সম্পৰ্কে জ্ঞানৰ অভাৱেও আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ সংখ্যা বৃদ্ধি কৰিব পাৰে।

তুলনাত্মকভাৱে পুৰুষতকৈ মহিলাসকল এচ. টি. আই.ৰ দ্বাৰা অধিক আক্ৰান্ত হয়। কিয়নো—

- যৌন সঙ্গমৰ সময়ত মহিলাসকলে গ্ৰহণকাৰীৰ ভূমিকাত থাকে বাবে তেওঁলোকৰ দেহলৈ পুৰুষৰ পৰা ৰোগ সৃষ্টিকাৰী জীৱাণু বিয়পা সহজ হৈ পৰে।
- যোনীৰ ভিতৰত মিউক'চেলৰ বৃহৎ অংশ প্ৰত্যক্ষভাৱে পুৰুষ বীৰ্যৰ সংসৰ্গত দীৰ্ঘ সময়ৰ বাবে থাকে।
- নজনাকৈয়ে মহিলাৰ দেহত এচ. টি. আই. হ'ব পাৰে। কিয়নো তেওঁলোকৰ জননাংগ শৰীৰৰ ভিতৰত সোমাই থকাৰ বাবে আভ্যন্তৰত কিবা ৰোগৰ আৰম্ভণি বা সংক্ৰমণ ঘটিলেও ইয়াক ব্যক্তিগত পৰীক্ষাৰে গম পোৱা অসম্ভৱ হৈ পৰে।
- বহু মহিলাই নিজৰ জননাংগক ভালকৈ পৰীক্ষা কৰিবলৈকো একান্ত ব্যক্তিগত সুবিধা (যেনে- গা ধোৱা ঘৰ)ৰ পৰা বঞ্চিত হৈ থাকে।
- ৫০% তকৈয়ো অধিক এচ. টি. আই. সংক্ৰমণেৰে আক্ৰান্ত মহিলাৰ দেহত ৰোগৰ লক্ষণ ফুটি নুঠে।

- বগা-শ্ৰাৱৰ দৰে লক্ষণক বহু সময়ত স্বাভাৱিক বুলি গণ্য কৰা হয়। সেয়েহে ইয়াক উপেক্ষা কৰাৰ প্ৰৱণতা মহিলাসকলৰ মাজত দেখা যায়।

এচ. টি. আই.ৰ সাধাৰণ লক্ষণবোৰ ঃ

এ. এন. এম.সকলে ৰোগীসকলৰ গাত এচ. টি. আই.ৰ সাধাৰণ লক্ষণবোৰ ভালকৈ পৰ্যবেক্ষণেৰে তেওঁলোকক তাৎক্ষণিকভাৱে চিকিৎসা লাভৰ সুবিধা প্ৰদান কৰা উচিত। লক্ষণবোৰ এনে ধৰণৰ—

পুৰুষ	মহিলা
ঘাঁ / ফোঁহা	ঘাঁ / ফোঁহা
প্ৰস্ৰাৱৰ লগত ডাঠ-দ্ৰব্য নিঃসৰণ	যোনীৰ পৰা দ্ৰব্য নিঃসৰণ
কৰঙনৰ চুক ফুলি উঠা / টেমুনা বন্ধা	কৰঙণৰ চুক, যোনীৰ কাষ ফুলি উঠা / টেমুনা বন্ধা
প্ৰস্ৰাৱ কৰাৰ সময়ত বিষ / জ্বলা-পোৰা	প্ৰস্ৰাৱ কৰাৰ সময়ত বিষ (তলপেট / পিঠিৰ বিষ)

এইচ. আই. ভি. চিনাক্তকৰণ ঃ

কোনে এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰোৱাব লাগে?

- যি ব্যক্তিয়ে (স্বেচ্ছাই) নিজকে পৰীক্ষা কৰোৱাব বিচাৰে।
- সকলো গৰ্ভৱতী মহিলা বা গৰ্ভধাৰণ কৰিব খোজাসকলে।
- যিসকলে অতি বিপদজনক আচৰণ / অভ্যাসত প্ৰবৃত্ত হয় (যেনে- বহু সংগীৰে যৌন সংগম / ড্ৰাগচ গ্ৰহণ আদি)।
- সমকামী পুৰুষসকল।
- বহু যৌন সংগীৰে বা ধনৰ বিনিময়ত যিয়ে যৌন সংগম কৰে আৰু যিসকলে আনে ব্যৱহাৰ কৰা বেজীৰে ড্ৰাগচ লয়।
- যিসকলৰ যৌন সংগীয়ে অতি বিপদজনক অভ্যাস কৰে।
- ইনজেকচনেৰে ড্ৰাগচ গ্ৰহণকাৰী আৰু তেওঁলোকৰ সংগীসকল।
- তেজ দাতা আৰু গ্ৰহণকাৰীসকল। একেদৰে মানৰ অংগ, বীৰ্য গ্ৰহণকাৰী আৰু দাতাসকলেও নিজকে পৰীক্ষা কৰোৱা উচিত।
- যৌন সম্পৰ্কেৰে বিয়পা সংক্ৰমণত আক্ৰান্ত (এচ. টি. আই.)সকলে।
- হেপাটাইটিচ-বি আৰু চিত আক্ৰান্তসকলে।

- টিউবাৰকিউল'চিচ্ ৰোগত আক্ৰান্তসকলে।
- এইড্‌ছ সদৃশ অথবা এইড্‌ছ হ'লে সততে হোৱা ৰোগত আক্ৰান্ত যিকোনো ব্যক্তিয়ে এনে পৰীক্ষা কৰা উচিত।
- এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত বা অতি বিপদজনক অৱস্থাত থকা মাতৃসকলে জন্ম দিয়া নৱজাতকৰো পৰীক্ষা কৰোৱা উচিত।

এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা ঃ

ব্যক্তি এগৰাকী এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হৈছে নে নাই সেয়া দুই ধৰণে পৰীক্ষা কৰা হয়। সেই দুটা হৈছে—

— এইচ. আই. ভি. — এণ্টিবডি পৰীক্ষণ।

— এইচ. আই. ভি. — এণ্টিজেন পৰীক্ষণ।

এণ্টিবডি ঃ দেহৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা গঢ়ি তুলি সংক্ৰমণ আৰু যিকোনো বাহিৰা বস্তুৰ বিৰুদ্ধে যুঁজ দিব পৰা এবিধ বস্তুকেই এণ্টিবডি বুলি কোৱা হয়।

এইচ. আই. ভি. এণ্টিবডি পৰীক্ষণ হৈছে ঃ

- ৰোগ চিনাক্তকৰণ প্ৰক্ৰিয়াত বহুলভাৱে ব্যৱহৃত এবিধ পৰীক্ষা। ইয়াক ১৮ মাহৰ উৰ্দ্ধৰ সকলো শিশু কিম্বা ব্যক্তিৰ ওপৰত চলাব পাৰি।
- কম খৰচী।
- দ্ৰুতগতিত কৰিব পাৰি।
- প্ৰায়ভাগ পৰীক্ষাগাৰত সহজে সম্পাদন কৰিব পাৰি।

এগৰাকী ব্যক্তিক এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক কিম্বা ঋণাত্মক বুলি ঘোষণা কৰাৰ পূৰ্বে তিনিটা পৰীক্ষা চলোৱা হয়। ব্যক্তি এজনৰ ক্ষেত্ৰত যদি তথাপিও এইচ. আই. ভি.ৰ যোগাত্মক বা ঋণাত্মকতা নিৰ্ণয় কৰাত অসুবিধা আছে কিম্বা তেওঁৰ দেহত ৰোগবিধ 'উইণ্ডো পৰ্যায়'ত থাকে, তেন্তে তেওঁক তিনিমাহৰ পাছত পুনৰাই পৰীক্ষণৰ বাবে মাতি পঠিওৱা হয়। এই সময়ছোৱাত তেওঁক এইচ. আই. ভি. ঋণাত্মক হিচাপে থাকিব পৰাকৈ দিহা-পৰামৰ্শ দিয়া হয়। উল্লেখিত পৰীক্ষাবোৰ হৈছে—

— এইচ. আই. ভি. দ্ৰুত পৰীক্ষণ।

— ই. এল. আই. এচ. এ. পৰীক্ষণ।

— পশ্চিমীয়া ব্লট্ পৰীক্ষণ (সুনিশ্চিতকৰণ পৰীক্ষা)

এণ্টিজেন ঃ শৰীৰৰ যিকোনো এনে বস্তু যিয়ে ৰোগ প্ৰতিৰোধ ব্যৱস্থাক এণ্টিবডি প্ৰস্তুতকৰণত উদ্দীপনা যোগান ধৰে (যেনে- এণ্টিজেনৰ সৈতে যুদ্ধ কৰা প্ৰ'টিন)।

এইচ. আই. ভি. এণ্টিজেন পৰীক্ষণ ঃ

- এণ্টিবডি পৰীক্ষণতকৈ সোনকালে এইচ. আই. ভি. ধৰা পেলায়।
- সাধাৰণতে ইয়াক ব্যৱহাৰ কৰা হয়

  — ১৮ মাহতকৈ কম বয়সীয়া শিশুৰ ৰোগ চিনাক্তকৰণত।

  — এইচ. আই. ভি. ৰোগৰ বৃদ্ধি পৰ্যবেক্ষণৰ বাবে।

  — এ. আৰ. ভি. চিকিৎসা পদ্ধতিক ৰোগীৰ দেহে কেনেকুৱা সঁহাৰি দিছে তাৰ পৰ্যবেক্ষণৰ বাবে।
- অতি ব্যয়বহুল
- পৰীক্ষা কৰিবলৈ আৰু ফলাফলৰ ব্যাখ্যাৰ বাবে বিশেষজ্ঞৰ প্ৰয়োজন হয়।

এণ্টিজেন পৰীক্ষণ কৰা ৰোগ চিনাক্তকৰণৰ প্ৰক্ৰিয়া দুটা হৈছে—

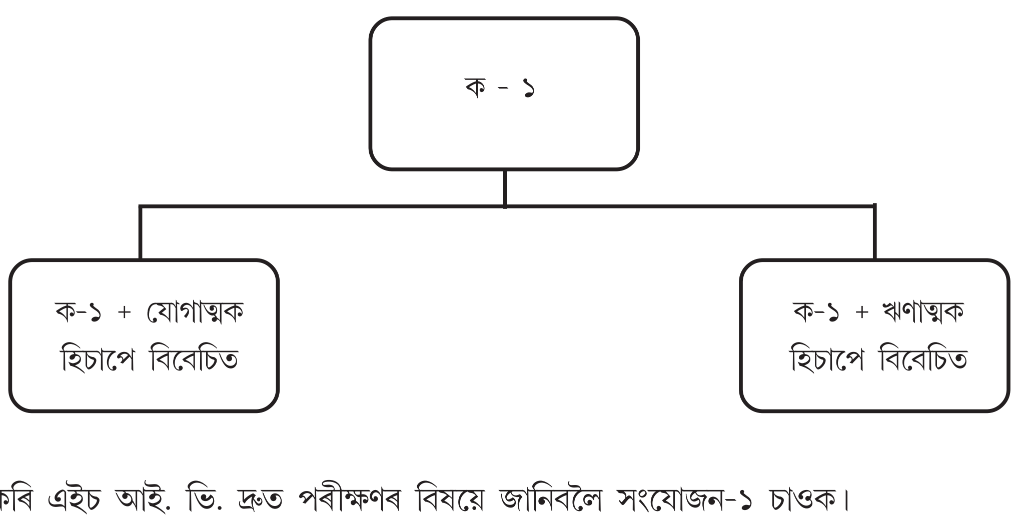
— ডি. এন. এ. পি. চি. আৰ.

— পি-২৪ এণ্টিজেন

এইচ. আই. ভি. ৰেপিড্ পৰীক্ষণ ঃ

প্ৰাথমিকভাৱে এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ অনুসন্ধান কৰিবলৈ সাধাৰণতে ব্যৱহাৰ কৰা ই এবিধ অতি সৰল আৰু উচ্চ সংবেদনশীল পৰীক্ষা। স্বাস্থ্য উপকেন্দ্ৰ / প্ৰাথমিক স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰসমূহত এ. এন. এম.সকলে ইয়াক অতি সহজে সম্পাদন কৰিব পাৰে।

এন. এ. চি. অ'ৰ পৰীক্ষণ ৰণনীতি - I ক আধাৰ কৰি এই পৰীক্ষা কৰা হয়। যদিহে ফলাফল বিয়োগাত্মক হয়, তেন্তে নমুনাক এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণমুক্ত বুলি গণ্য কৰা হয়। যদিহে ফলাফল যোগাত্মক হয়, তেন্তে নমুনা ব্যক্তিক এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত বুলি গণ্য কৰা হয় আৰু তেওঁক আই. চি. টি. চি. লৈ পৰামৰ্শ, পৰীক্ষণ আৰু পূৰ্বৰ পৰীক্ষাবোৰৰ ফলাফলক সুনিশ্চিতকৰণৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰা হয়।



অনুগ্ৰহ কৰি এইচ আই. ভি. দ্ৰুত পৰীক্ষণৰ বিষয়ে জানিবলৈ সংযোজন-১ চাওক।

এণ্টি ৰেট্ৰ'ভাইচৰল্ থেৰাপি (এ. আৰ. টি.) ঃ

এইচ. আই. ভি. বা এইড্‌ছৰ মুখ্য চিকিৎসা প্ৰক্ৰিয়াৰ এবিধ হৈছে এইচ. আই. ভি. এণ্টি ৰেট্ৰ'ভাইৰেল থেৰাপি। ই সম্পূৰ্ণ আৰোগ্য বা ৰোগমুক্ত নকৰে যদিও বহু বছৰলৈকে আক্ৰান্ত ব্যক্তিক ৰোগত ধাৰাশায়ী হৈ পৰাৰ পৰা বচাই ৰাখে। লগতে এইচ. আই. ভি.ৰ পৰিমাণ এক নিৰ্দিষ্ট মাত্ৰাতেই তেজত সীমাবদ্ধ কৰি ৰাখিব পৰাকৈ শৰীৰটোক যুঁজ দিব পৰাকৈ সামৰ্থ প্ৰদান কৰে।

প্ৰাপ্তবয়স্ক আৰু শিশু উভয়কেই ই এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ নিয়ন্ত্ৰণ কৰাত সহায় কৰে। এই চিকিৎসাত ব্যৱহৃত ঔষধবোৰক নিম্নোক্ত নামেৰেও জনা যায়—

এ. আৰ. টি - এণ্টি ৰেট্ৰ'ভাইৰেল থেৰাপি
এ. আৰ. ভি. - এণ্টি ৰেট্ৰ ভাইৰেলচ্
এইচ. এ. এ. আৰ. টি. - হাইলি এক্টিভ্ এণ্টিৰেট্ৰ'ভাইৰেল থেৰাপি

} *এই নামবোৰ সাল-সলনি কৰি ব্যৱহাৰ কৰা হয়।*

এণ্টিৰেট্ৰ'ভাইৰেল চিকিৎসা প্ৰক্ৰিয়া সফল হ'বলৈ ৰোগীয়ে এবাৰত এটাতকৈ অধিক সংশ্লিষ্ট ঔষধ খোৱাৰ প্ৰয়োজন হয়। ইয়াকেই 'কম্বিনেশ্ব'ন থেৰাপি' বা 'হাইলি এক্টিভ্ এণ্টিৰেট্ৰ'ভাইৰেল থেৰাপী' (এইচ. এ. এ. আৰ. টি.) বুলি জনা যায়।

এ. আৰ. টি. চিকিৎসা পদ্ধতিক অপৰ্যাপ্ত মাত্ৰাত পোৱা যায়। সমগ্ৰ দেশজুৰি বিভিন্ন এ. আৰ. টি. / সংযোগী এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰত যলৈ আই. চি. টি. চি.বোৰৰ পৰা গাত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিসকল প্ৰেৰণ কৰা হয়।

এণ্টিৰেট্ৰ'ভাইৰেল থেৰাপি (এ. আৰ. টি.)ৰ লক্ষ্য ঃ

- শৰীৰত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা লোকসকলক এক উন্নত আৰু সুদীৰ্ঘ জীৱন প্ৰদানাৰ্থে সহায় কৰা।
- যিমান দিনলৈ পাৰি তেজত এইচ. আই. ভি.ৰ মাত্ৰা কম কৰি ৰখা।
- দেহত এইচ. আই. ভি. থকা ৰোগীসকলৰ তেজত চি. ডি.-৪ৰ সংখ্যা বৃদ্ধি কৰা।
- এজন ব্যক্তিৰ পৰা আন এজনলৈ এইচ. আই. ভি. বিয়পাৰ সুযোগ হ্ৰাস কৰা।
- চিকিৎসালয়ত ৰোগী ভৰ্তি হোৱাৰ প্ৰয়োজনীয়তা কম কৰা।

এ. আৰ. ভি.য়ে এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণক মাৰাত্মক (বা ঘাটক) অৱস্থাৰ পৰা এক 'লগ নেৰা ৰোগ'লৈ ৰূপান্তৰ ঘটায়।

এ. আৰ. টি.ৰ উপযোগিতা ঃ

এ. আৰ. টি. প্ৰয়োগৰ পূৰ্বে | এ. আৰ. টি. প্ৰয়োগৰ পাছত

- গাত থকা সুযোগ সন্ধানী সংক্ৰমণক (অ'. আই.) চিকিৎসা কৰে।
- সুযোগ সন্ধানী সংক্ৰমণ (অ'. আই.) চিকিৎসাৰ জৰিয়তে চিকিৎসালয়ত ভৰ্তি হ'বলগীয়া ৰোগীৰ সংখ্যা হ্ৰাস।
- বাচি থকাৰ হাৰ বৃদ্ধি কৰা।
- আশা ঘূৰাই অনা।
- জীৱনৰ মান উন্নত কৰা।
- এইচ. আই. ভি. বিয়পি পৰাক হ্ৰাস কৰা।
- প্ৰাপ্তবয়স্ক আৰু শিশু উভয়কেই উপকৃত কৰা।

এ. আৰ. টি.ৰ সীমাবদ্ধতা ঃ

যদিও শৰীৰত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকাসকলৰ স্বাস্থ্য আৰু আয়ুস বৃদ্ধিত এ. আৰ. টিয়ে নাটকীয়ভাৱে সহায় কৰিছে, তথাপিও—

- এ. আৰ. টি.য়ে এইড্‌চ আৰোগ্য কৰিব নোৱাৰে।
- এইচ. আই. ভি.ক কেতিয়াও সম্পূৰ্ণকৈ শৰীৰৰ পৰা নিৰ্মূল কৰিব নোৱাৰি।
- শৰীৰত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা লোকসকলে নিয়মিত আৰু উচ্চ মাত্ৰাত এ. আৰ. টি.লৈ থকাৰ পাছতো ৰোগীৰ দেহৰ পৰা এইচ. আই. ভি. নিৰোগীৰ গালৈ সংক্ৰমিত হ'ব পাৰে।
- এ. আৰ. টি.ক আজীৱন অৰ্থাৎ ৰোগীয়ে মৃত্যুৰ পূৰ্বমুহূৰ্তলৈকে গ্ৰহণ কৰিব লাগে।

কেতবোৰ সাধাৰণ এ. আৰ. ভি. ঔষধ ঃ

জিড'ভোডাইন্ (এ. জেড্. টি. জেড. ডি. ভি.)

লেমিভোডাইন্ (৩. টি. চি.)

ষ্টেভোডাইন (ডি. ৪. টি.)

ইফেভিৰেঞ্জ্ (ই. এফ. জেড্)

লেভিৰাপাইন্ (এন. ভি. পি.)

এ. আৰ. ভি.ক তিনিবিধ ঔষধৰ সংমিশ্ৰণেৰে প্ৰদান কৰিব লাগে ঃ

- প্ৰথম সংমিশ্ৰণবিধক এ. আৰ. ভি. ৰেজিমেন্ বুলি কোৱা হয়। ইয়াক 'ড্ৰাগ-কক্‌টেইল্' হিচাপেও জনা যায়।
- মাথো এবাৰ বা দুবাৰহে ৰোগীক এ. আৰ. ভি. ড্ৰাগ বা ঔষধ প্ৰদান কৰাটো নিতান্তই ভুল কাৰ্য। একেৰাহে ইয়াক ৰোগীয়ে ব্যৱহাৰ নকৰিলে তেনে ঔষধৰ বিৰুদ্ধে শৰীৰত প্ৰতিৰোধ ব্যৱস্থা গঢ়ি উঠে।

আৰম্ভণিৰ এ. আৰ. টি. ঃ

ক) এ. আৰ. টি. প্ৰয়োগৰ আৰম্ভণিক নিৰ্ধাৰণ কৰা কাৰকসমূহ ঃ

এনে বহু কাৰক আছে যিবোৰে ব্যক্তি এজনৰ গাত এ. আৰ. টি. প্ৰয়োগৰ পাছত কেনে ফলাফল সৃষ্টি হ'ব পাৰে সেয়া নিৰ্ধাৰণ কৰে। সেয়েহে এ. আৰ. টি. প্ৰয়োগৰ পূৰ্বে সেই কাৰকবোৰক অতি সাৱধানতাৰে চালি-জাৰি চাব লাগে। এনে কেতবোৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ কাৰক হৈছে—

- তেজৰ চি.ডি.-৪ৰ উপস্থিতিৰ মাত্ৰাৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰি শৰীৰত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিক এই চিকিৎসা প্ৰদান কৰিব পৰা যায় নে নাযায় সেয়া বিচাৰ কৰা হয়।
- দেহত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিৰ স্বাস্থ্যৰ সাধাৰণ অৱস্থা আৰু এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ মাত্ৰাৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰি চিকিৎসাবিধ প্ৰদানৰ সিদ্ধান্ত লোৱা হয়।
- এ. আৰ. টি.ৰ পৰা বহুতো পাৰ্শ্বফল সৃষ্টি হয় আৰু সেইবোৰৰ যথোচিত প্ৰতিবিধানৰ প্ৰয়োজন আছে।
- দেহত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তি আৰু তেওঁ / তেওঁলোকৰ পৰিয়ালক মানসিকভাৱে প্ৰস্তুত কৰিবলগীয়া হয়। কিয়নো, আমৃত্যু পৰ্যন্ত এই চিকিৎসা পদ্ধতি আক্ৰান্ত ব্যক্তিয়ে আকোৱালী ল'বলগীয়া হয়। একেদৰে, জীৱনজুৰি ইয়াৰ পাশ্বফলবোৰো ভোগ কৰিবলৈ তেনে ব্যক্তি আৰু তেওঁ / তেওঁলোকৰ পৰিয়ালক মানসিকভাৱে প্ৰস্তুত কৰিবলগীয়া হৈ পৰে। এনে ৰোগীয়ে এ. আৰ. টি. / সংযোগী এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰবোৰত যাতে নিয়মিতভাৱে যাব পাৰে তাৰ বাবেও তেওঁক প্ৰস্তুত কৰিব লাগে।

'এণ্টিৰেট্ৰ'ভাইৰেল চিকিৎসা' প্ৰয়োগ কোনো কাৰণতেই এক জৰুৰী ব্যৱস্থা বুলি গণ্য কৰিব নোৱাৰি!!

এ. আৰ. টি.ৰ সাধাৰণ পাৰ্শ্বফলবোৰ হৈছে ঃ

মূৰৰ বিষ, মূৰ ঘূৰণি আৰু বমি, চালত ৰঙচুৱা দাগ, হাগনি, ভাগৰ, এনিমিয়া ইত্যাদি।

শৰীৰত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তি আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালক এ. এন. এম.সকলে যিবোৰ বিষয়ত শিকাব লাগে সেইবোৰ হৈছে—

- এ. আৰ. টি.ৰ উপযোগিতা আৰু সীমাবদ্ধতা।
- এই চিকিৎসা পদ্ধতিত ৰোগীয়ে নিতৌ তিনিবিধ ঔষধৰ সংমিশ্ৰণ গ্ৰহণ কৰিব লাগে।
- কেতিয়াও সময়োচিত এ. আৰ. টি. গ্ৰহণৰ পৰা বিৰত থাকিব নালাগে (মাহত অতিকমেও তিনিবাৰতকৈ অধিক হ'বও নালাগে)।
- যদিহে এ. আৰ. টি. ঔষধ সময়ত গ্ৰহণ কৰাত ব্যৰ্থ হোৱা যায় তেন্তে সংক্ৰমণক নিয়ন্ত্ৰণাধীন কৰাত সেইবোৰ বিফল হ'ব।
- শৰীৰত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা লোক বা ৰোগীসকলৰ মাজত কেতিয়াও এ. আৰ. টি ঔষধ ভাগ-বাতোৰাৰা কৰা অনুচিত।
- এ. আৰ. টি.ৰ পাৰ্শ্বফলবোৰ সাময়িক।
- যদিহে পাৰ্শ্বফলবোৰে গুৰুতৰ ৰূপ ধাৰণ কৰে তেন্তে চিকিৎসকৰ সহায় ল'ব লাগে।
- চিকিৎসকৰ সৈতে আলোচনা নকৰাকৈ এ. আৰ. টি. বন্ধ কৰা উচিত নহয়।

কেতবোৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ বাৰ্তা ঃ

- এইচ. আই. ভি. হৈছে এনে এক ভাইৰাচ, যিয়ে শৰীৰৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতাক ধ্বংস কৰে।
- ই নিজৰ বংশ বৃদ্ধিৰ বাবে বা শক্তি বৰ্দ্ধনৰ উদ্দেশ্যে চি. ডি.-৪ কোষসমূহক ব্যৱহাৰ কৰে (সেইবোৰৰ সংখ্যা হ্ৰাসেৰে)।
- এইড্‌ছ হৈছে এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ শেষ পৰ্যায়।
- এইচ. আই. ভি. নিম্নোক্ত মাধ্যমেৰে বিয়পে—
  - এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক ব্যক্তিৰ সৈতে অসুৰক্ষিত যৌন সংগমেৰে।
  - সংক্ৰমিত তেজ বা তেজত থকা দ্ৰব্য / পদাৰ্থ গ্ৰহণেৰে।
  - একেটা বেজী বহুজনে ব্যৱহাৰ কৰাৰ মাজেৰে।
  - গৰ্ভৱতী মহিলাৰ পৰা শিশুলৈ গৰ্ভ ধাৰণৰ আৰু গাখীৰ খোৱাই দিয়া প্ৰক্ৰিয়াৰ মাজেৰে।
- বিভিন্ন জৈৱিক আৰু সামাজিক কাৰকৰ প্ৰভাৱত পুৰুষতকৈ মহিলাসকল সহজে এইচ. আই. ভি. / এচ. টি. আই.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হ'ব পাৰে।
- এজন এচ. টি. আই. থকা ব্যক্তি আন এজন তেনে সংক্ৰমণ নথকা লোকতকৈ সহজে যৌন সংগমৰ দ্বাৰা এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত হ'ব পাৰে।

■ এইচ. আই. ভি. / এইড্ছ ৰোগ সম্পৰ্কে নিখুট জ্ঞানে এ. এন. এম.সকলক নিম্নোক্ত শিতানত সহায় কৰিব পাৰে—

- সাম্ভাব্য এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত লোক এজনক চিনাক্ত কৰণত।
- যিসকল ব্যক্তিৰ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ অতি বেছি সম্ভাৱনা আছে তেওঁলোকক উপযুক্ত স্থানলৈ যথোচিত পৰীক্ষাৰ বাবে প্ৰেৰণত।
- ৰোগী আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালক কেতবোৰ বিষয় সম্পৰ্কে শিক্ষা তথা পৰামৰ্শ দিব পাৰে—

  — প্ৰাথমিক অৱস্থাত পৰীক্ষা আৰু ৰোগৰ চিনাক্তকৰণৰ প্ৰয়োজনীয়তা।

  — ৰোগী এজনে পৰীক্ষাৰ অন্তত আচলতে কেনে ফল আশা কৰা উচিত।

  — এক স্বাস্থ্যকৰ জীৱন ধাৰণ প্ৰণালী।

  — চিকিৎসকৰ পৰামৰ্শানুযায়ী এ. আৰ. টি. গ্ৰহণৰ গুৰুত্ব।

  — এইচ. আই. ভি. বিয়পি পৰাত বাধা দি।

অধ্যায় - ৩

লাজ আৰু বৈষম্য ঃ এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছ্ সন্দৰ্ভত আইনী আৰু নৈতিক বিষয়বোৰ

অধ্যায়টোৰ মূল উদ্দেশ্যসমূহ ঃ

- এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছ্‌ৰ সম্পৰ্কিত লাজ আৰু বৈষম্যমূলক আচৰণৰ বিষয়ে অৱগতকৰণ।
- এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কিত লাজ আৰু বৈষম্যমূলক আচৰণৰ কাৰণ আৰু ফলাফলৰ বিষয়ে আলোচনা।
- এইচ. আই. ভি. ৰোগীক শুশ্ৰূষা প্ৰদানৰ প্ৰসংগত প্ৰক্ৰিয়াটো সম্পৰ্কেও সৃষ্ট লাজ আৰু বৈষম্যমূলক আচৰণৰ সমস্যা সমাধান কৰাৰ উপায় অনুসন্ধান।
- এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কীয় অৱস্থা এটাক যথোচিতভাৱে মুখামুখি হওঁতে কেনেকৈ এক দ্বিধাগ্ৰস্থ পৰিস্থিতিৰে মোকাবিলা কৰিব পাৰি।
- শৰীৰত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা লোকসকলেৰে সম্পৰ্কিত কেতবোৰ আইনী আৰু নৈতিক বিষয়ৰ উপলব্ধি।
- লাজ আৰু বৈষম্যক কম কৰাত এ. এন. এম.সকলৰ ভূমিকাক চিনাক্ত কৰা।

পৰিচয় ঃ

লাজ আৰু বৈষম্যক সাৰ্বজনীনভাৱে এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰতিৰোধ, চিকিৎসা, শুশ্ৰূষা আৰু যাৱতীয় সহযোগিতা লাভৰ ক্ষেত্ৰত দুটা প্ৰধান 'বাটৰ হেঙাৰ' বুলি গণ্য কৰা হয়। আমাৰ সমাজ অৰ্থাৎ ব্যক্তি, পৰিয়াল আৰু সম্প্ৰদায়ৰ মাজত এই কাৰক দুটা বিদ্যমান হৈ আছে। এ. এন. এম.সকলে লাজ আৰু বৈষম্য কম কৰাৰ ক্ষেত্ৰত সমাজত এক গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা পালন কৰে।

এইচ. আই. সম্পৰ্কিত লাজ আৰু বৈষম্যৰ সংজ্ঞা ঃ

'লাজ'ৰ জৰিয়তে কোনো এজন ব্যক্তি বা কিবা এটা বস্তুক লজ্জাজনক হিচাপে গণ্য কৰাৰ ঋণাত্মক মনোভাৱকে বুজোৱা হৈছে। 'বৈষম্য'ৰ দ্বাৰা কোনো এক ব্যক্তি বা গোটক অসমতাপূৰ্ণ আচৰণ প্ৰদৰ্শন কৰা কাৰ্যক বুজোৱা হৈছে।

বৈষম্যৰ উদাহৰণ ঃ

- এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত ব্যক্তিক চিকিৎসা সেৱাৰ পৰা বঞ্চিত কৰা / পৃথককৈ ৰখা / কোনো স্বাস্থ্য কৰ্মীৰ দ্বাৰা আন মানুহতকৈ বেলেগ বুলি ঋণাত্মকভাৱে গণ্য কৰা।
- এজন ব্যক্তিয়ে তেওঁৰ দেহৰ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ হোৱাৰ বাবেই জীৱিকা হেৰুৱাবলগীয়াৰ ঘটনা।

- এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হোৱা বুলি জনাজাত হোৱাৰ পিছত পুৰুষ বা মহিলা— ব্যক্তি এগৰাকীৰ ক্ষেত্ৰত চাকৰি বিচাৰি পোৱা অতি কষ্টকৰ হৈ পৰা ঘটনা।
- স্তনপান কৰাবলৈ নিবিচৰা মাতৃ এগৰাকীক এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হোৱা বুলি মহিলাগৰাকীৰ সম্প্ৰদায়টোৱে অনুমান কৰি লৈ তেওঁক অকলশৰীয়া কৰা ঘটনা।
- সমাজৰ দ্বাৰা উপেক্ষা কৰা অৰ্থাৎ এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক ৰূপত থকা মহিলা এগৰাকীক ঘৰৰ বা পৰিয়ালৰ মানুহবোৰে ত্যাগ কৰাৰ ঘটনা।

লাজৰ কাৰণ বুলি ভবা আৰু বৈষম্যমূলক আচৰণ প্ৰদৰ্শন কৰাৰ আঁৰত থকা কাৰণবোৰ কি কি?

- আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ যৌন আচৰণ সম্পৰ্কে নৈতিকতাৰ নামত কল্পনা প্ৰসূত ধাৰণাৰে পৰিচালিত হোৱা।
- কোনো কোনো আক্ৰান্ত ব্যক্তি প্ৰকৃততেই অবাধ যৌনতা আৰু ড্ৰাগছ সেৱনকাৰী বুলি প্ৰমাণিত হোৱা।
- বহুক্ষেত্ৰত ধৰ্মীয় ভাব প্ৰৱণতাৰ সৈতেও মানুহৰ এই ঋণাত্মক মনোভাৱ তথা আচৰণ জড়িত হৈ থাকে। বহুতো মানুহে এইড্‌ছক ভগৱানে প্ৰদান কৰা শাস্তি বুলি গণ্য কৰে।
- বহুসময়ত স্বাস্থ্যকৰ্মীসকলক এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কে যথোচিত প্ৰশিক্ষণ দিয়া নহয়।
- বহু অন্ধবিশ্বাসকে ধৰি ভ্ৰান্ত ধাৰণাক দূৰ কৰিব পৰাকৈ এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছ সম্পৰ্কে প্ৰয়োজনীয় তথ্যৰ অভাৱ।
- ৰোগীৰ সংস্পৰ্শলৈ অহা মাত্ৰেই ভাইৰাছৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হৈ অনাহকতে মৃত্যুমুখত পৰাৰ অহৈতুক ভয়।

লাজ আৰু বৈষম্যমূলক মনোভাৱ তথা আচৰণে শৰীৰত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তি আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালৰ ওপৰত কেনেদৰে প্ৰভাৱ পেলায়?

- মানসিক তথা মনস্তাত্বিক দিশত ৰোগী আৰু তেওঁৰ পৰিয়ালক আমনি কৰে।
- লাজৰ আচৰণ বুলি গণ্য কৰি বৈষম্যমূলক মনোভাৱৰ প্ৰদৰ্শনৰ কাৰ্যক এইড্‌ছৰ দৰেই অতি গুৰুত্বপূৰ্ণভাৱে আন এবিধ অসুখ বুলি গণ্য কৰিব পাৰি।
- যদিহে গাত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিসকলে তেওঁলোকৰ ৰোগৰ পৰ্যায় বা অৱস্থিতি ঘোষণা কৰে বা চিকিৎসা বিচাৰে তেনে অৱস্থাত লাজ আৰু বৈষম্যমূলক মনোভাৱৰ দ্বাৰা ৰোগীসকল নিম্নোক্ত ধৰণে ফল ভুগিব পাৰে—
  - — তেওঁলোকৰ প্ৰিয়জন বা পৰিয়ালৰ সদস্যকেইজন আঁতৰি যাব পাৰে।
  - — চিকিৎসাসেৱা খণ্ডৰো ব্যক্তিৰ দ্বাৰা এনে ৰোগীসকলে শুশ্ৰূষা, সহযোগিতা বা চিকিৎসাৰ ক্ষেত্ৰত উপেক্ষিত হ'ব পাৰে।
  - — চাকৰি হেৰুৱাব পাৰে আৰু নতুনকৈ কাম পোৱা অসম্ভৱ হৈ পৰিব পাৰে।

— বিদ্যালয়-মহাবিদ্যালয়ত নামভৰ্তি নহ'ব পাৰে অথবা সেইবোৰৰ পৰা বহিষ্কৃত হ'ব পাৰে।

— হিংসাৰ বলি হ'ব পাৰে।

— উপেক্ষিত, অৱহেলিত হৈ হতাশাত ডুব যাবলগীয়া হ'ব পাৰে।

— জীৱন বীমা, স্বাস্থ্যসেৱা আৰু আন বহু কিবাকিবি লাভৰ পৰা বঞ্চিত হ'ব পাৰে।

— বহুতক আকৌ সম্পত্তিৰ অধিকাৰৰ পৰাও বঞ্চিত কৰে।

— পিতৃ-মাতৃৰ পৰা সন্তানলৈ এইচ. আই. ভি. বাধা দিয়া আঁচনিৰ (পি. পি. টি. চি. টি.) ক্ষেত্ৰত এনে মনোভাৱে গৰ্ভৱতী মহিলাক নিম্নোক্ত শিতানকেইটাত বাধা বা অসুবিধা দিব পাৰে।

√ গৰ্ভাৱস্থাৰ শুশ্ৰূষামূলক সেৱাবোৰ আৰু পি. পি. টি. চি. টি. কাৰ্যসূচীত অংশগ্ৰহণ।

√ পি. পি. টি. টি.ৰ নিৰ্দেশনা অনুযায়ী নৱজাতকক দুগ্ধ পান কৰোৱাৰ নিৰ্দেশনা মানি চলাত (কৃত্ৰিম দুগ্ধ পান বা আগতীয়াকৈ দুগ্ধ পান কৰা কাৰ্য)।

√ মাক আৰু নৱজাতকক যুগ্মভাৱে পৰীক্ষা আৰু চিকিৎসা কৰা কাৰ্যত।

আমি কেনেকৈ স্বাস্থ্যসেৱাৰ প্ৰক্ৰিয়াটোৰ অন্তৰ্নিহিত লাজ আৰু বৈষম্যৰ আচৰণক কম কৰিব পাৰোঁ?

লাজৰ কাৰণ বুলি ভাবি লৈ প্ৰদৰ্শন কৰা ঋণাত্মক মনোভাৱক চিনাক্তকৰণ ঃ

- কিছুমান ব্যক্তিৰ শৰীৰত এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ অথবা সেই সম্পৰ্কে কাল্পনিকভাৱে অনুমান কৰি আমি প্ৰদৰ্শন কৰা আচৰণ, মনোভাৱ বা বিশ্বাসবোৰে তেনে লোকসকলক কেনে দুৰ্বিসহ অৱস্থা এটালৈ ঠেলি দিয়ে সেই সম্পৰ্কে আমি আত্মোপলব্ধি কৰা উচিত।
- স্বাস্থ্যসেৱা খণ্ডত কৰ্মৰতসকলে কৰণীয় কাৰ্যসমূহ হ'ব পাৰে এনে ধৰণৰ—

  — ৰোগ বা ৰোগী সম্পৰ্কে প্ৰচলিত ঋণাত্মক মনোভাৱ আৰু বৈষম্যমূলক আচৰণক ব্যক্তিগতভাৱে প্ৰত্যাহ্বান জনোৱা।

  — ৰোগীসকলৰ মনত দুখ দিব পৰা বা তেওঁলোকক অসন্মান জনোৱা কোনো ধৰণৰ ভংগীমা নিৰৱে থকা অৱস্থাতো মুখাৱয়বত প্ৰকাশ নকৰা।
- সম্প্ৰদায়ৰ মাজত বা ৰাজহুৱাকৈ কৰণীয় কাৰ্য—

  — জনসাধাৰণক এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছ, ইয়াৰ প্ৰসাৰণ, প্ৰতিৰোধ, এ. আৰ. টি. আৰু ৰোগী তথা তেওঁলোকৰ পৰিয়ালৰ প্ৰতি ঋণাত্মক মনোভাৱ কিম্বা বৈষম্যতামূলক আচৰণৰ জৰিয়তে সৃষ্টি হোৱা দুৰৱস্থা সম্পৰ্কে শিক্ষিত কৰিব লাগে।

  — একেদৰে শৰীৰত এইচ. আই. ভি. লৈ থকা ব্যক্তি আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালৰ সদস্যসকলক আনে প্ৰদৰ্শন কৰা ঋণাত্মক মনোভাৱ তথা বৈষম্যৰ বিৰুদ্ধে যুঁজ দিবলৈ উৎসাহিত কৰিব লাগে। ৰোগীসকলক যোগাত্মকভাৱে জীৱনক গ্ৰহণ কৰিবলৈ শিকোৱাৰ লগতে এইক্ষেত্ৰত সহায়কৰ

অৰদান আগবঢ়োৱা বিভিন্ন গোটৰ সৈতে সম্পৰ্ক স্থাপনৰ সুবিধা কৰি দিব লাগে।

— শৰীৰত এইচ. আই. ভি. লৈ থকা ব্যক্তি আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালৰ সদস্যক মনোসামাজিক সহযোগিতা প্ৰদান কৰিব লাগে।

— শৰীৰত এইচ. আই. ভি.লৈ থকা ব্যক্তি আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালসমূহক শুশ্ৰূষা আৰু সহযোগিতাৰ বিভিন্ন আঁচনিৰ সৈতে জড়িত কৰোৱাব লাগে।

আইনী আৰু নৈতিক দিশবোৰৰ পৰিচয় ঃ

শৰীৰত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিসকলৰ সৈতে সম্পৰ্কিত আইনী আৰু নৈতিক বিষয়সমূহৰ সন্দৰ্ভত যথোচিত সজাগতাই আপোনাক তেনে ব্যক্তিসকলক শুশ্ৰূষা কৰাত অতি কাৰ্যক্ষম ৰূপত সহায় কৰিব।

এইচ. আই. ভি. সন্দৰ্ভত ৰোগীসকলৰ প্ৰতি সন্মান প্ৰদৰ্শন, তেওঁলোকক সুৰক্ষা প্ৰদান আৰু তেওঁলোকৰ মানৱ অধিকাৰ ৰক্ষা কৰক ঃ

- এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হওঁকেই বা নহওঁক সকলো শিশু, মহিলা আৰু পুৰুষৰ নিজৰ লগতে পৰিয়ালৰ স্বাস্থ্য ৰক্ষাৰ্থে প্ৰয়োজনীয় তথ্য আৰু সেৱা লাভ কৰাৰ মানৱীয় অধিকাৰ আছে।
- এইচ. আই. ভি. এইড্‌ছৰ সন্দৰ্ভত নিজৰ শৰীৰ সম্পৰ্কে সকলো তথ্য লাভৰ আৰু প্ৰয়োজনীয় পৰামৰ্শ গ্ৰহণৰ তেওঁলোকৰ অধিকাৰ আছে।
- তেওঁলোকৰ আনকি পৰীক্ষা কৰিবলৈ নিদিয়াৰ বা এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰ ফলাফল কাকো নজনোৱাৰ অধিকাৰো আছে।
- নৱজাতক / গাখীৰ খাই থকা শিশু সম্পৰ্কে সকলো তথ্য লাভৰ পাছত প্ৰয়োজনীয় সিদ্ধান্ত গ্ৰহণৰ অধিকাৰ তথা প্ৰয়োজনীয় সহায়-সহযোগিতা গ্ৰহণ কৰাৰ অধিকাৰ মহিলা এগৰাকীৰ থাকে।

এইচ. আই. ভি. সংক্ৰান্তীয় আইনী বিষয়বোৰ ঃ

- ১৯৯৩ চনৰ 'ড্ৰাগছ্ এণ্ড কচমেটিক ৰ'লছ' অনুসৰি তেজ আৰু তেজত থকা কোনো বস্তু কাৰোবাক দিয়াৰ পূৰ্বে সেইবোৰৰ এইচ. আই. ভি. (আৰু অন্য সংক্ৰমনকাৰী ৰোগ) পৰীক্ষা কৰাটো বাধ্যতামূলক।
- ভাৰতীয় সংবিধানৰ 'ৰাইট টু প্ৰাইভেচি অফ এ পাৰচন' আইনৰ ২১ নং দফা অনুযায়ী প্ৰতিজন ব্যক্তিৰেই চিকিৎসাসেৱা লাভৰ মৌলিক অধিকাৰ আছে।
- ১৯৯৮ চনৰ 'বায়'মেডিকেল ৱেষ্ট মেনেজমেণ্ট ৰেগুলেচনচ্' অনুসৰি জেৱিক আৰু চিকিৎসা সংক্ৰান্তীয় আৱৰ্জনা সৃষ্টিকাৰী যিকোনো অনুষ্ঠানে সংশ্লিষ্ট আৱৰ্জনাৰ দ্বাৰা মানুহৰ স্বাস্থ্য আৰু পৰিৱেশত কু-প্ৰভাৱ নপৰাৰ ব্যৱস্থা কৰা বাঞ্ছনীয়।

- ১৯৯৪ চনৰ ‘অৰগেন ডনেচন এক্ট’ৰ মতে ব্যক্তি এজনৰ কোনো অংগ অন্যৰ গাত সংস্থাপিত কৰাৰ পূৰ্বেই দাতাজনক যথোচিত স্বাস্থ্য-পৰীক্ষা কৰোৱাব লাগে।
- ১৯৯৫ চনৰ ‘আৰটিফিচিয়েল ইনচেমিনেনে হিউমেন এক্ট’ অনুসৰি সংশ্লিষ্ট প্ৰক্ৰিয়াটো চলোৱাৰ পূৰ্বে ব্যক্তি এজনৰ এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰাটো বাধ্যতামূলক।
- ১৯৮৬ চনৰ ‘কনজিউমাৰ প্ৰটেক্চন এক্ট’ অনুসৰি চিকিৎসা সংক্ৰান্তীয় অসাধু অনুশীলনৰ পৰা গ্ৰাহকসকলক আইনী সুৰক্ষা প্ৰদান কৰা হৈছে।
- চিকিৎসকসকলে ব্যক্তি এজনৰ ৰোগ চিনাক্ত কৰি তেওঁক যথোচিত পৰামৰ্শ আৰু সেৱা প্ৰদান কৰা বাধ্যতামূলক। কোনো এজন ৰোগীকেই তেওঁৰ দেহত যোগাত্মকভাৱে এইচ. আই. ভি. থকা বাবে চিকিৎসা লাভৰ পৰা বঞ্চিত কৰা অনুচিত। অন্যথা তেনে চিকিৎসক বা চিকিৎসাকৰ্মীৰ বিৰুদ্ধে আইনী ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰা যাব পাৰে। ইয়াৰ ফল হিচাপে এজন চিকিৎসকে চৰকাৰী অনুজ্ঞাপত্ৰ হেৰুৱাব পাৰে।
- এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত ব্যক্তিৰ আছে—

  — সম্পত্তিৰ উত্তৰাধিকাৰ লাভৰ অধিকাৰ।

  — সন্তানৰ ওপৰত অধিকাৰ।

  — চাকৰিত আন মানুহৰ দৰেই থকাৰ অধিকাৰ (তেওঁলোকক চাকৰিৰ পৰা বৰ্খাস্ত কৰিব নোৱাৰে)।

নৈতিক বিষয়বোৰ ঃ

এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত ৰোগীসকলক শুশ্ৰূষা কৰাৰ সময়ত কেতবোৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ নৈতিক নীতি এ. এন. এম.সকলে মানি চলা বাঞ্ছনীয়। সেই সম্পৰ্কে তলত উল্লেখ কৰা হ’ল—

এইচ. আই. ভি.ৰ পৰীক্ষণ আৰু অনুসন্ধান ঃ

- নিৰাপদ ৰক্ত পৰিবহন সম্পৰ্কে অনুসন্ধান চলোৱাত বাধা নাই।
- আন এটা অনুসন্ধানৰ অনুমতি থকা পৰীক্ষণ হৈছে ‘চেৰ’প্ৰিভেলেন্স ষ্টাডি’। মহামাৰীবিধ প্ৰকৃততে কমিছেনে অধিক ভয়াবহ ৰূপ লৈছে— সেই সম্পৰ্কে সঠিক উপলব্ধিৰ বাবে এই অনুসন্ধানৰ জৰিয়তে সংখ্যাগত তথ্য আহৰণ কৰা হয়।
- এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণৰ বাবে পূৰ্বচৰ্ত হিচাপে গণ্য কৰা দুটা কাৰ্য হৈছে পৰামৰ্শ দান আৰু অনুমতি গ্ৰহণ।
- কোনো ব্যক্তিকেই চিকিৎসা প্ৰদানৰ পূৰ্বচৰ্ত হিচাপে জোৰ কৰি এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰোৱাব নালাগে।
- ভাৰতত সকলোবোৰ গৰ্ভৱতী মহিলাকেই এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰোৱাৰ প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ দিয়া হয়। তেওঁলোকক তেতিয়াহে এই পৰীক্ষা কৰিব পাৰি যেতিয়া স্ব-ইচ্ছাই তেখেতসকলে

ইয়াৰ বাবে সন্মত হয়।

- এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰ ফলাফলবোৰ অত্যন্ত গোপনীয়তাৰে ৰাখিব লাগে।
- নিম্নোক্ত ৰোগ / অৱস্থা থকা ব্যক্তিসকলৰ ক্ষেত্ৰত বিশেষভাৱে নিয়োজিত ব্যক্তি বা অনুষ্ঠানৰ দ্বাৰা পৰামৰ্শ দিয়া হয়। সেই ৰোগ / অৱস্থাবোৰ—

  — এচ. টি. আই

  — টি. বি.

  — ক্ৰনিক ডায়েৰীয়া

  — ওজন হ্ৰাস

  — ক্ৰনিক জ্বৰ

  — ক্ৰনিক কাহ

  — হাৰ্পছ - জষ্টাৰ

  — অৰেল কেণ্ডিদিয়েচিছ্

  — ৰিকাৰেণ্ট অৰেল আলচাৰছ

  — লিম্ফেডেন'পেথি

  — গৰ্ভৱতী মহিলা

ব্যক্তিগত আৰু গোপনীয়তা সম্পৰ্কে বিভিন্ন দিশ ঃ

- স্বাস্থ্যসেৱা প্ৰদান কৰোতা (এ. এন. এম / ষ্টাফ নাৰ্চ / লেবৰেটৰী টেক্নিচিয়ান ইত্যাদি) সকলে ৰোগী আৰু এইচ. আই. ভি.ৰ পৰীক্ষণৰ ফলাফল সম্পৰ্কে কঠোৰ গোপনীয়তা অৱলম্বন কৰা বাঞ্ছনীয়।
- এজন ব্যক্তি সম্পৰ্কীয় যিকোনো তথ্য কোনো কাৰণতে প্ৰকাশ নোহোৱাৰ সুব্যৱস্থা কৰা।
- শুশ্ৰূষাত নিয়োজিত স্বাস্থ্যসেৱা দলটোৱে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিজনৰ এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কীয় তথ্যবোৰ জনা উচিত। দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ থকা ব্যক্তিসকলক স্বাস্থ্যসেৱা প্ৰদানকাৰী (এইচ. চি. পি.) সকলে তেখেতৰ এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কীয় তথ্য অন্য কাক জনাইছে আৰু ইয়াৰ ফলত ৰোগীগৰাকী কিদৰে উপকৃত হ'ব সেই বিষয়েও অৱগত কৰিব। এইক্ষেত্ৰত দেহত এইচ. আই. ভি.লৈ থকা ব্যক্তিজনৰ পৰা পূৰ্ব অনুমতি লোৱা বাধ্যতামূলক (অৰ্থাৎ ইয়াৰ দ্বাৰা গোপনীয়তাক নিৰ্দিষ্ট কাৰোবাৰ সৈতে ৰোগীৰ অনুমতি সাপেক্ষে জনোৱা হয়)।
- দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ থকা ব্যক্তি / ইনজেক্চনৰ জৰিয়তে ড্ৰাগছ গ্ৰহণ কৰাসকলে তেওঁলোকৰ যৌন / ড্ৰাগছ লোৱা সংগী / প্ৰিয়জন / পৰিয়াল / অন্য গুৰুত্বপূৰ্ণ বুলি ঘোষণা কৰা ব্যক্তিসকলক পৰীক্ষা কৰোৱাৰ প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে স্বাস্থ্যসেৱা প্ৰদানকাৰীসকলৰ পৰা পৰামৰ্শ লাভ কৰা উচিত।

ইয়াৰ ফলত সংগীসকলৰ পৰীক্ষণৰ লগতে ৰোগীক তেওঁলোকৰ ঘৰতে চিকিৎসা প্ৰদান সম্ভৱ হৈ পৰে।

- বহুকেইবাৰ নেৰানেপেৰাকৈ পৰামৰ্শ দানৰ পাছতো যদিহে শৰীৰত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিসকলে তেওঁলোকৰ সংগী / প্ৰিয়জনক নিজৰ ৰোগ সম্পৰ্কে জনাবলৈ অনিচ্ছুক হৈ পৰে। তেন্তে তৎক্ষণাত আক্ৰান্ত ব্যক্তিক এ. এন. এম.সকলে উৰ্ধতন কৰ্তৃপক্ষৰ ওচৰলৈ প্ৰেৰণ কৰিব লাগে।
- ব্যক্তি এজনৰ গাত এইচ. আই. ভি. থকা বা নথকা সম্পৰ্কে তেওঁৰ চিকিৎসা তথ্যত উল্লেখ থকা উচিত নহয়।
- স্বাস্থ্যসেৱাৰ কেন্দ্ৰসমূহে বিভাগীয় কৰ্তৃপক্ষক এক চৰকাৰী আৰ্হিযুক্ত পদ্ধতিৰ মাজেৰে লক্ষণীয় ৰোগসমূহৰ বিষয়ে অৱগত কৰাতো বাধ্যতামূলক।

এইচ. আই. ভি. আৰু গৰ্ভধাৰণ ঃ

- এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক মহিলা আৰু দম্পতীৰ গৰ্ভধাৰণ আৰু প্ৰসৱ সম্পৰ্কে সিদ্ধান্ত গ্ৰহণৰ সম্পূৰ্ণ ক্ষমতা থকা উচিত। এই বিষয়ে বাচনি কৰাৰ কৰ্তৃত্বও হৈছে তেওঁলোকৰ নিজৰ।
- যৌন সংগমেৰে আক্ৰান্ত ব্যক্তিয়ে পুনৰাই ভিন্ন মাত্ৰাত সংক্ৰমিত হোৱাৰ সম্ভাৱনা অতি বেছি হোৱা বাবে এনে দম্পতীয়ে সন্তান জন্মৰ সিদ্ধান্ত লোৱাৰ পূৰ্বে পৰামৰ্শ গ্ৰহণ কৰা উচিত।
- পিতৃ-মাতৃৰ পৰা সন্তানলৈ যাতে এইচ. আই. ভি. নিবিয়পে সেই উদ্দেশ্যে এনে দম্পতীক পৰামৰ্শ দিয়া উচিত।
- তেওঁলোকক নিম্নোক্ত শিতানবোৰত পৰামৰ্শ দিব লাগে—
  - — সন্তানলৈ এইচ. আই. ভি. বিয়পাৰ বিপদজনক সম্ভাৱনা সম্পৰ্কে।
  - — পি. পি. টি. চি. টি. আঁচনিৰ অধীনত সন্তানক সংক্ৰমণৰ পৰা বচোৱাৰ বা এইক্ষেত্ৰত বিপদ ক’ম কৰাৰ উপায় সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ দিয়া উচিত।
  - — সন্তান জন্ম দিয়াতকৈ তুলি লোৱাৰ বিষয়েও পৰামৰ্শ দিয়া উচিত।
  - — ৰুগীয়া পিতৃ-মাতৃয়ে সন্তান জন্ম দিলে সৃষ্টি হ’ব পৰা পৰিণতি সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ দিয়া উচিত।
  - — বিভিন্ন পৰিয়াল পৰিকল্পনা আঁচনি যেনে - পুনৰায় সংক্ৰমণৰ পৰা বাচিবলৈ কনডম ব্যৱহাৰ কৰা সম্পৰ্কেও পৰামৰ্শ দিয়া উচিত।

দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ থকা ব্যক্তিসকলৰ দায়িত্ব সম্পৰ্কে ঃ

দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিসকলক সঠিকভাৱে পৰামৰ্শ দি শিক্ষিত কৰাৰ প্ৰয়োজন আছে। তেওঁলোকক নিজৰ দায়ৱদ্ধতা সম্পৰ্কে উপলব্ধি কৰোৱাব লাগে। যাতে—

- মানৱ জীৱন বচাব পৰা যায়।

- ইচ্ছাকৃতভাৱে এনে জীৱননাশী ৰোগেৰে তেওঁলোকে যাতে আন কাকো সংক্ৰমিত নকৰে। ভাৰতীয় উচ্চতম ন্যায়ালয়ে ইতিমধ্যে এনে ইচ্ছাকৃত কাৰ্যক এক শাস্তিৰ যোগ্য অপৰাধ বুলি ঘোষণা কৰিছে। এনে অপৰাধীয়ে দুই বছৰ পৰ্যন্ত কাৰাদণ্ড অথবা জৰিমণা অথবা দুয়োটাই শাস্তি হিচাপে লাভ কৰিব পাৰে।
- তেওঁলোকে যাতে নিজৰ যৌনসংগীক শৰীৰত এইচ. আই. ভি. ধৰা পৰাটো অৱগত কৰে।
- সমৰ্থৱান হৈ থাকোতেই যাতে এনে ব্যক্তিসকলে নিজৰ পৰিয়াল আৰু সম্প্ৰদায়ক যথোচিত সেৱা কৰিব পাৰে।

কেতবোৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ বাৰ্তা ঃ

- লাজ আৰু বৈষম্যমূলক আচৰণ তথা ঋণাত্মক মনোভাৱৰ বিষয়ে তলত দিয়া দিশসমূহৰ পৰা জানিব পৰা যায়—
  - ৰোগীসকলক আনতকৈ পৃথক ধৰণে কৰা ব্যৱহাৰ।
  - এজন ব্যক্তিক এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক বুলি নামকৰণ কিম্বা শ্ৰেণীভুক্ত কৰা।
  - বিচনাত বিশেষ সূচক লগাই দি এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হোৱা বুলি চিহ্নিত কৰা।
- ঋণাত্মক মনোভাৱ তথা লজ্জাজনক বুলি গণ্য কৰা আচৰণ আৰু বৈষম্যমূলক কাৰ্যই নিৰোৎসাহ কৰে নিম্নোক্ত ক্ষেত্ৰ তথা দিশত—
  - এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰ বাবে আগুৱাই অহাসকলক।
  - আক্ৰান্ত ব্যক্তিক ৰোগ সম্পৰ্কে পিতৃ-মাতৃকো জনোৱাৰ পৰা বাৰণ কৰা। ইয়াৰ ফলত এইচ. আই. ভি.ৰ আনলৈ সংক্ৰমণৰ প্ৰক্ৰিয়া অব্যাহত থাকে।
  - অ. আই. / এছ্. টি. আই. / আৰ. টি. আই আদিৰ চিকিৎসাৰ বাবে দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা লোকসকলক প্ৰয়োজনীয় সেৱাসমূহ গ্ৰহণ কৰাত বাধা দিয়ে।
  - শৰীৰত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা লোকসকলক যিবোৰ সুস্থ মানুহে সহায়ৰ হাত আগবঢ়াব বিচাৰে তেওঁলোক নিৰুৎসাহিত তথা বাধাপ্ৰাপ্ত হয়।
- এ. এন. এম.সকলে এইদৰে স্বাস্থ্যসেৱাৰ কেন্দ্ৰবোৰত ৰোগীৰ প্ৰতি প্ৰদৰ্শন কৰা ঋণাত্মক মনোভাৱ হ্ৰাস কৰিব পাৰে—
  - স্বাস্থ্য সেৱা কেন্দ্ৰসমূহত কৰ্মচাৰী, চিকিৎসক ইত্যাদিয়ে এনে ঋণাত্মক মনোভাৱক চিনাক্ত কৰাৰ পিছত সম্ভৱপৰ চূড়ান্ত পৰ্যায়লৈ সেইবোৰ নোহোৱা কৰাত প্ৰবৃত্ত হোৱা।
  - এনে ব্যক্তিৰ অধিকাৰৰ সপক্ষে মাত মতা।
  - স্বাস্থ্য সেৱাৰ লগত জড়িত অন্য সকলো সহকৰ্মী যেনে- আশাকৰ্মী আদিক এইচ. আই. ভি. আৰু

ইয়াৰ প্ৰতিৰোধ তথা প্ৰসাৰণ সম্পৰ্কে শিক্ষা প্ৰদান কৰাৰ জৰিয়তে।

- সকলো চিকিৎসা সেৱাকৰ্মীক সংক্ৰমণ নিয়ন্ত্ৰণৰ ব্যৱস্থা সম্পৰ্কে প্ৰশিক্ষণ দিয়াৰ মাজেৰে।
- জনসাধাৰণক এইচ. আই. ভি. ইয়াৰ কাৰণ, ই কেনেকৈ বিয়পে, প্ৰতিৰোধ তথা নিয়ন্ত্ৰণ সম্পৰ্কে শিক্ষিত কৰি তোলাৰ জৰিয়তে।
- দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিসকলৰ ভৰসা লাভ কৰিব পৰাকৈ ব্যৱস্থা গ্ৰহণৰ বাবে।

● দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা লোকসকলৰ মৌলিক অধিকাৰক সন্মান জনোৱাৰ প্ৰয়োজন আছে। এইক্ষেত্ৰত নিম্নোক্ত ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰিব পাৰি—

- এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰৰ বাবে অনুমতি আহৰণ কৰি তেওঁলোক প্ৰয়োজনীয় পৰামৰ্শ দিব লাগে।
- ৰোগীৰ গোপনীয়তা ৰক্ষা কৰিব লাগে।
- ৰোগীসকলক তেওঁলোকৰ দেহত এইচ. আই. ভি.ৰ উপস্থিতি সম্পৰ্কে নিজৰ সংগী তথা পৰিয়ালক জনোৱাৰ বাবে উৎসাহিত কৰিব লাগে।
- পিতৃ-মাতৃৰ দেহৰ পৰা নৱজাতকৰ গালৈ যাতে এইচ. আই. ভি. নিবিয়পে সেই উদ্দেশ্যে দম্পতিবোৰক সঠিককৈ পৰামৰ্শ দিয়া উচিত।
- উন্নত মানৰ শুশ্ৰূষা আৰু চিকিৎসা প্ৰদান কৰিব লাগে।

● এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক সকলোৰে আন মানুহৰ দৰেই সমান সন্মানেৰে জীয়াই থকাৰ অধিকাৰ আছে।

● দেহৰ এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিসকলৰ আইনী আৰু বিভিন্ন নৈতিক দিশত সহায় কৰিবলৈ তেওঁলোকক যথোচিত সহায়কাৰী গোট / বেচৰকাৰী সংস্থা আদিৰ সৈতে যোগাযোগ কৰোৱাত এ. এন. এম.সকলে গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা পালন কৰিব পাৰে।

অধ্যায় - ৪

এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছ যত্ন সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ

অধ্যায়টোৰ উদ্দেশ্যসমূহ ঃ

- পৰামৰ্শৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ মৌলিক দিশবোৰৰ ব্যাখ্যা।
- এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ লগত সম্পৰ্কিত পৰামৰ্শৰ বিষয়ে বিৱৰণ।
- এইচ. আই. ভি. প্ৰসংগত পৰামৰ্শদানৰ গুৰুত্ব সম্পৰ্কে আলোচনা।
- বিভিন্ন ধৰণৰ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰান্তীয় পৰামৰ্শৰ বিষয়ে আলোচনা।
- সদৃশ ঘটনাত পৰামৰ্শ দানৰ প্ৰক্ৰিয়াৰ অংশগ্ৰহণকাৰী হিচাপে সংশ্লিষ্ট বিষয়টোত কৌশল আয়ত্বকৰণ।
- দেহত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তি, তেওঁলোকৰ পৰিয়াল আৰু এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হ'ব পৰাকৈ বিপদজনক অৱস্থাত থকা লোকসকলক পৰামৰ্শ দিয়াৰ সময় এ. এন. এম.সকলৰ ভূমিকা আৰু দায়িত্ব সম্পৰ্কে বিৱৰণ।

১. এইচ. আই. ভি. আৰু পৰামৰ্শদান ঃ

এইচ. আই. ভি. সংক্ৰান্তীয় আঁচনি তথা কৰ্মসূচীৰ ভিতৰত দেহত ৰোগবিধৰ বীজাণু লৈ জীয়াই থকা লোকসকলক পৰামৰ্শদানৰ সেৱাক সমগ্ৰ প্ৰক্ৰিয়াটোৰেই এক অন্যতম গুৰুত্বপূৰ্ণ কাৰ্য হিচাপে গণ্য কৰা হয়। একেবাৰে প্ৰাথমিক পৰ্যায়ত ৰোগত আক্ৰান্ত হোৱা লোকসকলৰ লগতে অতি বিপদজনক অৱস্থাত থকা সকলকো এইচ. আই. ভি. প্ৰতিৰোধ তথা নিয়ন্ত্ৰণৰ ক্ষেত্ৰত কাৰ্যসমূহ পৰামৰ্শ দানেৰে এ. এন. এম.সকলে অতিকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা পালন কৰে।

২. পৰামৰ্শদানৰ প্ৰক্ৰিয়াটো কি?

পৰামৰ্শদানৰ প্ৰক্ৰিয়াটো হৈছে মূলতঃ স্বাস্থ্যসেৱা আগবঢ়োৱা ব্যক্তি আৰু ৰোগ সম্পৰ্কে জানিব খোজা / সংক্ৰমণৰ সম্ভাৱণা থকা বা নথকা ব্যক্তি বিশেষৰ মাজৰ এক আলোচনা। ইয়াৰ উদ্দেশ্য হৈছে এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছ সম্পৰ্কে ব্যক্তি এজনে বিভিন্ন চাপৰ মাজতো যাতে সঠিক আৰু সবল সিদ্ধান্ত গ্ৰহণ কৰিব পাৰে। তেওঁ যাতে এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক বুলি পৰীক্ষাৰ ফলাফল পোৱাৰ পাছতো নিজৰ পৰিয়াল, ল'ৰা-ছোৱালী আদিৰ আগত সেই বিষয়ে ভাঙি কোৱাৰ মনোবল অটুট ৰাখিব পাৰে— সেই বিষয়েও আলোচনাৰ মাজেৰে দিয়া পৰামৰ্শই সহায় কৰিবলৈ যত্ন কৰে। এই প্ৰক্ৰিয়াটো মূলতঃ তাত জড়িত হোৱা ব্যক্তি এজনৰ প্ৰধান সমস্যাসমূহ চিনাক্ত কৰি সেইবোৰৰ উপলব্ধিৰ মাজেৰে তেওঁক যোগাত্মকভাৱে ভৱিষ্যতৰ দিনবোৰত জীয়াই থকাৰ উৎসাহ তথা বিভিন্ন কৌশল শিকোৱাৰ প্ৰয়াস কৰা হয়।

এ. এন. এম.সকলে এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কে তলত দিয়া ক্ষেত্ৰ সমূহত পৰামৰ্শ দিব পাৰে—

চিকিৎসা ক্ষেত্রত এইচ. আই. ভি. এইড্‌ছ প্ৰাথমিক জ্ঞান এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ প্ৰতিৰোধ আৰু প্ৰসাৰণ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ লক্ষণ আৰু গৰ্ভাৱস্থা এ. আৰ. টি. চিকিৎসা ব্যৱস্থাৰ সংস্পৰ্শ ৰক্ষা যোগাত্মক জীৱন-যাপন	**সম্পৰ্কৰ ক্ষেত্ৰত** যৌন সম্পৰ্কীয় পৰিয়াল আৰু বন্ধু-বান্ধৱ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ পৰা আনক নিৰাপদে ৰখা
ব্যক্তিগত পৰ্যায়ত ভয়, উদ্বিগ্নতা, হতাশা, নিসংগতা আৰু উপেক্ষা	**ব্যৱহাৰিক বিষয়ত** প্ৰেৰণ আৰু সংযোগস্থাপন

পৰামৰ্শৰ বিভিন্ন সজ্জা, সেইবোৰৰ লক্ষ্য গোট আৰু মুখ্য লক্ষ্যসমূহ ঃ

পৰামৰ্শৰ সজ্জা		লক্ষ্য গোট	পৰামৰ্শৰ মুখ্য লক্ষসমূহ
আই. চি. টি. চি. (স্বেচ্ছাই আগবাঢ়ি অহা ব্যক্তি / ৰোগীৰ ক্ষেত্ৰত)	পূৰ্ব পৰীক্ষা	সাধাৰণ মানুহ, স্বেচ্ছাই পৰীক্ষাৰ বাবে অহা লোক আৰু প্ৰেৰিত ৰোগী	● পুনৰবাৰ এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰে সিদ্ধান্ত ● বিপদজনক সম্ভাৱনা হ্ৰাস কৰণ
	পৰীক্ষাৰ শেষত ঋণাত্মক ফলাফল	পৰীক্ষিত ব্যক্তি এইচ. আই. ভি.ৰ পৰা মুক্ত	● বিপদজনক সম্ভাৱনা হ্ৰাসকৰণ আৰু প্ৰতিৰোধ ● সংগীৰ পৰীক্ষণ
	পৰীক্ষাৰ শেষত যোগাত্মক ফলাফল	পৰীক্ষিত ব্যক্তি এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত	● মনস্তাত্বিক সহযোগিতা ● বিপদজনক সম্ভাৱনা হ্ৰাসকৰণ ● ফলাফল প্ৰকাশ আৰু সংগীৰ পৰীক্ষা ● যোগাত্মকভাৱে প্ৰতিৰোধ ● শুশ্ৰূষা, সহযোগিতা আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ

পি. আই. চি. টি. (প্ৰভাইডাৰ ইনিচিয়েটিভ কাউচিয়েটিভ কাউন্সেলিং এণ্ড টেষ্টিং) (যেনে- গৰ্ভৱতী মহিলাৰ ক্ষেত্ৰত)	পূৰ্ব পৰীক্ষা	- ব্যক্তিজনৰ দেহত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ /এছ. টি. আই. /টি. বি.ৰ লক্ষণ প্ৰকাশিত - গৰ্ভৱতী মহিলা (গৰ্ভাৱস্থাৰ সেৱা লাভ কৰিছে) - জৰুৰীকালীনভাৱে প্ৰসৱৰ কোঠালৈ অহা কিন্তু পূৰ্ব নথিভূক্ত নহয়	● এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ সন্দৰ্ভত পৰীক্ষা আৰু প্ৰশিক্ষণ ● পুনৰবাৰ এইচ. আই.ভি. পৰীক্ষাৰ সিদ্ধান্ত ● পুষ্টি আৰু পৰিচ্ছন্নতা সম্পৰ্কে শিক্ষা ● স্বাস্থ্য অনুষ্ঠানত প্ৰসৱৰ গুৰুত্ব ● বিপদজনক সম্ভাৱনা হ্ৰাসকৰণ ● পৰীক্ষণৰ বাবে সন্মতি / অসন্মতিৰ সুবিধা
	পৰীক্ষাৰ শেষত ঋণাত্মক ফলাফল	- এইচ. আই. ভি. মুক্ত মাতৃ	● প্ৰতিৰোধ ● নিৰাপদ মাতৃত্ব ● নিয়মিত প্ৰতিবিধান
	পৰীক্ষাৰ শেষত যোগাত্মক ফলাফল	এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত মাতৃ	● মনস্তাত্বিক সহযোগিতা ● নিৰাপদ মাতৃত্ব ● নেভিৰাপাইন প্ৰফাইলেক্সিচ ● স্বাস্থ্য অনুষ্ঠানত প্ৰসৱৰ সুবিধা ● নৱজাতক দুগ্ধপানৰ অভ্যাস সম্পৰ্কে ● শুশ্ৰূষা আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ ● নিয়মিত প্ৰতিবিধান মানি চলা সম্পৰ্কত

এ. আৰ. টি.		শৰীৰত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিৰ ওপৰত এ. আৰ. টি. প্ৰয়োগ সম্পৰ্কত	● চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰস্তুতি সম্পৰ্কত ● চিকিৎসা গ্ৰহণ সম্পৰ্কত ● চিকিৎসাৰে সহযোগ

প্ৰভাইডাৰ ইনিচিয়েটেড কাউন্সেলিং (অসন্মতিৰ সুবিধাযুক্ত) ঃ

স্বাস্থ্য সেৱা প্ৰদানকাৰী লোকসকলে পৰামৰ্শৰ বাবে অহা ব্যক্তিসকল আই. চি. টি. লৈ প্ৰেৰণ কৰে য'ত তেওঁলোকক এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কে প্ৰাথমিক তথ্যবোৰ জনোৱাৰ লগতে এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণ তথা ইয়াৰ সুবিধা সম্পৰ্কে অৱগত কৰোৱা হয়।

ইয়াৰ পাছত পেছাদাৰী পৰামৰ্শদাতাসকলে নিয়মমাফিক কৰ্তব্য ৰূপত সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিজনক এইচ. আই. ভি.ৰ পৰীক্ষণ কৰি থ'লে বেয়া নহয় বুলি অৱগত কৰায়। তদুপৰি, এনে ব্যাখ্যা দিয়াৰ পাছতো ব্যক্তিজনে প্ৰকৃততেই এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণ কৰিব বিচাৰেনে নিবিচাৰে সেই সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ দাতাজনে পোনপটীয়াকৈ জানিবলৈ বিচাৰে।

সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিজনৰ এইক্ষেত্ৰত এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণৰ প্ৰস্তাৱটোক গ্ৰহণ অথবা নাকচ কৰাৰ পূৰ্বে অধিকাৰ থাকে।

যদিহে পৰামৰ্শ প্ৰক্ৰিয়াত অংশ লোৱা ব্যক্তিজনে সন্মতি প্ৰদান কৰে তেতিয়াহে তেওঁক এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰোৱা হয়। পৰীক্ষা সম্পাদনাৰ পাছত পৰৱৰ্তী পৰ্যায়ৰ দিহা-পৰামৰ্শবোৰো প্ৰদান কৰা হয়।

ক্লায়েণ্ট ইনিচিয়েটেড কাউন্সেলিং (সন্মতিৰ সুবিধাযুক্ত) ঃ

যিসকল ব্যক্তিয়ে স্ব-ইচ্ছাই আই. চি. টি. চি.লৈ আহি নিজকে পৰীক্ষা কৰোৱাব বিচাৰে তেওঁলোকক এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা সম্পৰ্কত দিহা-পৰামৰ্শৰ অন্তত পৰীক্ষণৰ প্ৰস্তাৱ দিয়া হয়। এনে অৱস্থাত তেওঁলোকে স্ব-ইচ্ছাই সন্মতি প্ৰদানো কৰে। ফলত পৰমৰ্শদাতাসকল বহু সুবিধা হয়।

কেনেকৈ পৰীক্ষাৰ বাবে অহা ব্যক্তিৰ শিক্ষাই তেওঁক প্ৰদান কৰা পৰামৰ্শক ভিন্ন ৰূপ দিব পাৰে?

পৰীক্ষণৰ বাবে অহা ব্যক্তিৰ শিক্ষা	পৰামৰ্শ
স্বাস্থ্য সংক্ৰান্তীয় তথ্য লাভৰ সুবিধা থকা আৰু আনুষংগিক তথ্যৰ বিষয়ে জ্ঞাত ৰোগ আৰু ইয়াৰ চিকিৎসা সম্পৰ্কে মূল্যবান	পৰামৰ্শত সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিজনৰ শিক্ষাক সামৰি ল'ব লাগে। দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা

তথ্যৰে সমৃদ্ধ	ব্যক্তিক ৰোগবিধৰ বিষয়ে অনুভৱ, বিপদজনক আচৰণ অভ্যাসৰ পৰিৱৰ্তনৰ বাবে সাজু হ'ব পৰাকৈ সহায় কৰা।
নিজৰ যত্ন সম্পৰ্কে আত্মবিশ্বাস মনোভাৱৰ প্ৰকাশ	দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিক প্ৰণালীবদ্ধ আঁচনি প্ৰস্তুত কৰিবলৈ সহায় কৰা। স্পষ্ট চিন্তা আৰু সিদ্ধান্ত গ্ৰহণত সহায় কৰা।

কেনেকৈ এজন কাৰ্যক্ষম পৰামৰ্শ দাতা হ'ব পাৰি ঃ

এজন কাৰ্যক্ষম পৰামৰ্শদাতা হ'বলৈ হ'লে আমি ভাব প্ৰকাশ আৰু বিনিময়ৰ যথেষ্ট অনুশীলন কৰাৰ প্ৰয়োজন। যিহেতু এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণে ব্যক্তি এজনৰ ওপৰত শাৰীৰিক, মানসিক, আৱেগিক, সামাজিক আৰু আনকি আত্মিক দিশতো বিভিন্ন জটিল প্ৰভাৱ পেলায়, সেয়েহে এই ভাৱৰ বিনিময় তথা দিহা-পৰামৰ্শ এক সুন্দৰ, সহযোগমূলক পৰিৱেশৰ মাজত সম্পাদিত হোৱাৰ প্ৰয়োজন আছে।

অৰ্থপূৰ্ণ ভাৱ বিনিময়ৰ উপাদানসমূহ ঃ

বাৰ্তা দিওঁতে ঃ

- যোগাত্মক হওঁক আৰু বিষয়বস্তুত চিন্তা চেতনাক কেন্দ্ৰীভূত কৰক।
- শ্ৰোতাজনক পৰিৱেশটোৰ প্ৰতি সহজ অনুভৱ কৰাত গুৰুত্ব দিয়ক।
- ভাৱ-বিনিময়ৰ শেষত সংশ্লিষ্ট বিষয়টোৰ ওপৰত মতামত বিচাৰক।
- প্ৰয়োজনীয় কথা / বিষয়বোৰত গুৰুত্ব দিয়ক।
- মন্তব্যবোৰ যোগাত্মকভাৱে দিব।
- যোগাত্মক আচৰণ আৰু কামক প্ৰশংসা কৰাৰ লগতে সেই সন্দৰ্ভত উৎসাহ প্ৰদৰ্শন কৰিব।

শুনাৰ সময়ত / মুখৰ অভিব্যক্তি পৰ্যবেক্ষণত ঃ

- চকুত চকু ৰাখিব হাঁহি মুখেৰে নিজকে উপস্থাপন কৰিব।
- ব্যক্তিজনৰ ফালে অলপমান হাউলি তেওঁৰ ভাবৰ প্ৰতি সন্মান জনাই মাজে মাজে 'এৰা, হয়, ও...' আদি শব্দ প্ৰক্ষেপন কৰিব।
- প্ৰয়োজন সাপেক্ষে ব্যক্তিজনৰ গাত হাত থৈ তেওঁক আশ্বস্ত কৰাত অকণো সংকোচ নকৰিব।

কথাৰ সুৰ ঃ

- আপোনাৰ কণ্ঠস্বৰ যিমান পাৰি কোমল আৰু মিঠাকৈ ব্যৱহাৰ কৰি ব্যক্তিজনক তেওঁৰ ভাব ব্যক্ত কৰাত, অসুবিধাসমূহ খুলি কোৱাত সহায় কৰক।
- প্ৰশংসা আৰু উৎসাহ যোগাব পৰা বক্তব্য যিমান পাৰি বেছিকৈ কওক।

প্ৰশ্ন সোধাৰ কৌশল ঃ

- এনেদৰে প্ৰশ্ন সোধক যাতে ব্যক্তিজনে তেওঁৰ সমস্যা সম্পৰ্কে আপুনি বিচৰাতকৈ অধিক তথ্য দিবলৈ উৎসাহ বোধ কৰে।
- এবাৰ প্ৰশ্ন কৰিয়েই তৎক্ষণাত পৰৱৰ্তী প্ৰশ্নলৈ নগৈ ব্যক্তিজনৰ উত্তৰলৈ অপেক্ষা কৰক।
- আপোনাৰ প্ৰশ্ন ব্যক্তিজনৰ বাবে বুজি পোৱা বিধৰ নহ'লে পুনৰায় সৰলভাৱে সোধক।

দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিৰ সৈতে ভাব বিনিময়ৰ সময়ত ঋণাত্মক বাৰ্তাতকৈ যোগাত্মক বাৰ্তা প্ৰেৰণ কৰিলে সামগ্ৰিকভাৱে সংশ্লিষ্ট প্ৰক্ৰিয়াটোৰ পৰা সঠিক সুফল পোৱা যায়। ভাব-বিনিময় / আলোচনা / পৰামৰ্শৰ প্ৰয়োজনত ব্যক্তি এজনক দিবলগীয়া বাৰ্তাটো যোগাত্মকভাৱে মনৰ ভিতৰত জুকিয়াই প্ৰস্তুত কৰি ল'ব।

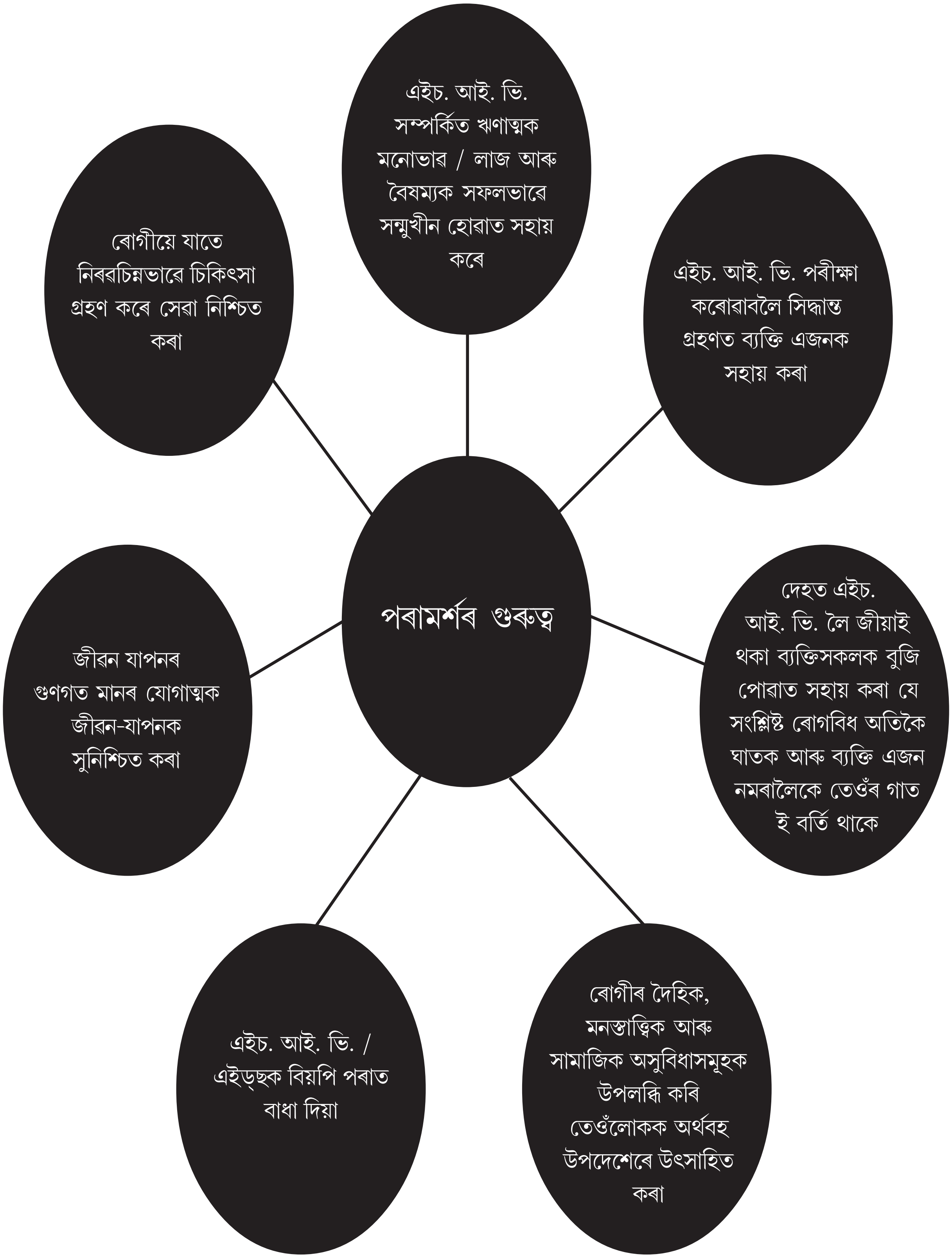
'যোগাত্মক' আৰু 'ঋণাত্মক' বাৰ্তাৰ উদাহৰণ ঃ

যোগাত্মক বাৰ্তা	ঋণাত্মক বাৰ্তা
কনডমৰ ব্যৱহাৰে আপোনাক এচ. টি. আই.ৰ পৰা মুক্ত কৰি ৰাখিব।	কনডম ব্যৱহাৰ নকৰিলে আপোনাৰ গাত এচ. টি. আই. হোৱাৰ পূৰ্ণ শংকা থাকিব।
নিৰাপদ যৌন অভ্যাসে আপোনাক আৰু আনকো নিৰাপদে ৰাখিব।	যদিহে আপুনি নিৰাপদে যৌন অভ্যাস নকৰে, তেন্তে আপোনাৰ গাত এচ. টি. আই. হ'ব পাৰে আৰু আনলৈ আপুনি এইচ. আই. ভি. বিয়পাব পাৰে।
নিতৌ চিকিৎসকৰ দিহামতে এ. আৰ. টি. ব্যৱহাৰ কৰিলে আপোনাৰ শৰীৰে ঔষধৰ প্ৰতি বাধা জন্মোৱা ক্ষমতা হেৰুৱাব আৰু ইয়াৰ ফলত সুদীৰ্ঘ সময়ৰ বাবে আপুনি সুস্বাস্থ্যৰে থাকিব পাৰিব।	যদিহে চিকিৎসকৰ দিহামতে এ. আৰ. টি. নলয়, তেনেহ'লে আপোনাৰ দেহত এইচ. আই. ভি.-ক বাধা দিয়া অসম্ভৱ হ'ব। কিয়নো তেনেক্ষেত্ৰত এইচ. আই. ভি.ৰ ঔষধক বাধা দিব পৰা সক্ষমতা বৃদ্ধি হ'ব।

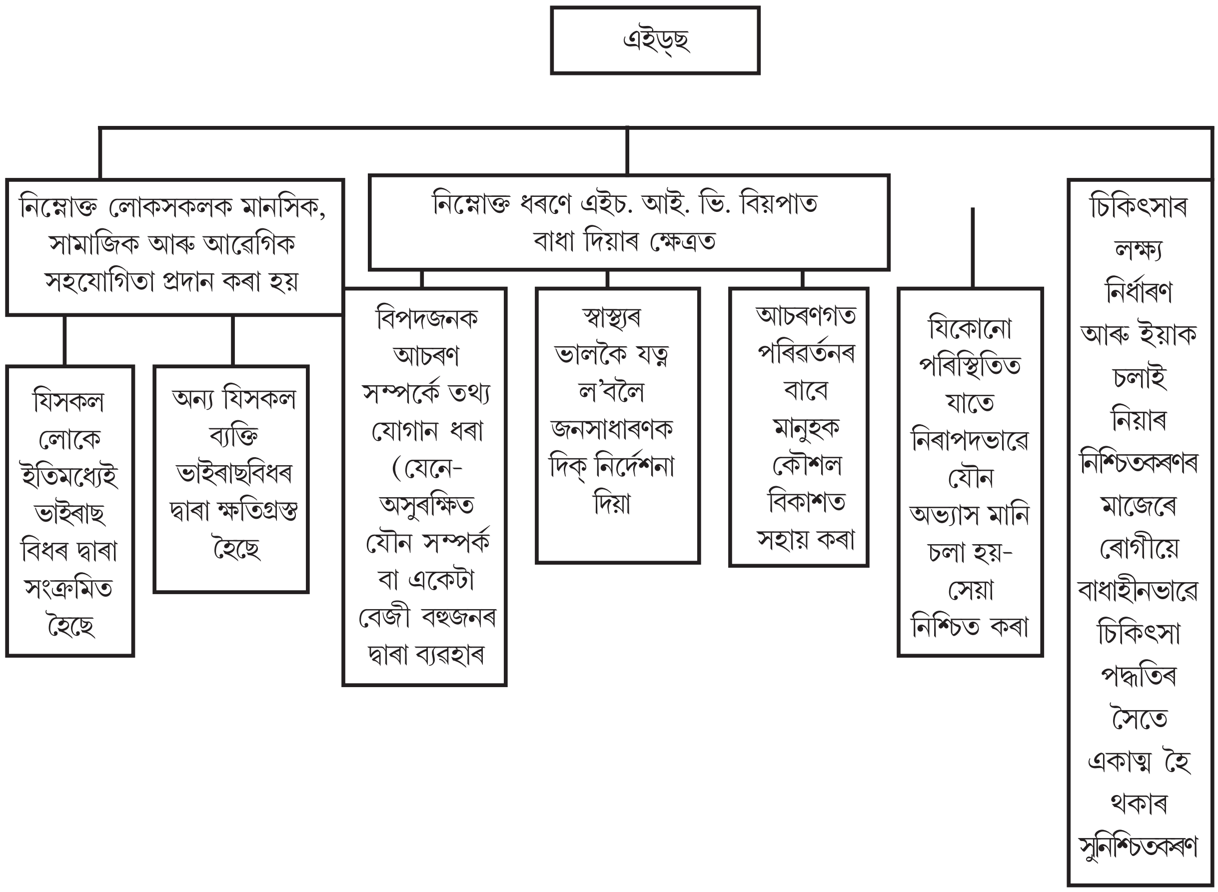
মনত ৰাখিবলগীয়া আন কেতবোৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ কথা ঃ

- আপোনাৰ ওচৰলৈ অহা ব্যক্তিজনে প্ৰকৃততেই ৰোগ সম্পৰ্কে বিভিন্ন তথ্য আৰু আনুষংগিক দিহা পৰামৰ্শ গ্ৰহণ কৰিবলৈ সাজু হয় নে নহয় সেই সম্পৰ্কে সুনিশ্চিত হওঁক।
- দিহা পৰামৰ্শ তথা ভাব-বিনিময়ৰ বাবে উপযুক্ত সময় বাচনি কৰি সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিজনৰ ওচৰ চাপক।
- ভাব-বিনিময়ৰ পৰিৱেশটো গোপনীয় আৰু সৌহাদ্যপূৰ্ণ হয়, তাৰ ব্যৱস্থা কৰক।
- সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিগৰাকীৰ প্ৰয়োজনৰ আধাৰত বিষয়বস্তু বাচনি তথা সেইবোৰৰ ওপৰত আলোকপাত কৰক।
- সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিজনে সহজবোধ্য কৰিব পৰা কথাৰে আলোচনা আৰম্ভ কৰক। যেনে- তেওঁৰ যৌন সম্পৰ্কৰ ইতিহাস সম্পৰ্কে সোধাতকৈ জীৱিকা বা পেচা সম্পৰ্কে সুধিব পাৰে।
- এক যোগাত্মক মনোভাৱৰ পৰিচায়ক হিচাপে যথোচিত সহযোগিতা আগবঢ়াওক।
- কোনবোৰ আচৰণৰ পৰা বিপদৰ ভয় থাকে সেইবোৰ চিনাক্তকৰণত সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিজনক সহায় কৰক আৰু তেনে আচৰণৰ জৰিয়তে এবাৰ / পুনৰবাৰ কেনেকৈ সংক্ৰমণ হ'ব পাৰে সেই বিষয়ে ব্যক্তিজনক উপলব্ধি কৰোৱাওঁক। সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিজন কোনো বিয়োগাত্মক আচৰণক নসলোৱাৰ ফলত এইচ. আই. ভি. বিয়পিব যে পাৰে- সেই সম্পৰ্কে সৰল অথচ যুক্তিপূৰ্ণভাৱে তেওঁৰ আগত ব্যাখ্যা দাঙি ধৰক।
- সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিজনক যোগাত্মক দিশত আচৰণৰ পৰিৱৰ্তনত সহায় কৰিব পৰা বিভিন্ন সমলৰ সৈতে যোগসূত্ৰ নিৰ্মাণত আপোনাৰ সহায়ৰ হাত আগবঢ়াওক।
- আচৰণৰ পৰিৱৰ্তনৰ সময়ত সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিসকলক সহায় সহযোগিতা আগবঢ়াওক।

এইচ. আই. ভি.ৰ শুশ্ৰূষাৰ ক্ষেত্ৰত পৰামৰ্শৰ প্ৰক্ৰিয়াই তলত দিয়া ধৰণে সহায় কৰিব পাৰে—



এইচ. আই. ভি. শুশ্ৰূষাৰ ক্ষেত্ৰত দিয়া পৰামৰ্শৰ লক্ষ্যসমূহ ঃ



বিভিন্ন প্ৰকাৰৰ এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কীয় পৰামৰ্শ / ভাব বিনিময় ঃ

১. প্ৰাক্-অনুসন্ধান, অনুসন্ধানোত্তৰ আৰু পৰৱৰ্তী চিকিৎসা সম্পৰ্কীয় পৰামৰ্শ (এফ. আই. চি. টি. চি.সমূহত)

২. পৰীক্ষণৰ পূৰ্বে আৰু পাছত প্ৰদান কৰা পৰামৰ্শ (আই. চি. টি. চি.সমূহত)

৩. পি. পি. টি. চি. টি. পৰামৰ্শ

৪. পৰিয়াল আৰু সম্পৰ্কীয় লোকক পৰামৰ্শ

৫. চিকিৎসা প্ৰক্ৰিয়াৰ সৈতে ৰোগীৰ একাত্ম হোৱাৰ প্ৰসংগত দিয়া পৰামৰ্শ

৬. জটিল মুহূৰ্তত দিয়া পৰামৰ্শ

৭. সাম্প্ৰতিক / নিৰৱচিন্ন পৰামৰ্শ

১. প্ৰাক্-অনুসন্ধান / অনুসন্ধানোত্তৰ আৰু পৰৱৰ্তী চিকিৎসা সম্পৰ্কীয় পৰামৰ্শ ঃ

ক) প্ৰাক্-অনুসন্ধানৰ সময়ত দিয়া পৰামৰ্শ ঃ

ব্যক্তি এজনৰ আচৰণৰ ইতিহাস সম্পৰ্কে সংগৃহীত তথ্যৰ আধাৰত এ. এন. এম.সকলে তেওঁৰ আচৰণ বিপদজনক হয়নে নহয় সেয়া প্ৰথমে চিনাক্ত কৰি লয় (বহু সংগীৰ সৈতে যৌনাচাৰত লিপ্ত হোৱা সম্পৰ্কে

/ ইন্‌জেকচনেৰে ড্ৰাগছ লোৱাৰ বিষয়ে)। ইয়াৰ আধাৰত পৰৱৰ্তী হিচাপে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিগৰাকী এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰোৱাৰ উদ্দেশ্যে পৰামৰ্শ দিয়া হয়। তথ্যসমৃদ্ধ পৰামৰ্শৰে লোকজনৰ সৈতে ভাব বিনিময় কৰাৰ অন্তত তেওঁক পৰীক্ষাটোৰ আৰু তাৰ পৰা পাবলগীয়া লাভালাভ সম্পৰ্কে অৱগত কৰোৱা হয়। সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিগৰাকীয়ে নিজকে অপ্ৰস্তুতবোধ কৰিলে এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা নকৰাবও পাৰে বুলি পৰামৰ্শত উল্লেখ কৰা হয়।

ইয়াৰ সমান্তৰালকৈ ব্যক্তিগৰাকীক ইয়াকো জনোৱা হয় যে এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰাৰ পিছত ইয়াৰ ফলাফল সম্পৰ্কে সম্পূৰ্ণ গোপনীয়তা ৰক্ষা কৰা হ'ব।

এই পৰামৰ্শ তথা ভাব বিনিময়ৰ জৰিয়তে এজন ব্যক্তি / তওঁৰ পৰিয়ালে পৰৱৰ্তী সময়ত এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰ প্ৰক্ৰিয়াটোত উদ্ভৱ হোৱা আৰু তেওঁলোকে সন্মুখীন হ'ব পৰা ভয় / দূৰাৱস্থা ইত্যাদিৰ বিষয়েও যোগাত্মকভাৱে আলোচনা কৰা হয়।

এইচ. আই. ভি. বিয়পোৱা কাৰকসমূহৰ বিষয়ে আৰু সুৰক্ষিত যৌন সম্পৰ্কক বিষয়েও পৰামৰ্শ দিয়াৰ লগতে ব্যক্তি এগৰাকীক সুশিক্ষিত কৰি তোলাৰ প্ৰয়োজন। যাতে নিৰাপদ পদ্ধতিৰে (যেনে- কনডমৰ ব্যৱহাৰ) সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিগৰাকীৰ স্বাস্থ্যকৰ জীৱন ধাৰণ পদ্ধতি মানি চলিব পাৰে।

(খ) ৰোগ

যদিহে অনুসন্ধানৰ ফলাফল যোগাত্মক হয় তেন্তে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিজনক ওচৰৰ আই. চি. টি. চি.ত ৰোগৰ নিশ্চিতকৰণৰ উদ্দেশ্য পৰীক্ষাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰা হয়। এইসময়ত সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিগৰাকীৰ মনত সৃষ্টি হ'ব পৰা সম্ভাব্য ভয় আৰু উদ্বিগ্নতা প্ৰশমন কৰিব পৰাকৈ সহযোগিতা আগবঢ়োৱা অতি প্ৰয়োজনীয়।

যদিহে ফলাফল ঋণাত্মক হয় তেন্তে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিগৰাকী খিৰীকি অৱস্থাৰ বিষয়ে অৱগত কৰি সেই পৰ্যায়টোৰ শেষত পুনৰবাৰ এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰোৱাৰ প্ৰয়োজন থকা বুলি বুজোৱা হয়। ইয়াৰ লগতে সেই মুহূৰ্তৰ পৰাই নিৰাপদে তথা সুৰক্ষাৰ বন্দোবস্ত কৰিহে পৰৱৰ্তী যৌনকাৰ্যত লিপ্ত হ'বলৈ সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিগৰাকীক উপলব্ধি কৰোৱা।

গ) অনুসন্ধানৰ পাছত এ. এন. এম.সকলৰ নিৰৱচিন্ন পৰামৰ্শ ঃ

এ. এন. এম.সকলে এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাত যোগাত্মক ফলাফল ওলোৱা ব্যক্তিসকলৰ ঘৰলৈ পৰৱৰ্তী সময়ত গৈ সংশ্লিষ্ট লোকসকলে সুনিশ্চিতকৰণ এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰিছেনে নাই খবৰ ল'ব লাগে। তেনে পৰীক্ষাৰ বাবে আই. চি. টি. চি. লৈ প্ৰেৰণ কৰাৰ পাছতো যদি কোনো পুৰুষ বা মহিলাই ইয়াক অৱজ্ঞা কৰে তেন্তে তেওঁলোকক অধিক পৰামৰ্শমূলক আলোচনা তথা উৎসাহ জ্ঞাপক জ্ঞান প্ৰদানৰ প্ৰয়োজন থকা বুলি বিবেচনা কৰিব লাগে। পুনৰায় প্ৰয়োজন হোৱা মাত্ৰকেই তেনে স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰলৈ আহিবলৈকো সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিগৰাকীক এ. এন. এম.ৰ ফালৰ পৰা পৰামৰ্শ আগবঢ়োৱা হয়।

২. পৰীক্ষাৰ পূৰ্বে আৰু পাছত প্ৰদান কৰা পৰামৰ্শ ঃ

পৰীক্ষণৰ পূৰ্বে পৰামৰ্শ ঃ

এইক্ষেত্ৰত সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিগৰাকীক পৰীক্ষাৰ উদ্দেশ্য, প্ৰক্ৰিয়া আৰু ফলাফলবোৰৰ অৰ্থ সম্পৰ্কে বুজাই দিয়া হয়। যদিহে পৰীক্ষাৰ বাবে পুৰুষ বা নাৰী এগৰাকীৰ পৰা পৰীক্ষণৰ বাবে অনুমতি লাভ কৰা হয় তেন্তে ফলাফল সম্পূৰ্ণ গোপনে ৰখা হ'ব বুলি পৰামৰ্শদাতাই ঘোষণা কৰে।

পৰীক্ষণৰ পাছৰ পৰামৰ্শ ঃ

যদি পৰীক্ষাৰ দ্বাৰা এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক অৱস্থিতিৰ বিষয়ে জনা যায় তেন্তে পৰীক্ষিত ব্যক্তিগৰাকীক সেই বিষয়ে অৱগত কৰাৰ লগতে তেওঁক আৱেগিকভাৱে সুস্থিৰ হ'ব পৰাকৈ প্ৰয়োজনীয় সহযোগিতা আগবঢ়োৱা হয়।

বিয়োগাত্মক ফলাফলৰ ক্ষেত্ৰত 'খিৰিকী অৱস্থা' অৰ্থাৎ এইচ. আই. ভি.য়ে উপস্থিতিৰ লক্ষণ নেদেখুৱাকৈয়ো সংক্ৰমণ কৰাৰ সম্ভাৱনা থকা বুলি পৰীক্ষিত ব্যক্তিগৰাকীক বুজাই দিয়া হয়। ইয়াৰ লগতে পৰামৰ্শদাতাই সুৰক্ষিত যৌন সম্পৰ্কেৰে সুস্থ জীৱন-যাপনৰ গুৰুত্ব সম্পৰ্কে অৱগত কৰে।

৩. পি. পি. টি. চি. টি. পৰামৰ্শ ঃ

পি. পি. টি. চি. টি. পৰামৰ্শই গৰ্ভৱতী মহিলা, এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক বুলি জানি বা নাজানি গৰ্ভধাৰণ কৰিব খোজাসকলক উপকৃত কৰিব পাৰে। মূলতঃ সুৰক্ষিত আৰু দায়বদ্ধতা সম্পন্ন যৌন আচৰণৰ পক্ষে পৰামৰ্শ দিয়া হয়। কনডমৰ ব্যৱহাৰ, কমসংখ্যক সংগীৰ সৈতে যৌন সম্পৰ্ক ৰখা, সম্ভৱ হ'লে যৌন মিলনৰ পৰা আঁতৰি থকা ইত্যাদি আচৰণৰ বিষয়ে এনে পৰামৰ্শৰ মাজেদি শিক্ষিত কৰাৰ প্ৰয়াস কৰা হয়। দ্বিতীয়তে গৰ্ভধাৰণ সম্পৰ্কে এক সুস্থিৰ সিদ্ধান্ত ল'বলৈ তথ্যসমৃদ্ধভাৱে মহিলাসকলক এনে পৰামৰ্শই সিদ্ধান্ত গ্ৰহণত সহায় কৰে। যদিহে সংশ্লিষ্ট মহিলাগৰাকী এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হোৱা বুলি প্ৰামাণিত হয় তেনেহ'লে গৰ্ভধাৰণৰ পূৰ্বে পৰীক্ষা কৰিবলগীয়া ঠাইৰ বিষয়েও এনে পৰামৰ্শত উল্লেখ কৰা হয়। সংক্ৰমিত এনে মহিলাই ইতিমধ্যে যদি গৰ্ভধাৰণ কৰিছে তেনেহ'লে গৰ্ভপাত কৰাৰ প্ৰয়োজনীয়তা তথা আইনসন্মতভাৱে গৰ্ভপাত কৰোৱাৰ পৰা অনুষ্ঠানৰ ঠিকনা সম্পৰ্কেও পৰামৰ্শ দিয়া হয়।

ইতিমধ্যে গৰ্ভধাৰণ কৰাসকলৰ ক্ষেত্ৰত এনে পৰামৰ্শই মাতৃৰ পৰা জন্ম হ'বলগীয়া শিশুৰ গাত এইচ. আই. ভি. বিয়পিব পৰাৰ সম্ভাৱনা হ্ৰাসত সহায় কৰে। মহিলাগৰাকীৰ অনুমতি সাপেক্ষে আৰু সম্ভৱ হ'লে তেওঁৰ স্বামীকো পৰামৰ্শৰ প্ৰক্ৰিয়াটোত চামিল কৰা হয়।

এই পৰ্যায়ত এছ. টি. আই. / আৰ. টি. আই / এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰাথমিক অৱস্থাতেই পৰীক্ষা আৰু অনুসন্ধানৰ মাজেৰে তথা কনডম ব্যৱহাৰৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত নোহোৱাসকলক এইচ. আই. ভি. ঋণাত্মক ৰূপত ৰখাৰ ৰণনীতি গ্ৰহণ কৰা হয়।

৪. পৰিয়াল আৰু সম্পৰ্কীয় লোকক পৰামৰ্শ ঃ

এই পৰামৰ্শৰ লক্ষ্য হৈছে দেহত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তি আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালবোৰলৈ প্ৰয়োজন আৰু সমস্যা অনুসৰি সহযোগিতা আগবঢ়োৱা। আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ বিষয়ে পৰিয়ালক অৱগত কৰি লজ্জা বা বৈষম্য প্ৰদৰ্শনৰ কাৰণ হিচাপে ৰোগ আৰু ৰোগীক গণ্য নকৰিবলৈ পৰামৰ্শ দিয়া হয়। পৰিয়াল আৰু সম্পৰ্কিত ব্যক্তি তথা সমাজত ৰোগ সংক্ৰমিত ব্যক্তিয়ে কেনেকৈ সম্ভাব্য ঋণাত্মক তথা বৈষম্যমূলক আচৰণৰ সাহসেৰে সন্মুখীন হ'ব লাগিব সেই সম্পৰ্কে এনে পৰামৰ্শেৰে উৎসাহ দিয়া হয়। এনে পৰামৰ্শেৰে যোগাত্মকভাৱে জীৱন-যাপন, সুৰক্ষিত অভ্যাস, নিয়মিতভাৱে এচ. টি. আই. ক্লিনিক / নিঅটিয়েছ কেন্দ্ৰ / আই. চি. টি. চি. / এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ আদিত গৈ প্ৰয়োজনীয় চিকিৎসা বিধান গ্ৰহণৰ বাবে উৎসাহ যোগোৱা হয়।

৫. চিকিৎসা প্ৰক্ৰিয়াৰ সৈতে ৰোগীৰ একান্ত হোৱাৰ প্ৰসংগত দিয়া পৰামৰ্শ ঃ

এনে পৰামৰ্শ এ. আৰ. টি. / সংযোগী এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰসমূহৰ প্ৰদান কৰা হয়। দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা লোকসকলে যাতে সৰ্বোচ্চ মাত্ৰাত চিকিৎসা সেৱা তথা এ. আৰ. টি. গ্ৰহণ কৰে সেই উদ্দেশ্যকেই বাস্তৱায়িত কৰাৰ বাবে এই ধৰণৰ পৰামৰ্শ আগবঢ়োৱা হয়। চিকিৎসা প্ৰক্ৰিয়াটোৰ বিষয়ে বিতং বিৱৰণ, পাৰ্শ্বক্ৰিয়া আৰু সেইবোৰৰ প্ৰশমন সম্পৰ্কে সংক্ৰমিত ব্যক্তিক পৰামৰ্শ তথা ভাব-বিনিময়ৰ মাজেদি অৱগত কৰা হয়। চিকিৎসক নিৰ্দেশনা অনুযায়ী এ. আৰ. টি. গ্ৰহণত কোনো ৰোগীয়ে অসুবিধা পালে ইয়াৰ আঁৰত থকা কাৰণক নিজেই অনুধাৱন কৰি কেনেকৈ সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিগৰাকীয়ে চিকিৎসাৰ শুদ্ধ পথেৰে আগুৱাব পাৰে সেই বিষয়ে এনে পৰামৰ্শই সহায় কৰে।

৬. জটিল মুহূৰ্তত দিয়া প্ৰাথমিক পৰামৰ্শ ঃ

যিকোনো ব্যক্তিৰ বাবেই পৰীক্ষাত এইচ. আই. ভি. ধৰা পৰা মুহূৰ্তটোক অতি জটিল হিচাপে বিবেচনা কৰা হয়। এই মুহূৰ্তত আক্ৰান্ত ব্যক্তিজনে প্ৰকাশ কৰিব পৰা সম্ভাব্য প্ৰতিক্ৰিয়াত আকস্মিকতা, খং, উপেক্ষা, অপৰাধবোধ, অবিশ্বাস, দোষাৰোপ, হতাশা তথা আত্মহত্যা আদিৰ দৰে প্ৰৱণতাসমূহ নিহিত হৈ থাকিব পাৰে।

এ. এন. এম.সকলে এইক্ষেত্ৰত কেনেদৰে সহায় কৰিব পাৰে ঃ

- পৰিস্থিতিৰ পৰ্যালোচনা কৰি যিকোনো জৰুৰী বিষয় / আৱেগৰ মুহূৰ্তত সংক্ৰমিত ব্যক্তিৰ পৰিয়ালৰ কাষত থাকি সমৰ্মিতা প্ৰদৰ্শনেৰে পৰিস্থিতিটোক গ্ৰহণযোগ্য কৰিব পাৰে।
- সংক্ৰমিত ব্যক্তি আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালৰ নিৰাপত্তা প্ৰদান কৰিব পাৰে।
- সহায়-সহযোগৰ অন্য উৎসসমূহৰ সৈতে যোগাযোগ স্থাপন কৰোৱাই দেহত এইচ. আই. ভি.লৈ

থকা ব্যক্তি আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালক তাৎক্ষণিক দুৰ্যোগৰ পৰা উদ্ধাৰৰ প্ৰয়াস কৰিব পাৰে। স্বেচ্ছাচাৰী সংগঠন / স্থানীয় আত্ম-সহায়ক গোট / চিকিৎসালয় / জিলা মানসিক স্বাস্থ্য আদিৰে যোগাযোগ কৰি আত্মহত্যাৰ প্ৰৱণতা থকা সংক্ৰমিত ব্যক্তিক বচাব পাৰে।

৭. **সাম্প্ৰতিক নিৰৱচিন্ন পৰামৰ্শ ঃ**

লক্ষণসমূহ ঃ

দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ থকা ব্যক্তিসকলক নিম্নোক্ত দিশত সহযোগিতা প্ৰদানৰ যত্ন কৰা হয়—

- এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ সৈতেই আক্ৰান্ত ব্যক্তিক জীয়াই থকাৰ বাবে প্ৰস্তুত কৰা।
- পুনৰ সংক্ৰমণৰ বিপদ হ্ৰাস কৰা।
- আনলৈ এইচ. আই. ভি. বিয়পোৱাৰ বিপদ হ্ৰাস কৰা।
- অ. আই. / এছ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. আদি ৰোগক প্ৰতিৰোধ কৰা তথা চিকিৎসা আগবঢ়োৱা।
- পুষ্টিৰ মান উন্নত কৰা।
- দেহত এইচ. আই. ভি.লৈ থকা ব্যক্তিসকলক এ. আৰ. টি. চিকিৎসাবিধান গ্ৰহণ কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰা।

আক্ৰান্ত ব্যক্তি আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালে এইচ. আই. ভি.ৰ আক্ৰমণ চলি থকা অৱস্থাত যিকোনো মুহূৰ্তত এইধৰণৰ পৰামৰ্শৰ প্ৰয়োজনীয়তা অনুভৱ কৰিব পাৰে।

কেতবোৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ বাৰ্তা ঃ

- গোপনীয়তা বজাই ৰাখক।
- আস্থাপূৰ্ণ সম্পৰ্ক বিকাশ কৰক।
- ৰোগী আৰু তেওঁৰ পৰিয়ালৰ প্ৰয়োজনীয়তাৰ সম্পৰ্কে সংবেদনশীল হওঁক।
- এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ ধৰা পৰাৰ পাছৰ পৰাই কেনেকৈ পৰামৰ্শ তথা ভাৱ বিনিময় কৰিব সেই সন্দৰ্ভত এক আঁচনি যুগুতাই উলিয়াওক।
- এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত ব্যক্তি আৰু পৰিৱেশক গুৰুত্ব দি কোনবোৰ প্ৰয়োজনীয়তাক আগস্থান দিব লাগিব সেই সম্পৰ্কে সিদ্ধান্ত নিজে ল'ব।
- এবাৰত এটা বিশেষ দিশক সামৰিহে পৰামৰ্শ দিব।
- বিপদজনক আচৰণ কৰা / এইচ. আই. ভি. যোগাত্মকভাৱে পোৱা ব্যক্তি এগৰাকীক পৰামৰ্শ তথা তেওঁৰ সৈতে ভাব বিনিময় কৰাৰ সুযোগ কেতিয়াও নেহেৰুৱাব।
- এগৰাকী ব্যক্তিক যথোচিতভাৱে পৰামৰ্শ দিবলৈ কিম্বা তেওঁৰ সৈতে অৰ্থবহ ৰূপত ভাব-বিনিময়ৰ স্বাৰ্থত বিভিন্ন নতুন কথা শিকিবলৈ আগ্ৰহী হওঁক।

- এইচ. আই. ভি.ক লাজৰ কাৰণ হিচাপে গণ্য কৰা আৰু আক্ৰান্তজন বৈষম্যতাৰ বলি হোৱা প্ৰক্ৰিয়াক তথা ৰোগবিধ বিয়পি যোৱা হ্ৰাসকৰণত পৰামৰ্শৰ গুৰুত্ব সম্পৰ্কে সচেতন হওঁক।
- প্ৰয়োজন সাপেক্ষে সংক্ৰমিত ব্যক্তিক প্ৰেৰণ কৰিব পৰাকৈ স্থানীয় সেৱাসমূহৰ বিষয়ে অৱগত হওঁক।
- পৰামৰ্শৰ বিভিন্ন শিতান সম্পৰ্কে নিজকে নিজে শেহতীয়া তথ্যৰে সুসজ্জিত কৰক।
- পৰামৰ্শ তথা ভাব বিনিময়ে দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা / বিপদজনক অৱস্থাত থকা লোকসকলক তেওঁলোকৰ দৈনন্দিন জীৱনৰ সমস্যাসমূহৰ সৈতে মোকাবিলা কৰাৰ পথ দেখুৱায়।
- এনে পৰামৰ্শই আক্ৰান্ত ব্যক্তিসকলক তেওঁলোকৰ স্বকীয়ভাৱে নিৰ্ধাৰণ কৰা লক্ষ্যসমূহৰ অৰ্থপূৰ্ণ, তথ্য সম্বলিত বাচনিৰে বাস্তৱায়িত কৰাত আৱেগিক সংকল্প গ্ৰহণেৰে সুসজ্জিত কৰে।
- দেহত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা লোকসকলক সন্তুষ্টিৰে ভৰা এক অৰ্থপূৰ্ণ জীৱন আগুৱাই নিয়াত পৰামৰ্শ আৰু ভাব বিনিময়েৰে সহায় কৰে।

অধ্যায় - ৫

এইচ. আই. ভি. বিয়পা কিদৰে ৰোধ কৰিব পাৰি

অধ্যায়টোৰ লক্ষ্যসমূহ ঃ

- প্ৰাথমিক আৰু দ্বিতীয় পৰ্যায়ৰ এইচ. আই. ভি. প্ৰতিৰোধ।
- ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্ছ নিয়ন্ত্ৰণ আঁচনিৰ (NACP) অধীনত এইচ. আই. ভি. প্ৰতিৰোধ কাৰ্যসূচী সম্পৰ্কে ব্যাখ্যা।
- ভিন্ন উপায়েৰে এইচ. আই. ভি. প্ৰতিৰোধ সম্পৰ্কত আলোচনা ঃ
  - এ. বি. চি. পন্থা আৰু সুৰক্ষিত যৌন সম্পৰ্ক
  - ড্ৰাগছ ব্যৱহাৰ
  - সুৰক্ষিত তেজ প্ৰাপ্তিৰ যথোচিত ব্যৱস্থা
  - সজাগতা সম্পৰ্কীয় প্ৰচাৰ
  - পৰম্পৰাগত অভ্যাস
  - এইচ. আই. ভি. যোগাত্মকভাৱে থকা লোকসকলে যাতে আনলৈ ইয়াক বিয়পাব নোৱাৰে সেই বিষয়ে বিশেষ ৰণকৌশল

১. এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰতিৰোধ ঃ

এইচ. আই, ভি. বিয়পাত বাধা দিব পৰা একমাত্ৰ উপায়টোৱেই হৈছে ইয়াৰ প্ৰতিৰোধকৰণ। এই সমস্যাটোৰ গুৰুতৰ ৰূপটোক উপলব্ধি কৰিব পাৰি ইতিমধ্যে প্ৰকাশিত তথ্যৰ দ্বাৰা। ২০১০ চনত ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্ছ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থাই প্ৰকাশ কৰা তথ্য অনুযায়ী বিশ্বৰ এইড্ছলৈ জীয়াই থকা ৩৪ নিযুত জনসংখ্যাৰ ভিতৰত প্ৰায় ২৩.৯ লাখেই ভাৰতত বাস কৰে।

এইড্ছ আক্ৰান্ত ব্যক্তি তেওঁলোকৰ পৰিয়াল আৰু ৰাইজক এ. এন. এম.সকলে এইচ. আই. ভি.ৰ বিষয়ে অৱগত কৰি ইয়াক প্ৰতিৰোধৰ উপায় সম্পৰ্কেও শিক্ষিত কৰিব পাৰে।

"এই ৰোগৰ পৰা কেতিয়াও আৰোগ্য লাভ কৰিব নোৱাৰি"

প্ৰাথমিক আৰু দ্বিতীয় পৰ্যায়ৰ প্ৰতিৰোধ ঃ

প্ৰাথমিক প্ৰতিৰোধ ঃ

এই পৰ্যায়ত অতি বিপদজনক অৱস্থাত থকা ব্যক্তিসকলক এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হোৱাৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰতিৰোধ প্ৰদান কৰা হয়।

উদাহৰণ ঃ সুৰক্ষিত যৌন সম্পৰ্ক, বিপদমুক্ত তেজৰ ব্যৱহাৰ, একেটা বেজী বহুজনে ব্যৱহাৰ নকৰা ইত্যাদি অভ্যাস।

দ্বিতীয় পৰ্যায়ৰ প্ৰতিৰোধ ঃ

এই পৰ্যায়ত এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত লোকসকলক লক্ষ্য হিচাপে বাচি লোৱা হয়। ইয়াৰ জৰিয়তে এইচ. আই. ভি.ত সংক্ৰমিতসকলে যাতে অন্যলৈ ৰোগ বিয়পাব নোৱাৰে সেই উদ্দেশ্যে কাৰ্যক্ষম ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰা হয়।

উদাহৰণ ঃ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত মাতৃৰ দেহৰ পৰা শিশুৰ গালৈ ৰোগবিধ বিয়পাত বাধা দিয়া, যোগাত্মক এইচ. আই. ভি. ড্ৰাগ আসক্তৰ গাৰ পৰা তেওঁৰ বন্ধুলৈ ৰোগ বিয়পাত বাধা দিয়া ইত্যাদি।

ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ আঁচনি (NACP)ৰ অধীনত এইচ. আই. ভি. প্ৰতিৰোধৰ কাৰ্যসূচী ঃ

NACP III (২০০৭-২০১২)ৰ সামগ্ৰিক কাৰ্যসূচীৰ মূল উদ্দেশ্য হৈছে এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ তথা প্ৰসাৰণ কমোৱা আৰু দীৰ্ঘম্যাদী ৰূপত এইক্ষেত্ৰত কেন্দ্ৰীয় আৰু ৰাজ্য চৰকাৰ, নাগৰিক সমাজ তথা বেচৰকাৰী সংস্থাৰ হাত শক্তিশালী কৰা। এইড্‌ছক প্ৰতিৰোধ কৰাৰ বাবে NACP ৰ কাম-কাজে সামৰি লয়—

- সমন্বিত পৰামৰ্শ আৰু পৰীক্ষণ সেৱা। যেনে— প্ৰাথমিক অৱস্থাতেই এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ ধৰা পেলোৱা, গৰ্ভৱতী মহিলা / টি.বি. ৰোগী আদিক পৰামৰ্শদান আৰু পৰীক্ষা কৰোৱা কাৰ্য।
- ব্যৱসয়িক যৌন কৰ্মী (CSW), সমকামী পুৰুষ (MSW), ইনজেকচনৰে ড্ৰাগছ লওঁতা লোক (IDU) ইত্যাদিক বিভিন্ন আঁচনিৰে এই পৰ্যায়ত সামৰি লোৱা হয় (যেনে- কনডমৰ প্ৰয়োগ, এচ. টি. আই.ৰ চিকিৎসা সেৱাৰ ব্যৱস্থা, আচৰণগত পৰিৱৰ্তনত উৎসাহ জনোৱা ইত্যাদি)।
- সুৰক্ষিত তেজৰ যোগান সুনিশ্চিত কৰা (তেজৰ প্ৰয়োজন হোৱা সময়ত)।
- এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছৰ লক্ষণ, প্ৰসাৰণ, প্ৰতিৰোধ আৰু চিকিৎসা সম্পৰ্কে সজাগতা সৃষ্টি কৰা।
- যোগাত্মক ৰূপত প্ৰতিৰোধ ব্যৱস্থা গঢ়ি তোলা। অৰ্থাৎ—

  — সুৰক্ষিত যৌন অভ্যাস জনপ্ৰিয় কৰা আৰু সংক্ৰমণ প্ৰতিৰোধ কৰা।

  — এছ. টি. আই. আৰু আৰ. টি. আই.ৰ চিনাক্তকৰণ তথা সেইবোৰৰ চিকিৎসা কৰা।

  — এইচ. আই. ভি. / টি. বি.ৰ যুটীয়া সংক্ৰমণৰ বিৰুদ্ধে শুশ্ৰূষা সহযোগিতা আৰু চিকিৎসা (CSD)।

NACP-III ৰ অধীনত সজাগতা সৃষ্টি ঃ

এইচ. আই. ভি. বিয়পাৰ বিপদজনক সম্ভাৱনা হ্ৰাসৰ ক্ষেত্ৰত   গণসংযোগী মাধ্যমৰ ব্যৱহাৰ

বৈষম্যমূলক সামাজিক আচৰণৰ হ্ৰাসকৰণৰ ক্ষেত্ৰত পথৰ   স্থানীয় ঘটনাৰ ক্ষেত্ৰত

দাঁতিৰ ছাইনব'ৰ্ড ব্যৱহাৰ

এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কীয় বিভিন্ন ভিত্তিহীন ধাৰণা আঁতৰোৱাৰ ক্ষেত্ৰত	বিভিন্ন ব্যক্তিৰ মাজত যোগসূত্ৰ স্থাপন।
ৰোগাক্ৰান্ত ব্যক্তিক অধিক উন্নত সেৱা যোগানৰ ব্যৱস্থা সম্পৰ্কে প্ৰচাৰ	ম'বাইল ভেন্ / সম্প্ৰদায়-ৰেডিঅ' তথা বিভিন্ন সৃজনীমূলক পদ্ধতিৰ প্ৰয়োগ।

এইচ. আই. ভি. প্ৰতিৰোধ কাৰ্যসূচী ঃ

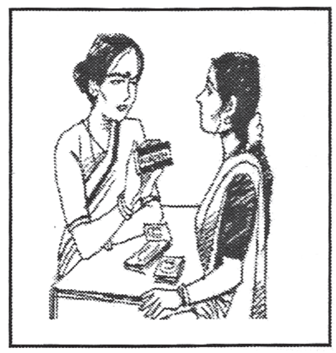
এ. বি. চি. (ABC) পন্থা ঃ

এইচ. আই. ভি. বিয়পাত বাধা দিয়াৰ ক্ষেত্ৰত ই হৈছে এক সমন্বিত পন্থা। ইয়াৰ অৰ্থ এনেধৰণৰ—

এ (A) এবছটিনেন্ছ (Abstienence) অৰ্থাৎ যৌন কৰ্মত লিপ্ত হ'বলৈ অস্বীকাৰ কৰা।

বি (B) বি ফিয়েটফুল (Be Faithful) অৰ্থাৎ এগৰাকী সংগী কিম্বা পতি / পত্নীৰ প্ৰতি বিশ্বাসী হৈ ভিন্ন সংগীৰ সৈতে যৌন সংগম নকৰা।

চি (C) Correct and Consistent use of Condoms অৰ্থাৎ সঠিক আৰু নিৰৱচিন্নভাৱে কনডমৰ ব্যৱহাৰ।



সুৰক্ষিত যৌন সম্পৰ্ক ঃ

- সুৰক্ষিত যৌন সম্পৰ্কই আগতীয়াকৈ লোৱা সুৰক্ষা ব্যৱস্থাকেই বুজায় (সঠিক আৰু নিৰৱচিন্নভাৱে কনডমৰ ব্যৱহাৰ)। ইয়াৰ দ্বাৰা আনলৈ এইচ. আই. ভি.কে ধৰি সংক্ৰমণ হ'ব পৰা অন্য যৌন ৰোগ বিয়পোৱাত বাধা দিয়াৰ লগতে নিজেও সেইবোৰৰ পৰা নিৰাপদে থাকিব পাৰে।
- সুৰক্ষিত যৌন কাৰ্যত সংগীসকলৰ মাজত ৰোগ বিয়পোৱাত সহায়ক ভাইৰাছে বা বেক্টেৰিয়া কঢ়িয়াব পৰা শৰীৰৰ আভ্যন্তৰীণ জুলীয়া দ্ৰব্য, সংগীৰ এজনৰ পৰা আন এজনৰ শৰীৰৰ স্পৰ্শলৈ নাহে।

কনডম কি ?

- কনডম হৈছে ৰবৰেৰে নিৰ্মিত এটি পাতল আৱৰণ যিটো পকাই সৰু কৰি বীজাণুমুক্ত এলুমিনিয়ামৰ ক্ষুদ্ৰ ঠোঙাৰ ভিতৰত ৰখা হয়। কনডমে বীৰ্য্যক যোনিৰ ভিতৰত আৰু প্ৰৱেশ কৰাত আৰু যোনিৰসক পুৰুষাংগৰ ভিতৰত সোমোৱাত বাধাৰ প্ৰাচীৰ হিচাপে কাম কৰে। ইয়াৰ ফলত এছ. টি. আই. / এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত পুৰুষ বীৰ্য্য কিম্বা মহিলাৰ যোনিৰস এজন সংগীৰ পৰা আন এজন সংগীলৈ যোৱাত বাধাৰ সৃষ্টি হয়। সেয়েহে গৰ্ভধাৰণ আৰু ৰোগৰ প্ৰসাৰণ দুয়োটা প্ৰক্ৰিয়াই বাধাপ্ৰাপ্ত হয়।
- কনডমৰ বন্ধ মূৰটোৰ অগ্ৰগামী অংশত পুৰুষৰ বীৰ্য জমা হৈ ৰয়।

ব্যক্তি এজনে কেতিয়া কনডম ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে?

- যেতিয়া সংগীসকলে অনুভৱ কৰে যে তেওঁলোকৰ কোনোবা এজনৰ গাত এছ. টি. আই. / এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমম থাকিব পাৰে।
- যেতিয়া এজন সংগীৰ আন বহুতো যৌনসংগী থাকে।
- যেতিয়া অবাধ যৌনসংগমত লিপ্ত হোৱা যায় অৰ্থাৎ য'তে ত'তে আৰু যাৰে-তাৰে সৈতে।
- যেতিয়া যৌন সংগী পুৰুষ বা মহিলা যিকোনো হ'ব পাৰে।

কনডম ব্যৱহাৰৰ উপকাৰিতা ঃ

- ৰোগ বিয়পাৰ সম্ভাৱনা / ভয় হ্ৰাস হয়।
- পুনৰ্বাৰ ৰোগ সংক্ৰমণৰ ভয় কমে।
- অন্য যৌন সংক্ৰমণ / ৰোগ (এচ. টি. আই.) বিয়পোৱাৰ ভয় হ্ৰাস হয়।
- অপ্ৰয়োজনীয় / অনাকাংক্ষিত গৰ্ভধাৰণ ৰোধ কৰে।

কোনে কনডম ব্যৱহাৰ কৰা উচিত?

যিকোনো ব্যক্তিয়েই (আনকি যদি দুয়োগৰাকী সংগীৰ গাত এইচ. আই. ভি. যোগাত্মকভাৱে থাকে) যিয়ে নিম্নোক্ত ক্ষেত্ৰত নিজকে সুৰক্ষা দিব বিচাৰে—

- এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ
- এইচ. আই. ভি.ৰ পুনৰ সংক্ৰমণ
- এচ. টি. আই. ৰোগ
- গৰ্ভধাৰণ

পৰ্যাপ্ততা ঃ

বিনামূলীয়া কনডম ঃ

প্ৰাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰ (পি. এইচ. চি.), চৰকাৰী চিকিৎসালয় আৰু বেচৰকাৰী সংস্থাৰ ওচৰত বিনামূলীয়া কনডম পোনা যায়।

কিনিবলৈ পোৱা কনডম ঃ

ঔষধৰ দোকান, চুপাৰ মাৰ্কেট, প্ৰসাধন সামগ্ৰী আৰু গেলামালৰ দোকান তথা পান-দোকানতো কনডম কিনিবলৈ পোৱা যায়।

কনডমৰ বিশেষ প্ৰকাৰ ঃ

মশৃণ, খহটা, পাতল, ডাঠ আদি ভিন্ন ৰং আৰু ওপৰিভাগৰ কনডম বেলেগ বেলেগ সুগন্ধৰে সজ্জিত ৰূপত বজাৰত পোৱা যায়।

বজাৰত পোৱা কনডমৰ ব্ৰেণ্ড্ ঃ

- কহিনুৰ, কামসূত্ৰ, মূডচ্, ডিউৰেক্স, নিৰুধ্, নিৰুধ-ডিলাক্স, ফিয়েষ্টা, ওস্তাদ্, মিতনাইট, কাতবয়, স্পাইৰেল ইত্যাদি।

নিৰাপদ যৌন সংগম আৰু ৰোগ বিয়পাৰ সম্ভাৱনা হ্ৰাসৰ ক্ষেত্ৰত পৰামৰ্শ ঃ

- সংগীক সকলো ধৰণৰ যৌনসংগমৰ সময়ত (যোনী, মুখ কিম্বা গুহ্যদ্বাৰত) কনডম ব্যৱহাৰৰ পৰামৰ্শ দিয়ক। একেদৰে যৌনসংগী হ্ৰাসতো গুৰুত্ব তথা পৰামৰ্শ দিয়ক।
- কম-বিপদজনক যৌন ক্ৰিয়াৰ সপক্ষে পৰামৰ্শ দিয়ক। অৰ্থাৎ এনেকুৱা যৌনক্ৰিয়া বাচনি কৰিব লাগে যাতে বীৰ্য, যোনীৰস বা তেজ কোনোপধ্যেই সংগীৰ মূখ, গুহ্যদ্বাৰ বা যোনীত প্ৰৱেশ নকৰে (অৰ্থাৎ পাৰস্পৰিক হস্তমৈথুন)।
- গুৰুত্ব দিয়া উচিত যে যদিও কোনো এজন ব্যক্তিয়ে এ. আৰ. টি. গ্ৰহণ কৰি আছে, তথাপিও এইচ. আই. ভি. বিয়পিব পাৰে।
- এচ. টি. আই.ৰ লক্ষণ সম্পৰ্কে শিক্ষা দিয়া উচিত আৰু কাৰোবাৰ গাত এচ. টি. আই. সংক্ৰমণ হোৱা বুলি সন্দেহ হোৱা মাত্ৰকেই তাৎক্ষণিকভাৱে তেনে ব্যক্তিয়ে চিকিৎসা গ্ৰহণ কৰিব পৰাকৈ তেওঁক পৰামৰ্শ দিয়া উচিত।
- কমবয়সীয়া বা কুমাৰীৰ সৈতে যৌন সংগম কৰিলে এইচ. আই. ভি. আঁতৰে বুলি একাংশ লোকৰ মনত থকা অন্ধবিশ্বাস দূৰ কৰা উচিত। স্থানীয় অন্ধবিশ্বাস যেনে কনডমে এইচ আই ভি বিয়পাই বুলি ভবাৰ দৰে ঘটনাক আলোচনা কৰি বুজাই দিয়া উচিত।
- ব্যক্তি এগৰাকীক তেওঁৰ দেহত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ ভয় থকাৰ বিষয়ে ভবাই তোলাত সহায় কৰক যাতে তেওঁ এই সম্ভাৱনাক প্ৰতিৰোধ কৰিব কিম্বা কম কৰিব পাৰে।

নিৰৱচিন্ন আৰু যথোচিতভাৱে প্ৰতিবাৰ যৌনক্ৰিয়া কৰোতে কনডম ব্যৱহাৰৰ সন্দৰ্ভত পৰামৰ্শ ঃ

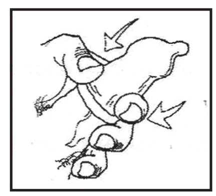
- আনকি ইতিমধ্যে এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হ'লেও বা দুয়োগৰাকী সংগী এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক হ'লেও নিৰৱচিন্নভাৱে তেওঁলোকে কনডম ব্যৱহাৰ কৰা উচিত বুলি শিক্ষা দিয়া বাঞ্চনীয়।
- যোনী, গুহ্যদ্বাৰ কিম্বা মুখত যৌন ক্ৰিয়া কৰাৰ সময়ত কনডম ব্যৱহাৰ কৰক।
- কেনেকৈ পুৰুষ আৰু মহিলাৰ দুয়োবিধ কনডম ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে সেয়া প্ৰদৰ্শন কৰক।
  - — সঠিক ব্যৱহাৰৰ উদ্দেশ্যে নমূনা প্ৰদৰ্শন কৰক।
  - — বীৰ্য ওলোৱাৰ ঠিক আগমুহূৰ্তৰ পৰিৱৰ্তে যৌন সংগমৰ আগৰ পৰাই কমডম ব্যৱহাৰৰ শিক্ষা দিয়ক।
  - — ব্যক্তি এগৰাকীয়ে কনডম সঠিককৈ ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ শিকিছে নে নাই তাৰ নমূনা প্ৰদৰ্শনৰ বাবে তেওঁক অনুৰোধ কৰক।

- পুৰুষ আৰু নাৰীৰ দুয়োবিধ কনডমৰেই সুবিধা আৰু অসুবিধা সম্পৰ্কে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিসকলক শিক্ষা দিয়ক।
- যৌনক্ৰিয়াত পানী-আধাৰিত পিচল দ্ৰব্য ব্যৱহাৰৰ পৰামৰ্শ দিয়ক।
- কনডমৰ যোগান ধৰক আৰু সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিসকলে নিয়মিতভাৱে কনডমৰ যোগান লাভ কৰাৰ সন্দৰ্ভত নিশ্চয়তা দানৰ ব্যৱস্থা কৰক।

সুৰক্ষিত যৌন অভ্যাসৰ কেতবোৰ উদাহৰণ ঃ

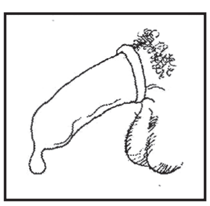
- যথাসম্ভৱ সঙ্গমহীন যৌনক্ৰিয়া কৰা।
- এগৰাকী সংগীৰ প্ৰতি বিশ্বাসী হৈ ৰোৱা / সংগীৰ সংখ্যা হ্ৰাস কৰা।
- নিয়মিত নিজকে পৰীক্ষা কৰোৱা আৰু এচ. টি. আই. চিকিৎসা পদ্ধতিৰ সেৱা গ্ৰহণ কৰা।
- কনডম ব্যৱহাৰ কৰা।
- এককভাৱে হস্ত-মৈথুন কৰা।
- পাৰস্পৰিক হস্ত-মৈথুন কৰা।

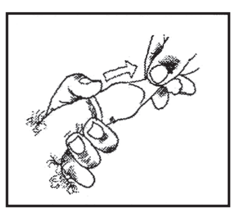
১. ব্যৱহাৰৰ সময়সীমা অটুট আছে নে নাই পৰীক্ষা কৰক।

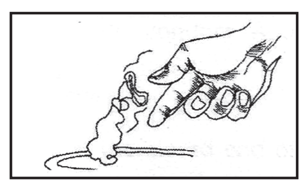


২. প্ৰথমে কনডমৰ জোঙা অংশৰ বতাহখিনি চেপি আঁতৰাই ইয়াক উত্থিত লিংগমূণ্ডত লগাই ভাজবোৰ খুলি দীঘল কৰক।

৩. মন কৰিব যাতে কনডমৰ শেষৰ গোল-ফিটাডাল ওপৰৰ ফালে ওলাই থাকে। তেতিয়াহে ইয়াক লিংগৰ গুৰিৰ দিশলৈ ঠেলি দীঘল কৈ খুলিব পৰা যাব।







৪. যৌন ক্ৰিয়াৰ অন্তত লিংগটো কঠিন হৈ থাকোতেই কনডমৰ সৈতে গুৰিত হাতেৰে ধৰি যৌনীৰ পৰা ইয়াক বাহিৰ কৰিব।

৫. লিংগটো কঠিন হৈ থকা অৱস্থাতেই কনডমটোক ইয়াৰ পৰা ওলোটাকৈ পকাই খুলি পেলাওক। বীৰ্য যাতে চিটিকি নপৰে তাৰ প্ৰতিবিধান গ্ৰহণ কৰিব।

৬. ব্যৱহৃত কনডমৰ ওপৰত গাঁঠি এটা মাৰি ইয়াক কাহজেৰে মেৰিয়াই থ'ব অথবা পেলাই দিব পাৰে।

পুৰুষৰ কনডম ব্যৱহাৰৰ ক্ষেত্ৰত পালন কৰিবলগীয়া খোজসমূহ ঃ

কনডমৰ নিৰ্মাণ আৰু ব্যৱহাৰৰ শেষ সময়সীমা পঢ়ি চাব। তদুপৰি কনডমটো যে বেয়া হোৱা নাই সেয়া নিম্নোক্ত ধৰণে নিশ্চিত কৰিব—

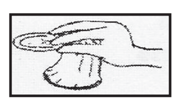
- তাৰিখ পঢ়ি লোৱাৰ জৰিয়তে।
- যদিহে ব্যক্তিজন নিৰক্ষৰ হয়, তেন্তে ঠোঙাটো খোলাৰ পূৰ্বেই এটা কাষৰ পৰা আনটোলৈ লৰচৰ আৰু বেকা কৰি চোৱাৰ জৰিয়তে।
- ঠোঙাটোত ফাট আছে নিকি চোৱাৰ জৰিয়তে।
- ভিতৰৰ কনডমটোক ক্ষতি নকৰাকৈ সাৱধানতাৰে ঠোঙাটো ফালিব লাগে।
- প্ৰথমে কনডমৰ আগডোখৰ চেপি বতাহ উলিয়াই ল'ব লাগে আৰু তাৰ পাছত লাহেকৈ ইয়াক লিংগৰ আগত লগাই তললৈ ভাজবোৰ খুলি ল'ব লাগে।
- কনডমটোৰ কতো ফাট মেলা নাই বুলি আৰু ইয়াৰ আগত খালী ঠাই থকাৰ বিষয়ে পৰীক্ষা কৰা উচিত।
- যোনীত প্ৰৱেশৰ সময়ত কনডম আৰু লিংগৰ গুৰিডোখৰ একেলগে ভালকৈ ধৰি ল'ব লাগে (যাতে প্ৰৱেশৰ সময়ত কনডমটো পিচলি লিংগৰ পৰা ওলাই নাযায়)।
- লিংগটো কোমল হোৱাৰ পূৰ্বেই অতি সাৱধানতাৰে কনডমটো ওলোটাকৈ পকাই খুলিব লাগে আৰু যাতে অলপো বীৰ্য চিটিকি নপৰে তাৰ প্ৰতি সচেষ্ট হ'ব লাগে।
- ব্যৱহৃত কনডমটোৰ ওপৰত গাঁঠি মাৰি ইয়াক কাগজেৰে মেৰিয়াই আবৰ্জনাৰ বাকচত পেলাব লাগে।
- কেতিয়াও একেটা কনডমক পুনৰ্বাৰ ব্যৱহাৰ নকৰিব।

মহিলাৰ কনডম ব্যৱহাৰৰ ক্ষেত্ৰত গুৰুত্বপূৰ্ণ কেতবোৰ খোজঃ

- ইয়াক যোনীৰ ভিতৰত সংগম কৰোতে ব্যৱহাৰ কৰা হয়।
- মূল সংগমৰ পূৰ্বেই যথোচিতভাৱে কনডম ব্যৱহাৰৰ পৰামৰ্শ দিয়া হয়। কিয়নো, শেষ মূহুৰ্তত ইয়াৰ কথা সংগীজনে পাহৰিবও পাৰে।
- প্ৰতিবাৰেই কনডমৰ ঠোঙাটোত লিখিত নিৰ্মাণ আৰু ব্যৱহাৰোপযোগীতাৰ শেষ তাৰিখ প্ৰথমে পঢ়ি লোৱা উচিত।
- অন্ততঃ কোনো কাৰণতেই কনডম এটা চাৰি বা তাতোধিক বছৰ পুৰণা নোহোৱাটো প্ৰথমে নিশ্চিত কৰা উচিত।
- নিৰ্দিষ্ট সহায়ত ঠোঙাটো চিঙি সাৱধানে ভিতৰৰ পৰা কনডমটো উলিয়াব লাগে। আপোনাৰ আঙুলিৰ নখে যাতে ইয়াক নফটাই সেই বিষয়ে সাৱধানতা অৱলম্বন কৰিব। কেতিয়াও কেঁচি, ক্ষুৰ আদিৰে কনডমৰ ঠোঙা নাকাটিব। কিয়নো, এনেকৈ ঠোঙাৰ ভিতৰৰ কনডমটো ফাটি যাব পাৰে।

- কনডমটোক ব্যৱহাৰৰ পূৰ্বে পৰীক্ষা কৰি চাওক যাতে কোনো ফটা-অংশ নাথাকে। অৰ্থাৎ ই নিখুঁট।
- কনডমটোৰ বাহিৰৰ ফালে ঘঁহি উপৰিভাগত লগোৱা পিচল দ্ৰব্যবোৰ যাতে সমানে বিয়পি পৰে তাৰ ব্যৱস্থা কৰা বাঞ্চনীয়। প্ৰয়োজন অনুসৰি পিছল পদাৰ্থ ব্যৱহাৰ কৰক।
- কনডমটোক যোনীৰ ভিতৰত সোমোৱাবলৈ এডোখৰ সুবিধাজনক ঠাই বাচি উলিয়াওক।
- কনডমটোৰ বন্ধ মূৰটোৰ গোলাকৃতিৰ আঙঠি সদৃশ অংশটোক বুঢ়া আৰু মধ্যমা আঙুলিৰে চেপি লওক।
- আনখন হাতেৰে যোনীমূখ মেলিলৈ কনডমটোক ভিতৰলৈ সোমোৱাই দিয়ক।
- প্ৰথমা আঙুলিৰে কনডমৰ ভিতৰৰ আঙঠি সদৃশ অংশত হেঁচা দি ইয়াক যোনীৰ গভীৰতালৈ সোমোৱাই দিয়ক-যেতিয়ালৈকে আঙুলিয়ে আভ্যন্তৰৰ হাড়ত স্পৰ্শ নকৰে।
- সুনিশ্চিত কৰিব যাতে কনডমৰ বাহিৰ অৰ্থাৎ খোলা অংশত থকা আঙঠিটো যোনীৰ মুক্ত অংশৰ বাহিৰত থাকে।
- লিংগটোক সঠিককৈ কনডমৰ মাজেৰে যোনীত প্ৰৱেশ কৰাত সহায় / নিৰ্দেশনা দিয়ক। কোনো কাৰণতেই যাতে লিংগটো কনডমৰ বাহিৰ বা তলেৰে যোনীত প্ৰৱেশ নকৰে।
- যদিহে মৈথুনৰ সময়ত মশৃণভাৱে লিংগটোয়ে গতি নকৰে বা শব্দ হয়, তেন্তে কনডমৰ ভিতৰত বা লিংগত পিচল দ্ৰব্য লগাওক।
- যদিহে সংগমৰ সময়ত বাহিৰত থকা কনডমৰ আঙঠিটো ভিতৰলৈ সোমাই যায়, কিম্বা কনডমৰ কাষেৰে লিংগই যোনীত সোমাই পৰে তেন্তে মৈথুন বন্ধ কৰি নতুন কনডম এটা ব্যৱহাৰ কৰক।
- মৈথুনৰ সময়ত কনডম পিন্ধি থাকক / লিংগৰ পৰা বীৰ্য ওলোৱাৰ পাছত আৰু যোনীৰ পৰা ইয়াক উলিওৱাৰ অন্তত কনডমৰ বাহ্যিক আঙঠিটো চেপি ধৰি পকাই পোলোৱা বাঞ্চনীয়। ইয়াৰ দ্বাৰা বীৰ্য চিটিকি পৰা ৰোধ কৰিব পাৰি আৰু তাৰ পাছত কনডমটোক যোনীৰ পৰা উলিয়াই আনিব লাগে।
- কনডমটোক টয়লেট্ কাগজেৰে মেৰিয়াই আনৰ সংস্পৰ্শৰ বাহিৰৰ স্থানত পেলাই দিব লাগে। ইয়াক কেতিয়াও টয়লেট্‌ত ফ্লাচ্ কৰা উচিত নহয়।
- কেতিয়াও কনডম পুনৰ ব্যৱহাৰ নকৰিব।

১. মুকলি মূৰ ঃ মুকলি মূৰত থকা আঙুঠি সদৃশ অংশটো যোনীৰ বাহিৰৰ ফালে ওলাই থাকিব / বন্ধ মূৰত থকা আঙঠিটো আঙুলিৰে কনডমটোক হেঁচি যোনীত সোমোৱাই দিয়াত ব্যৱহাৰ হ'ব।



২. কেনেকৈ ধৰিব ঃ কনডমৰ বন্ধ মূৰত আঙঠিটোত বুঢ়া আৰু মধ্যমা আঙুলিৰে চেপি মাজত থকা আঙুলিটোৰে যোনীৰ ভিতৰলৈ ইয়াক হেঁচি সোমোৱাব লাগিব।

৩. কেনেকৈ সোমোৱাব ঃ ভিতৰৰ আঙুঠিটো চেপিলৈ আনখন হাতেৰে যোনীৰ মূখ মেলি প্ৰথমা আঙুলিৰে হেঁচি কনডমটোক সোমোৱাব লাগিব। ভিতৰৰ হাঁড়ত স্পৰ্শ নকৰালৈকে কনডমটোক আঙুলিৰে ঠেলি যোনীৰ আভ্যন্তৰলৈ সোমোৱাব লাগিব।

৪. ভালকৈ সোমোৱাৰ নিশ্চিতকৰণ ঃ কনডমটো পাক খাব নালাগিব আৰু মুকলি অংশত থকা আঙুঠিটো যোনীমুখৰ বাহিৰৰ ফালে থাকিব।

এ. এন. এম.ৰ ভূমিকা ঃ

- নিৰাপদ যৌন আচৰণৰ অভ্যাস সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ দিব।
- কনডম ব্যৱহাৰৰ বাবে সন্মত তথা প্ৰয়োজনীয় বুলি ভাবিবলৈ বাধ্য কৰিব।
- কনডম কেনেকৈ ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে দেখুৱাই দিব।
- চিকিৎসা / পৰামৰ্শ প্ৰক্ৰিয়াৰ আওতালৈ অনা ব্যক্তিসকলক কনডম যোগান ধৰিব।
- যৌন অভ্যাস সম্পৰ্কে মনত থকা সন্দেহ বা ভুল ধাৰণা শুধৰাব আৰু প্ৰয়োজন সাপেক্ষে উৰ্দ্ধতন কৰ্তৃপক্ষৰ ওচৰলৈ প্ৰেৰণ কৰিব।
- কনডম-সংক্ৰান্তীয় অন্ধবিশ্বাস দূৰীকৰণত সহায় কৰিব।

অন্ধবিশ্বাস	এ. এন. এম.সকলে কি কৰিব পাৰে
কনডমে আমাক এইচ. আই. ভি.ৰ পৰা বচোৱাত ব্যৰ্থ হয়	যদিহে সঠিক আৰু নিৰৱচিন্নভাৱে ব্যৱহাৰ কৰে, তেন্তে কমডমে আমাক এইচ. আই. ভি.ৰ পৰা বচোৱাৰ ক্ষমতা ৯৫ % বুলি শিকাব পাৰে।
মৈথুনৰ প্ৰক্ৰিয়াত কনডম ফাটি যায়	সঠিককৈ কনডমৰ ব্যৱহাৰ আৰু কৰণীয় তথা বৰ্জনীয় আচৰণ সম্পৰ্কে বুজাই দিয়ে।
কনডমৰ ব্যৱহাৰে যৌনসুখ হ্ৰাস কৰে	মানুহক অৱগত কৰে যেন সৰহভাগ কনডমৰ উপৰিভাগত পিছল-দ্ৰব্য লগোৱা থাকে। প্ৰয়োজন সাপেক্ষে পানীভিত্তিক পিচল-দ্ৰব্য অতিৰিক্তকৈ ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে বুলি মানুহক শিক্ষা দিয়ে।
কনডম বাৰে বাৰে ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰি	সজোৰে বুজায় যে এটা কনডম মাথো এবাৰেই ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰি আৰু মৈথুনৰ অন্তত

	যথোচিতভাৱে ইয়াক লিংগৰ পৰা খুলি পেলাই দিব লাগে।
মৈথুনৰ মাজত কনডম ব্যৱহাৰ কৰিলে লিংগত জ্বলাপোৰা ভাব হয়	কনডম ব্যৱহাৰৰ যথোচিত জ্ঞানৰ অভাৱ হ'লেহে এনেকৈ মানুহে ভাবে বুলি বুজাই দিয়ে। কিয়নো, কনডমবোৰ কোমল আৰু পিচল পদাৰ্থযুক্ত। সেয়েহে এইবোৰৰ সঠিক ব্যৱহাৰ হ'লে কেতিয়াও লিংগত জ্বলা-পোৰা / অশান্তিৰ ভাব সৃষ্টি হ'ব নোৱাৰে।
কনডমে লিংগত আঠা আৰু তেলযুক্ত অনুভৱ প্ৰদান কৰে	মুক্ত যৌন সঙ্গম কৰিলেও লিংগত আঠা লগা ভাব সৃষ্টি হয়। বীৰ্য আৰু যোনীৰসৰ মিশ্ৰনে তেনে অনুভৱ দিয়ে।
মহিলাই ইয়াক ভাল নাপায়	বহু মহিলাই কনডম ব্যৱহাৰৰ উপকাৰিতা গম নাপাবও পাৰে। ইয়াক ব্যৱহাৰৰ লাভালাভ সম্পৰ্কে পতিয়ন যোৱাৰ পাছত তেওঁলোকেও ইয়াক আনন্দৰে গ্ৰহণ কৰিব।
উত্থিত লিংগ ধিলা হৈ যাব পাৰে	কনডম যথোচিতভাৱে পিন্ধি ব্যৱহাৰ কেনেকৈ কৰিব লাগে সেই সম্পৰ্কে এনে ব্যক্তিক শিক্ষিত কৰে।
পুৰুষ-মহিলা উভয়ে একে সময়তে কনডম ব্যৱহাৰ কৰাৰ প্ৰয়োজন	পুৰুষ-মহিলাই একে সময়তে কনডম ব্যৱহাৰ কৰা উচিত নহয়। দেখাত দুয়োৰে ব্যৱহাৰৰ ফলত অধিক মাত্ৰাত নিৰাপত্তা পোৱা যেন লাগিব পাৰে। কিন্তু, ইয়াৰ ফলত কনডম ফাটি যাব (ৰবৰে ৰবৰে ঘঁহনি খাই)।

ক্ষতিৰ হ্ৰাসকৰণ ঃ (ইনজেকচনেৰে ড্ৰাগচ লওতা আৰু এইচ. আই. ভি.)

আই. ডি. ইউ. অৰ্থাৎ ইনজেকচনেৰে ড্ৰাগ লওতাসকল এইচ. আই. ভি.ৰে যিকোনো মুহূৰ্ততেই সংক্ৰমিত হোৱাৰ সম্ভাৱনা থকা অতি বিপদজনক স্থানৰ গোটবোৰৰ ভিতৰত তৃতীয় স্থানত আছে। সেয়েহে তেওঁলোকক সামৰি এইচ. আই. ভি. প্ৰতিৰোধৰ আঁচনি প্ৰস্তুত কৰা নিতান্তই প্ৰয়োজনীয়।

এইচ. আই. ভি. একেটা বেজীক বহুজনে ব্যৱহাৰ কৰিলে ইয়াৰ জৰিয়তে সহজে এজনৰ পৰা আনজনৰ গালৈ যাব পাৰে। গতিকে একেটা বেজীৰে ড্ৰাগচ লোৱাসকলৰ মাজত অতি ক্ষীপ্ৰতাৰে এইচ. আই. ভি. বিয়পিব পাৰে।

এবাৰ কেনেবাকৈ আই. ডি. ইউ.সকলৰ মাজত এইচ. আই. ভি. প্ৰৱেশৰ সুযোগ পালে ই অতি সহজে তেওঁলোকৰ যৌন ক্ষেত্ৰখনতো প্ৰৱেশ কৰিব পাৰে। কিছুমান আই. ডি. ইউ. পেচাদাৰী যৌন কৰ্মী হোৱা বাবে তেওঁলোকে সহজে নিজৰ গোটলৈ এইচ. আই. ভি.ক মাতি আনিব পাৰে। ফলত এনে বিপদজনক অভ্যাসত লিপ্ত ব্যক্তিসকলে তিলতিলকৈ মৃত্যুক সাবতিবলগীয়া হয় আৰু সমাজৰ প্ৰতি ভাবুকি সৃষ্টি কৰে।

ক্ষতি হ্ৰাসকৰণৰ ৰণকৌশল হিচাপে এ. এন. এম.সকলে কি কৰিব পাৰে ঃ

- দেহত বেজীৰ খোচ খাই ঘাঁ হোৱা অংশৰ তত্ত্বাৱধান।
- ৰোগীসকলে যাতে একেটা বেজী আৰু চিৰিঞ্জ আনৰ সৈতে ব্যৱহাৰ নকৰে সেই সম্পৰ্কে শিকাব পাৰে।
- আই. ডি. ইউ. লোকসকলক বিনামূলীয়াকৈ নতুন, পৰিচন্ন বেজী চিৰিঞ্জ পুৰণিবোৰৰ সৈতে সলোৱাৰ শিবিৰৰ বিষয়ে অৱগত কৰিব পাৰে। এনে শিবিৰসমূহত আই. ডি. ইউ.সকলে বিনাপইচাত বেজীৰ পৰিৱৰ্তে মুখেদি খোৱা ড্ৰাগচো লাভ কৰে।
- পুনৰ সংস্থাপন তথা ডেট'ক্সিফিকেচ'ন কেন্দ্ৰসমূহলৈ এনে ব্যক্তিক প্ৰেৰণ কৰিব পাৰে।

মনত ৰাখিবলগীয়া এয়ে যে ইনজেকচনৰ পৰিৱৰ্তে মুখেৰে লোৱা ঔষধো এইচ. আই. ভি. বিয়পাৰ প্ৰসংগত অতি গুৰুত্বপূৰ্ণ। কিয়নো, ড্ৰাগছৰ প্ৰভাৱত এনে ব্যক্তিয়ে অতি বিপদজনক আচৰণ প্ৰদৰ্শন কৰিবও পাৰে। এইচ. আই. ভি. আক্ৰান্ত কোনো ব্যক্তিৰ সৈতে যৌন সম্পৰ্ক স্থাপনেৰে আই. ডি. ইউ. এজনে ৰোগবিধ বিয়পাব পাৰে।

সুৰক্ষিত তেজপ্ৰাপ্তিৰ যথোচিত ব্যৱস্থা ঃ

গোটেই পৃথিৱীৰ ৫ % ৰ পৰা ১০ % এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত ব্যক্তি দূষিত তেজ কিম্বা তেজত থকা পদাৰ্থ গ্ৰহণৰ জৰিয়তে সংক্ৰমিত হৈছে।

সেয়েহে ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌চ নিয়ন্ত্ৰণ কাৰ্যসূচীৰ এক অন্যতম কাৰ্য হৈছে সুৰক্ষিত আৰু গুণগত মান সম্পন্ন তেজ সকলোতে উপলব্ধ কৰা।

এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ বিয়পাত প্ৰতিৰোধমূলক পদক্ষেপ হিচাপে তলত দিয়াৰ দৰে কাম কৰা হয়—

যিবোৰ তেজৰ নমুনাত এইচ. আই. ভি. যোগাত্মকৰ উপস্থিতি ধৰা পৰে সেইবোৰক তৎকালীনভাৱে ধ্বংস কৰিব লাগে।

বিয়পিব পৰা ৰোগ সম্পৰ্কে সকলো ব্লাড বেংক দাতা ব্যক্তিৰ তেজৰ নমুনাক প্ৰথমে পৰীক্ষা / অনুসন্ধানৰ ৰাষ্ট্ৰীয় নিৰ্দেশনা মানি চলা বাধ্যতামূলক। এইচ. আই. ভি. চিফিলিচ, হেপাটাইটিচ বি / চি আৰু মেলেৰিয়া সংক্ৰমণ তেজৰ নমুনাত প্ৰথমে আছেনেকি বিচাৰি চোৱা যায়।

যদিহে কোনো এক ব্লাড বেংকে অনুসন্ধানৰ দ্বাৰা দাতাৰ তেজৰ নমুনাত এইচ. আই. ভি.ৰ উপস্থিতি ধৰা পেলায়, তেনে অৱস্থাত সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিজনক কোনো আই. চি. টি. চিলৈ পৰামৰ্শ আৰু পৰীক্ষাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰিব লাগিব। ব্লাড-বেংকে দাতা ব্যক্তিক তেওঁৰ তেজত এইচ. আই. ভি. থকা বুলি জনোৱাৰ অধিকাৰ নাই।

এইক্ষেত্ৰত এ. এন. এম.সকলে কি কৰিব পাৰে—

- স্বেচ্ছাই ৰক্তদান কৰিবলৈ মানুহক উৎসাহিত কৰি ইয়াৰ বাবে সুব্যৱস্থা কৰি দিয়া।

  — ৰাইজক দূষিত তেজ বা তেজত থকা পদাৰ্থ ব্যৱহাৰ কৰিলে এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ হ'ব পৰাৰ বিষয়ে সজাগ কৰিব লাগে।
- আই. চি. টি. চি.লৈ পৰামৰ্শ আৰু পৰীক্ষাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰিব।

প্ৰচাৰৰ জৰিয়তে এইচ. আই. ভি. প্ৰতিৰোধ সম্পৰ্কে সজাগতা সৃষ্টি ঃ

ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌চ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থা আৰু ৰাজ্যিক এইড্‌চ নিয়ন্ত্ৰণ সমিতিবোৰে নিৰৱচিন্নভাৱে এইচ. আই. ভি. / এইড্‌চ সম্পৰ্কে সজাগতা বৃদ্ধিৰ কাৰ্যসূচী চলাই আছে। এইক্ষেত্ৰত যে আক্ৰান্ত বা ৰোগ সংক্ৰমিত ব্যক্তি / গোটসমূহকেই লক্ষ্য হিচাপে বাচি লোৱা হয় তেনে নহয়। বৰঞ্চ, এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ সম্ভাৱনা থকা আৰু সাধাৰণ ৰাইজকো সামৰি লয়।

সজাগতামূলক প্ৰচাৰত এ. এন. এম.সকলৰ ভূমিকা ঃ

- সজাগতাৰ প্ৰচাৰত অংশ লয়।
- অতি বিপদজনক গোটৰ অন্তৰ্গত ব্যক্তিসকলক এইচ. আই. ভি. সংক্ৰান্তীয় সজাগতা প্ৰদান।
- এইচ. আই. ভি.ৰ পৰীক্ষা কৰোৱাবলৈ সন্মত কৰে।
- এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কে প্ৰচলিত বিভিন্ন চিকিৎসা পদ্ধতি যেনে— এ. আৰ. টি., এম. আই. এম. ই., এচ. এম. এচ. আদিৰ বিষয়ে ব্যাখ্যা কৰে।
- সাধাৰণ ৰাইজক এইচ. আই. ভি. সংক্ৰান্তীয় সজাগতাৰে শিক্ষিত কৰা।

পৰম্পৰাগত অভ্যাস পালনত এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কীয় সজাগতা সৃষ্টি ঃ

এ. এন. এম.সকলে ৰোগী আৰু ৰাইজক পৰম্পৰাগত অভ্যাস / আচৰণ নিৰাপদে অভ্যাস কৰাৰ বিষয়ে শিক্ষিত কৰে। এইক্ষেত্ৰত নিম্নোক্ত দিশবোৰ সামৰি লোৱা হয়—

- সুৰক্ষিত যৌন সম্পৰ্ক আৰু কনডম সম্পৰ্কত ঃ
    - — পত্নীক আনৰ সৈতে সংগম কৰা / পৰিয়ালৰ আন কাৰোবাৰ পত্নীক উত্তৰাধিকাৰ হিচাপে গ্ৰহণ কৰা / বহুতৰ সৈতে যৌন ক্ৰিয়া / দেৱদাসী।
- এবাৰ মাথো ব্যৱহাৰোপযোগী বস্তু / বীজাণুমুক্ত যন্ত্ৰৰ ব্যৱহাৰৰ ক্ষেত্ৰত ঃ
    - — লিংগৰ আগচাল কটা কাৰ্য। এইক্ষেত্ৰত ব্যৱহৃত সামগ্ৰী যাতে প্ৰথমে জীৱাণুমুক্ত কৰা হয়।
    - — গাত টাটুচিত্ৰ অংকণ। এইক্ষেত্ৰত ব্যৱহৃত বেজী যাতে পুনৰ ব্যৱহাৰ নহয় তথা সংশোধিত হয় সেয়া সুনিশ্চিত কৰা।
    - — নাক, কান আদি বিভিন্ন অংগ / ছাল ফুটা কৰা অভ্যাস। এইক্ষেত্ৰত বেজীবোৰ সংশোধিত / বীজাণুমুক্ত হোৱাৰ লগতে মাথো এবাৰহে ব্যৱহাৰ হ'ব লাগে।

যোগাত্মক প্ৰতিৰোধ ঃ

সাম্প্ৰতিক সময়লৈ চলি থকা বেছিভাগ প্ৰতিৰোধমূলক আঁচনিৰে এইচ. আই. ভি. বিয়পি নপৰা বা সংক্ৰমণহীন সুস্থ লোকসকলক সামৰি লোৱা হয়। একে সময়তে এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত লোকসকলৰ আচৰণ / ব্যৱহাৰ পৰিৱৰ্তন হোৱাটো এই মাৰাত্মক ৰোগ বিধৰ প্ৰসাৰণত বাধা দিয়াৰ বাবে অত্যন্ত প্ৰয়োজনীয়।

যোগাত্মক প্ৰতিৰোধৰ ৰণ কৌশলেৰে এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত লোকসকলে যাতে নতুনকৈ এচ. টি. আই. আহৰণ নকৰি দীৰ্ঘকাল সুস্বাস্থ্যৰে থাকিব পাৰে আৰু এইচ. আই. ভি. / এইড্চৰ অগ্ৰগতি হ্ৰাস কৰিব পাৰে তাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া হয়। একেদৰে, সংযত বা পৰিৱৰ্তিত অভ্যাসেৰে আনলৈ ৰোগবিধ বিয়পাতো তেওঁলোকে বাধা দিব পাৰে।

যোগাত্মক প্ৰতিৰোধৰ ৰণনীতিক নিঃসঙ্গভাৱে আগবঢ়াব নোৱাৰি। অন্য কৰ্ম নীতিৰে সমন্বিত ৰূপতহে এই প্ৰতিৰোধ নীতি বাস্তবায়িত কৰা হয়।

এইক্ষেত্ৰত এ. এন. এম.সকলৰ কৰণীয় ঃ

যোগাত্মক প্ৰতিৰোধ সম্পৰ্কে এ. এন. এম.সকলে দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তি আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালবোৰক পৰামৰ্শ আৰু শিক্ষিতকৰণত নিম্নোক্ত দিশবোৰ সামৰি লয়—

- নিৰাপদ যৌন অভ্যাস সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ দিয়ে (পূৰ্বে আলোচিত)
- স্বাস্থ্যসন্মত জীৱন-যাপনৰ অনুশীলন

১. খাদ্য আৰু পৰিপুষ্টি ঃ

√ যথোচিতভাৱে নিয়মিত ভালকৈ ৰন্ধা খাদ্য ভক্ষণ কৰিব লাগে। প্ৰতিবাৰ কম পৰিমাণে খোৱা উচিত।

√ অতিকৈ পুষ্টিকৰ তথা 'যথোচিত আঁহযুক্ত' খাদ্য খোৱা উচিত।

√ শৰীৰে যাতে যথেষ্ট পৰিমাণে জুলীয়া আহাৰ লাভ কৰে তাৰ প্ৰতি সচেষ্ট হোৱা উচিত।

√ মচলা আৰু ভজা খাদ্য, কফি, কোলা-পনীয়, অধিক আহঁ থকা খাদ্য খোৱা অনুচিত। অন্যথাই হাগনি হ'ব পাৰে।

√ সুৰা আৰু চিগাৰেট ত্যাগ কৰা।

√ ভালকৈ ধুই, নিমখ সানিহে সতেজ ফল খাব লাগে।

√ উতলাই ভালকৈ মজুত কৰা পানীহে খোৱা উচিত।

√ দেহৰ ওজন বৃদ্ধিত উদ্দীপনা যোগোৱা খাদ্য খাব লাগে। এনে খাদ্যত উচ্চ প্ৰ'টিন, কাৰ্বোহাইড্ৰেট আৰু চৰ্বি থাকিব লাগে।

উদাহৰণ ঃ নাৰিকল, ক্ৰীম সমৃদ্ধ গাখীৰৰ গুৰি, মিঠা দৈ, চয়াবিনৰ পৰা প্ৰস্তুত খাদ্য, কণী, বিন, ডালি, আলু, মিঠা আলু, কল, শিমলু আলু, অটচ্, ভাত, বাৰ্লি, ঘেঁহু, গম আদি।

ত্যাগ / বৰ্জনীয় ঃ চেনী বা মিঠা খাদ্য ত্যাগ কৰিব লাগে- যিবোৰে দাঁত বা মুখৰ সমস্যা সৃষ্টি কৰিব পাৰে।

২. মুখৰ পৰিচন্নতা ঃ

√ মুখৰ আভ্যন্তৰত পৰিচন্নতা ৰক্ষা কৰা অত্যন্ত প্ৰয়োজনীয়। কিয়নো এ. আৰ. টি. / ৰক্ত চাপক হ্ৰাস কৰা ঔষধ / হতাশাৰোধী ঔষধ আদিৰ সেৱন কৰিলে মুখৰ ভিতৰখন শুকাই যায়।

√ চাহ, কফি, শীতল পনীয়, সুৰা আদি গ্ৰহণ কমাই অনা।

√ কোমল ব্ৰাছেৰে নিয়মিত দাঁত পৰিষ্কাৰ কৰা।

৩. একান্ত ব্যক্তিগত পৰ্যায়ৰ পৰিচন্নতা ঃ

√ বাহ্যিক গুপ্তাংগ কোমল চাবোন আৰু পানীৰে পৰিষ্কাৰ কৰা।

√ অতি কমেও ২৪ ঘণ্টাত এবাৰ / ততোধিকবাৰ অন্তৰ্বাস সলোৱা।

√ টয়লেট ব্যৱহাৰৰ পাছত চাবোনেৰে হাত ধোৱা।

√ নিতৌ গাধোৱা।

√ নখ চুটিকৈ কটা।

৪. নিয়মিত ব্যায়াম ঃ

√ চিকিৎসকৰ দিহা লৈ নিতৌ লঘু ব্যায়াম কৰা।

√ চমু দূৰত্বৰ পথ খোজ কঢ়া।

৫. যোগাত্মক দৃষ্টিভংগীৰে আগবঢ়া ঃ

√ এইচ. আই. ভি.ৰ অনুসন্ধান। পৰীক্ষাত সন্মতি দিয়া।

√ চিকিৎসা বিধান নিষ্ঠাৰে গ্ৰহণ কৰা।

√ ধাৰ্মিক / আত্মিক কাম-কাজত জড়িত হোৱা।

√ যোগাত্মক লোকসকলৰ কিম্বা সহায়কাৰী গোটৰ সৈতে সম্পৰ্ক ৰক্ষা কৰা / যোগ দিয়া।

- এইচ. আই. ভি. ৰোগৰ অগ্ৰগতি সম্পৰ্কে শিক্ষা দিয়া।
- সুযোগ সন্ধানী সংক্ৰমণ (অ. আই.) নিয়ন্ত্ৰণ আৰু চিকিৎসাৰ সুবিধা সম্পৰ্কে ব্যাখ্যা কৰা।
- চিকিৎসা-পদ্ধতি / প্ৰক্ৰিয়াৰ সৈতে একাত্ম হোৱাৰ ওপৰত গুৰুত্ব।
- পৰিয়াল-পৰিকল্পনা সম্পৰ্কেও যে ভাবিব পাৰি তাৰ জ্ঞান দিয়া।
- নিয়মিত খা-খবৰ ৰখা।
- নিয়মিত আৰু সঠিককৈ কনডম ব্যৱহাৰত গুৰুত্ব দিয়া।
- কনডম পুনৰ ব্যৱহাৰৰ পৰা উদ্ভৱ হ'ব পৰা সমস্যা (পুৰুষ-মহিলা দুয়োৰে) সম্পৰ্কে ব্যাখ্যা কৰা।
- ব্যৱহৃত কনডমক সঠিককৈ নষ্ট কৰাৰ পদ্ধতি (পুৰুষ-মহিলা দুয়োৰে) ব্যাখ্যা কৰা।
- ঔষধযুক্ত আঠুৱা ব্যৱহাৰ কৰি মেলেৰিয়া / ডেঙ্গু / চিকুঙ্গুনিয়া আদিৰ আক্ৰমণ প্ৰতিহত কৰাৰ প্ৰয়োজনীয়তাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া।

কেতবোৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ বাৰ্তা ঃ

☛ এইচ. আই. ভি. এইড্‌চৰ বিয়পাত বাধা দিয়াৰ উদ্দেশ্যে প্ৰাথমিক আৰু দ্বিতীয় পৰ্যায়ৰ প্ৰতিৰোধৰ উপায়বোৰ প্ৰচাৰ কৰিব লাগিব।

☛ দেহত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা ব্যক্তিসকলক নিম্নোক্ত শিতানত শিক্ষিত কৰি পৰামৰ্শ দিব লাগিব—

- সুৰক্ষিত যৌন অভ্যাস
- কনডমৰ ব্যৱহাৰ
- স্বাস্থ্যকৰ জীৱন যাপনৰ অভ্যাসবোৰ
- পৰিয়াল পৰিকল্পনা সংক্ৰান্তীয় সিদ্ধান্ত
- বেজীৰে ড্ৰাগচ লওতাসকলক ক্ষতি হ্ৰাসৰ উপায় সম্পৰ্কে জ্ঞান দান
- সুৰক্ষিত তেজ
- পৰম্পৰাগত আচৰণ পালনত সুৰক্ষাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া

☛ যোগাত্মকৰূপে দেহত এইচ. আই. ভি. থকা লোকসকলক প্ৰতিৰোধৰ উপায় সম্পৰ্কে উপলব্ধিত সহায় কৰা। তেওঁলোকক নিম্নোক্ত শিতানত পৰামৰ্শৰ লগতে শিক্ষা দিয়া—

- যৌন স্বাস্থ্যৰ নিৰাপত্তা দিয়া
- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. আদিৰ প্ৰাথমিক অৱস্থাত চিকিৎসা কৰি বিয়পি যোৱা প্ৰতিৰোধ কৰা
- এইচ. আই. ভি. ৰোগৰ অগ্ৰগতি হ্ৰাস কৰা
- সংক্ৰমণ আনৰ গাৰৈ বিয়পাত বাধা দিয়া

অধ্যায় - ৬

পিতৃ-মাতৃৰ পৰা সন্তানলৈ এইচ. আই. ভি. ৰোগ সংক্ৰমণৰ প্ৰতিৰোধ (পি. পি. টি. চি. টি.) আৰু শিশুৰ গাত প্ৰাথমিক পৰ্যায়ত চিনাক্তকৰণ (ই. আই. ডি.)

অধ্যায়টোৰ মূল লক্ষ্যসমূহ ঃ

- পিতৃ-মাতৃৰ পৰা সন্তানলৈ এইচ. আই. ভি. ৰোগ সংক্ৰমণ প্ৰতিৰোধ (পি. পি. টি. চি. টি.) সন্দৰ্ভত ব্যাখ্যা আগবঢ়োৱা।
- বিপদজনক কাৰক আৰু সেইবোৰৰ যথোচিত প্ৰতিৰোধৰ উপায়সমূহৰ তালিকা। এইক্ষেত্ৰত নিম্নোক্ত দিশসমূহ সামৰিব—

  — গৰ্ভাৱস্থাত এইচ. আই. ভি. বিয়পা।

  — সন্তান প্ৰসৱৰ সময়ত এইচ. আই. ভি. বিয়পা।

  — দুগ্ধপান আৰু কেচুৱা অৱস্থাত শিশুলৈ এইচ. আই. ভি. বিয়পা।
- পিতৃ-মাতৃৰ পৰা সন্তানলৈ ৰোগ বিয়পাৰ সময়ত আৰু নৱজাতকৰ গাত অতি সোনকালে ৰোগ সংক্ৰমিত হোৱাৰ ক্ষেত্ৰত এ. এন. এম.সকলৰ ভূমিকা।

১. পিতৃ-মাতৃৰ পৰা শিশুলৈ এইচ. আই. ভি. বিয়পাত বাধা প্ৰদান (পি. পি. টি. চি. টি.) ঃ

ভাৰতত পোন্ধৰ বছৰৰ তলৰ শিশুসকলৰ গালৈ সাধাৰণতে অতি গুৰুত্বপূৰ্ণভাৱে মাকৰ দেহৰ পৰা এইচ. আই. ভি. বিয়পে। প্ৰতিৰোধ ব্যৱস্থা গঢ়ি নুতুলিলে সংক্ৰমিত মাতৃৰ দেহৰ পৰা শিশুৰ গালৈ এইচ. আই. ভি. বিয়পাৰ বিপদৰ হাৰ তলত দিয়া ধৰণৰ হয়—

উন্নত দেশসমূহ ১৫% পৰা ২৫%

উন্নয়নশীল দেশসমূহৰ ২৫% পৰা ৪৫%

পাৰিসাংখ্যিক তথ্য অনুসৰি এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত মুঠ জনসংখ্যাৰ ৫% হৈছে পিতৃ-মাতৃৰ দেহৰ পৰা ৰোগ লাভ কৰা শিশু।

এই মহামাৰীবিধ গ্ৰাম্যাঞ্চলতকৈ চহৰাঞ্চলত অধিক তীব্ৰ ৰূপত দেখা যায়। আনহাতে, শিক্ষাৰ বৃদ্ধিৰ লগে লগে ইয়াৰ মাত্ৰা কমিবলৈ ধৰে। একেদৰে, আন এক লক্ষণীয় দিশ হৈছে পৰিবহন উদ্যোগৰ লগত জড়িত বা তাত কৰ্মৰত ব্যক্তিসকলৰ পত্নীবোৰৰ গাত সৰ্বাধিক মাত্ৰাত এইচ. আই. ভি. পোৱা যায়।

পি. পি. টি. চি. টি. কি বা পিতৃ-মাতৃৰ পৰা শিশুৰ গালৈ ৰোগ কেনেকৈ বিয়পে?

বিভিন্ন সময়ত সংক্ৰমিত মাতৃ দেহৰ পৰা নৱজাতক বা শিশুলৈ এইচ. আই. ভি. বিয়পিব পাৰে।

- গৰ্ভাৱস্থা

- প্ৰসৱ
- দুগ্ধপান

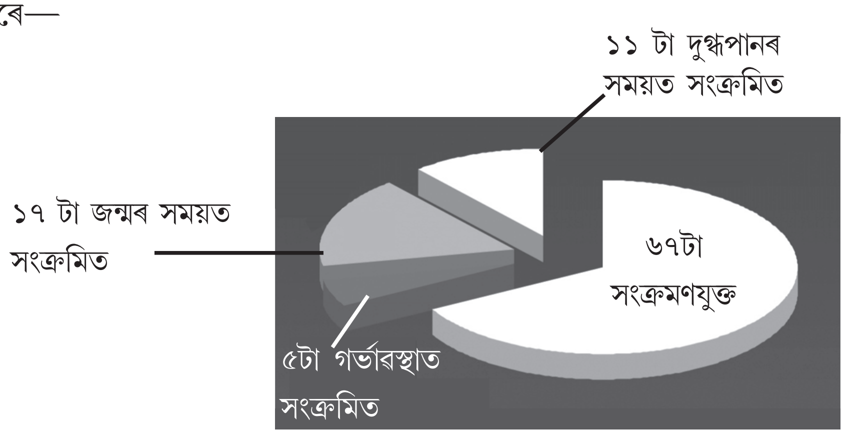
মাতৃৰ দেহৰ পৰা শিশুৰ গালৈ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ বিয়পোৱাত বাধা দি বা তেনে সম্ভৱনা হ্ৰাস কৰি দুয়োৰে স্বাস্থ্যৰ উন্নয়নত অতি কাৰ্যক্ষম এক উপায় হৈছে পি. পি. টি. চি. টি. কাৰ্যসূচীৰ ৰূপায়ন। এই কাৰ্যসূচী ৰূপায়নৰ মাজেৰে পুৰুষসকলকো সামৰি লোৱাৰ সুযোগ পোৱা যায় আৰু ইয়াৰ জৰিয়তে তেওঁলোকক সুৰক্ষিতভাৱে সন্তান জন্ম দিয়া, নিৰাপদ যৌনক্ৰিয়া আদি বিষয়ত শিক্ষা তথা পৰামৰ্শ দিব পাৰি।

এই কাৰ্যসূচীৰ দ্বাৰা মহিলাসকলক এইচ. আই. ভি. আৰু অন্য যৌন প্ৰক্ৰিয়াৰে বিয়পা সংক্ৰমণৰ পৰা নিজকে বচোৱাৰ ক্ষেত্ৰত শিক্ষিত কৰিব পাৰি।

মাতৃ আৰু শিশুৰ মংগলৰ উদ্দেশ্যে পি. পি. টি. চি. টি. কাৰ্যসূচীত পিতৃ আৰু মাতৃ দুয়োগৰাকীয়েই অংশ লোৱাটোক কল্যাণজনক বুলি বিবেচনা কৰা হয়।

পিতৃ-মাতৃৰ পৰা শিশুৰ গালৈ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ বিয়পাৰ বিপদজনক সম্ভৱনা ঃ

বিপদৰ এই সম্ভাৱনা সৰ্বোচ্চ হয় সন্তান জন্ম দিয়াৰ সময়ত। ইয়াৰ পাছত গাখীৰ খোৱা অৱস্থাত আৰু গৰ্ভধাৰণ থকাৰ সময়ত। এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত মাতৃৰ পৰা জন্ম লাভ কৰা এশটা শিশুৰ ভিতৰত তেত্ৰিশটাই মাকৰ গৰ্ভাৱস্থাত জন্মৰ মুহূৰ্ত বা গাখীৰ খোৱাৰ সময়ত এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হ'ব পাৰে—



এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ বিয়পোৱাৰ বিপদজনক সম্ভাৱনা সৃষ্টিকাৰী কাৰকসমূহ ঃ

গৰ্ভাৱস্থাত	**প্ৰসৱৰ আগমুহূৰ্তত**	**নৱজাতকক আহাৰ দিয়াৰ সময়ত**
● অধিক মাত্ৰাত ভাইৰাছৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত	● অধিক মাত্ৰাত ভাইৰাছৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত	● অধিক মাত্ৰাত ভাইৰাছৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত
- শেহতীয়া এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ	● চাৰিঘণ্টাৰো অধিক সময় মাখিচাল থকা	- পুনৰ সংক্ৰমণ - প্ৰাথমিক সংক্ৰমণ

- গৰ্ভাৱস্থাত এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমণ
- অগ্ৰগামী এইচ. আই. ভি. ৰোগ
- ভাইৰাছজনিত বেক্টেৰিয়া আৰু মহৰ পৰা (বিশেষকৈ মেলেৰিয়া) সংক্ৰমণ
- পূৰ্বৰ পৰা শৰীৰত থকা এছ. টি. আই.ৰ দ্বাৰা জটিলতা বৃদ্ধি

● পুষ্টিহীনতা

● বেজীৰ দ্বাৰা ড্ৰাগছ লোৱা অভ্যাস ভাবুকিৰ সৃষ্টি কৰিব পাৰে

● প্লেচেণ্টা, কৰিয়ন আদিৰ স্থান সলনিৰ ফলতো প্ৰভাৱ পৰিব পাৰে
- কৰিয়ম, নিঅনিটিব্
- জৰায়ুত আক্ৰমণাত্মক প্ৰক্ৰিয়া

● মগজুৰ 'ইণ্ট্ৰাপাৰটুম' ৰক্তক্ষৰণ

● আক্ৰমণাত্মক প্ৰক্ৰিয়া
- আক্ৰমণাত্মকভাৱে ভ্ৰূণ পৰ্যবেক্ষণ
- এ. আৰ. এম. (আৰটিফিচিয়েল ৰাফচাৰ অফ মেমব্ৰেন্স)
- এপিচিঅট'মি
- ভেকুৱাম কাপ
- ফৰচেপ ডেলিভাৰিচ

● অপৈনত জন্ম

● জন্মৰ সময়ত ওজন কম

● যমজৰ প্ৰথমটো নৱজাতক

● অল্টাৰড্ স্কীন ইণ্টিগ্ৰিটি
- অগ্ৰগামী ৰোগাৱস্থা

● স্তন সম্পৰ্কীয় সমস্যা
- অন্‌গৰজমেণ্ট
- স্তনাগ্ৰত ফাট /ক্ষতি
- স্তনত ফোঁহা

● নিম্ন পৰ্যায়ৰ পুষ্টি (মাতৃৰ)

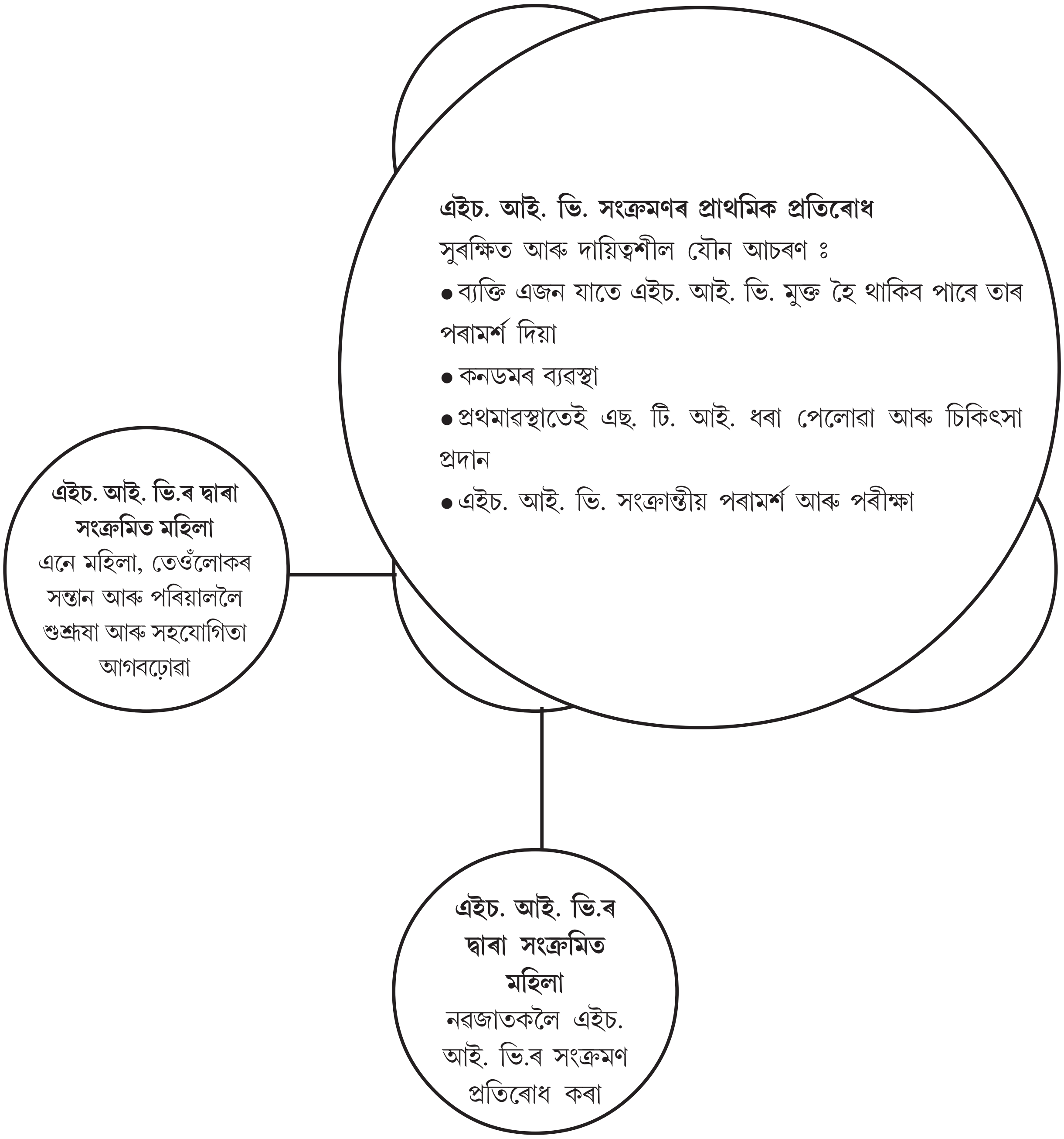
● অন্য খাদ্যৰ লগত মিশ্ৰিত ভাৱে স্তনপান কৰোৱা

● ছয় মাহৰ পূৰ্বেই অন্য খাদ্য খাবলৈ দিয়া

● শিশুৰ মুখত ঘাঁ /আঘাত

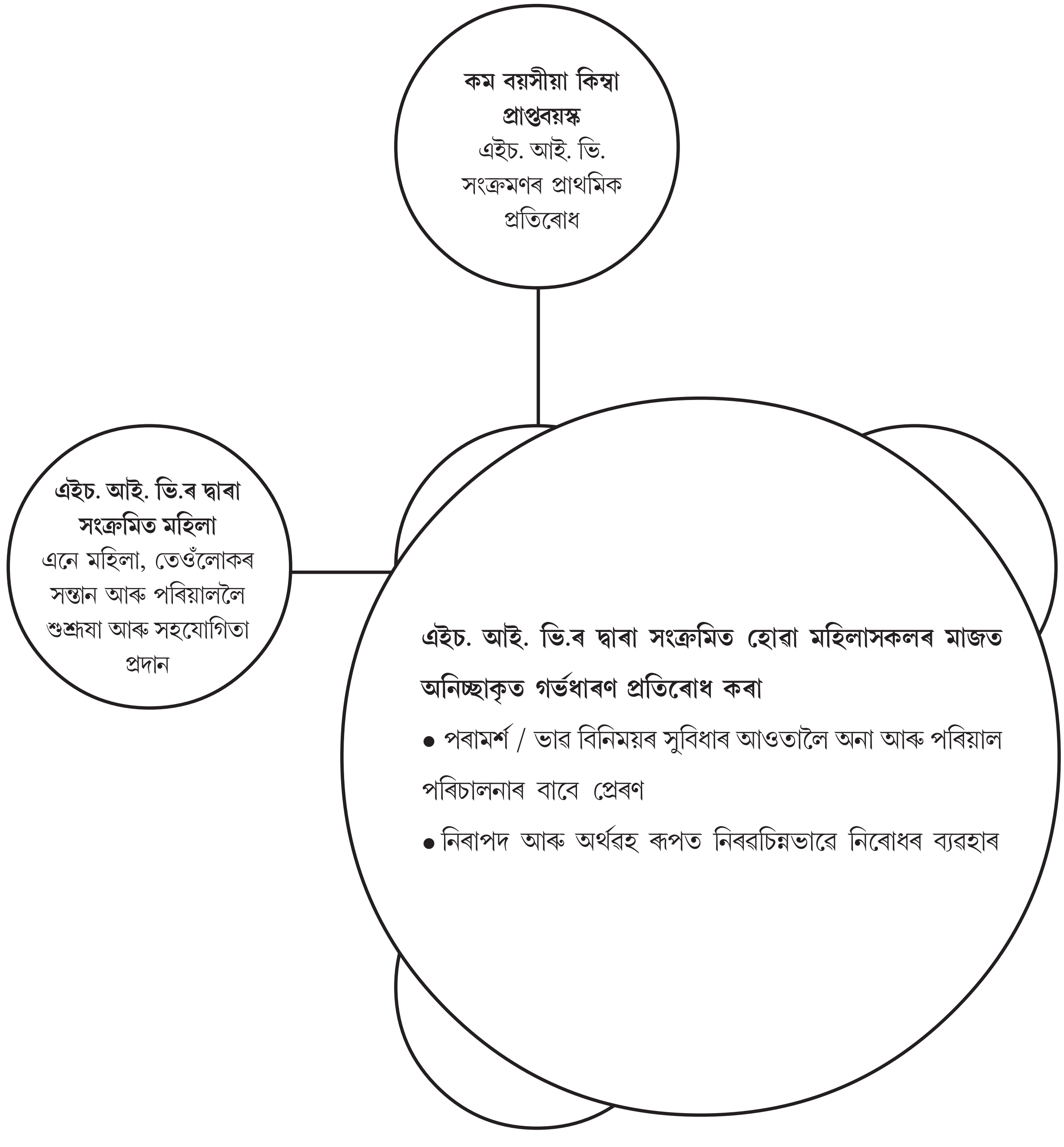
ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থাৰ চৰ্তুদিশদৰ্শী পি. পি. টি. চি. টি. ৰণনীতি ঃ

পি. পি. টি. চি. চি. ৰণকৌশলৰ প্ৰথম দিশ ঃ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ প্ৰাথমিক প্ৰতিৰোধ—



এই শিতানত পিতৃ-মাতৃ হ'ব খোজাসকলক সামৰা হৈছে। শিশুৰ গালৈ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ কেতিয়াও বিয়পিব নোৱাৰে— যদিহে পিতৃ-মাতৃ এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত নহয়। এইক্ষেত্ৰত ৰণনীতি হিচাপে কনডমৰ ব্যৱস্থা, প্ৰথমাৱস্থাৰেই এছ. টি. আই. ধৰা পেলাই চিকিৎসা প্ৰদান, এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ আৰু পৰীক্ষাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া হৈছে। লগতে সংক্ৰমণৰ পৰা মুক্ত হৈ থকাসকল যাতে চিৰদিন নিৰাপদে থাকে সেই উদ্দেশ্যে তেওঁলোকক প্ৰয়োজনীয় পৰামৰ্শ দিয়া হয়।

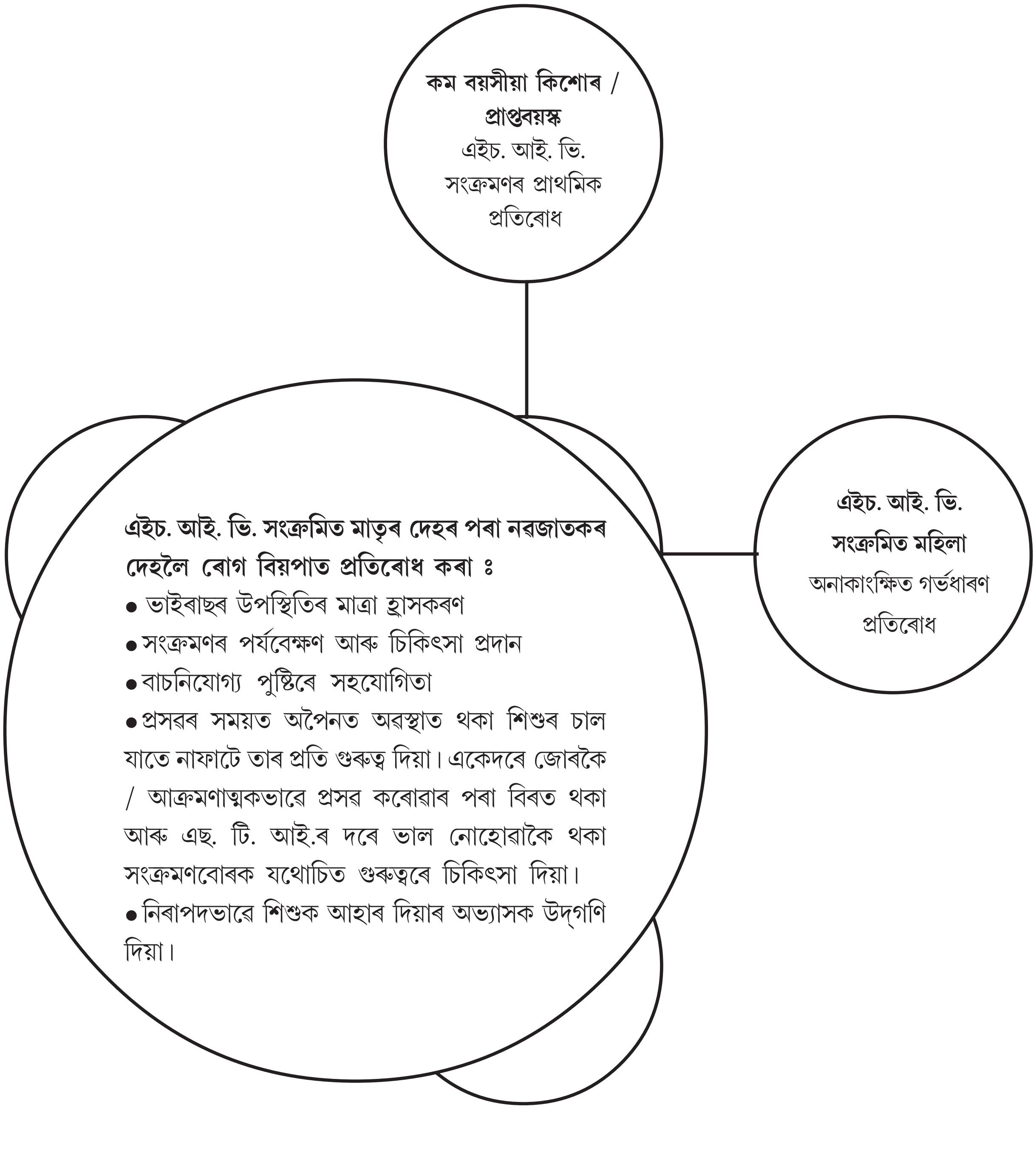
পি.পি.টি. চি. টি. ৰণকৌশলৰ দ্বিতীয় দিশ ঃ এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হোৱা মহিলাসকলৰ মাজত অনিচ্ছাকৃত গৰ্ভধাৰণ প্ৰতিৰোধ কৰা ঃ



এই শিতানত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত মহিলাৰ বাবে পৰিয়াল পৰিকল্পনাৰ প্ৰয়োজনীয়তাক সামৰি লোৱা হৈছে। যথোচিত সহযোগিতাৰে দেহত যোগাত্মকভাৱে এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত হোৱা মহিলাসকলৰ পৰিয়াল পৰিকল্পনা চামিল হৈ ভৱিষ্যতৰ সন্তানৰ দেহলৈ ৰোগ বিয়পাৰ সম্ভৱনা হ্ৰাস কৰিব পাৰি। এনে

মহিলাসকলে নিজৰ স্বাস্থ্য ৰক্ষাৰ বাবেও বিশেষ ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰিব পাৰে। এই শিতানৰ ৰণকৌশলে অতি উচ্চ মানৰ স্বাস্থ্য সম্পৰ্কীয় পৰামৰ্শ / ভাব বিনিময় প্ৰক্ৰিয়াৰ মাজেদি মহিলাসকলক অৰ্থবহ পৰিয়াল নিয়ন্ত্ৰণৰ উপায় প্ৰদানৰ প্ৰয়াস কৰে। ইয়াৰ ভিতৰত যথোচিত ৰূপত জন্ম-নিৰোধকৰ ব্যৱহাৰ আৰু তেনে মহিলাই বিচাৰিলে প্ৰাথমিক অৱস্থাতেই গৰ্ভপাত কৰাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া হয়।

পি.পি.টি.চি.টি. ৰণকৌশলৰ তৃতীয় দিশ ঃ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত মাতৃৰ পৰা নৱজাতকৰ দেহলৈ ৰোগ বিয়পাত প্ৰতিৰোধ কৰা ঃ

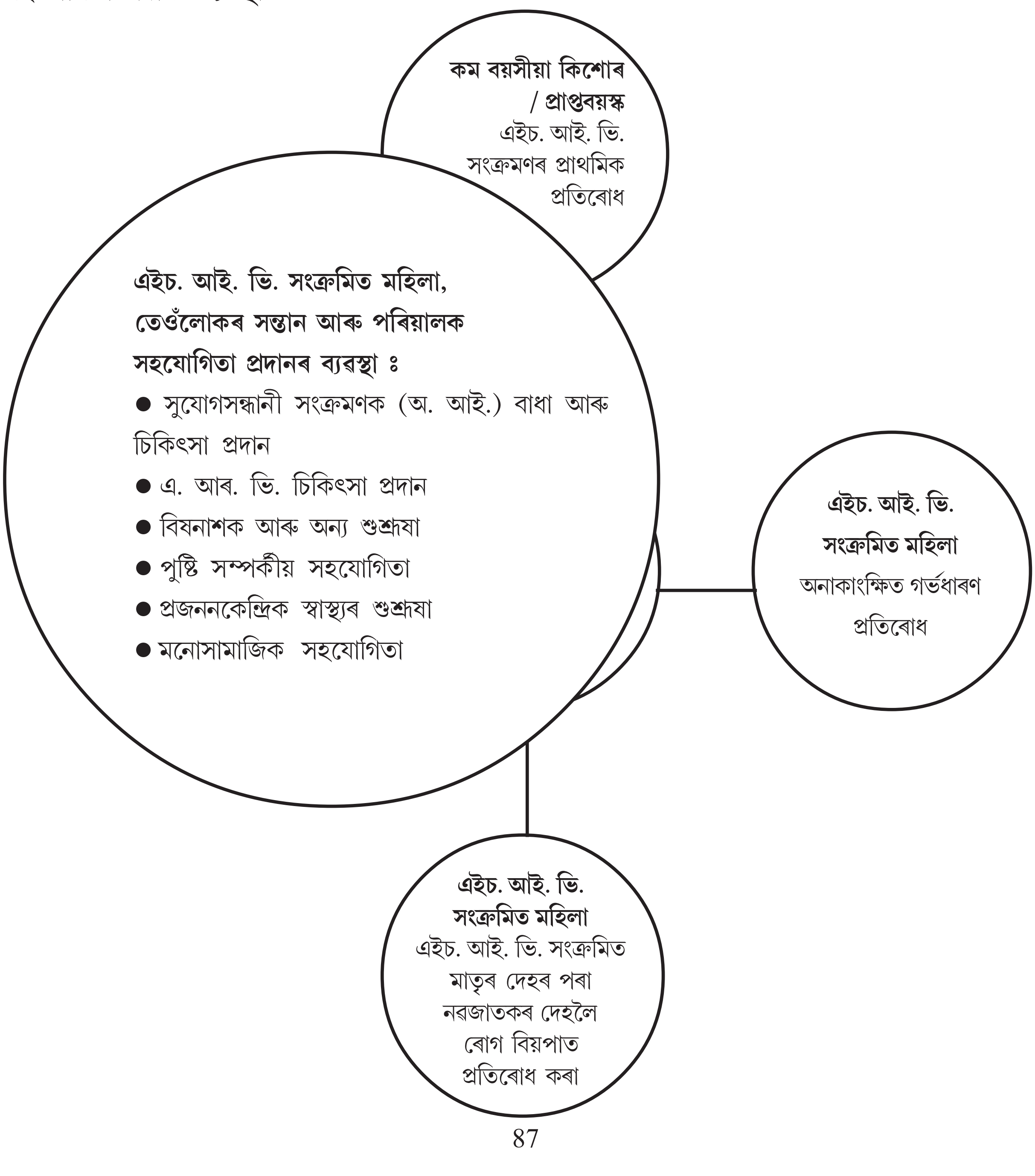


এই শিতানত এইচ. আই. ভি. দেহত লৈ থকা মহিলাৰ পৰা শিশুলৈ সংক্ৰমণ ৰোধৰ ক্ষেত্ৰত সুনিৰ্দিষ্ট

প্ৰতিৰোধমূলক ব্যৱস্থা যেনে— এইচ. আই. ভি. পৰামৰ্শ আৰু পৰীক্ষণ, এ. আৰ. ডি. প্ৰফাইলেক্সিচ আৰু চিকিৎসা প্ৰদান, সুৰক্ষিত প্ৰসৱৰ অভ্যাস / অনুশীলন আৰু নৱজাতকক সুৰক্ষিত উপায়েৰে আহাৰ দিয়াৰ অভ্যাসক সামৰি লোৱা হৈছে।

যেতিয়া মাতৃদেহৰ পৰা শিশুৰ গালৈ সংক্ৰমণ বন্ধ কৰাৰ উদ্দেশ্যে কোনো এ. আৰ. ভি. ঔষধ দিয়া হয়, তেতিয়া ইয়াক এ. আৰ. ভি. প্ৰফাইলেক্সিচ বোলে। এগৰাকী মাতৃৰ এইচ. আই. ভি. চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰদান কৰা এ. আৰ. ডি. ইতিপূৰ্বে উল্লেখিত এ. আৰ. ভি.ৰ সৈতে একে নহয়।

পি.পি.টি.চি.টি. ৰণকৌশল চতুৰ্থ দিশ ঃ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত মহিলা, তেওঁলোকৰ সন্তান আৰু পৰিয়ালক সহযোগিতা প্ৰদানৰ ব্যৱস্থা ঃ



এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত মহিলাৰ তেওঁলোকৰ মনৰ দুঃচিন্তাবোৰৰ সৈতে যুঁজ দিবলৈ আৰু নিজৰ তথা পৰিয়ালৰ স্বাস্থ্য সম্পৰ্কে মনলৈ অহা ভাবনাক নিয়ন্ত্ৰিত অৱস্থাত ৰাখিবলৈ চিকিৎসা সেৱাৰ লগতে সামাজিক সহায়-সহযোগিতাৰো প্ৰয়োজন আছে বুলি এই শিতানত গণ্য কৰা হয়।

এই শিতানত প্ৰতিৰোধ আৰু চিকিৎসা সম্পৰ্কীয় বিভিন্ন দিশ সামৰা হৈছে। অ. আই., এ. আৰ. ভি চিকিৎসা, বিষ হ্ৰাসকাৰী চিকিৎসা আৰু পুষ্টি সম্পৰ্কীয় সহযোগিতা, প্ৰজনন স্বাস্থ্যৰ যত্ন আৰু মনোসামাজিক সহযোগিতাৰ বিভিন্ন দিশকো শিতানটোত সামৰি লোৱা হৈছে।

পিতৃ-মাতৃৰ দেহৰ পৰা শিশুৰ গালৈ এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ ৰোধত এ. এন. এম.সকলৰ ভূমিকা ঃ

ক) গৰ্ভধাৰণৰ পূৰ্বে কেনে ব্যৱস্থা ল'ব পাৰি? —প্ৰাথমিক প্ৰতিৰোধ।

- যৌন আচৰণেৰে বিয়পা সংক্ৰমণ আৰু গৰ্ভধাৰণ প্ৰতিৰোধৰ বিষয়ে শিক্ষা প্ৰদান (কনডম আৰু খোৱা গৰ্ভনিৰোধক ঔষধৰ জৰিয়তে বিশেষভাৱে ইতিমধ্যেই এছ. টি. আই. থকা বা এছ. টি. আই. সংক্ৰমিত সংগীৰে সম্পৰ্ক ৰখা মহিলাৰ গৰ্ভধাৰণ ৰোধ কৰিব পাৰি।
- গৰ্ভৱতী অথবা সন্তানক গাখীৰ খুওৱা অৱস্থাত থকা অথচ এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত নোহোৱা মহিলাক এইচ. আই. ভি. আৰু পৰীক্ষণ সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ দিয়া।
- গৰ্ভাৱস্থাত আৰু সন্তানক দুগ্ধপান কৰোৱা অৱস্থাত এইচ. আই. ভি. প্ৰতিৰোধৰ ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰিব লাগে। কিয়নো এনে সময়ত আক্ৰান্ত মহিলাৰ গাত অত্যাধিক পৰিমাণে এইচ. আই. ভি. জমা হৈ থাকে যিবোৰ সহজেই নৱজাতকৰ গালৈ যাব পাৰে।
- গৰ্ভাৱস্থা বা সন্তানক দুগ্ধপান কৰোৱাৰ অৱস্থাত থকা মাতৃসকলক এছ. টি. আই. ক্লিনিক, আই. ছি. টি. চি. বা পি. পি. টি. চি. লৈ প্ৰেৰণ কৰিব লাগে।

খ) গাত যোগাত্মকভাৱে এইচ. আই. ভি. থকা মহিলাসকলৰ গৰ্ভাৱস্থা আৰু পৰৱৰ্তী সময়ত কৰণীয় কি?

দ্বিতীয় পৰ্যায়ৰ প্ৰতিৰোধ ঃ এ. এন. এম. আৰু ৰোগীসকলে গৰ্ভাৱস্থা, প্ৰসৱ আৰু নৱজাতকৰ জন্মৰ পাছত মাতৃদেহৰ পৰা শিশুৰ গালৈ ভাইৰাছ বিয়পাত বাধা দিয়াৰ উদ্দেশ্যে বিভিন্ন পদক্ষেপ ল'ব পাৰে।

গৰ্ভাৱস্থাত ল'বলগীয়া পদক্ষেপবোৰ ঃ

মহিলাসকলক নিম্নোক্ত বিষয়ৰ ওপৰত শিক্ষিত কৰা উচিত—

- এইচ. আই. ভি.ৰ অনুসন্ধান।
- প্ৰাথমিক স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰবোৰত এইচ. আই. ভি.ৰ পৰীক্ষা আৰু আই. চি. টি. চি.বোৰত নিশ্চিতকৰণ পৰীক্ষা।
- গৰ্ভৱতীসকলক নিৰ্দিষ্ট সময়ৰ মূৰে মূৰে দৰ্শন।

- খাদ্যত ভিটামিন আৰু আইৰণ থকা নিশ্চিতকৰণ।
- সন্তানৰ জন্ম কিম্বা পৰীক্ষণৰ সময়ত কোনোধৰণৰ বল প্ৰয়োগ নকৰাৰ ওপৰত গুৰুত্ব।
- সুৰক্ষিত যৌন অভ্যাস মানি চলা।
- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. আদি যিকোনো ধৰণৰ সংক্ৰমণৰেই পৰীক্ষা।
- চিকিৎসালয়ত প্ৰসৱৰ ব্যৱস্থা কৰাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া ঃ ছিজাৰিয়ান অস্ত্ৰোপ্ৰচাৰৰ বিপৰীতে স্বাভাৱিকভাৱে জন্মৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া।
- মাতৃগৰাকীৰ শৰীৰত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ অগ্ৰগতি সম্পৰ্কে অৰ্থাৎ চি. ডি.-৪ কোষৰ সংখ্যা / সুযোগসন্ধানী সংক্ৰমণ আদিৰ ওপৰত নিৰৱচিন্ন পৰ্যবেক্ষণ।
- পতি / পুৰুষসংগীৰ দেহতো এইচ. আই. ভি.ৰ অনুসন্ধান / পৰীক্ষণ।

পি.পি.টি.চি.টি.-ত এ. আৰ. ভি.ৰ ভূমিকা কি?

এ. আৰ. ভি.য়ে নিম্নোক্ত ধৰণে পি. পি. টি. চি. টি. হোৱাৰ ভয় হ্ৰাস কৰে—

- মাতৃৰ শৰীৰত থকা ভাইৰাছৰ পৰিমাণ হ্ৰাস কৰাৰ লগতে ইয়াৰ সৃষ্টিৰ প্ৰক্ৰিয়াটোক লেহেমীয়া কৰি ৰোগাক্ৰান্ত নাৰীগৰাকীৰ সামগ্ৰিক স্বাস্থ্যৰ উন্নতি সাধনেৰে।
- মাতৃত্ব সম্পৰ্কীয় সংক্ৰমণৰ চিকিৎসাৰ দ্বাৰা।
- এইচ. আই. ভি.ৰ ওচৰত উন্মুক্ত হৈ থকা নৱজাতকক সুৰক্ষা প্ৰদানৰ জৰিয়তে।

এইচ. আই. ভি. যোগাত্মকভাৱে থকা সকলো গৰ্ভৱতী মহিলাক এ. আৰ. টি. প্ৰদান কৰা হয়, যদিহে তেওঁলোকৰ তেজৰ নমুনাত চি.ডি.-৪ কোষৰ সংখ্যা ৩৫০টা বা তাতকৈ কম হয়।

ভাৰত চৰকাৰৰ পি. পি. টি. চি. টি. প্ৰতিৰোধ কাৰ্যসূচীত নেভিৰাপাইনৰ এবাৰ মাথো প্ৰয়োগৰ মাতৃৰ দেহৰ পৰা শিশুৰ গালৈ ৰোগ বিয়পাৰ ভয় ৫% - ২৫% লৈ হ্ৰাস হয়।

প্ৰসূতিকালীন আৰু প্ৰসৱৰ সময়ত ল'বলগীয়া পদক্ষেপবোৰ ঃ

এ. এন. এম.সকলে মাতৃগৰাকী সম্পৰ্কে কেতবোৰ কথা নিজে নিৰ্ধাৰণ কৰিব লাগে।

- মাতৃগৰাকীয়ে নিয়মিতভাৱে গৰ্ভাৱস্থাৰ পৰীক্ষাসমূহ কৰাইছেনে নাই।
- তেওঁ এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰাইছেনে নাই।

  — যদিহে কৰোৱা নাই, জৰুৰীকালীন পৰীক্ষাৰ বাবে (একক দ্ৰুত-পৰীক্ষা) প্ৰয়োজনীয় পৰামৰ্শ আগবঢ়াব লাগিব।

  — যদিহে মহিলাগৰাকী এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক বুলি ফলাফল পোৱা গৈছে, তেন্তে চিকিৎসকৰ লগত আলোচনা কৰিব / নেভিৰাপাইনৰ এপালি ঔষধ মাতৃ আৰু শিশুৰ বাবে প্ৰদান কৰিব।

- নিৰাপদ প্ৰসৱত সহায় কিম্বা ইয়াৰ ব্যৱস্থা কৰিব।
- প্ৰসৱৰ পাছত মাতৃক নিশ্চিতকৰণ পৰীক্ষা আৰু যথোচিত পৰামৰ্শৰ বাবে এফ. আই. চি. টি. চি. / আই চি. টি. চি. লৈ প্ৰেৰণ কৰিব।

প্ৰসৱৰ লগত জড়িত আন কেতবোৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ / জটিল বিষয় ঃ

- গোপনীয়তাৰ প্ৰকাশ আৰু ভাগ লোৱা।

  — যদিহে তাৎক্ষণিকভাৱে এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক হিচাপে পোৱা যায়, তেন্তে মহিলাগৰাকীক অৱগত কৰা হয়।

  — প্ৰসৱত জড়িত দলটোক জনোৱা হয়।

  — পতি / সংগী আৰু পৰিয়ালৰ আন সদস্যসকলক জনোৱা হয়।
- আৰেগিক সহযোগিতা।
- মাতৃক নেভিৰাপাইন প্ৰদান (পি.পি.টি.চি.টি. কাৰ্যসূচী), যদিহে চিকিৎসকে অনুমোদন কৰে।
- প্ৰসৱৰ ধৰণ—

  — যোনি পথেদি / স্বাভাৱিকভাৱে চিকিৎসালয়ত।

  — অতি জৰুৰীকালীন অৱস্থাত গৰ্ভস্থ সন্তানৰ বয়স ৩৮ সপ্তাহ হোৱাৰ পাছতহে ছিজাৰিয়ান-অস্ত্ৰোপচাৰ কৰা উচিত।

এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা যোগাত্মকভাৱে আক্ৰান্ত মহিলাৰ প্ৰসৱৰ সময়ত কৰণীয় আৰু বৰ্জনীয় কামৰ তালিকা ঃ

কৰণীয়	বৰ্জনীয়
● যথোচিত ব্যক্তিগত সুৰক্ষা-সৰঞ্জাম (পি. পি. ই.) ব্যৱহাৰ। ● নাড়ী কাটোতে যাতে ন্যূনতম পৰিমাণৰ তেজ আৰু শৰীৰৰ জুলীয়া দ্ৰব্যৰ ছিটিকনি পৰে সেই সম্পৰ্কে নিশ্চয়তা প্ৰদান কৰিব লাগে ● যদিহে দুগ্ধপানত সহায় কৰিবলগীয়া হয়, তেন্তে ঠিক মাকৰ একেটা কাষত থিয় দিব লাগে। ● ব্যৱহৃত সকলো কাপোৰ ব্লিচিং মিশ্ৰিত পানীত অতি কমেও দুঘণ্টাৰ বাবে তিয়াই থ'ব লাগে।	● নিসংগ কৰা উচিত নহয় ● যৌন-কেশ ক্ষুৰাব নালাগে ● গুহ্যদ্বাৰত ইয়াৰ পৰিষ্কাৰৰ উদ্দেশ্যে কোনো দ্ৰব্য সোমোৱাই দিব নালাগে। ● বাৰে বাৰে পি.ভি. পৰীক্ষা কৰোৱাব নালাগে। ● কোনো পাতল চাল যাতে নাফাটে তাৰ প্ৰতি গুৰুত্ব দিব লাগে। ● প্ৰয়োজন নহ'লে কোনো সৰঞ্জাম ব্যৱহাৰ কৰিব নালাগে।

● ঠিক প্ৰসৱৰ সময়ত ২০০ মিঃগ্ৰাঃ নেভিৰাপাইন মাতৃগৰাকীক প্ৰদান কৰিব লাগে (একে সময়তে মাতৃগৰাকীৰ ছাল ৰঙা পৰাৰ লেখিয়া কিবা পাৰ্শ্বক্ৰিয়া প্ৰকাশিত হয় নেকি-সেই সম্পৰ্কে পৰ্যবেক্ষণ কৰা বাঞ্চনীয়। ● ০.২৫% 'ক্ল'ৰেক্সিডাইন' /পভিডাইন্ আয়ভিন মিশ্ৰিত পানীৰে মাতৃগৰাকীৰ যোনি ছাফা কৰি দিব লাগে। ● এপিছিঅটমি প্ৰতিৰোধৰ ব্যৱস্থা ল'ব লাগে। ● পাতল কাপোৰেৰে নাড়ীত গাঁথি মাৰি ইয়াক কটাৰ সময়ত নতুন ব্লেড ব্যৱগাৰ কৰিব লাগে ● নৱজাতকক অতি সুক্ষ্মভাৱে পৰিষ্কাৰ কৰিব লাগে। ● নৱজাতকক পোনচাটেই মাকৰ স্তনত মুখ গুজি দিয়াৰ পৰিৱৰ্তে মাকৰ বাবে দুগ্ধপান কৰোৱা যথোচিত হ'ব নে নাই সেয়া নিৰ্ধাৰণ কৰা। ● জন্মৰ ৭২ ঘণ্টাৰ ভিতৰত নৱজাতকৰ উদ্দেশ্যে 'নেভিৰাপাইন' ২ মিঃগ্ৰা / কেঃ জিঃ প্ৰদান কৰিব লাগে (ছাল ৰঙা পৰাৰ দৰে অনাকাংক্ষিত পাৰ্শ্বফল দেখা দিছে নেকি পৰ্যবেক্ষণ কৰা উচিত।	● প্ৰসৱৰ বাবে মুখেৰে চলাব পৰা 'চাকচ্ন' যন্ত্ৰ ব্যৱহাৰ কৰিব নালাগে। ● 'মৈকনিয়াম' ব্যৱহাৰ কৰিব নোৱাৰিলেহে নৱজাতক 'চাকচ্ন'ৰ ক্ষেত্ৰত 'নেচ'গেষ্ট্ৰিটিউব' ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে।

যদিহে এই সাৱধানতাবোৰ আগতীয়াকৈ লোৱা হয়, তেনেহ'লে গাত এইচ. আই. ভি. যোগাত্মকভাৱে থকা মাতৃ এগৰাকীৰ প্ৰসৱৰ প্ৰক্ৰিয়াত অংশ গ্ৰহণ কৰা কাৰ্য কোনো কাৰণতে বিপদজনক নহয়।

যোগাত্মকভাৱে গাত এইচ. আই. ভি. থকা মাতৃসকলে প্ৰসৱৰ পাছত নৱজাতকক খাদ্য যোগানৰ কি কি পদ্ধতি অৱলম্বন কৰিব পাৰি?

- মাথো স্তনপান
- পৰিণাম যিয়ে নহওঁক কিয়, স্তনৰ গাখীৰৰ সৈতে অন্য খাদ্য মিশ্ৰণ কৰা।

পদ্ধতি ১ ঃ স্তনপান

- ভালকৈ পৰিচন্নতা বজাই গাখীৰ খুৱাব লাগে।
- গাখীৰ খুৱাওতে সুবিধাজনক অৱস্থান ঠিক কৰি ল'ব লাগে।
- প্ৰথম ঈষৎ হালধীয়া গাখীৰ খাবলৈ দিব লাগে।
- স্তনপানৰ সময়সীমা যিমানেই চুটি হয়, সিমানেই মঙ্গল (ছয় মাহৰ অধিক হোৱা অনুচিত)।
- মাতৃদুগ্ধ কেতিয়াও গৰুৰ গাখীৰ বা আন শিশু আহাৰৰ সৈতে মিহলাই খুৱাব নালাগে।
- অন্য খাদ্য খাবলৈ দিয়াৰ পৰিৱৰ্তে নৱজাতকক স্তনপান কৰোৱাত তুলনামূলকভাৱে অধিক গুৰুত্ব দিয়া উচিত।

পদ্ধতি ২ ঃ বিকল্প আহাৰ খাবলৈ দিয়া ঃ

- তেতিয়াহে দিব লাগে যদিহে সেয়া গ্ৰহণযোগ্য, সম্ভৱপৰ, ব্যয়যোগ্য আৰু দি থাকিব পৰা বিধৰ হয় (এ. এফ. এ. এচ. এচ. - চৰ্তসম্বলিত)।

অনুগ্ৰহ কৰি চাওক সংযোজন-৪। তাত উল্লেখ আছে পি.পি.টি.চি.টি. নৱজাতকক খাদ্য দিয়াৰ তিনিটা নিৰাপদ পদ্ধতি কিছুমান গুৰুত্বপূৰ্ণ দিশ।

মাকসকলক তেওঁলোকৰ শিশুক আহাৰ খুওৱাৰ পদ্ধতি বাচনি সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ দিয়াৰ সময়ত ওপৰৰ কথাখিনি আপোনালোকে মনত ৰখা উচিত।

অনুগ্ৰহ কৰি চাওক সংযোজন-৫। তাত আপোনালোকে 'ৰিপ্লেচ্‌মেণ্ট ফিডিং চেক্-লিষ্ট' সম্পৰ্কে বিতংকৈ তথ্য পাব।

প্ৰসৱৰ পৰৱৰ্তী সময়ত আগবঢ়াবলগীয়া শুশ্ৰূষা ঃ

মাতৃসকলক প্ৰসৱোত্তৰ শুশ্ৰূষা / যত্ন লোৱাৰ প্ৰক্ৰিয়াটোৰ অন্তৰ্ভূক্ত হোৱা উচিত ঃ

- নিয়মিত প্ৰসৱোত্তৰ যত্ন।
- এ. আৰ. টি. দিবলগীয়া বা পূৰ্বৰ পৰা লৈ থকাসকলক সেয়া অব্যাহত কৰাৰ সিদ্ধান্ত লোৱাৰ উদ্দেশ্যে উৰ্ধতম কৰ্তৃপক্ষৰ ওচৰলৈ প্ৰেৰণ।
- ভালকৈ পৰ্যবেক্ষণ কৰি সংক্ৰমণৰ সামান্য লক্ষণ দেখা মাত্ৰকেই প্ৰতিবিধানৰ বাবে উচ্চ সুবিধা সম্পন্ন চিকিৎসা কেন্দ্ৰলৈ প্ৰেৰণ।

  — বুকু, প্ৰসাৰ, 'পুৱেৰপেৰেল', 'এপিছিতটমি' বা স্তনৰ সংক্ৰমণ আৰু সুযোগসন্ধানী সংক্ৰমণ (অ. আই.)।

  — এইচ. আই. ভি. /এছ. টি. আই.ৰ সংক্ৰমণ, গৰ্ভধাৰণ পুনৰায় নহ'বলৈ প্ৰতিৰোধমূলক ব্যৱস্থা হিচাপে সুৰক্ষিত যৌন অভ্যাসৰ ওপৰত (কনডমৰ ব্যৱহাৰ) গুৰুত্ব প্ৰদান।

- পৰিয়াল পৰিকল্পনাৰ ক্ষেত্ৰত সেৱন কৰিবলগীয়া গৰ্ভনিৰোধক সম্পৰ্কে আলোচনা কৰা। কিয়নো এ. আৰ. ভি.ৰ ক্ষেত্ৰত সেইবোৰ কম কাৰ্যক্ষম।

  — জৰুৰীকালীন গৰ্ভনিৰোধক পোৱাৰ ব্যৱস্থা।

এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা যোগাত্মকভাৱে আক্ৰান্ত মহিলাৰ প্ৰসৱৰ পাছত নৱজাতকলৈ আগবঢ়োৱা শুশ্ৰূষা ঃ

পিতৃ-মাতৃক নিম্নোক্ত বিষয়ত শিক্ষিত কৰক ঃ

নৱজাতকৰ ডি. এন. এ. / পি.চি.আৰ / এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰোৱাৰ ক্ষেত্ৰত (যিটোৰ প্ৰয়োজন হয়)

— ৬ সপ্তাহ

— ৬ মাহ

— ১২ মাহ

— ১৮ মাহ

- নিয়মিতভাৱে নৱজাতকক স্বাস্থ্যৰ বুজ লোৱা।
- 'ষ্টেণ্ডাৰ্ড ইমিউনাইজেচন ছিজিউল'- ৰ পৰামৰ্শ মানি চলা।
- শৰীৰৰ প্ৰতি কেজি ওজনৰ অনুপাত অনুসৰি 'কতৃমক্সেজ'ল (চি.পি.টি. / চি.টি.এক্স) প্ৰফাইলেক্সিচ্ প্ৰদান কৰা।

  — এইচ. আই. ভি. ঋণাত্মক বুলি পৰীক্ষাৰ ফলাফল নোপোৱালৈকে বীজাণুবিধৰ ওচৰত বিপদজনকভাৱে উন্মুক্ত হৈ থকা প্ৰতিটো নৱজাতকৰ ক্ষেত্ৰত চাৰিৰ পৰা ছয় সপ্তাহ বয়সত এই চিকিৎসাবিধান প্ৰয়োগ কৰিব লাগে।
- ১২ আৰু ১৮ মাহত এইচ. আই. ভি. এণ্টিবডি পৰীক্ষা কৰোৱাব লাগে।

পি.পি.টি.চি.টি.-ত এ.এন.এম.সকলৰ ভূমিকা ঃ

এ. এন. এম.সকলৰ বাবে কেতবোৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ কাৰ্যসূচী ঃ

- পি. পি. টি. চি. টি. সম্পৰ্কে সঠিক তথ্য ৰায়দানৰ সুৰ নথকাকৈ জনাব এওঁলোকক—

  — ৰোগী

  — পৰিয়াল

  — সম্প্ৰদায় / ৰাইজ

  — সহকৰ্মী
- গৰ্ভাৱস্থা বা প্ৰসৱৰ পৰৱৰ্তী সময়ত পি.পি.টি.চি.টি. হোৱাৰ বিপদ হ্ৰাস কৰাৰ উদ্দেশ্যে এইচ. আই.

ভি. যোগাত্মক মহিলাক (আৰু তেওঁলোকৰ সংগীসকলক) বিপদৰ কাৰক, সুৰক্ষিত যৌন অভ্যাস আদিৰ বিষয়ে অৱগত কৰাব। সংগীজন এইচ. আই. ভি. মুক্ত হ'লেও এই দিশত সংশ্লিষ্ট মহিলা / সংগীক শিক্ষিত কৰিব লাগে।

- নৱজাতকক আহাৰ খুওৱাৰ সুৰক্ষিত উপায় অৱলম্বনত সহযোগ কৰিব লাগে।
- প্ৰসৱোত্তৰ সমস্যা / স্বাস্থ্য সম্পৰ্কে নিয়মিত বুজ ল'ব লাগে।

নৱজাতকৰ গাত ৰোগৰ আগতীয়া অনুসন্ধান ঃ

এবছৰৰ তলৰ নৱজাতকসকল হৈছে এইচ. আই. ভি. আৰু এইড্‌ছ হোৱাৰ ভয় থকাসকলৰ অন্যতম। প্ৰমাণ পোৱা গৈছে যে অতি কম বয়সৰ পৰা এ. আৰ. টি. চিকিৎসাবিধান প্ৰয়োগেৰে এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত নৱজাতকক বচাব পৰা যায়। তৎসত্ত্বেও এনে চিকিৎসা বৰ্তমানলৈকে ভাৰতত অতি কম সংখ্যক শিশুৱেহে (উল্লেখিত বয়সৰ) গ্ৰহণ কৰিছে। ভাৰতত এইচ. আই. ভি.ৰ ওচৰত উন্মুক্ত হৈ থকা শিশুসকলৰ গাত ৰোগবিধৰ উপস্থিতি ধৰা পেলাবলৈ বিশেষ কাৰ্যসূচী গ্ৰহণ কৰা হৈছে। ৭৬৬টা আই. চি. টি. চি. আৰু ১৮১টা এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰৰ তৎপৰতাত বিপদৰ প্ৰতি উন্মুক্ত হৈ থকা শিশুসকলক যথোচিত চিকিৎসা প্ৰদান কৰি মৃত্যুৰ সম্ভাৱনা নোহোৱা কৰা হৈছে। ২০১১ চনৰ জানুৱাৰীলৈকে এই কাৰ্যসূচীৰ অধীনত ১৮ মাহৰ তলৰ মুঠ ৯,০১৬ টা নৱজাতক আৰু শিশুক পৰীক্ষা কৰা হৈছে।

এইচ. আই. ভি.ৰ ওচৰত উন্মুক্ত হৈ নৱজাতক আৰু শিশুক শুশ্ৰূষা প্ৰদানৰ উদ্দেশ্যসমূহ ঃ

- যাতে তেনে শিশু আৰু নৱজাতকৰ গাত সাম্ভাব্য এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ লক্ষণ ভালকৈ পৰ্যবেক্ষণ কৰিব পাৰি।
- ছয় সপ্তাহৰ উৰ্ধ্বৰ নৱজাতকসকলক 'কতৃমক্সেজ'ল প্ৰফাইলেক্সিচ্ প্ৰদান কৰি সুযোগ সন্ধানী সংক্ৰমণ প্ৰতিৰোধ কৰিব পাৰি।
- যাতে নিচেই কম বয়সতে অনুসন্ধান কৰি ৰোগ ধৰা পেলোৱাৰ লগতে ১৮ মাহ বয়সত এণ্টিবডি পৰীক্ষাৰ দ্বাৰা দেহত এইচ. আই. ভি. উপস্থিতি সম্পৰ্কে নিশ্চিত হ'ব পাৰি।
- যিমান পাৰি সোনকালে যাতে যথোচিত চিকিৎসাবিধান অৰ্থাৎ এ. আৰ. টি. প্ৰয়োগ কৰিব পাৰি।
- যাতে এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কিত ভ্ৰান্ত ধাৰণা আৰু মৃত্যুৰ ঘটনা হ্ৰাস কৰি জীৱন ৰক্ষাৰ হাৰ বৃদ্ধি কৰিব পাৰি।

নৱজাতক আৰু ১৮ মাহৰ তলৰ শিশুসকলক এইচ. আই. ভি.-১ ডি. এন. এ. - পি. চি. আৰ.' পৰীক্ষাৰ দ্বাৰা শুকান তেজৰ দাগ আৰু সামগ্ৰিক তেজৰ নমুনাক বিশ্লেষণ কৰি এইচ. আই. ভি.ৰ অনুসন্ধান কৰা হয়।

যিহেতু পৰীক্ষাৰ প্ৰক্ৰিয়াত অতি কম পৰিয়ালৰ তেজৰ প্ৰয়োজন হয়, সেয়েহে এই পদ্ধতি নৱজাতকসকলক নিয়মিত পৰীক্ষণৰ বাবে সুবিধাজনক। সাৱধানে সংগ্ৰহ কৰা তেজৰ নমুনাসমূহক ডি. এন.

এ.- পি. চি. আৰ. পৰীক্ষা কৰিবলৈ সুনির্দিষ্ট কেন্দ্ৰ কিছুমানলৈ প্ৰেৰণ কৰা হয়।

এ. এন. এম.সকলৰ ভূমিকা ঃ

নৱজাতকসকলৰ প্ৰাথমিক অৱস্থাৰ এইচ. আই. ভি. অনুসন্ধান সংক্ৰান্তীয় পৰীক্ষাৰ বিষয়ে এ. এন. এম.সকলে জ্ঞান আহৰণ কৰাৰ যথেষ্ট গুৰুত্ব আছে। কিয়নো শিশুৰ গাত সাম্ভাব্য সংক্ৰমণ ধৰা পেলাই তৎকালীনভাৱে চিকিৎসা প্ৰদানৰ প্ৰয়োজনত সংশ্লিষ্ট পিতৃ-মাতৃসকলক পৰামৰ্শ দিয়াৰ লগতে শিক্ষিত কৰাৰ দায়িত্ব এ. এন. এম.সকলৰ।

এইচ. আই. ভি.ৰ ওচৰত উন্মুক্ত হৈ থকা নৱজাতকৰ প্ৰাথমিক শুশ্ৰূষা ঃ

- সন্দেহ, চিনাক্তকৰণ আৰু চিকিৎসাৰ বাবে এইচ. আই. ভি.ৰ ওচৰত উন্মুক্ত নৱজাতকক উচ্চ-সুবিধাসম্পন্ন কেন্দ্ৰলৈ প্ৰেৰণ।
- যদিহে চিকিৎসকে দিহা দিয়ে, তেন্তে পিতৃ-মাতৃসকলে নৱজাতকক পি. চি. পি. প্ৰফালেক্সিচ প্ৰদান কৰাৰ সম্পৰ্কত নিশ্চয়তা আদায় কৰক।
- নৱজাতক / শিশুৰ গাত যদি টি.বি. ৰোগৰ লক্ষণ দেখে তেন্তে এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰলৈ প্ৰেৰণ কৰা উচিত।
- প্ৰয়োজনীয় কোনো সেৱা / সুবিধা তৎক্ষণাত লাভৰ বাবে উচ্চ সুবিধাসম্পন্ন কেন্দ্ৰলৈ শিশুসকলক প্ৰেৰণ কৰা উচিত।
- পিতৃ-মাতৃসকলক নিম্নোক্ত ক্ষেত্ৰত শিক্ষিত কৰক, যাতে—

  — তালিকা / সময় অনুসৰি প্ৰতিষেধক প্ৰদান কৰে।

  — যাতে নিয়মীয়া স্বাস্থ্য পৰীক্ষাৰ বাবে শিশুসকলক যথোচিত পৰ্যায়ৰ স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰলৈ সঠিক সময়ত আনে।

  — যিকোনো অসুস্থতা সম্পৰ্কে তৎক্ষণাত চিকিৎসকক অৱগত কৰিব, যাতে সংশ্লিষ্ট শিশুটিয়ে সঠিক সময়ত চিকিৎসা লাভ কৰে।
- এনে শিশুসকলক যাতে ভাল পুষ্টিকৰ খাদ্য খাবলৈ দিয়ে।

পুষ্টি সম্পৰ্কীয় কিছুমান গুৰুত্বপূৰ্ণ জ্ঞান এ. এন. এম.সকলে ৰুগীয়া শিশুবোৰৰ পিতৃ-মাতৃক প্ৰদান কৰা উচিত ঃ

- নৱজাতকক আহাৰ খুওৱা সন্দৰ্ভত

  — ছয় মাহলৈকে মাথো স্তনপান আৰু তাৰ পাছত লুথুৰি জাতীয় বিকল্প খাদ্য।

  বা

  — প্ৰথমৰ পৰাই মাতৃদুগ্ধৰ পৰিৱৰ্তে বিকল্প খাদ্য।

- শিশুক সুষম আহাৰ খাবলৈ দিয়া উচিত।
- কম পৰিমাণত বহুকেইবাৰ খাবলৈ দিব লাগে।
- আহাৰ বীজাণুমুক্ত হ’ব লাগে।
- পৰিচন্নভাৱে শিশুক আহাৰ খুওৱাৰ অভ্যাস কৰা উচিত।

  — নিৰৱচিন্নভাৱে যত্ন লোৱা উচিত।

নিম্নোক্ত শিতানত পিতৃ-মাতৃসকলক শিক্ষিত কৰিব লাগে ঃ

- নিয়মিত স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰলৈ গৈ শিশুৰ স্বাস্থ্য বিকাশ পৰ্যবেক্ষণত সহায় কৰিব লাগে (সংযোজন ৯-৬ ৰ WHO Growth Monitoring Charts চাওঁক)
- বিকাশৰ প্ৰয়োজনাৰ্থে যথোচিত আহাৰ যোগান ধৰিব লাগে।
- আঘাত আৰু সংক্ৰমণ ৰোধত গুৰুত্ব দিব লাগে।
- সংক্ৰমণৰ লক্ষণ দেখামাত্ৰকে চিকিৎসকক অৱগত কৰিব লাগে।
- এনে শিশুক দীৰ্ঘকালীন ৰূপত শুশ্ৰূষা দিয়াৰ প্ৰয়োজনীয়তাক উপলব্ধি কৰিব লাগে, য’ত আনুসংগিক অন্য বহু দিশত শুশ্ৰূষাৰ প্ৰাসংগিকতা থাকে।
- সহযোগিতা আগবঢ়োৱা বিভিন্ন গোটৰ সৈতে সম্পৰ্ক ৰক্ষা কৰিব লাগে।
- বিদ্যালয়ত নামভৰ্তিকৰণ, শিক্ষকসকলক শিশুৰ গাত থকা এইচ. আই. ভি. থকাৰ কথা অৱগত কৰাৰ সন্দৰ্ভতো প্ৰণালীবদ্ধভাৱে পিতৃ-মাতৃসকলক শিক্ষিত কৰিব লাগে।

কেতবোৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ বাৰ্তা ঃ

- কোনো প্ৰতিৰোধ ব্যৱস্থা গ্ৰহণ নকৰিলে বিশেষকৈ প্ৰসৱৰ সময়ত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত মাতৃৰ দেহৰ পৰা নৱজাতকলৈ এইচ. আই. বিয়পাৰ অতি বেছি ভয় থাকে।
- পি. পি. টি. চি. টি.ৰ বিভিন্ন ৰণকৌশল আৰু এ. আৰ. টি.ৰ প্ৰয়োগে সংক্ৰমণ বিয়পাৰ এই ভয়ক বহু পৰিমাণে হ্ৰাস কৰে।
- দুয়োৰে দেহত যোগাত্মকভাৱে এইচ. আই. ভি. থাকিলে বা এজন সংগী আক্ৰান্ত হ’লে গৰ্ভাৱস্থা আৰু সন্তানক স্তনপান কৰোৱাৰ সময়ছোৱা তেনে দম্পতিয়ে নিৰাপদ যৌন অভ্যাস মানি চলা উচিত।
- এইচ. আই. ভি.ৰ ওচৰত উন্মুক্ত হৈ থকা নৱজাতকৰ মাতৃক যথোচিত পৰামৰ্শৰে শিক্ষিত কৰিব লাগে যাতে—

  — নৱজাতকক আহাৰ খুওৱাৰ নিৰাপদ উপায় অৱলম্বন কৰে।

  — যাতে প্ৰসৱোত্তৰ কালছোৱাত নিয়মিতভাৱে চিকিৎসাবিধান ল’বলৈ স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰলৈ আহে।

  — যাতে সংক্ৰমণৰ কোনো লক্ষণ দেখা মাত্ৰকে স্বাস্থ্য কৰ্মীক খবৰ দিয়ে।

— যাতে ১৮ মাহ উৰ্ধ্বৰ শিশুসকলৰ পিতৃ-মাতৃয়ে তেওঁলোকৰ সন্তানক অকণো পলম নকৰাকৈ ৰোগ অনুসন্ধানৰ উদ্দেশ্যে স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰলৈ নিয়ে।

— যাতে চিকিৎসকৰ দিহা মানি এ. আৰ. টি. চিকিৎসা বিধান নিয়মিতভাৱে গ্ৰহণ কৰে।

- যদি চিকিৎসকসকলে কতৃমক্সেজ'ল প্ৰফাইলেক্সিচ্ ৰোগীক দিয়ে তেন্তে সকলো নৱজাতককেই এইচ. আই. ভি. নথকা বুলি প্ৰমাণ নোহোৱালৈকে এই ঔষধবিধ সেৱণ কৰোৱাব লাগে। যিসকল শিশুৰ গাত এইচ. আই. ভি. যোদাত্মকভাৱে পোৱা যায়, তেওঁলোকক পাঁচ বছৰ বয়সলৈকে উল্লেখিত ঔষধবিধ প্ৰদান কৰিব লাগে।
- শিশুসকল ডাঙৰ হৈ অহাৰ লগে লগে বিভিন্ন সময়ত সন্মুখীন হ'বলগীয়া মনোসামাজিক চাপৰ সৈতে মোকাবিলা কৰাৰ ক্ষেত্ৰত যথোচিত সহযোগিতা আগবঢ়াব লাগে।
- এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত শিশু আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালবোৰক বিভিন্ন সহায় / সহযোগ আগবঢ়োৱা গোটৰ সৈতে যোগাযোগ কৰোৱাব লাগে।

অধ্যায় - ৭

সংক্ৰমণ নিয়ন্ত্ৰণ আৰু কৰ্মক্ষেত্ৰত সংস্পৰ্শ লাভৰ পাছত ল'বলগীয়া ব্যৱস্থা

অধ্যায়টোৰ মূল উদ্দেশ্যসমূহ ঃ

- সংক্ৰমণ নিয়ন্ত্ৰণ আৰু পূৰ্ব প্ৰতিৰোধ ব্যৱস্থাৰ প্ৰাথমিক নীতিসমূহৰ বৰ্ণনা।
- কেনেকৈ সংক্ৰমণ প্ৰতিৰোধ কৰিব লাগে সেয়া প্ৰদৰ্শন কৰা।
- টিউবাৰকিউলচিচ্ আৰু দূষিত তেজে সৃষ্টি কৰা ৰোগৰ পৰা হাত সাৰিবলৈ গ্ৰহণ কৰা উপায়সমূহৰ তালিকা।
- এইচ. আই. ভি.ৰ ওচৰত বিপদজনকভাৱে উন্মুক্ত হৈ পৰাৰ পাছত ল'বলগীয়া ব্যৱস্থা।
- সংক্ৰমণ নিয়ন্ত্ৰণ সন্দৰ্ভত এ. এন. এম. সকলৰ ভূমিকা সন্দৰ্ভত আলোচনা।

সংক্ৰমণ নিয়ন্ত্ৰণ আৰু কৰ্মক্ষেত্ৰত সংস্পৰ্শ লাভৰ পাছত ল'বলগীয়া ব্যৱস্থা ঃ

সংক্ৰমণ নিয়ন্ত্ৰণৰ প্ৰাথমিক নীতিসমূহ ঃ

ৰোগীৰ শৰীৰ তেজ বা অন্য জুলীয়া পদাৰ্থই ইয়াৰ সংস্পৰ্শলৈ অহা অন্য ব্যক্তিৰ গালৈ এইচ. আই. ভি. হেপাটাইটিচ্ বি আৰু চিৰ দৰে ৰোগৰ সংক্ৰমণ বিয়পাব পাৰে। সংক্ৰমণ এইদৰে বিয়পাত বাধা দিবলৈ আগতীয়াকৈ সাৱধানতা গ্ৰহণ কৰিব পাৰি।

- সকলো ৰোগীয়েই সংক্ৰমণ বিয়পাব পাৰে। গতিকে সকলো ৰোগীৰ ক্ষেত্ৰতেই সংক্ৰমণ প্ৰতিৰোধ কৰিব পৰাকৈ ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰা উচিত।
- সকলো ৰোগীৰ ক্ষেত্ৰত একেধৰণৰ সাৱধানতামূলক পদক্ষেপ গ্ৰহণ কৰিব লাগে।

কৰ্মক্ষেত্ৰত নিৰ্দিষ্ট মানৰ আগতীয়া সাৱধানতা ঃ

চি.ডি.চি. (চেণ্টাৰ ফ'ৰ ডিচিছ কণ্ট্ৰ'ল)য়ে সাৰ্বজনীন আগতীয়া সাৱধানতাক কেতবোৰ ব্যৱস্থাৰ সমষ্টি হিচাপে সূত্ৰায়িত কৰিছে। আগতীয়াকৈ ল'বলগা এই ব্যৱস্থাবোৰৰ দ্বাৰা এইচ. আই. ভি. হেপাটাইটিচ বি আৰু চি তথা অন্যান্য তেজৰ সংক্ৰমণৰ জৰিয়তে সৃষ্ট বীজাণুক প্ৰাথমিক চিকিৎসা প্ৰদান বা চিকিৎসাসেৱা ৰোগীক দিয়াৰ সময়ত যাতে চিকিৎসাকৰ্মীৰ আনৰ গালৈ নিবিয়পে সেইক্ষেত্ৰত প্ৰতিৰোধক হিচাপে ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰি।

যদিহে সাৱধানতাৰে এই আগতীয়াকৈ ল'বলগীয়া ব্যৱস্থাসমূহক সেইবোৰৰ নিৰ্দিষ্ট মান ৰক্ষা কৰি প্ৰয়োগ কৰা হয়, তেন্তে এইচ. আই. ভি. হেপাটাইটিচ বি আৰু চিৰ দৰে সংক্ৰমণক স্বাস্থ্যানুস্থান এটাৰ ভিতৰত বিয়পি পৰাত বাধা দিব পাৰি।

চিকিৎসানুস্থানত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ হ'ব পাৰে—

- ৰোগীৰ দেহৰ পৰা চিকিৎসাকৰ্মীৰ গালৈ
- ৰোগীৰ দেহৰ পৰা অন্য ৰোগীৰ গালৈ
- চিকিৎসালয়ৰ আবৰ্জনাৰ জৰিয়তে আনৰ গালৈ
- চিকিৎসাকৰ্মীৰ গাৰ পৰা ৰোগীৰ গালৈ

তেজ আৰু যিকোনো শৰীৰৰ আভ্যন্তৰৰ দ্ৰব্য, নিঃসৰণ হোৱা পদাৰ্থ ইত্যাদি, সেইবোৰৰ উৎসৰ বিপদজনকতা সম্পৰ্কে গুৰুত্ব নিদি সাধাৰণভাৱে সংক্ৰমণত সমৰ্থবান বুলি গণ্য কৰা উচিত।

সংক্ৰমণ নিয়ন্ত্ৰণত ল'বলগীয়া আগতীয়া সাৱধানতা ঃ

- হাতৰ পৰিচন্নতা ৰক্ষা কৰিব লাগে।
- সা-সৰঞ্জামবোৰক নিৰ্বীজাণুকৰণৰ জৰিয়তে সংক্ৰমণ মুক্ত কৰা উচিত।
- চিকিৎসা প্ৰক্ৰিয়াত থকা সংক্ৰমণ সংক্ৰান্তীয় বিপদৰ আধাৰত ব্যক্তিগত সুৰক্ষাদায়ী যন্ত্ৰ (পাৰচ'নেল প্ৰ'টেকটিভ্ ইকুইপমেণ্ট্ পি.পি.ই.) ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে।
- বতাহৰ পৰা হ'ব পৰা সংক্ৰমণ সম্পৰ্কে সুনিৰ্দিষ্ট মান সম্পন্ন আগতীয়া সাৱধানতা গ্ৰহণ কৰা উচিত।
- তেজৰ পৰা হ'ব পৰা সংক্ৰমণ সম্পৰ্কে সুনিৰ্দিষ্ট মান সম্পন্ন আগতীয়া সাৱধানতা গ্ৰহণ কৰা উচিত।

১. হাতৰ পৰিচন্নতা ঃ

দেখাত অতি সাধাৰণ যেন লাগিলেও পৰিচন্নভাৱে হাত ধোৱা কাৰ্যক সংক্ৰমণ বিয়পাৰ প্ৰতিৰোধত এক কাৰ্যক্ষম সাৱধানতা হিচাপে গণ্য কৰিব পাৰি। ইয়াক প্ৰায়েই আওকাণ কৰা হয়।

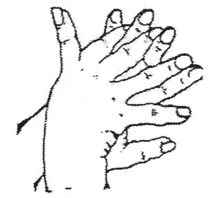
ৰোগী, চিকিৎসাকৰ্মী, ৰোগীৰ পৰিয়ালৰ সদস্য ইত্যাদিক সামৰা চিকিৎসাৰ ব্যৱস্থা এটাত সংক্ৰমণক বিয়পি পৰাত কম কৰাত হাত ধোৱা কাৰ্যই বিশেষভাৱে সহায় কৰে।

ৰোগী আৰু শুশ্ৰূষাকাৰীসকলে যাতে ভালকৈ হাত-ধোৱাৰ অভ্যাসক নিতৌ কৰিবলগীয়া আচৰণ হিচাপে গ্ৰহণ কৰে সেয়া সুনিশ্চিত কৰক—

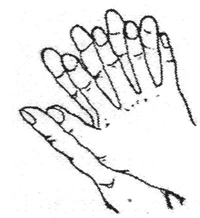
	কেতিয়া ব্যৱহাৰ কৰিব	**বীজাণুৰ ওপৰত প্ৰভাৱ**	**কেনেদৰে ব্যৱহাৰ কৰিব**
চাবোন আৰু পানী	যেতিয়া ৰোগীৰ সৈতে অপুমু প্ৰত্যক্ষ সংস্পৰ্শলৈ আহে আৰু যেতিয়া হাতত	বীজাণু আঁতৰ কৰে	মণিবন্ধনলৈকে হাত দুখন তিয়াই ল'ব আৰু (১) হাতৰ তলে-ওপৰে আৰু বুঢ়া আঙুলিৰ চাৰিওফালে

	স্পষ্টভাৱে লেতেৰা লাগি থকা দেখা যায়।		চাবোন লগাব। (২) নখবোৰ পৰিষ্কাৰ কৰিব লাগে (৩) অতি কমেও ১৫ চেকেণ্ড হাত দুখন ঘঁহিব (৪) বোঁৱতি পানীৰে হাতৰ চাবোন ধুব লাগে (৫) বতাহ অথবা মাথোঁ নিজে ব্যৱহাৰ কৰা গামোচা / ৰুমালেৰে হাত দুখন শুকুৱাই পেলাব লাগে।
এলকহলৰ ব্যৱহাৰ (যদিহে উপলব্ধ হয়)	হাতত যদি দৃশ্যমান ৰূপত লেতেৰা দেখা নাযায় আৰু ৰোগীক বেজী দিয়াৰ আগত অথবা পাছত এলকহলেৰে ঘঁহি হাত দুখন চাফা কৰিব পাৰি।	বীজাণু মাৰে	(১) শুকান হাত দুখনত তিনিৰ পৰা পাঁচ টোপাল এলকহল লওক (২) এলকহলখিনি শুকাই নোযোৱালৈকে হাত দুখন ঘঁহি থাকক। পানী অথবা গামোচাৰ প্ৰয়োজন নাই।
ছাৰ্জিকেল স্ৰাব	অস্ত্ৰোপচাৰৰ পূৰ্বে এইদৰে হাত চাফা কৰা হয়	বীজাণু মাৰে	(১) হাত দুখন কিলাকুটিলৈকে তিয়াই ল'ব লাগে। (২) দুইৰ পৰা ছয় মিনিট ধৰি তিতি থকা অংশত এণ্টিছেপটিক দ্ৰব্য লগাই ভালকৈ ঘঁহিব লাগে। বোঁৱতি পানীৰে ইয়াৰ পিছত হাত দুখন ধোৱা উচিত। শেষত ইতিমধ্যে বীজাণুমুক্ত কৰি থোৱা গামোচাৰে হাত দুখন মচি শুকুৱাব লাগে।

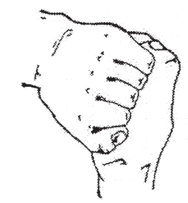
(১) হাতৰ তলুৱাৰ ঘৰ্ষণ



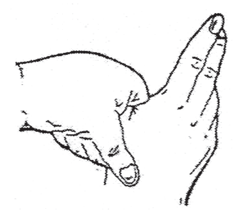
(২) বাওঁহাতৰ আঙুলিৰ উপৰিভাগত সোঁহাতৰ আঙুলিৰ ওপৰত বাওঁহাতৰ তলুৱা ৰাখি ঘঁহিব



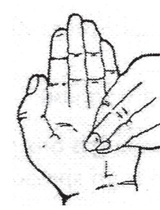
(৩) দুয়ো হাতৰ তলুৱা মুখামুখি কৰি আঙুলিবোৰৰ মাজত ঘৰ্ষণ



(৪) এখন হাতৰ তলুৱা আনখন হাতৰ আঙুলিৰ পিঠি ফালটো ঘঁহক



(৫) এখন হাতৰ তলুৱাত আনখন হাতৰ বুঢ়া আঙুলি ঘূৰাই ঘূৰাই পঢ়ক



(৬) দুয়োখন হাতৰ তলুৱা আৰু পিঠি সালসলনি কৰি ঘূৰাই ঘূৰাই ঘঁহক

২. সংক্ৰমণ মুক্তকৰণ আৰু নিৰ্বীজাণুকৰণ ঃ

সংক্ৰমণ মুক্তকৰণ ঃ

ই হৈছে এবিধ বিশেষীকৃত পৰিষ্কাৰৰ কৌশল। ইয়াৰ দ্বাৰা সংক্ৰমণৰ ক্ষমতা থকা অনুজীৱৰ বিকাশক বাধা দিয়া হয় কিম্বা সেইবোৰক ধ্বংস কৰা হয়। শৰীৰ অংশ, চিকিৎসাৰ যন্ত্ৰপাতি আৰু আচবাব পত্ৰ ইত্যাদিত জন্ম হোৱা সংক্ৰমণৰ ক্ষমতা থকা জীৱাণুসমূহক এই পদ্ধতিৰে পৰিষ্কাৰ তথা ধ্বংস কৰা হয়। প্ৰকৃততে এই পদ্ধতিত বিপদজনক অণুজীৱবোৰৰ সম্পূৰ্ণ ধ্বংসতকৈ সেইবোৰৰ প্ৰতিৰোধ বা শক্তিনাশহে কৰা হয়। গতিকে এই পদ্ধতি নীৰ্বীজাণুকৰণতকৈ কম কাৰ্যক্ষম।

নিৰ্বীজাণুকৰণ ঃ

ই হৈছে এনে এক প্ৰক্ৰিয়া যাক দ্বাৰা কোনো যন্ত্ৰপাতি, মানৱ দেহ বা আচবাব পত্ৰৰ উপৰিভাগত থকা অণুজীৱবোৰক ধ্বংস কৰা হয়।

সংশোধনকৰণ ঃ

ই হৈছে কোনো যন্ত্ৰপাতি মানৱ দেহ অথবা আচবাব-পত্ৰত থকা সংক্ৰমণক্ষম অণুজীৱক নিৰ্বীজাণুকৰণ

বা সংক্ৰমণমুক্তকৰণৰ জৰিয়তে নোহোৱা কৰা প্ৰক্ৰিয়া।

সংশোধনৰ প্ৰক্ৰিয়াটোৰ পৰ্যায় এনে হোৱা উচিত যাতে সংশ্লিষ্ট যন্ত্ৰপাতি ব্যৱহাৰত সংক্ৰমণৰ কোনো ভয় নাথাকে। বিভিন্ন কাৰকৰ ওপৰত উল্লেখিত পদ্ধতিবোৰৰ বাচনি নিৰ্ভৰ কৰে। কেনেকুৱা পদাৰ্থৰে নিৰ্মিত যন্ত্ৰ, অণুজীৱৰ পৰিমাণ আৰু ধৰণ সংক্ৰমণৰ ভয়াবহতা ইত্যাদি বিভিন্ন কাৰকৰ দ্বাৰা প্ৰভাৱিত হৈ ওপৰত উল্লেখ কৰা পদ্ধতিবোৰ বাচনি কৰা হয়।

কেতবোৰ সংক্ৰমণ ৰোধক ঃ

সংক্ৰমণ নাশক / ৰোধক	**তৰলীকৰণৰ প্ৰক্ৰিয়া**		**সময়সীমা**
গ্লুটেৰাণ্ডিহাইড ২% উদাহৰণ ঃ ছিডেক্স	এক্টিভেটৰ পাউডাৰ ৫ লিটাৰৰ পাত্ৰ এটাত ৰখা জুলীয়া দ্ৰব্যৰ সৈতে মিহলাই ব্যৱহাৰ কৰক	সংক্ৰমণ ৰোধৰ বাবে ২০-৩০ মিণ্টিত ৰাখক। নিৰ্বীজাণকিৰণৰ বাবে ১০ ঘণ্টা ৰাখক	১৪ ৰ পৰা ২৮ দিন (প্ৰস্তুতকাৰীৰ নিৰ্দেশনা চাওক)
গ্লুটাণ্ডিহাইড আৰু ফৰমেণ্ডিহাউৰ মিশ্ৰন উদাহৰণ ঃ কৰচ’লেক্স, বেচিলচিড	কৰচলেক্স এভাগ ঃ পানী (১ ঃ ৯) বেচিলচিড ঃ পানী (১ ঃ ৪৯) (১০ মি.লি ঃ ১৪০ মি.লি.)	সংক্ৰমণৰোধনৰ বাবে ১৫ মিনিট ব্যৱহাৰ নিৰ্বীজাণুকৰণৰ বাবে ৫ ঘণ্টা ৩০ মিনিট	১৪ দিন ২৪ ঘণ্টা
ফেনল ৫% (কাৰ্বলিক এচিড ১০০%)	ফেনল ঃ পানী ৯ মি.লি ঃ ৯৫ মি.লি.	১০-১৫ মিনিট দ্ৰব্যত ৫%	২৪ ঘণ্টা
ইথানল অৰইচপ্ৰণাইল এলকহল ৭০% উদাহৰণ ঃ বেচিলল ২৫	নিমিহলাব	২-১০ মিনিটা	২৪ ঘণ্টা
হাইড্ৰজেন পেৰক্সাইড	২০ মি.লি. H_2O_2 লগত	৬-৮ মিনিট	তৈয়াৰ কৰাৰ লগে লগে

৬ %	৮০ মি.লি. স্বাভাৱিক চেলাইন = ৬% H_2O_2 (নতুনকৈ বনোৱা দ্ৰব্যহে ব্যৱহাৰ কৰক)		ব্যৱহাৰ কৰক
১% ছডিয়াম হাইপক্লৰাইডৰ দ্ৰব্য উদাহৰণ ঃ পলাৰ ব্লিচৰ ৫% আৰু ১০% মিশ্ৰন	৫% ঃ ৮০ মি.লি. পনী + ২০ মি.লি. ব্লিচ দ্ৰব্য ১০% ঃ ৯০ মি.লি. পানী + ১০ মি.লি. ব্লিচ দ্ৰব্য	২০-৩০ মিনিট	৮ ঘণ্টা
কেলচিয়াম হাইপক্লৰাইড উদাহৰণ ঃ ব্লিচিং পাউডাৰ (৭০% ক্লৰিণযুক্ত)	১৪ গ্ৰাম / লি. মিহলাওক (স্পষ্টভাৱে দেখা পোৱা প্ৰদূষণৰ ক্ষেত্ৰত) ১.৪ গ্ৰাম/লি. মিহলাওক (প্ৰত্যক্ষভাৱে প্ৰদূষকবোৰ উতলিলে)	২০-৩০ মিনিট	২৪ ঘণ্টা
ফৰ্মোণ্ডিহাইড ৪০%		৩০ মিনিট	১৫-৩০ দিন

উৎস ঃ সংক্ৰমণ নিয়ন্ত্ৰণ হাতপুথি এইমছ্

নিশ্চিত কৰক যাতে ওপৰত উল্লেখিত সকলোবোৰ সংক্ৰমণ ৰোধক সকলো উপলব্ধ হয়।

এণ্টিছেপ্টিক (আয়ডিন ইত্যাদি) এইছ. আই. ভি.ৰ ক্ষেত্ৰত কামত নাহে।

অনুগ্ৰহ কৰি চাওঁক সংযোজন ৭ “বেজী আৰু ছিৰিঞ্জৰ ব্লিচ দ্ৰব্যৰ দ্বাৰা সংক্ৰমণ ৰোধ” সম্পৰ্কত।

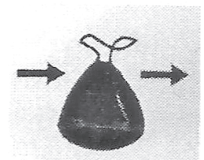
অনুগ্ৰহ কৰি চাওঁক সংযোজন ৯ “চিকিৎসালয়ৰ ব্যৱহৃত বেজীক নষ্ট কৰাৰ” প্ৰসংগত।

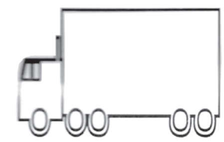
অনুগ্ৰহ কৰি চাওঁক সংযোজন ১০ “সংক্ৰমণ ৰোধন আৰু নীৰ্বীজাণুকৰণৰ নিৰ্দেশনা” প্ৰসংগত।

স্বাস্থ্য ব্যৱস্থাৰ / চিকিৎসালয়ৰ সংক্ৰমণক্ষম আৰু সংক্ৰমণৰ ক্ষমতা নথকা ব্যৱহৃত সামগ্ৰীৰ নিৰাপদ নষ্টকৰণ প্ৰক্ৰিয়া ঃ

(ক) ঘৰুৱা আৱৰ্জনা (সংক্ৰমণ ক্ষমতাহীন) এৰেহা খাদ্য, ফলৰ গুটি, শাক-পাচলি, পেলনীয়া কাগজ, সামগ্ৰী মেৰিওৱা, খালী বাকচ আৰু মোনা ইত্যাদি

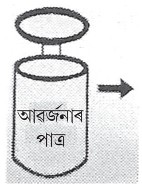
(viii) কলা ৰঙৰ মোৰ / ড্ৰাম ব্যৱহাৰ কৰক



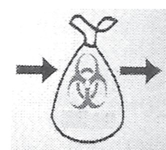


(i) এই আৱৰ্জনাসমূহ পুৰি পেলাবলৈ প্ৰেৰণ কৰিব লাগে

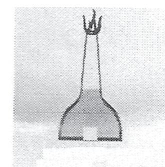
(খ) সংক্ৰমিত আৱৰ্জনা
(i) মানৱ দেহৰ পৰা ওলোৱা আৱৰ্জনা, অংগ, কোষ তেজ ইত্যাদি
(ii) কপাহ, ক্ষতস্থান পৰিষ্কাৰত ব্যৱহৃত কাপোৰ, প্লাষ্টাৰ ইত্যাদি গোটা ব্যৱহৃত বস্তু
(iii) গৱেষণাৰ ব্যৱহৃত মৃত জন্তু, সেইবোৰৰ দেহৰ অংগ-প্ৰত্যংগ ইত্যাদি।



(vii) হালধীয়া ৰঙৰ ড্ৰাম / মোনা ব্যৱহাৰ কৰক

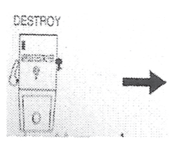


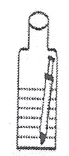
(xi) নীলা ড্ৰাম / মোনা ব্যৱহাৰ কৰক

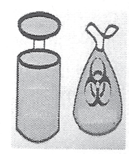


ভাটা (পুৰি পেলাবলৈ ব্যৱহৃত)

(গ) সংক্ৰমিত প্লাষ্টিক আৱৰ্জনা ঃ
(i) ব্যৱহৃত চিৰিঞ্জ, বেজী আদি
(ii) ব্যৱহৃত চোকা ব্লেড আৰু আইনাৰ ভঙা টুকুৰা আদি
(iii) ৰোগীৰ গাত ব্যৱহাৰ কৰা প্লাষ্টিকৰ সামগ্ৰী
(iv) বি. টি. ছেট. ৰাইল-টিউব কেথেটাৰ, প্ৰসাৰ মোনা ইত্যাদি





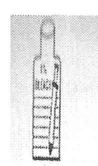


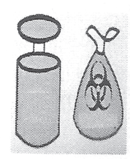
(ii) অট'ক্লেভ প্ৰক্ৰিয়াৰে আৱৰ্জনাবোৰ সংক্ৰমণমুক্ত কৰিব

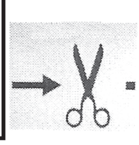
ইয়াৰ পাছত আৱৰ্জনাবোৰক সৰু সৰু বেগত ভৰাই ধ্বংস কৰা হয়।

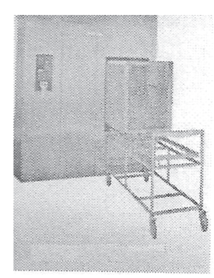
(iii)১% ব্লিচৰ সৈতে ট্ৰানচলুচেণ্ট পাত্ৰৰ ভিতৰত ৰাখিব

(iv) চিকিৎসক, নাৰ্চ আৰু পৰীক্ষাকৰ্মী









আৱৰ্জনা ধ্বংসকৰণ প্ৰক্ৰিয়াত এ. এন. এম.সকলৰ ভূমিকা ঃ

- সংক্ৰমণ প্ৰতিৰোধৰ ব্যৱস্থাসমূহক অনুশীলনৰ ক্ষেত্ৰত পাছলৈ কাম পেলাই নথ'ব।
- স্বাস্থ্যসেৱা ব্যৱস্থাপনা পৰিষ্কাৰভাৱে কৰাৰ লগতে আৱৰ্জনাবোৰক যথোচিতভাৱে আঁতৰাব।
- আৱৰ্জনা আহৰণ আৰু আঁতৰোৱাৰ ক্ষেত্ৰত স্বাস্থ্য ব্যৱস্থাপনা / ৱাৰ্ডৰ অন্য কৰ্মীক প্ৰশিক্ষণ দিব।
- তলতীয়া কৰ্মী আৰু পৰিচন্নতাত নিয়োজিত লোকসকলক শিকাই-বুজাই লৈ ভালকৈ পৰিচালনা কৰিব।

চিকিৎসাৰ জৈৱিক আৱৰ্জনাৰ ব্যৱস্থাপনা ঃ

- আৱৰ্জনাবোৰক শ্ৰেণীবিভাজন কৰি প্ৰথমে আছুতীয়াকৈ ৰাখিব।
- আৱৰ্জনাৰ প্ৰকাৰ অনুসৰি সেইবোৰ আঁতৰাই নিয়াৰ সময়ত যথোচিত ৰঙৰ মোনা ব্যৱহাৰ কৰিব।
- পেলোৱা / ধ্বংস কৰিবলৈ নিয়াৰ পূৰ্বে আৱৰ্জনাবোৰ সংক্ৰমণমুক্ত কৰিব।
- পূৰ্বপ্ৰস্তুতি সম্পূৰ্ণ হোৱাৰ পিছত যথোচিতভাৱে আৱৰ্জনাবোৰ পুৰি ছাঁই কৰিব (প্ৰয়োজন অনুসৰি)।
- পেলাই দিবলগীয়া আৱৰ্জনাসমূহক প্ৰথমে সংক্ৰমণমুক্ত কৰি ভাঙি-চিঙি ল'ব।
- আৱৰ্জনা পেলোৱাৰ / ধ্বংসৰ কাৰ্যত নিয়োজিত কৰ্মীসকলক যথোচিতভাৱে প্ৰশিক্ষণ দিয়াৰ লগতে প্ৰয়োজনীয় পোচাক / সৰঞ্জাম যোগান ধৰিব।য

মৃত এইড্ছ ৰোগীৰ শৰীৰ ধ্বংসৰ ক্ষেত্ৰত কৰণীয় ঃ

এ. এন. এম.সকলে ৰোগীৰ পৰিয়ালক শিকোৱা উচিত যে—

- মতৃদেহক এবাৰ মোনাৰ ভিতৰত সোমোৱাই ইয়াৰ মুখ বন্ধ কৰাৰ পাছত কেতিয়াও খুলি চাব নালাগে।
- প্লাষ্টিকৰ আৱৰণক সংক্ৰমণমুক্ত কৰিবলৈ ব্লিচিং পাউডাৰ ব্যৱহাৰ কৰি মৃতদেহৰ মোনাটোক মাটিৰ তলত গভীৰ গাত খান্দি পুতিব লাগে।
- মতৃদেহ নষ্ট কৰাৰ ক্ষেত্ৰত কবৰৰ প্ৰক্ৰিয়াটোৱেই আটাইতকৈ সুবিধাজনক। তথাপিও আনুসংগিক ধৰ্ম আৰু পৰম্পৰাক সন্মান জনাই উপায় নহ'লে সাধাৰণভাৱে দ'কৈ গাত খান্দি পোতাৰ দিহা দিয়া হয়।

স্বাস্থ্যকৰ্মীয়ে ব্যৱহাৰ কৰিবলগীয়া সুৰক্ষামূলক সা-সৰঞ্জাম (পাৰ্চনেল প্ৰটেক্টিভ ইকুইপমেণ্ট - পি.পি.ই) ঃ

কৰ্মক্ষেত্ৰত ৰাসায়নিক দ্ৰব্য, যন্ত্ৰপাতি বা বিকিৰিত ৰশ্মি আদিৰ সংস্পৰ্শলৈ অহা স্বাস্থ্যকৰ্মীসকল যাতে আঘাতপ্ৰাপ্ত অথবা ৰোগাক্ৰান্ত নহয়, সেই উদ্দেশ্যে পি. পি. ই.সমূহ নিৰ্মাণ কৰা হৈছে।

সাধাৰণতে শুশ্ৰূষাৰ প্ৰক্ৰিয়াত ব্যৱহৃত যথোচিত পি. পি. টি.সমূহ ঃ

প্ৰয়োজনীয় সুৰক্ষা সৰঞ্জাম	সাধাৰণ শুশ্ৰূষাৰ প্ৰক্ৰিয়া	উন্মুক্ত অৱস্থা
হাতমোজাৰ ব্যৱহাৰ	বিচনা প্ৰস্তুত কৰি দিয়া,	বিপদৰ সম্ভাৱনা নিচেই

প্ৰয়োজনীয় সুৰক্ষা সৰঞ্জাম	সাধাৰণ শুশ্ৰূষাৰ প্ৰক্ৰিয়া	উন্মুক্ত অৱস্থা
সহায়কাৰী কিন্তু নহ'লেও চলে	পিঠিৰ ফালৰ শুশ্ৰূষা, ৰোগীৰ গা-মচি দিয়া, মুখ পৰিষ্কাৰ কৰা, সামান্য ক্ষতস্থান পৰিষ্কাৰ কৰা, ৰক্তচাপ আৰু গাৰ উত্তাপ পৰীক্ষা আদি	কম (শৰীৰৰ সংক্ৰমিত আভ্যন্তৰীণ জুলীয়া দ্ৰব্যৰ সংস্পৰ্শলৈ অহাৰ সম্ভাৱণা কম)
হাতমোজা, পানী নসৰকা দেহবৰণ, মুখাবৰণ আৰু চশমাৰ ব্যৱহাৰ	ইনজেকচন, লোম্বাৰ পাংকচাৰ আই. ভি.-বেজী দেহত ওলোৱা সোমোৱা কৰা, ডাঙৰ ক্ষতস্থান পৰিষ্কাৰ কৰা, তেজৰ ছিটিকণি পৰিষ্কাৰ কৰা, তেজৰ নমুনা সংগ্ৰহ, ছাকবন, ইণ্টিউবেচন আদি কাৰ্য্য	বিপদৰ মধ্যমীয়া ভয় (শৰীৰৰ আভ্যন্তৰ জুলীয়া দ্ৰব্যৰ সৈতে সম্পৰ্কিত হোৱাৰ সম্ভাৱনা, মধ্যমীয়া অৰ্থাৎ তেজ বা জুলীয়া দ্ৰব্যৰ ছিটিকণিৰ সৈতে সংস্পৰ্শলৈ নাহিবও পাৰে)
সমগ্ৰ পি. পি. ই. সামগ্ৰী ব্যৱহাৰ (হাতমোজা, পানী নসৰকা দেহাবৰণ, মুখাবৰণ, চশমা আৰু জোতাৰ ব্যৱহাৰ)	যোনি পথেৰে হোৱা প্ৰসৱ, বন্ধ কৰিব নোৱাৰা ৰক্তক্ষণ, অস্ত্ৰোপ্ৰচাৰ, এনডচকপি, দাঁতাৰ চিকিৎসা	বিপদৰ ভয় সৰ্বোচ্চ (ৰোগীৰ সৈতে প্ৰত্যক্ষ সংস্পৰ্শলৈ অহা যায় আৰু একেদৰে সংক্ৰমিত তেজ বা দেহৰ আভ্যন্তৰৰ জুলীয়া দ্ৰব্যৰ সৈতেও সম্পৰ্কিত হোৱাৰ সম্ভাৱনা)

পি. পি. ই. ব্যৱহাৰ কৰা সময়ত মনত ৰাখিবলগীয়া কথা ঃ

১. **হাতমোজা ব্যৱহাৰ কৰা সময়ত—**

- হাত দুখন ধুই ল'ব
- প্ৰতিখন হাতত আঙুলিবোৰ খাপ খাই পৰাকৈ ভালদৰে মোজা পিন্ধিব।
- হাতৰ মণিবন্ধনৰ যিমান পাৰি ওপৰলৈ ঢাকিব পৰাকৈ মোজাযোৰ টানি উঠাব।
- মোজা সোলকাবৰ সময়ত ওপৰফালৰ পৰা এখন হাতৰ মোজাক আনখনেৰে আঙুলিৰ দিশলৈ এনেকৈ টনা উচিত যাতে বাহিৰৰ ফালটো ভিতৰলৈ গুচি যায়। (এই প্ৰক্ৰিয়াই মোজাৰ প্ৰদূষিত অংশক

আপোনাৰ চালৰ পৰা আঁতৰত ৰাখিব)

- আনখন হাতৰ মোজা খোলা সময়ত আঙুলিবোৰেদি মোজাৰ ভিতৰখনত সংকোচন সম্প্ৰসাৰণ কৰি হাতখন ইয়াৰ বাহিৰলৈ পিচলাই উলিয়াব। কোনো কাৰণতেই ইতিমধ্যে উন্মুক্ত হৈ থকা হাতখনেৰে দ্বিতীয় মোজাখনৰ বৰ্হিভাগ স্পৰ্শ নকৰবি।
- শাৰীপাতি থোৱা আৱৰ্জনা ভৰোৱা পাত্ৰত ব্যৱহৃত হাতমোজা সোমোৱাই থওক বা নিৰ্দিষ্ট মান সম্পন্ন প্ৰক্ৰিয়াৰে সংক্ৰমণমুক্ত কৰক।
- শৰীৰৰ আভ্যন্তৰত পৰীক্ষা-নিৰীক্ষা কৰা প্ৰক্ৰিয়াত হাতমোজা পুনৰ ব্যৱহাৰ কৰাৰ পূৰ্বে সেইবোৰক বীজাণুমুক্ত কৰক।
- আৱৰ্জনা নিষ্কাশন বা পৰিষ্কাৰৰ সময়ত ইয়াৰ বাবে প্ৰস্তুত কৰা বিশেষ হাতমোজা (ইউটিলিট গ্ৰভ'জ) পৰিধান কৰিব।
- ৰোগীক চুবলৈ বা ৰোগীৰ শুশ্ৰূষাত নিয়োজিত আচবাব-পত্ৰ চোৱা কিম্বা তেওঁলোকৰ কাষলৈ যোৱাৰ সময়ত ওপৰত উল্লেখ কৰা হাতমোজা কেতিয়াও ব্যৱহাৰ নকৰিব।
- ডিটাৰ্জেণ্ট আৰু ব্লিচিং পাউডাৰেৰে কামৰ শেষত ভালকৈ পৰিষ্কাৰ কৰি এনে হাতমোজাক শুকুৱাব লাগে।

২. চকুৰ আৱৰণ / চশমা পিন্ধাৰ ক্ষেত্ৰত ঃ

- এনে আৱৰণ / চশমাই চকুৰ চাৰিওফালক অলপো খোলা ঠাই নৰখাকৈ ঢাকিব পৰা উচিত।
- পুনৰবাৰ ব্যৱহাৰৰ পূৰ্বে এনে চশমাক ভালকৈ ধুব লাগে। যদিহে সংক্ৰমিত দ্ৰব্যৰ ছিটিকনি লাগি থাকে তেন্তে ইয়াক সংক্ৰমণমুক্ত কৰা বাধ্যতামূলক।

৩. দেহাচৰণ এপ'লৰ ব্যৱহাৰৰ সম্পৰ্কত ঃ

- এইবোৰ ডাঠ প্লাষ্টিকেৰে নিৰ্মিত হ'ব লাগে। (কেতিয়াও কপাহী কাপোৰৰ পৰা প্ৰস্তুত কৰিব নালাগে। কিয়নো তেনে কাপোৰে আৱৰ্জনা ধৰি ৰাখে।)
- অস্ত্ৰোপচাৰ বা প্ৰসৱ কাৰ্যত ব্যৱহাৰ কৰিবলগা হ'লে এনে পোচাক প্ৰথমে ব্লিচ দ্ৰব্যত (১%) ২০ মিনিট সময় ডুবাই ৰাখি সংক্ৰমণ মুক্ত কৰিব লাগে।

৪. মুখা (কাপোৰ বা কাগজৰ) ব্যৱহাৰৰ সম্পৰ্কত ঃ

- মাকৰ পৰা মুখৰ তলৰ থুতৰিলৈকে ভালকৈ ঢাকিব পৰা হ'ব লাগে।
- সিক্ত মুখা তৎক্ষণাত সলাব লাগে। কিয়নো ইয়াৰ মাজেদি বেক্টেৰিয়া পাৰ হ'ব পাৰে আৰু প্ৰদূষক পদাৰ্থ তথা লেতেৰা বস্তু ইয়াত লাগি ৰ'ব পাৰে।

- ব্যৱহাৰৰ পাছত মুখাক ডিঙিত ওলমাই ৰাখিব নালাগে।

৫. **টুপি**

- মূৰৰ সকলো চুলি ঢাকিব পৰাকৈ ই যথেষ্ট ডাঙৰ হ'ব লাগে।

৬. **জোতা / ভৰিৰ আৱৰণ ঃ**

- এনে জোতাই সম্পূৰ্ণকৈ ভৰি ঢাকিব পৰা উচিত। এনে জোতাৰ অভাৱ হ'লে ডাঠ প্লাষ্টিকৰ মোনা ভৰিত সোমোৱাই উৰ্দ্ধাংশ ৰবৰেদি বান্ধি ল'ব লাগে।
- এনে জোতা সহজে সংক্ৰমণমুক্ত কৰিব পৰাৰ লগতে ধোৱাৰ উপযোগী হোৱা উচিত।

টোকা ঃ

১. ব্যৱহৃত সকলো পি. পি. ই. সামগ্ৰী নিৰ্ধাৰিত নিৰ্দেশনা মানি সংক্ৰমণমুক্ত কৰাৰ লগতে যথোচিতভাৱে আঁতৰাব লাগে।

২. পি. পি. ই. সামগ্ৰী বিনষ্ট কৰাৰ পাছত অতি ভালকৈ হাত ধুব লাগে।

পি. পি. ই. ব্যৱহাৰৰ ক্ষেত্ৰত কৰণীয় আৰু বৰ্জনীয় ঃ

কৰণীয়	বৰ্জনীয়
বিপদৰ সাম্ভাব্য ভয়ৰ পৰ্যায় অনুসৰি পি. পি. ই. সামগ্ৰী ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে।	এবিধ পি. পি. ই. সামগ্ৰী বহুজনে ব্যৱহাৰ কৰিব নালাগে।
প্ৰতিটো প্ৰক্ৰিয়াৰ সমাপনৰ পাছত সংমিশ্ৰন পি. পি. ই. সামগ্ৰী সম্পূৰ্ণকৈ সলাব লাগে।	একেবোৰ হাতমোজা বেলেগ বেলেগ ৰোগীৰ ক্ষেত্ৰত ব্যৱহাৰ কৰিব নালাগে।
যথোচিত আৱৰ্জনাৰ মোনাদি ব্যৱহৃত পি. পি. ই. সামগ্ৰী পেলাই দিব লাগে।	এবাৰ ব্যৱহাৰযোগ্য, হাতমোজা, চশমা, মুখা আদিক পুনৰ ব্যৱহাৰ কৰিব নালাগে।
চিকিৎসালয়ৰ প্ৰচলিত নীতি অনুসৰি পি. পি. ই. সামগ্ৰীসমূহ নষ্ট কৰিব লাগে।	দেখাত বাধা দিয়া চশমা ব্যৱহাৰ কৰিব নালাগে।
পি. পি. ই. সামগ্ৰী পোছাক খুলি পৰিষ্কাৰকৈ হাত ধুব লাগে।	সিক্ত মুখা ব্যৱহাৰ কৰা অনুচিত
সকলো কনিষ্ঠ আৰু প্ৰসূতি সহায়িকা কৰ্মচাৰীক পি. পি. ই. সামগ্ৰীৰ ব্যৱহাৰ সম্পৰ্কে যথোচিতভাৱে প্ৰশিক্ষণ দিব লাগে।	

টিউবাৰকিউলচিচ (যক্ষ্মা ৰোগ)ৰ প্ৰাথমিক চিনাক্তকৰণ আৰু চিকিৎসা প্ৰদান সম্পৰ্কে ৰাইজক শিক্ষা দিয়াৰ সম্পৰ্কত ঃ

- দুসপ্তাহতকৈ বেচি একেৰাহে কাঁহী থকা মানুহক টি. বি. পৰীক্ষা কেন্দ্ৰলৈ পৰীক্ষা কৰোৱাৰ বাবে উৎসাহ দিব লাগে।
- অকণো বিলম্ব নকৰাকৈ সম্পূৰ্ণ চিকিৎসা সেৱা (ডট্‌ছ) প্ৰদান কৰিব লাগে।

কাহী থকা / হাঁচিওৱা ৰোগীক নিৰ্দেশনা দিয়ক যাতে—

- তেওঁলোকে আপোনাৰ বিপৰীত ফালে মুখ ঘূৰায়।
- গামোচা বা ৰুমালেৰে মুখ ঢাকিব লাগে

  — হাত পৰিষ্কাৰকৈ ধুব লাগে।

  — ব্যৱহৃত কাপোৰ ভালকৈ ধুব / পুৰি পেলাব লাগে।
- ঘৰত থকা সময়ত এনে ৰোগীক ভালকৈ দুৱাৰ-খিৰিকী থকা আৰু মুকলি বতাহ চলাচল কৰিব পৰা কোঠাত ৰাখিব লাগে।

তেজৰ পৰা উৎপন্ন ৰোগৰ কাৰকৰ বিৰুদ্ধে ল'বলগীয়া নিৰ্দিষ্ট মান সাৱধানতা ঃ

ওপৰত পুংখানুপুংখভাৱে আলোচিত কৰ্মস্থানত সংক্ৰমণৰ বিৰুদ্ধে ল'বলগীয়া সাৱধানতাবোৰৰ সৈতে যোগ দি ক'ব পাৰি যে তেজত উৎপন্ন হোৱা ৰোগ সৃষ্টিৰ কাৰকসমূহে কৰা সংক্ৰমণক নিয়ন্ত্ৰণ কৰিবলৈ অন্য কেতবোৰ বিশেষ ব্যৱস্থাও আছে।

ভাইৰাছ বা বেক্টেৰিয়াৰ দৰে এইবোৰ হৈছে কেতবোৰ অণুজীৱ যিবোৰে মানৱ দেহত ৰোগ সৃষ্টি কৰিব পাৰে। উদাহৰণ স্বৰূপে উল্লেখ কৰিব পাৰি- হেপাটাইটিছ বি আৰু চি। হেপাটাইটিচ-বি ভাইৰাছ ইমানেই ভয়াৱহ যে মানৱ দেহৰ পৰা নিৰ্গত তেজ বা কোনো জুলীয়া দ্ৰব্য শুকাই যোৱাৰ পাছতো ই জীয়াই থাকিব পাৰে। হেপাটাইটিচ চি ভাইৰাছৰ ক্ষেত্ৰটো একেটা কথাই প্ৰযোজ্য। ইহঁতক সুস্থিৰ ভাইৰাছ হিচাপে গণ্য কৰা হয়।

এইচ. আই. ভি. ঃ ই এবিধ অতি ঠুনুকা ভাইৰাছ। সাধাৰণতে শৰীৰৰ বাহিৰত নিৰ্গত দেহৰ জুলীয়া দ্ৰব্য শুকোৱাৰ লগে লগে ইয়াৰ মৃত্যু হয়।

— দেহৰ জুলীয়া দ্ৰব্য বা তেজ লাগি প্ৰদূষিত হোৱা মানৱ দেহ বা অন্য বস্তুৰ উপৰিভাগক সংক্ৰমণমুক্ত কৰিব লাগে।

— আৱৰ্জনাৰ ব্যৱস্থাপনা সম্পৰ্কে নিৰ্দেশনাসমূহ মানিব লাগে। (চিকিৎসালয়ৰ আৱৰ্জনাবোৰৰ সুৰক্ষিত উপায়েৰে নষ্ট কৰাৰ সম্পৰ্কত দেখুওৱা চিত্ৰসমূহ চাওঁক)

— হেপাটাইটিছ-বিৰ প্ৰতিৰোধ কৰিবলৈ টীকা গ্ৰহণ কৰক। (আনবোৰৰ কোনো টীকা নাই)

অনুগ্ৰহ কৰি সংযোজন ১০ চাওঁক— “মজিয়াত ছিটিকি পৰা তেজ পৰিষ্কৰণৰ সম্পৰ্কে পৰিস্থিতি কেন্দ্ৰিক” নিৰ্দেশাৱলী ভালকৈ জানিবলৈ চাওঁক।

চোকা বস্তুৰে সৃষ্টি কৰা ক্ষতস্থানৰ পৰা উদ্ভৱ হোৱা বিপদক হ্ৰাস কৰাৰ প্ৰসংগত ঃ

‘চোকা বস্তু’ৰে ইয়াত বেজী, চুৰী, কেচি আদি ধাৰ থকা বা ছাল ফুটাব পৰা ক্ষমতাসম্পন্ন সামগ্ৰীক বুজোৱা হৈছে। সাধাৰণতে উন্মুক্ত হৈ থকা ক্ষতস্থানেদি তেজত ৰোগ সৃষ্টিকাৰী বিপদজনক অণুজীৱৰ জন্ম হ’ব পাৰে। সেয়েহে কেতবোৰ সৰল পদক্ষেপ গ্ৰহণ কৰি চোকা বস্তুৰ আঘাতৰ পৰা আঁতৰত থাকিব পাৰি। সেই সম্পৰ্কে তলত উল্লেখ কৰা হ’ল।

কৰণীয়	বৰ্জনীয়
● ব্যৱহাৰৰ পাছতেই তৎক্ষণাত বেজীবোৰ নষ্ট কৰিব লাগে।	● বেজী নষ্ট কৰাৰ পূৰ্বে সেইবোৰ পুনৰ ঢাকনিত ভৰাই নথ’ব।
● অন্য বৰ্জনীয় পদাৰ্থবোৰৰ পৰা চোকা / ধাৰ থকা বৰ্জনীয় পদাৰ্থসমূহ পৃথক কৰিব লাগে।	● ব্যৱহৃত বেজী সংগ্ৰহ নকৰিব।
● ডাঠ ফুটা নোহোৱা আৱৰ্জনা পেলোৱা পাত্ৰ ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে।	● আঘাতৰ সম্ভাৱনা হ্ৰাস কৰিবলৈ ব্যৱহাৰৰ পাছত পুৰি পেলাওক
● পেলনীয়া চোকা সামগ্ৰী ৰখা পাত্ৰসমূহ তিনি চতুৰ্থাংশ ভৰ্তি হোৱাৰ লগে লগেই সেইবোৰ খালী কৰিব লাগে।	● ব্যৱহৃত ধাৰ থকা বস্তু সমূহ এটা পাত্ৰৰ পৰা আনটোলৈ নিওঁতে হাতেদি নধৰি বাকি দিব।

নিজকে সুৰক্ষিত কৰক ঃ

- পি. ই. পি.ৰ নীতিসমূহৰ বিষয়ে সজাগ হওঁক।
- তিনিপালি হেপাটাইটিছ-বিৰ প্ৰতিষেধক গ্ৰহণ কৰক। ই আপোনাক জীৱনজোৰা সুৰক্ষা দিব।
- বেজী অথবা অন্য চোকা বস্তুৰ পৰা দুৰ্ঘটনাবশতঃ আঘাত নাপাবলৈ প্ৰতিৰোধমূলক ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰক।
- কৰ্মসূত্ৰে ৰোগ আৰু ৰোগীৰ ওচৰত উন্মুক্ত হৈ পৰাৰ বিষয়ে সুনিৰ্দিষ্ট চিকিৎসকৰ আগত ব্যক্ত কৰক।
- সকলো সময়তে নিৰ্দিষ্ট মানৰ আগতীয়াকৈ ল’বলগীয়া সাৱধনতামূলক নীতি মানি চলক।
- সকলোবোৰ প্ৰক্ৰিয়াত সাৱধানতাৰে জড়িত হ’ব।

কৰ্মক্ষেত্ৰত ৰোগ আৰু ৰোগীৰ ওচৰত উন্মুক্ত হৈ পৰাৰ পাছত ল’বলগীয়া ব্যৱস্থা (পষ্ট এক্সপজাৰ প্ৰফাইলেক্সিচ- পি. ই. পি.) ঃ

কৰ্মক্ষেত্ৰত উন্মুক্ত হৈ পৰা মানে ব্যক্তি এজনে তেওঁৰ কামৰ মাজেদি ক্ষতিকাৰক পদাৰ্থ বা বস্তু আদিৰ

সংস্পৰ্শলৈ অহাৰ প্ৰক্ৰিয়াটোক বুজোৱা হৈছে। এই প্ৰক্ৰিয়াই স্বাস্থ্য কৰ্মীসকলক এইচ. আই. ভি. হেপাটাইটিচ আৰু তেজত জন্ম লোৱা অন্য ক্ষতিকাৰক জীৱাণুবোৰৰ দ্বাৰা ৰোগীক শুশ্ৰূষা কৰাৰ সময়ত আক্ৰান্ত কৰিব পাৰে। এনে পৰিস্থিতিৰ সন্মুখীন হ'বলৈ পি. ই. পি. অনুশীলন কৰা হয়।

পষ্ট এক্সপ'জাৰ প্ৰফাইলেক্সিচ (পি. ই. পি.) ঃ

- ইয়াৰ জৰিয়তে কৰ্মক্ষেত্ৰত ৰোগৰ সংস্পৰ্শলৈ অহা বা সেইক্ষেত্ৰত ভাবুকিপ্ৰাপ্ত স্বাস্থ্যকৰ্মীসকলক এ. আৰ. টি. চিকিৎসা প্ৰদান কৰা হয়। এইচ. আই. ভি., এইচ. বি. ভি. আৰু এইচ. চি. ভি.ৰ ওচৰত উন্মুক্ত হৈ পৰা স্বাস্থ্যকৰ্মীসকলক যদি তাৎক্ষণিকভাৱে পি. ই. পি.ৰ সেৱা প্ৰদান কৰা হয়, তেন্তে সংশ্লিষ্ট ৰোগবোৰৰ সংক্ৰমণ নিয়ন্ত্ৰণ কৰিব পৰা যায়।

এইচ. আই. ভি. বিয়পোৱাৰ ক্ষেত্ৰত শৰীৰৰ আভ্যন্তৰৰ কোনবোৰ জুলীয়া দ্ৰব্য উচ্চ বিপদজনক?

উন্মুক্ত থাকিলে 'বিপদজনক' বুলি গণ্য কৰা দেহৰ জুলীয়া দ্ৰব্য	'বিপদজনক নহয়' বুলি গণ্য কৰা দেহৰ জুলীয়া পদাৰ্থ (যেতিয়ালৈকে দৃশ্যমান তেজৰ সংস্পৰ্শত নাহে)
তেজ বীৰ্য্য মাতৃদুগ্ধ তেজৰ সৈতে থকা শৰীৰৰ জুলীয়া দ্ৰব্য যোনিৰস এমনিঅ'টিক দ্ৰব্য	চকুপানী ঘাম প্ৰসাৱ লেলাৱটি

কিদৰে এজন ব্যক্তি সংক্ৰমিত হ'ব পাৰে ঃ

- শৰীৰ জুলীয়া দ্ৰব্য উৎস হ'ব (যদিহে সংক্ৰমিত)।
- সংক্ৰমিত ব্যক্তিৰ পৰা (ক্ষতস্থান, বেজী আদিৰ দ্বাৰা)।
- সহজে প্ৰভাৱিত হ'ব পৰা ব্যক্তি (যাৰ ছাল ফাটি আছে, নাক, মুখ বা চকুৰ মাখিছাল চিগি আছে)।

এজন ব্যক্তিয়ে গাত এইচ. আই. ভি. আহৰণৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰভাৱ পেলোৱা কাৰকসমূহ ঃ

- উন্মুক্ত অৱস্থাৰ ধৰণ আৰু পৰ্যায়

  — বেজীৰ আকৃতি আৰু প্ৰকাৰ

  — আঘাটৰ / ক্ষতস্থানৰ গভীৰতা

— তেজৰ পৰিমাণ

- ৰোগ বিয়পাৰ অধিক সম্ভাৱনা / ভয় যিবোৰ প্ৰক্ৰিয়া / কাৰকে সৃষ্টি কৰিব পাৰে ঃ

  — শিৰা বা ধমনীত বেজীৰে ফুটা কৰা প্ৰক্ৰিয়া।

  — তেজে দৃশ্যমানৰূপত দূষিত কৰা যন্ত্ৰ / সৰঞ্জামক দেহৰ ভিতৰত প্ৰৱেশ কৰালে।

- প্ৰদূষিত দেহজ দ্ৰব্যত উপস্থিত ভাইৰাচৰ পৰিমাণ।
- সুনিৰ্দিষ্ট সময়ৰ ভিতৰত পি. ই. পি. সেৱা গ্ৰহণ কৰিছে নে নাই তাৰ দ্বাৰাও ই নিৰ্ধাৰিত হয়।

এ. এন. এম.সকলে কৰ্মক্ষেত্ৰত স্বাস্থ্যকৰ্মীয়ে ৰোগ বা ইয়াৰ কাৰকৰ ওচৰত উন্মুক্ত হৈ পৰি তাৎক্ষণিকভাৱে গ্ৰহণীয় ব্যৱস্থা সম্পৰ্কে সচেতন হোৱাতো অত্যন্ত প্ৰয়োজনীয় বুলি গণ্য কৰা হয়। কৰ্মক্ষেত্ৰত এইচ. আই. ভি.ৰ ওচৰত উন্মুক্ত হৈ পৰিলে পালন কৰিবলগীয়া প্ৰাথমিক পদক্ষেপ কেতবোৰৰ বিষয়ে তলত উল্লেখ কৰা হ'ল—

- পৰিস্থিতিৰ জটিলতাৰ ব্যৱস্থাপনা।
- শান্ত হৈ থকা।
- চোকা জোঙা বস্তু যথোচিতভাৱে নষ্ট কৰা।

প্ৰাথমিক চিকিৎসা ঃ

চালৰ ক্ষেত্ৰত ঃ যদিহে বেজী অথবা কোনো জোঙা বস্তুৰ খোচ খাই চাল ফাটে—

- তৎক্ষণাত ক্ষতস্থান ডোখৰক ইয়াৰ চৌপাশৰ অঞ্চলটোৰ সৈতে পানী আৰু চাবোনেৰে ভালকৈ ধূব। ঘঁহি নিদিব।
- এণ্টিচেপটিক ব্যৱহাৰ নকৰিব। একেদৰে ব্লিচ্, ক্লৰিণ, এলকহল, পভাইডম্ আয়'ডিন আদিও নলগাব।

তেজ বা শৰীৰৰ আভ্যন্তৰীণ অন্য দ্ৰব্যৰ চিটিকণি গাত পৰিলে কৰণীয় কাৰ্য ঃ

- নফটা ছালৰ ক্ষেত্ৰত ঃ

  — তৎক্ষণাত ঠাইডোখৰ পৰিষ্কাৰকৈ ধুব।

  — এণ্টিচেপ্টিকচ্ ব্যৱহাৰ নকৰিব।

- চকুৰ ক্ষেত্ৰত ঃ

  — তৎক্ষণাত উন্মুক্ত চকুক ভালকৈ পানী অথবা সাধাৰণ চেলাইন চটিয়াই পৰিস্কাৰ কৰিব।

  — চকী এখনত বহি লৈ প্ৰথমে চকু খোলা ৰাখি মূৰটো পাছফাললৈ দি সহকৰ্মী বা আন কাৰোবাক পানী বা সাধাৰণ চেলাইন-পানী তাত ঢালি দিবলৈ ক'ব।

  — কণ্টেক্ট্-লেনছ পিন্ধোতাসকলে এনে অৱস্থাত জ্বলা-পোৰা কৰিলেও সেয়া নুখুলিব। কিয়নো, কণ্টেক্ট্ লেনছে তেনে অৱস্থাত সংক্ৰমণৰ বিৰুদ্ধে প্ৰাচীৰৰ দৰে ক্ৰিয়া কৰে। চকু ভালকৈ পৰিস্কাৰ হোৱাৰ

পাছতহে কণ্টেক্ট লেনছ খুলিব আৰু তাৰ পাছত ইয়াক সাধাৰণতে ধোৱাৰ প্ৰক্ৰিয়াৰে পৰিষ্কাৰ কৰিব। এইদৰে কণ্টেক্ট লেনছযোৰক পুনৰাই ব্যৱহাৰোপযোগী কৰি ৰাখিব পাৰি।

— চকুত চাবোন বা কোনো সংক্ৰমণনাশক ব্যৱহাৰ নকৰিব।

- মুখৰ ক্ষেত্ৰত ঃ

— তৎক্ষণাত থুৱাই তেনে দ্ৰব্য মুখৰ বাহিৰলৈ পেলাব।

— মুখখন ভালকৈ মচিব আৰু পানী অথবা চেলাইনেৰে কুলি কৰি পুনৰ থু পেলাব। বহুকেইবাৰ একেটা প্ৰক্ৰিয়াকেই কৰিব।

— মুখত চাবোন বা সংক্ৰমণনাশক ব্যৱহাৰ নকৰিব। যিমান পাৰি সোনকালে বিভাগীয় কৰ্তৃপক্ষক অৱগত কৰিব।

উন্মুক্ত হৈ পৰাৰ পাছত ২ ঘণ্টাৰ ভিতৰত PEP লোৱাৰ বাবে ব্যক্তি এগৰাকীৰ মূল্যায়ণ আৰম্ভ কৰিব লাগে আৰু ৭২ ঘণ্টাৰ ভিতৰত ইয়াক গ্ৰহণ কৰা উচিত। চাৰি সপ্তাহৰ বাবে (২৮ দিন) পি. ই. পি. গ্ৰহণ কৰি উঠিহে এইচ. আই. ভি.ৰ পৰীক্ষা কৰা উচিত।

মূল ঔষধ ঃ জিডভূডাইন্ / ষ্টেভোডাইন্ (ষ্টেভোডাইন্ (এ. জেড. টি. আৰু ডি৪টি)

স্বাস্থ্যসেৱাৰ কেন্দ্ৰবোৰত পি. ই. পি. বোৰৰ পৰ্যাপ্ততা আৰু সেইবোৰৰ উপলব্ধতা ঃ

কৰ্মস্থানৰ পেচাগত কাম-কাজত নিয়োজিত হওতে ৰোগৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হোৱাৰ বিপদজনক অৱস্থাত পৰা সকলৰ চিকিৎসাৰ বাবে সকলো সময়তে পি. ই. পি. ঔষধবোৰ যাতে পৰ্যাপ্তভাৱে পোৱা যায়- সেয়া সুনিশ্চিত কৰাবলৈ নিৰ্দেশনা দিয়া আছে। বিচৰামাত্ৰকেই পি. পি. ই. প্ৰাপ্তিৰ স্থান /উপায় সম্পৰ্কে সকলো স্বাস্থ্য কৰ্মীয়েই সুনিৰ্দেশিত তথা প্ৰশিক্ষিত হোৱা উচিত।

সম্পূৰ্ণকৈ এবাৰত চাৰি সপ্তাহৰ বাবে এই পি. ই. পি. ঔষধ গ্ৰহণ কৰিব লাগে। ইয়াক স্থানীয়ভাৱে কিনিব পাৰি বা ওচৰৰ এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰলৈ সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিগৰাকীক প্ৰেৰণ কৰিব পাৰি। যদি স্থানীয়ভাৱে এই ঔষধবোৰ কিনিবলগীয়া হয় তথা স্বাস্থ্যসেৱা কেন্দ্ৰবোৰত পোৱা নাযায়, তেনে অৱস্থাত চিকিৎসালয়ক ষ্টেট এইড্ছ ছ'চাইটি (এচ. এ. চি. এছ) ৰ ফালৰ পৰা ঔষধৰ কিনামূল্য ঘূৰাই দিয়া হয়।

স্বাস্থ্যসেৱা কেন্দ্ৰবোৰৰ জমা থকা ঔষধ হিচাপে ঃ

স্বাস্থ্য সেৱাৰ সুবিধাবোৰৰ পৰ্যায়	পি. ই. পি.ৰ দায়িত্বত থকা মুখ্য ব্যক্তি	পি. ই. পি. উন্মুক্তসকলক দিবলগীয়া ন্যূনতম ঔষধৰ পৰিমাণ
প্ৰাথমিক চি. এইচ. চি.	চি. এ. এইচ. চিৰ মুখ্য জনস্বাস্থ্য বিষয়াজনেই পি. ই. পি.ৰ দায়িত্বত থাকে	তিনিদিনৰ বাবে ব্যৱহাৰোপযোগী দুটা কিট্ৰ

		যোগান। অর্থাৎ এফ. ডি. চি. (এ. জেড টি. ৩ চি.টি.) ২ টেবলেট/ প্ৰতিদিন × ৩ দিন × ২ কিট্ = ১২ টেবলেট
প্ৰাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰ সমূহ (পি. এইচ. চি.)	চি. এইচ. চি. বা জিলা পৰ্যায়লৈ পি. ই. পি. প্ৰদানৰ ক্ষেত্ৰত জনস্বাস্থ্য কেন্দ্ৰৰ চিকিৎসা বিষয়া জনেই দায়িত্বত থাকে।	পি. ই. পি. প্ৰদানৰ বাবে চি. এইচ. চি. বা জিলা পৰ্যায়ৰ স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰৰ সৈতে সংযোগ।

* এফ. ডি. চি. - নিৰ্দ্ধাৰিত পৰিমাণৰ ঔষধ মিশ্ৰণৰ পালি। (ফিক্সড্ ড'জ কম্বিনেশ্ব'ন)।

কেতবোৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ মুখ্য বাৰ্তা ঃ

☛ নিৰ্দিষ্ট মানৰ পূৰ্বসাৰধানতা

- সকলো ৰোগী আৰু স্বাস্থ্য কৰ্মীৰ বাবে প্ৰযোজ্য।
- তেজ / বতাহত থকা ৰোগৰ সৃষ্টি কাৰকবোৰৰ দ্বাৰা সংক্ৰমণ হ্ৰাস কৰিবলৈ।

☛ তেজত থকা ৰোগৰ সৃষ্টিকাৰী বস্তু / জীৱাণুবোৰৰ পৰা হ'ব পৰা সংক্ৰমণ প্ৰতিৰোধৰ ক্ষেত্ৰত ল'বলগীয়া নিৰ্দিষ্ট মানৰ আগতীয়া সাৰধানতাই সামৰি লয়—

- হাতৰ পৰিচ্ছন্নতা ৰক্ষাৰ আচৰণক অনুশীলন।
- ৰোগ / ৰোগীৰ ওচৰত উন্মুক্ত হোৱাৰ মাত্ৰা / পৰ্যায়ানুসৰি ব্যক্তিগত সুৰক্ষা সৰঞ্জামৰ ব্যৱহাৰ।
- সংক্ৰমণ ৰোধ আৰু নিৰ্বিজাণুকৰণৰ কৌশল মানি চলা।
- যথোচিতভাৱে আৱৰ্জনাক বিভাজন আৰু নষ্টকৰণ।
- জোঙা / চোকা আৱৰ্জনাক যথোচিতভাৱে নষ্টকৰণ।

☛ বতাহত থকা জীৱাণু / ৰোগৰ কাৰকে সৃষ্টি কৰিব পৰা সংক্ৰমণে সামৰি লয়—

- যোগাত্মকভাৱে আক্ৰান্ত ৰোগীক চিনাক্তকৰণ আৰু তেওঁলোকৰ সৈতে সংস্পৰ্শলৈ অহাৰ সময়ত মুখা ব্যৱহাৰ কৰা।
- ৰোগীৰ পৰিয়ালক শিক্ষিত কৰিব লাগে—

— টি. বি. / যক্ষ্মা ৰোগৰ লক্ষণ চিনাক্তকৰণত

— যক্ষ্মাৰ সম্পূৰ্ণ চিকিৎসা ল'বলৈ আগ্ৰহী হোৱা আৰু ইয়াক গ্ৰহণ কৰা

— কাহোঁতে স্বাস্থ্য সচেতন আচৰণ প্ৰদৰ্শন কৰা

— ঘৰত ভালকৈ মুকলি বতাহ সঞ্চালনৰ ব্যৱস্থা কৰা

- এ. এন. এম.সকলে কনিষ্ঠ / পৰিষ্কাৰত নিয়োজিত কৰ্মীসকলক নিৰ্দিষ্ট মান সম্পন্ন আগতীয়া নিৰাপত্তামূলক পদক্ষেপবোৰৰ বিষয়ে শিক্ষিত কৰাৰ লগতে সেইবোৰ যাতে নিয়াৰিকৈ পালন কৰা হয় তাৰ প্ৰতি গুৰুত্ব দিব লাগে।
- কৰ্মক্ষেত্ৰত ৰোগ / ৰোগীৰ ওচৰত স্বাস্থ্যকৰ্মীসকল উন্মুক্ত হৈ পৰা সন্দৰ্ভত—
  - দায়িত্বত থকা স্বাস্থ্য বিষয়াক অৱগত কৰিব লাগে।
  - ঠাইডোখৰ চাবোন আৰু পানীৰে ধুব লাগে / ওপৰৰ চাল পৰিষ্কাৰ পানীৰে ধোৱাৰ লগতে পি. এইচ. চি. / জিলা চিকিৎসালয় / এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ আদিত পি. ই. পি. লোৱাৰ প্ৰায়োজনীয়তা সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ ল'ব লাগে।
  - দিহানুযায়ী ২৮ দিনৰ বাবে পি. ই. পি. লওক।
  - নিয়ন্ত্ৰণ কৰিব নোৱাৰা পাৰ্শ্বক্ৰিয়া সম্পৰ্কে কৰ্তৃপক্ষক অৱগত কৰা।
  - ৬ সপ্তাহ /৩/৬ মাহ আৰু পাছত ১ বছৰত এইচ. আই. ভি.ৰ পৰীক্ষা কৰা।
  - ব্লিচিং দ্ৰব্যৰ পৰ্যাপ্ততা / উপলব্ধকৰণ।

অধ্যায় - ৮
এইচ. আই. ভি. সংক্ৰান্তীয় তথ্যভাণ্ডাৰ সম্পৰ্কত

অধ্যায়টোৰ উদ্দেশ্যসমূহ ঃ

- এইচ. আই. ভি. তথ্য ভাণ্ডাৰৰ বাবে তথ্যৰ সংগ্ৰহ আৰু অন্তৰ্ভূক্তিকৰণৰ প্ৰয়োজনীয়তাক উপলব্ধি কৰা।
- মাহেকীয়া অগ্ৰগতি প্ৰতিবেদন (এম. পি. আৰ.)ত উল্লেখ থকা তথ্য আৰু সংজ্ঞাসমূহক বুজি উঠা।
- এফ. আই. চি. টি. চি. / পি. পি. পি.-আই. চি. টি. চি. পঞ্জীয়নত অন্তৰ্ভূক্ত তথ্য আৰু সংজ্ঞাসমূহক বুজি উঠা।
- এম. পি. আৰ. আৰু এফ. আই. চি. টি. চি. / পি. পি. পি.-আই. চি. টি. চি. পঞ্জীয়নত অন্তৰ্ভূক্ত তথ্যবোৰক ব্যৱহাৰিক অনুশীলনৰ মাজেৰে সংশোধনৰ প্ৰয়োজনীয়াতাক বুজি উঠা।

এফ. আই. চি. টি. চি. / পি. পি. পি.-আই. চি. টি. চি.ৰ মাহেকীয়া অগ্ৰগতি প্ৰতিবেদনত উল্লেখ থকা তথ্যবোৰৰ সংজ্ঞা ঃ
প্ৰথম খণ্ডৰ চিনাক্তকৰণ

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
এফ.আই.চি.টি.চি. /পি. পি. পি. আই. চি. টি. চি. ক'ড্	প্ৰতিটো গোটক পঞ্জীয়ন কৰাৰ পাছত ৰাজ্যিক এইড্ছ নিয়ন্ত্ৰণ সমিতিয়ে যোগান ধৰিব। এচ. এ. চি. এচ. /বি. এচ. ডি. / আই. চি. টি. চি.ৰ বিভাগবোৰে এফ আই চি. টি. চি.ক এচ আই এম এচ.ত পঞ্জীয়ন কৰিবলৈ প্ৰাথমিক তথ্যৰ যোগান ধৰিব সংশ্লিষ্ট এচ. এ. চি. এচ / এম. এণ্ড ই. ডিভিজন বা এচ. আই. এম. ইউ.বোৰক / সেই অনুসৰি স্বয়ংক্ৰিয়ভাৱে ওলোৱা ক'ড্ সংশ্লিষ্ট এফ. চি. টি. চি.ৰ সৈতে ভগাই ল'ব। এফ-আই. চি.টি.চিয়ে এচ. এ. চি. এচ. /ডিএ পি. চি. ইউয়ে যোগান ধৰা ক'ড্টোক উল্লেখ কৰিব।	ৰাজ্যিক এইড্ছ নিয়ন্ত্ৰণ সমিতি (এচ. এ. চি. এচ.)

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
১. কেন্দ্ৰৰ নাম	স্বাস্থ্য সেৱা কেন্দ্ৰৰ নাম লিখক য'ত এফ. আই. চি. টি. চি. অৱস্থিত	এফ. আই. চি. টি. চি. যে যোগান ধৰিব
এফ আই চি. টি ডি.ৰ প্ৰকাৰ	স্থিৰ অথবা চলন্ত, যেনেকুৱাই নহওঁক কিয় এফ আই চি. টি. চি. /পি পি পি আই চি. টি. চি.ৰ প্ৰকাৰ সম্পৰ্কে লিখক। যদিহে এফ. আই. চি. টি. চি. /পি পি পি-আই চি. টি. চি.সমূহ কোনো নিৰ্দিষ্ট স্বাস্থ্য সেৱা ব্যৱস্থা / কেন্দ্ৰৰ সৈতে যুক্ত হৈ থাকে, তেনে অৱস্থাত সংশ্লিষ্ট স্বাস্থ্যসেৱা ব্যৱস্থাত ইংৰাজীত 'ফিক্সড' বুলি লিখিব। একেদৰে, যদিহে চলমান চিকিৎসা গোট / ম'বাইল ভেনত এফ আই চি. টি. চি. স্থাপন কৰা হয়, তেন্তে ইয়াৰ ওপৰত 'চলমান' বা ইংৰাজীত 'ম'বাইল' বুলি লিখিব।	
২. ঠিকনা	কেন্দ্ৰটোৰ সম্পূৰ্ণ ঠিকনা লিখিব	এফ. আই. টি. চি. টি.য়ে প্ৰদান কৰিব
পিন-ক'ড্	ঠাইডোখৰৰ পিন-ক'ড্ লিখিব য'ত এফ-আই চি. টি. চি. / পিপিপি আই. চি.টি.চি.সমূহ অৱস্থিত বা য'ৰ পৰা 'চলমান কামবোৰ' পৰিচালনা কৰা হ'ল।	এফ-আই. টি. চি. টি.য়ে প্ৰদান কৰিব
ব্লক / মণ্ডল / তালুকা	ব্লক / মণ্ডল তালুকাৰ নাম লিখক য'ত এফ. আই. টি. চি. টি. /পিপিপি আই চি টিচি কেন্দ্ৰবোৰ অৱস্থিত আৰু য'ৰ পৰা 'চলমান কামবোৰ' পৰিচালনা কৰা হয়।	এফ-আই. টি. চি. টি.য়ে প্ৰদান কৰিব
জিলা	জিলাৰ নাম উল্লেখ কৰক য'ত এফ. আই. টি. চি. টি. /পিপিপি আই চি টিচি কেন্দ্ৰবোৰ অৱস্থিত আৰু য'ৰ পৰা	এফ-আই. টি. চি. টি.য়ে প্ৰদান কৰিব

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
	‘চলমান কামবোৰ’ পৰিচালনা কৰা হয়।	
ৰাজ্য	ৰাজ্যৰ নাম লিখক	এফ. আই. চি.টি.চি.য়ে যোগান ধৰিব
৩. তথ্য অৰগত কৰণৰ সময় মাহ বছৰ	তথ্য অৰগতকৰণৰ মাহটোৰ নাম লিখক তথ্য অৰগতকৰণৰ বছৰটোৰ নাম লিখক	এফ. আই. চি.টি.চি.য়ে যোগান ধৰিব এফ. আই. চি.টি.চি.য়ে যোগান ধৰিব
৪. দায়িত্বত থকা বিষয়াজনৰ নাম (এফ-আই.চি.টি.চি পিপিপি আই চি.টি.চি.)	এফ-আই চি.টি.চি. /পিপিপি কেন্দ্ৰৰ দায়িত্বত থকা স্বাস্থ্য বিষয়াজনৰ নাম লিখক	এফ. আই. চি.টি.চি.য়ে যোগান ধৰিব
৫. যোগাযোগৰ নম্বৰ	এফ-আই চি.টি.চি /পিপিপি আই. চি.টি.চি. কেন্দ্ৰৰ দায়িত্বত থকা স্বাস্থ্য বিষয়াজনৰ যোগাযোগৰ নম্বৰ লিখক	এফ. আই. চি.টি.চি.য়ে যোগান ধৰিব
৬. ই-মেইল ঠিকনা	এফ-আই. চি.টি.চি. /পিপিপি আই. চি. টি.চি. কেন্দ্ৰৰ দায়িত্বত থকা স্বাস্থ্য বিষয়াজনৰ ই-মেইল ঠিকনা লিখক	এফ. আই. চি.টি.চি.য়ে যোগান ধৰিব
৭.	এফ-আই চি.টি.চি /পিপিপি-আই চি. টি. চি. কেন্দ্ৰৰ অৱস্থান লিখক। অৰ্থাৎ চিকিৎসালয় / প্ৰসূতি গৃহ / চি. এইচ. চি. / ২৪×৭ পি এইচ. চি. / পি. এইচ. চি. আদি।	এফ. আই. চি.টি.চি.য়ে যোগান ধৰিব

খণ্ড - খ প্ৰাথমিক সূচক		
১. মাহটোৰ ভিতৰত হোৱা অগ্ৰগতি		
সূচক	**তথ্যৰ সংজ্ঞা**	**তথ্যৰ উৎস**
১. মুঠ এ. এন. চি. ক্লায়েণ্টৰ পঞ্জীয়ন	স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰত মাহটোৰ ভিতৰত পঞ্জীয়ন হোৱা নামৰ মুঠ সংখ্যা লিখক। যেনে- ১০০গৰাকী গৰ্ভৱতীৰ নাম পঞ্জীয়ন হ'লে ১০০ বুলি লিখিব।	এ. এন. চি. পঞ্জীয়ন কেন্দ্ৰৰ পঞ্জীয়ন
২. পৰীক্ষাৰ পূৰ্বে পৰামৰ্শ প্ৰদান কৰা ক্লায়েণ্টৰ সংখ্যা	সুনিশ্চিত বাকচত মাহ এটাত পৰীক্ষাৰ পূৰ্বে পৰামৰ্শ আগবঢ়োৱা মুঠ গৰ্ভৱতী মহিলাৰ সংখ্যাক উল্লেখ কৰিব। উদাহৰণ- যদিহে কেন্দ্ৰলৈ অহা ১০০গৰাকী গৰ্ভৱতী মহিলাৰ ভিতৰত ৮০গৰাকীক এই পৰামৰ্শ দিয়া হৈছে, তেন্তে নিৰ্দিষ্ট স্থানত '৮০' বুলি উল্লেখ কৰিব। একেদৰে তালিকাৰ আন বাকচ / খালী স্থানত পুৰুষ / মহিলা ভেদে ৰোগী শিতান অনুসৰি সংশ্লিষ্ট সংখ্যাৰ অন্তৰ্ভূক্ত কৰিব।	এফ.আই. চি. টি. চি. পঞ্জীয়ন স্তম্ভ-৭
৩. এইচ. আই. ভি পৰীক্ষা কৰোৱা ক্লায়েণ্টৰ সংখ্যা	ওপৰত লিখা সংখ্যাৰ ভিতৰত যিসকলক এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰা হৈছে তেওঁলোকৰ সংখ্যা। উদাহৰণ- যদিহে ৮০গৰাকী গৰ্ভৱতী মহিলাৰ ভিতৰত কেউগৰাকীকেই এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰা হৈছে, তেনে অৱস্থাত এই শিতানত '৮০' বুলি লিখিব। একেদৰে তালিকাৰ অন্য খালী বাকচবোৰ পূৰণ কৰিব।	এফ.আই. চি. টি. চি. পঞ্জীয়ন স্তম্ভ-৮
৪. পৰীক্ষাৰ পাছত পৰামৰ্শ দিয়া ক্লায়েণ্ট্ৰ সংখ্যা	ওপৰত উল্লেখ কৰা মুঠ ক্লায়েণ্টৰ ভিতৰত যিমান সংখ্যকক পৰীক্ষাৰ পাছত পৰামশ দিয়া হৈছে তেওঁলোকৰ মুঠ সংখ্যা।	এফ.আই. চি. টি. চি. পঞ্জীয়ন স্তম্ভ-১০

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
	যেনে- আশীগৰাকী গৰ্ভৱতী মহিলাক এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰথম পৰীক্ষণৰ অন্তত যদি পৰামৰ্শ দিয়া হৈছে তেন্তে তালিকাৰ এ. এন. চি.ৰ তলত থকা বাকচত ‘৮০’ লিখক। বাকীবোৰ স্থান একেদৰে পূৰণ কৰিব।	
৫. ক্লায়েণ্টৰ সংখ্যা যিসকলক এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰতিক্ৰিয়াশীল বুলি ১ম পৰীক্ষাৰ অন্তত ধৰা পেলোৱা হৈছে।	মাহটোৰ ভিতৰত যিসকল ক্লায়েণ্টক এইচ. আই. ভি.ৰ পৰীক্ষা কৰোতে প্ৰতিক্ৰিয়াশী হিচাপে পোৱা গৈছে তেওঁলোকৰ মুঠ সংখ্যাক নিৰ্দিষ্ট বাকচত লিখিব। উদাহৰণ স্বৰূপে এ. এন. চি. শিতানত পঞ্জীয়নভুক্ত মুঠ গৰ্ভৱতী মহিলাৰ যদি ১০গৰাকী এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰতিক্ৰিয়া প্ৰাকশ কৰে, তেন্তে অকল ‘১০’ বুলি লিখিব। বাকীবোৰ শিতানত পুৰুষ / মহিলা / ৰোগ আদিৰ আধাৰত একেদৰে অন্তৰ্ভূক্তি কৰিব।	এফ.আই. চি. টি. চি. পঞ্জীয়ন স্তম্ভ-৯
২. সংযোগ আৰু প্ৰেৰণ প্ৰক্ৰিয়া		
প্ৰেৰণৰ প্ৰসংগত		
সূচক	**তথ্যৰ সংজ্ঞা**	**তথ্যৰ উৎস**
১. অ’. বি. জি. / জি. ৱাই. এন. (এ এন. চি.)	এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণৰ বাবে মাহটোৰ ভিতৰত অবচ্‌টেট্ৰিকচ্‌ আৰু গাইন’ক’ল’জী বিভাগ বা চিকিৎসা বিষয়াৰ দ্বাৰা প্ৰেৰিত এ. এন. চি. ঘটনাবোৰৰ মুঠ অন্তৰ্ভূক্তিৰ সংখ্যা লিপিবদ্ধ কৰক।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ২
২. বেচৰকাৰী সংস্থাৰ সহায়	‘টাৰ্গেটেড ইণ্টাৰভেনচ’ন প্ৰজেক্ট’ৰ অধীনস্থ বেচৰকাৰী সংস্থাই প্ৰেৰণ কৰা যিসকল ব্যক্তি	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ২

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
সম্পৰ্কে টাৰ্গেটেড্ ইণ্টাৰ-ভেনচল প্ৰজেক্ট)	এইচ আই ভি পৰীক্ষণৰ বাবে আহিছে তেওঁলোকৰ মুঠ সংখ্যা লিখিব।	
৩. সংযোগ স্থাপক কৰ্মী	'লিংক ৱৰ্কাৰ স্কীম্'ৰ অধীনত সংযোগ স্থাপক কৰ্মীসকলে কৰ্মীসকলে প্ৰেৰণ কৰা যিসকল ব্যক্তিয়ে এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণৰ বাবে আহিছে তেওঁলোকৰ মুঠ সংখ্যা লিখিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ২
৪. আৰ. এন. টি. চি. পি.	'ৰিভাইচড্ নেশ্ব'নেল টি-বি কণ্ট্ৰ'ল প্ৰগাম'ৰ (এম. অ' /এচ টি এচ / এচ টি এল এচ ইত্যাদি) অধীনত কৰ্মৰত লোকসকলে এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰা যিসকল লোক মাহটোৰ ভিতৰত পৰীক্ষণৰ বাবে আহিছে তেওঁলোকৰ মুঠ সংখ্যা অন্তৰ্ভূক্ত কৰিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ২
৫. এচ. টি. আই. ক্লিনিক	মাহটোৰ ভিতৰত এচ. টি. আই. ক্লিনিক বা স্বাস্থ্য বিষয়াৰ দ্বাৰা প্ৰেৰিত মুঠ এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণত বহা লোকৰ সংখ্যা অন্তৰ্ভূক্ত কৰিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ২
৬. অন্য	অন্য যিকোনো উৎসৰ পৰা প্ৰেৰিত হৈ মাহটোৰ ভিতৰত এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণত বহা লোকসকলৰ মুঠ সংখ্যা অন্তৰ্ভূক্ত কৰিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ২
নিশ্চিতকৰণৰ বাবে আই. চি. টি. চি. কেন্দ্ৰলৈ প্ৰেৰণ প্ৰসংগত ঃ		
সূচক	**তথ্যৰ সংজ্ঞা**	**তথ্যৰ উৎস**
১. অ'.বি.জি. /জি. ৱাই. এন.	অ.বি.জি./ জি. ৱাই. এন. (এ. এন. চি.) বা স্বাস্থ্য বিষয়াই প্ৰেৰণ কৰা যিসকল	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ১১

(এ. এন. চি.)	ব্যক্তিৰ গাত এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰথম পৰীক্ষাত প্ৰতিক্ৰিয়াশীল হিচাপে ফলাফল পোৱা গৈছে আৰু যাক মাহাটোৰ ভিতৰত নিশ্চিতকৰণৰ পৰীক্ষাৰ্থে আই. চি. টি. চি.লৈ প্ৰেৰণ কৰা হৈছে তেওঁলোকৰ মুঠ সংখ্যা লিখিব।	
২. বেচৰকাৰী সংস্থাৰ সহায় সম্পৰ্কে	‘টাৰ্গেটেড্ ইণ্টাৰভেনচন প্ৰগ্ৰামৰ অধীনত কৰ্মৰত বেচৰকাৰী সংস্থাবোৰৰ দ্বাৰা প্ৰেৰিত যিসকল ব্যক্তি এইচৰ ১ম পৰীক্ষাত প্ৰতিক্ৰিয়াশীল বুলি প্ৰমাণিত হৈছে তেওঁলোকৰ পুনৰনিশ্চিতিকৰণৰ বাবে মাহটোৰ ভিতৰত আই. চি. টি. চি.লৈ প্ৰেৰণ কৰাসকলৰ মুঠ সংখ্যা লিপিবদ্ধ কৰিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ১১
৩. সংযোগ স্থাপক কৰ্মী	‘লিংক্ ৱাকিং স্কীম্’ৰ অধীনত সংযোগস্থাপক কৰ্মীসকলৰ দ্বাৰা প্ৰেৰিত ব্যক্তিসকলৰ এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰ অন্তত প্ৰতিক্ৰিয়া দেখুওৱা বাবে মাহ এটাৰ ভিতৰত নিশ্চিতিকৰণৰ উদ্দেশ্যে আই. চি. টি. চি. লৈ পুনৰাই প্ৰেৰণ কৰা ব্যক্তি সকলৰ মুঠ সংখ্যাক লিপিবদ্ধ কৰিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ১১
৪. আৰ. এন. টি. চি. পি.	‘ৰিভাইচড্ নেশ্ব’নেল টি. বি. কণ্ট্ৰ’ল প্ৰগ্ৰাম’ৰ অধীনত কৰ্মৰত লোকসকলে প্ৰেৰণ কৰা যিবোৰ ব্যক্তিয়ে এইচ আই ভিৰ প্ৰথমবাৰৰ পৰীক্ষাত প্ৰতিক্ৰিয়াত্মক ফল দেখুৱায়, নিশ্চিতকৰণৰ বাবে মাহটোৰ ভিতৰত তেওঁলোকৰ কিমান আই. চি. টি. চি.লৈ প্ৰেৰণ কৰা হয় তাৰ মুঠ সংখ্যা লিপিবদ্ধ কৰিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ১১

৫. এচ. টি. আই. ক্লিনিক	মাহ এটাৰ ভিতৰত যিসকলক এচ. টি. আই. ক্লিনিক / স্বাস্থ্য বিষয়াই প্ৰেৰণৰ পাছত প্ৰথম এইচ আই ভি পৰীক্ষা কৰা হয়, তেওঁলোকৰ প্ৰতিক্ৰিয়াত্মক ফলাফল দেখুওৱাবোৰক নিশ্চিতকৰণৰ বাবে আই. চি. টি. চি.লৈ প্ৰেৰণ কৰা হয়। এনে পুনৰ প্ৰেৰিত লোকসকলৰ মাহ এটাত মুঠ সংখ্যাক লিপিবদ্ধ কৰক	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ১১
৬. অন্য	ওপৰত উল্লেখ কৰা উৎসবোৰৰ বাহিৰেও অন্য ব্যক্তিসকলে প্ৰথম এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাত প্ৰতিক্ৰিয়াত্মক ফলাফল দেখুৱাৰ পাছত নিশ্চিতকৰণৰ বাবে তেওঁলোকক পুনৰ আই চি. টি. চি. কেন্দ্ৰলৈ পঠিওৱা হয়। এনেদৰে পুনৰ প্ৰেৰিত ব্যক্তিৰ সংশ্লিষ্ট মাহটোৰ মুঠ সংখ্যাক লিপিবদ্ধ কৰিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ১১

৩. এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰ সংখ্যা সম্পৰ্কে (কিমানবাৰ এনে পৰীক্ষা কৰা হৈছে)

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
১. এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰথম পৰীক্ষা	অৱগত কৰণৰ মাহটোত সংঘটিত এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰথম পৰীক্ষণ কিট্‌ৰ নাম ৰখা ইয়াক প্ৰস্তুত কৰা আৰু সৰ্বোচ্চ ব্যৱহাৰোপযোগীতাৰ শেষ সময়, সংশ্লিষ্ট ব্যক্তি এজনে গ্ৰহণ কৰা পৰীক্ষাৰ সংখ্যা আৰু ব্যৱহৃত সামগ্ৰীত কিবা ক্ষয়-ক্ষতি থাকিলে তাৰ উল্লেখ কৰিব। ইয়াত ভঁৰালৰ আৰম্ভণি আৰু সামৰণিৰ বিতং তথ্য নথিভূক্ত কৰিব।	স্বাস্থ্য ব্যৱস্থা / কেন্দ্ৰৰ সামগ্ৰী তালিকাৰ পঞ্জীয়নবহী

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
২. সামগ্ৰীক তেজ-পৰীক্ষা	অৱগতকৰণৰ মাহটোত এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰথম পৰীক্ষাত ব্যৱহৃত কিট্, ইয়াৰ নিৰ্মাণ আৰু সৰ্বোচ্চ ব্যৱহাৰোপযোগীতাৰ শেষ সময়, সংশ্লিষ্ট ব্যক্তি এজনে গ্ৰহণ কৰা পৰীক্ষাৰ সংখ্যা আৰু ব্যৱহৃত সামগ্ৰীত কিবা ক্ষয়-ক্ষতি থাকিলে তাৰ বিতং উল্লেখ কৰিব। ইয়াত ভঁৰালৰ আৰম্ভণি আৰু সামৰণিৰ বিতং তথ্য নথিভূক্ত কৰিব।	ভঁৰাল সামৰণিৰ তালিকা পঞ্জীয়ন বহী

এফ.আই.চি.টি.চি. / পি.পি.পি. আই. চি. টি. চি. পঞ্জীয়ন বহীৰ তথ্যৰ সংজ্ঞা ঃ

এফ. আই. চি. টি. চি.ৰ নাম		পৰামৰ্শ / আলোচনা চলোৱা আৰু পৰীক্ষাৰ সেৱা প্ৰদানকাৰী স্বাস্থ্য সেৱা কেন্দ্ৰৰ নাম লিখিব
মাহ		নিৰ্ধাৰিত স্থানত চলিত মাহটোৰ নাম লিখিব
বৰ্ষ		নিৰ্ধাৰিত স্থানত চলিত বছৰটোৰ নাম লিখিব
স্তম্ভ নং		
১.	ক্ৰমিক নং	এই নম্বৰটো আই. চি. টি. চি.লৈ পৰামৰ্শ আৰু পৰীক্ষণৰ বাবে অহা ব্যক্তিসকলক প্ৰদান কৰা হয়। ১ৰ পৰা এনে নম্বৰ দিয়া উচিত।
২.	প্ৰেৰণৰ ফৰ্ম	আপোনাৰ স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰলৈ সংশ্লিষ্ট ব্যক্তি এজনক প্ৰেৰণ কৰা উৎসৰ বিষয়ে স্পষ্টকৈ উল্লেখ কৰিব।
৩.	সম্পূৰ্ণ নাম	ক্লায়েণ্ট / পৰীক্ষাৰ বাবে অহা ব্যক্তিৰ নাম সম্পূৰ্ণকৈ লিখিব।
৪.	যোগাযোগৰ নম্বৰৰ সৈতে সম্পূৰ্ণ ঠিকনা	তালুকা / ব্লক / পিন আদিক সামৰি ক্লায়েণ্টৰ সম্পূৰ্ণ ঠিকনা আৰু যোগাযোগৰ ফোন নম্বৰ লিখিব।
৫.	বয়সৰ উল্লেখ (বছৰত)	ক্লায়েণ্টৰ বয়সক বছৰত উল্লেখ কৰিব।
৬.	লিংগ ঃ পুৰুষ /মহিলা, টি. এচ /টি. জি.	ক্লায়েণ্টৰ লিংগ (পুৰুষ / মহিলা / উভয়লিংগ কিম্বা লিংগ পৰিৱৰ্তনকাৰী) স্পষ্টকৈ লিখিব।

৭.	পৰীক্ষাৰ পূৰ্বে দিয়া পৰামৰ্শ (হয়/ নহয়)	যদিহে এইচ. আই. ভি.ৰ পৰীক্ষা তথা আনুসাংগিক তথ্যৰ বিষয়ে আগবাঢ়ি অহা ক্লাইণ্টক আগতীয়াকৈ জনোৱা হৈছে- তেন্তে ‘হয়’ আৰু তাৰ অন্যথাই ‘নহয়’ বুলি উল্লেখ কৰিব।
৮.	এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণৰ তাৰিখ (দিন /মাহ /বৰ্ষ)	এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা সম্পন্ন কৰা দিনটোৰ তাৰিখ সঠিককৈ (দিন /মাহ /বৰ্ষৰ নমুনা মতে) লিখিব।
৯.	এইচ আই. ভি. পৰীক্ষাৰ ফলাফল (প্ৰতিক্ৰিয়ামূলক /প্ৰতিক্ৰিয়াহীন)	ইয়াত সম্পন্ন কৰা এইচ. আই. ভি.ৰ ফলাফল প্ৰতিক্ৰিয়ামূলক বা প্ৰতিক্ৰিয়াহীন বুলি লিখিব।
১০.	পৰীক্ষাৰ পাছৰ পৰামৰ্শ (হয় /নহয়)	পৰীক্ষাৰ পাছত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰান্তীয় সাম্ভাব্য ফলাফল গ্ৰহণ কৰিব পৰাকৈ ব্যক্তি এগৰাকীক পৰামৰ্শ দিয়া হয়। যদিহে পৰীক্ষাৰ পাছত এনে পৰামৰ্শ মানুহ এজনক দিয়া হৈছে তেন্তে ‘হয়’ লিখিব। অন্যথাই ‘নহয়’ লিখিব।
১১.	‘ষ্টেণ্ড এল’ন আই. চি. টি. চি. লৈ নিশ্চিত কৰাৰ বাবে প্ৰেৰণ (হয় / নহয়)	যদিহে প্ৰথম পৰীক্ষাত ক্লায়েণ্টক এইচ আই ভিৰ প্ৰতিক্ৰিয়াশীল ৰূপত পোৱা যায়, তেন্তে তেওঁক ফলাফল নিশ্চিতকৰণৰ বাবে আই. চি. টি. চি. কেন্দ্ৰলৈ প্ৰেৰণ কৰিব লাগে। যদিহে প্ৰেৰণ কৰা হয় তেন্তে ‘হয়’ আৰু অন্যথাই ‘নহয়’ লিখিব। যদিহে পঠোৱা হয়, সংশ্লিষ্ট আই. চি. টি. চি.ৰ নাম উল্লেখ কৰিব। একেদৰে মন্তব্যৰ শিতানত নপঠোৱাৰ সিদ্ধান্ত সম্পৰ্কে উল্লেখ কৰিব।
১২.	মন্তব্য	ওপৰৰ শিতানবোৰে সামৰি নোলোৱা / বৈ যোৱা যিকোনো তথ্য ইয়াত উল্লেখ কৰিব।

এফ আই চি টি চি ক'ড							
মাহেকীয়া অৱগতকৰণৰ নমুনা ঃ সুবিধা সমৃদ্ধ / পিপিপি আই চি টি চি							
খণ্ড (ক) চিনাক্তকৰণ							
১. কেন্দ্ৰৰ নাম ঃ						এফ আই চি টি চিৰ প্ৰকাৰ	
২. ঠিকনা ঃ							
পিন ক'ড		ব্লক / মণ্ডল / তালুকা		জিলা		ৰাজ্য	
৩. অৱগতকৰণৰ সময়	মাহ			বৰ্ষ			
৪. দায়িত্বত থকা বিষয়াৰ নাম (এফ আই চি টি চি)							
৫. যোগাযোগৰ নম্বৰ (ফোন)							
৬. ই-মেইল ঠিকনা							
৭. এফ আই চি টি চিৰ স্থান							

খণ্ড (খ) প্ৰাথমিক সূচক

১. মাহটোৰ ভিতৰত হোৱা অগ্ৰগতি

	গৰ্ভৱতী মহিলা			সাধাৰণ ক্লায়েণ্ট			
	এ এন চি	প্ৰসৱৰ সময়ত	মুঠ	পুৰুষ	মহিলা	টি এচ /টি জি	মুঠ
১. মাহটোত পঞ্জীয়নভূক্ত মুঠ এ. এন. চি. ক্লায়েণ্ট							
২. পৰীক্ষণৰ পূৰ্বে পৰামৰ্শ পোৱা মুঠ ক্লায়েণ্ট							
৩. এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰোৱা মুঠ ক্লায়েণ্ট							
৪. পৰীক্ষা কৰোৱাৰ পাছত পৰামৰ্শপ্ৰাপ্ত মুঠ ক্লায়েণ্টৰ সংখ্যা							
৫. প্ৰথম পৰীক্ষাৰ পাছত এইচ আই ভি প্ৰতিক্ৰিয়াশীল হিচাপে পোৱা মুঠ ক্লায়েণ্টৰ সংখ্যা							
৬. চিফিলিচৰ পৰীক্ষা কৰোৱা মুঠ এ. এন. চি. ক্লায়েণ্টৰ সংখ্যা (ভিডিআৰএল /আৰ পি আৰ পৰীক্ষা)							
৭. চিফিলিচৰ প্ৰতিক্ৰিয়াত্মক হিচাপে পোৱা মুঠ এ এন চি ক্লায়েণ্টৰ সংখ্যা							

২. সংযোগ আৰু প্ৰেৰণ

বিভাগ / সংস্থা	প্ৰেৰিত হৈ অহা	নিশ্চিতকৰণৰ বাবে ষ্টেণ্ড এলন আই চি টি চিলৈ প্ৰেৰণ
১. অ' বি জি / জি ৱাই এন (এ এন চি)		
২. (টাৰ্গেট ইণ্টাৰভেনচন) বেচৰকাৰী সংস্থাৰ দ্বাৰা প্ৰেৰিত		
৩. সংযোগ স্থাপক কৰ্মী		
৪. আৰ এন টি চি পি		
৫. এচ. টি. আই. ক্লিনিক		
৬. অন্য		

এইচ. আই. ভি. কিটচ ভৰালৰ অৱস্থা (পৰীক্ষাৰ সংখ্যা)

ল'বলগীয়া পৰীক্ষা	কিটৰ নাম	উৎপাদন গোটৰ সংখ্যা	শেষ ম্যাদ	ভৰালৰ আৰম্ভণি	গ্ৰহণ কৰা হ'ল	পৰীক্ষণ কৰা হ'ল	নিয়ন্ত্ৰণ	নষ্ট হোৱা	ভৰালৰ শেষ	আকাংক্ষিত গুণাগুণ
১. এইচ আই ভিৰ প্ৰথম পৰীক্ষা										
২. সামগ্ৰীক তেজ পৰীক্ষা										

খণ্ড (গ) এচ. টি. আই. / আৰ টি. আই. মাহেকীয়া সূচক			
	পুৰুষ	মহিলা	মুঠ
১.বিভিন্ন এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. ৰোগৰ সন্ধানত পৰীক্ষা কৰা ৰোগীৰ মুঠ সংখ্যা			
২. এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. ৰোগীৰ চিফিলিচৰ সন্ধান পৰীক্ষণ কৰাসকলৰ সংখ্যা			
৩. চিফিলিচ প্ৰতিক্ৰিয়ামূলক লোকৰ মুঠ সংখ্যা			
৪. প্ৰয়োজনীয় এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. ঔষধ (আছে / নাই)			

ভাৰপ্ৰাপ্ত বিষয়াৰ চহী	
তাৰিখ	

সুবিধা সমৃদ্ধ / সমন্বিত স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰ / পি. পি. পি. আই. চি. টি. চি.ৰ পঞ্জীয়ন প্ৰ-পত্ৰ

স্বাস্থ্য সেৱা ব্যৱস্থা / কেন্দ্ৰৰ নাম ঃ								মাহ		বৰ্ষ	
ক্ৰমিক নং		সম্পূৰ্ণ নাম	ফোন নম্বৰৰ সৈতে যোগাযোগৰ সম্পূৰ্ণ ঠিকনা	বয়স (বছৰত)	লিংগ পুৰুষ / মহিলা, টি.এচ / টি. জি.	পৰীক্ষাৰ পূৰ্বে পৰামৰ্শ (হয় / নহয়)	এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰ তাৰিখ (দিন / মাহ / বৰ্ষ)	এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰ ফলাফল (প্ৰতিক্ৰিয়ামূলক / প্ৰতিক্ৰিয়াহীন)	পৰীক্ষাৰ পাছৰ পৰামৰ্শ (হয় / নহয়)	নিশ্চিতকৰণৰ বাবে 'ষ্টেণ্ড এল'ন আই. চি. টি. চি.লৈ প্ৰেৰণ (হয় / নহয়)	মন্তব্য
(১)	(২)	(৩)	(৪)	(৫)	(৬)	(৭)	(৮)	(৯)	(১০)	(১১)	(১২)

অধ্যায় - ৯

যৌনক্ৰিয়াৰে বিয়পা সংক্ৰমণ (এচ. টি. আই.)

অধ্যায়টোৰ উদ্দেশ্য ঃ

- আমাৰ দেশত এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ সমস্যাই কি পৰ্যায় পাইছে তথা এই বিষয়ে অধিক জ্ঞান আৰু সজাগতা আহৰণ।
- সাধাৰণ এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ক সময়োচিত চিকিৎসা প্ৰদান নকৰিলে সৃষ্টি হ'ব পৰা গুৰুতৰ জটিলতা আৰু স্বাস্থ্যৰ ওপৰত সুদীৰ্ঘকাল ইয়াৰ ফলত পৰিব পৰা প্ৰভাৱ তথা প্ৰজনন ব্যৱস্থাত হ'ব পৰা ক্ষতি সম্পৰ্কে উপলব্ধি কৰোৱা।
- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ ব্যৱস্থাপনা সম্পৰ্কে সজাগতা বৃদ্ধি কৰা
- বিপদৰ সম্ভাৱনীয়তাক অনুধাবন কৰাৰ ক্ষেত্ৰত সমৰ্থবান কৰাৰ লগতে ৰোগীক চিকিৎসা কিম্বা ৰোগ অনুসন্ধানৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰেৰণৰ পৰ্যায়বোৰৰ বিষয়ে অৱগত কৰা।
- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. ক্লায়েন্তসকলক সফলভাৱে ৰোগৰ প্ৰতিৰোধ আৰু চিকিৎসা প্ৰদানৰ শিভিত কৰা আৰু পৰামৰ্শ দিয়া।
- আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ সঙ্গীৰ চিকিৎসা সম্পৰ্কে আৰু প্ৰতিৰোধমূলক ব্যৱস্থাৰ বিষয়ে অৱগত কৰা।
- যৌনক্ৰিয়াৰে বিয়পা সংক্ৰমণ বাধা দিয়া আৰু ৰাজহুৱা সজাগতা বৃদ্ধিৰ ক্ষেত্ৰত পালন কৰিবলগীয়া ভূমিকাৰ বিষয়ে উপলব্ধি কৰোৱা।

যৌনক্ৰিয়াৰে বিয়পা সংক্ৰমণ (এচ. টি. আই.) / প্ৰজনন অংগত হোৱা সংক্ৰমণ (আৰ. টি. আই.) মানে কি বুজা?

যিবোৰ সংক্ৰমণ বেক্টেৰিয়া, ভাইৰাচ্ বা প্ৰট'জ'ৱাৰ দ্বাৰা সৃষ্টি হয় আৰু এজন ব্যক্তিৰ পৰা আন এজনৰ গালৈ যৌনক্ৰিয়াৰে বিয়পে, সেইবোৰকেই "যৌনক্ৰিয়াৰে বিয়পা সংক্ৰমণ (এচ. টি. আই.) বুলি কোৱা হয়। যৌনক্ৰিয়াৰে বিয়পা জীৱাণুবোৰ কেতিয়াবা যৌনক্ৰিয়া সংঘটিত নহ'লেও বিয়পিব পাৰে।

প্ৰজননৰ বাবে দায়বদ্ধ অংগত হ'ব পৰা যিকোনো সংক্ৰমণকেই "প্ৰজনন অংগত হোৱা সংক্ৰমণ (আৰ. টি. আই.)" বুলি কোৱা হয়। মহলিাৰ ক্ষেত্ৰত যৌনাঙ্গৰ বৰ্হিভাগ, যোনী, কাৰ্ভিক্স, জৰায়ু আৰু আনুসাঙ্গিক প্ৰজনন অংগবোৰত এনে সংক্ৰমণ হ'ব পাৰে। পুৰুষৰ ক্ষেত্ৰত লিঙ্গ, অণ্ডাশয়, স্কৰ্টাম্ বা প্ৰষ্টেট্ড এনে সংক্ৰমণ হোৱা দেখা যায়।

এচ. টি. ভি. বনাম এচ. টি. আই. ঃ

ঐতিহাসিকভাৱে বিশ্লেষণ কৰিলে দেখা যায় যে যৌন সংসৰ্গৰ ফলশ্ৰুতিত সৃষ্টি হ'ব পৰা ৰোগ বা

সংক্ৰমণ বুজাবলৈ ব্যৱহাৰ কৰা নামবাচক শব্দবোৰৰ লগত সামাজিক বৈষম্যমূলক আচৰণ আৰু তথাকথিত নৈতিক বিচাৰবোধ জড়িত হৈ থাকে। গতিকে চিকিৎসাৰ লগত জড়িত পেচাদাৰী ব্যক্তি তথা স্বাস্থ্যসেৱা খণ্ডৰ বিশেষজ্ঞসকলে অতি ৰুচিপূৰ্ণ, সংযত অথচ কাৰিকৰী দিশত অৰ্থপূৰ্ণ নামবাচক শব্দ ব্যৱহাৰৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিবলৈ ধৰে। এনে প্ৰক্ৰিয়াৰ ফলস্বৰূপে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা বা WHO ৰ দ্বাৰা কেতবোৰ নামবাচক শব্দক স্বীকৃত আৰু মানদণ্ড সম্পন্ন ৰূপত ব্যৱহাৰৰ সিদ্ধান্ত লোৱা হয়। "এচ. টি. আই. (STI) এনে প্ৰক্ৰিয়াতেই WHO ৰ দ্বাৰা স্বীকৃতি পাই কাৰ্যক্ষেত্ৰত ব্যৱহাৰ হ'বলৈ ধৰে।

এচ. টি. আই. আৰু এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ ঃ

এইড্‌ছ সৃষ্টিকাৰী এইচ. আই. ভি. হৈছে এক এচ. টি. আই. ভাইৰাচ আৰু বিশ্বৰ বহুদেশত অসংখ্য ব্যক্তিৰ ই এক মৃত্যুদূত হিচাপে বিবেচিত হৈছে। অন্য এচ. টি. আই. সংক্ৰমণবোৰৰ দৰেই এইচ. আই. ভি.য়ে একে পদ্ধতি মানি চলে। গতিকে, যেতিয়াই এগৰাকী ব্যক্তি এচ. টি. আই.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হয়, তেতিয়াই তেওঁ এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হোৱাৰ সম্ভাৱণা থাকে। প্ৰজনন অংগৰ ৰোগত আক্ৰান্ত লোকসকলক যথোচিত চিকিৎসা প্ৰদানৰ প্ৰয়োজনীয়তাৰ খাতিৰতেই ভিন্ন প্ৰসংগত ব্যৱহৃত নামবাচক শব্দবোৰৰ মাজত থকা পাৰ্থক্যক বুজি পোৱাৰ প্ৰাসংগিকতা আহি পৰে।

বিভিন্ন অধ্যয়নৰ জৰিয়তে গম পোৱা গৈছে যে এইচ. আই. ভি. আৰু অন্য এচ. টি. আই.বোৰৰ প্ৰসাৰণ প্ৰক্ৰিয়া পৰস্পৰৰ সৈতে জড়িত। এচ. টি. আই.বোৰক এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ সহযোগী কাৰক হিচাপে ইতিমধ্যেই চিনাক্ত কৰা হৈছে আৰু বিপৰীত লিংগৰ সৈতে ব্যক্তি এগৰাকীৰ নিবিড় সম্পৰ্কই বা তেনে আচৰণে এইচ. আই. ভি. (৯০%) আৰু অন্য যিকোনো যৌনক্ৰিয়াৰে বিয়পিব পৰা সংক্ৰমণত তেওঁক আক্ৰান্ত হোৱাৰ প্ৰবল সম্ভাৱণা সৃষ্টি কৰে। এচ. টি. আই.ত আক্ৰান্ত হৈ থকা ব্যক্তি এজনে আন এজন এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত সংগীৰ পৰা পাছৰ ৰোগবিধৰ বলি হোৱাৰ সম্ভাৱণা অতি উচ্চ। একেদৰে এইচ. আই. ভি. আৰু অন্য এচ. টি. আই.ত আক্ৰান্ত ব্যক্তি এজনৰ গাৰ পৰা আন এজন নিৰোগী ব্যক্তিৰ শৰীৰলৈ এইচ. আই. ভি. অতি সহজে সংক্ৰমিত হ'ব পাৰে।

উদাহৰণ স্বৰূপে, চেনক্ৰইড, চ্লামাইদিয়া, গণ'ৰিয়া, চিফিলিচ বা ট্ৰাইক'ম'নাচ্ সংক্ৰমণত আক্ৰান্ত ব্যক্তি এজনৰ গাত এনেবোৰ এচ. টি. আই.ত আক্ৰান্ত নোহোৱা সংগী এজনৰ পৰা সহজে এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত হ'ব পাৰে।

এক ঘাঁ হোৱা এচ. টি. আই. (যেনে- যৌনাঙ্গৰ হাৰ্প, চিফিলিচ বা চেনক্ৰ'ইড্)ত আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ পৰা ঘাঁ নোহোৱা এচ. টি. আই. (যেনে- গণ'ৰিয়া, চে্লমাইডিয়া)ত আক্ৰান্ত লোক এজনতকৈ অতি সহজে এইচ. আই. ভি. বিয়পিব পাৰে। কিয়নো, ঘাঁহোৱা যৌনাংগৰ পৰা অতি সহজে এইচ. আই. ভি. বিয়পিব পাৰে। কিন্তু ঘাঁ-নোহোৱা এচ. টি. আই.বোৰেও এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ বিয়পোৱাৰ ক্ষেত্ৰত বিপদৰ সম্ভাৱণা

বৃদ্ধি কৰিব পাৰে। কিয়নো, ইয়াৰ জৰিয়তে প্ৰজনন অংগত পৰিবাহিত তেজৰ শ্বেত ৰক্তকণিকাৰ সংখ্যা বাঢ়িবলৈ ধৰে (যিবোৰত এইচ. আই. ভি.ক সংস্থাপনৰ স্থান নিহিত হৈ থাকে।) যিহেতু যৌনাংগৰ জ্বলন পোৰণ বা খজুৰতিৰ ফলত ক্ষতস্থান বা ঘাঁৰ সৃষ্টি হ'ব পাৰে, গতিকে ইয়াৰ দ্বাৰা দেহত এইচ. আই. ভি. জীৱাণু প্ৰৱেশৰ সহজ পথ নিৰ্মাণ হৈ পৰে।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সংক্ৰমণৰ পথ ঃ

ইতিপূৰ্বে আলোচনা কৰিছো যে বেক্টেৰিয়া, ভাইৰাচ বা প্ৰট'জ'ৱাৰ দ্বাৰা যৌন সংসৰ্গৰে এজন ব্যক্তিৰ গাত সৃষ্টি হোৱা এচ. টি. আই. আন এজনলৈ বিয়পিব পাৰে। আনহাতে, আৰ. টি. আই.বোৰ যৌন ক্ৰিয়াৰে নিবিয়পে আৰু মূলতঃ কিছুমান সাধাৰণ অনুজীৱৰ মাজত সৃষ্টি হোৱা বিসংগতিৰ দ্বাৰা দেহত সৃষ্টি হয়। এই অনুজীৱবোৰ সাধাৰণভাৱে প্ৰজনন অংগতেই থাকে। অসুৰক্ষিত তথা অস্বাভাৱিক যৌন ক্ৰিয়া, অপৰিস্কাৰ চিকিৎসা প্ৰক্ৰিয়া যেনে- অসুৰক্ষিত জন্ম বা গৰ্ভপাত আদিৰ ফলত এনে এচ. টি. আই. হ'ব পাৰে। প্ৰথম প্ৰক্ৰিয়াৰে হোৱাবোৰক "এন্ড'জেনা চ্ সংক্ৰমণ' আৰু পাছৰবোৰক 'লেট্ৰ'জেনিক্ সংক্ৰমণ' বুলি কোৱা হয়।

পুৰুষৰ ক্ষেত্ৰত 'এণ্ড'জেনাচ্' আৰু 'লেট্ৰ'জেনিক' সংক্ৰমণতকৈ এচ. টি. আই.ৰ প্ৰাদুৰ্ভাৱহে অধিক। আনহাতে মহিলাৰ ক্ষেত্ৰত যৌনক্ৰিয়াৰে বিয়পা ৰোগ আৰু বেক্টেৰিয়া ফাঙ্গিৰে প্ৰদূষিত যোনী-শ্ৰাৱ, জন্ম-গৰ্ভপাত আদিত অস্বাস্থ্যকৰভাৱে চিকিৎসাপ্ৰাপ্তি অসুৰক্ষিত যৌন ক্ৰিয়া আদিৰ ফলত সৃষ্ট সংক্ৰমণকেই আৰ. টি. আই.ৰ অন্তৰ্গত হিচাপে পোৱা যায়। কিছুমান আৰ. টি. আই.ক এণ্টিবায়'টিক বা অন্য ঔষধ ব্যৱহাৰেৰে সহজে আৰোগ্য কৰিব পাৰি। এইড্‌ছ সৃষ্টিকাৰী এইচ. আই. ভি. হৈছে এবিধ এচ. টি. আই. ভাইৰাচ যি বহুদেশত অসংখ্য ব্যক্তিৰ মৃত্যুৰ কাৰণ হিচাপে চিহ্নিত হৈছে। প্ৰজনন অংগত ৰোগ তথা সংক্ৰমণ হোৱা লোকসকললৈ চিকিৎসা আৰু যথোচিত শুশ্ৰূষা প্ৰদানৰ প্ৰয়োজনীয়তাতেই এনে ৰোগ, সংক্ৰমণ আদিৰ প্ৰকাৰভেদ তথা বৈশিষ্ট্যবোৰ সঠিককৈ জনাৰ প্ৰয়োজনীয়তা আহি পৰে।

আৰ. টি. আই. / এচ. টি. আই. আৰু এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ

আৰ.টি.আই.ৰ সৃষ্টিত সম্ভাৱণা বৃদ্ধিকাৰী কাৰকবোৰ

- বেয়া স্বাস্থ্যসেৱা
- যৌনাঙ্গৰ নিম্নমানৰ পৰিচন্নতা
- মাহেকীয়া সংক্ৰান্তীয় পৰিচন্নতাৰ নিম্ন মান
- মহিলাৰ প্ৰসৱ, গৰ্ভপাত আৰু আই. ইউ. চি. ডি. দেহত সংস্থাপনৰ ক্ষেত্ৰত অপৰিচন্নতা-অস্বাস্থ্যকৰ অৱস্থাত আগবঢ়োৱা চিকিৎসা সেৱা।

এচ. টি. আই. সৃষ্টিত সম্ভাৱনা বৃদ্ধিকাৰী কাৰকবোৰ ঃ

- অসুৰক্ষিত যৌন সম্পৰ্ক

- বহুসংখ্যক যৌনসংগী
- যৌনাংগত ঘাঁ থকা কিম্বা বিসংগতিপূৰ্ণ যৌন ৰস ওলোৱা সঙ্গীৰ সৈতে সম্পৰ্ক স্থাপন
- পূৰ্বৰ বছৰবোৰত এচ. টি. আই.ত আক্ৰান্ত হোৱাৰ ঘটনা।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ত আক্ৰান্ত মহিলাৰ প্ৰতি অধিক যতন লোৱাৰ প্ৰয়োজনীয়তা সন্দৰ্ভত ঃ

যদিও এচ. টি. আই.ত পুৰুষ-মহিলা উভয়েই আক্ৰান্ত হ'ব পাৰে, তথাপি মহিলাসকল সহজে ইয়াৰ চিকাৰত পৰিণত হয়। কিন্তু মহিলাসকলে বিভিন্ন কাৰণত স্বতঃস্ফূৰ্তভাৱে চিকিৎসাৰ কাৰণে ওলাই অহা দেখা নাযায়। ইয়াৰ ফলশ্ৰুতিত সন্তানহীনতা / অনুৰ্বৰতা, এক্‌ট'পিক্ গৰ্ভধাৰণ, তলপেটৰ জ্বলন তথা বেদনাদায়ক ৰোগ, সন্তানৰ গালৈ ৰোগ বিয়পোৱা আদিৰ দৰে ঘটনা সংঘটিত হয়।

বিপদজনক গোটবোৰ ঃ

প্ৰতিটো সম্প্ৰদায়তেই এনে কেতবোৰ ব্যক্তি থাকে যিসকল অতি সহজে এচ. টি. আই.ত আক্ৰান্ত হ'ব পাৰে। সম্প্ৰদায় অনুসৰি এইক্ষেত্ৰত হয়তো বৰ্ণাধ্যতা থাকিব পাৰে। তৎস্বত্বেও নিম্নোক্ত গোটসমূহৰ অন্তৰ্গত সদস্যসকলক এচ. টি. আই.ৰ সহজ চিকাৰ বুলি ক'ব পাৰি—

- যৌন অভ্যাসত অভ্যস্ত হৈ পৰা কিশোৰ-কিশোৰীবোৰ, যিসকলে অসুৰক্ষিতভাৱে যৌনক্ৰিয়া কৰে।
- পুৰুষ আৰু নাৰী যৌন কৰ্মীবোৰ তথা তেওঁলোকৰ গ্ৰাহক-গ্ৰাহিকাসকল।
- কৰ্মসূত্ৰে যিসকলে পৰিয়াল অথবা নিয়মিত / স্বাভাৱিক যৌনসংগীৰ পৰা দূৰৈত থাকিবলগীয়া হয়।
- ধন আহৰণৰ উদ্দেশ্যে বিভিন্ন সংগীৰে যৌনক্ৰিয়া কৰা মহিলা
- পুৰুষ কিম্বা নপুংসকৰ সৈতে যৌনক্ৰিয়া কৰা সমকামী পুৰুষ
- পথৰ অঘৰী ল'ৰা-ছোৱালী, কাৰাগাৰৰ বন্দী আদি

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আইয়ে মহিলাসকলৰ দেহৰ কত আক্ৰান্ত কৰিব পাৰে?

মহিলাৰ ক্ষেত্ৰত বাহ্যিক যৌনাংগ-যৌনী আৰু কাৰ্ভিক্সত হোৱা সংক্ৰমণক 'লৱাৰ ৰি-প্ৰডাক্টিভ্ ট্ৰেক্ট ইন্‌ফেক্‌চন' বা নিম্ন প্ৰজনাঙ্গত হোৱা সংক্ৰমণ বুলি নামকৰণ কৰা হয়। আনহাতে, ইউটেৰাচ, ফেল'পিয়ান নলী আৰু অভেৰিত হোৱা সংক্ৰমণক ''আপাৰ ৰি-প্ৰডাক্টিভ্ ট্ৰেক্ট ইনেফক্‌চন' বা উচ্চ ৰ প্ৰজননাঙ্গত হোৱা সংক্ৰমণ বুলি আখ্যা দিয়া হয়।

বাহ্যিক যৌনাংগত হোৱা সংক্ৰমণতকৈ অভ্যন্তৰৰ উচ্চ প্ৰজনানঙ্গৰ সংক্ৰমণক অধিক ভয়াৱহ বুলি গণ্য কৰা হয়। সেই অংগবোৰত হোৱা ৰোগ ধৰা পেলোৱাত যঠেষ্ট জটিলতা থাকে আৰু বহুসময়ত তেনেস্থানৰ সংক্ৰমণে কোনো লক্ষণ দেখা নিদিয়ে।

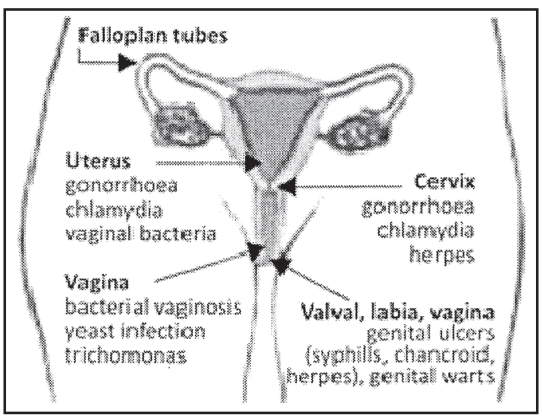
এচ. টি. আই. / আৰ টি. আই.য়ে পুৰুষসকলৰ দেহৰ কত আক্ৰান্ত কৰিব পাৰে?

পুৰুষসকলৰ ক্ষেত্ৰত সাধাৰণতে আৰ. টি. আই.ৰ সংক্ৰমণ আৰম্ভ হয় নিম্ন প্ৰজনানঙ্গত (যেনে- ইউৰেথা)। যদিহে সময়োচিত চিকিৎসা কৰা নহয়, তেন্তে শুক্ৰবাহী নলীৰে উচ্চ প্ৰজনানঙ্গত সংক্ৰমণ বিয়পিব পাৰে। ইয়াৰ ভিতৰত এপিডিডাইমিচ্ আৰু অণ্ডাশয়ৰ দৰে গুৰুত্বপূৰ্ণ অংগও অৰ্ন্তনিহিত হৈ আছে। ইয়াৰ ফলত প্ৰষ্টেটাইটিচ্ আৰু এপিডিডাইমিটিচ্‌ৰ দৰে গুৰুতৰ ৰোগ হ'ব পাৰে।

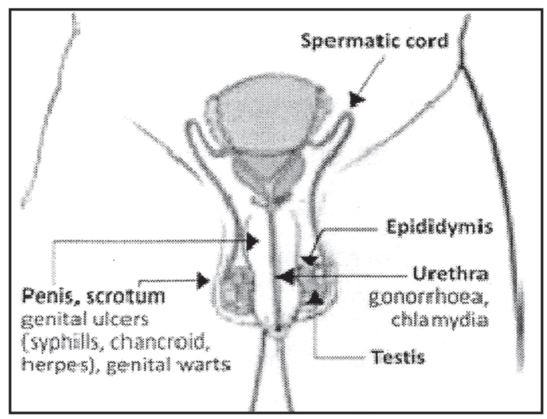
সাধাৰণতে পুৰুষৰ দেহত আৰ. টি. আই. হ'লে ইয়াক সহজে চিনাক্ত কৰি চিকিৎসা প্ৰদান কৰিব পৰা যায়। কিয়নো, পুৰুষৰ দেহত এনে সংক্ৰমণে চিনাক্তকৰণৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় লক্ষণ সাধাৰণতে প্ৰকাশ কৰে।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ত আক্ৰান্ত হ'ব পৰা পুৰুষ আৰু মহিলাৰ দেহৰ বিভিন্ন অংগসমূহৰ সচিত্ৰ বিৰৰণ ঃ

মহিলা



পুৰুষ



কেতবোৰ সাধাৰণতে হোৱা আৰ. টি. আই.- যিবোৰ সকলো ক্ষেত্ৰতে যৌনক্ৰিয়াৰে নিবিয়পিবও পাৰে ঃ

১) বেক্টেৰিয়েল ভেজিন'চিচ্ (বি.ভি.) ঃ মহিলাৰ যোনীৰ স্বাভাৱিক পৰিস্থিতিত বিসংগতি আৰু তাত অত্যাধিক মাত্ৰাত বেক্টেৰিয়াৰ বিকাশৰ ফলত এনে সংক্ৰমণ হয়।

২) ভেজিনেল ইয়েষ্ট্ ইনফেকচন ঃ যোনীৰ স্বাভাৱিক অৱস্থাৰ বিসংগতিৰ ফলত যেতিয়া ইয়েষ্ট্ অত্যাধিক মাত্ৰাত বৃদ্ধি পায়, তেনে অৱস্থাত এইবিধ সংক্ৰমণ সংঘটিত হ'ব পাৰে। কেনডিডা এলবিকেনচ্ হৈছে এনে এবিধ ক্ষতিকাৰক ইয়েষ্ট্।

আৰ. টি. আই.ৰ ক্ষেত্ৰত ইয়াৰ সংখ্যা বিছ বিধতকৈয়ো অধিক। এইবোৰৰ ভিতৰত সাধাৰণতে গুৰুতৰ বুলি তলত উল্লেখিতবোৰক গণ্য কৰিব পাৰি—

১) চিফিলিচ ঃ এইবিধ এচ. টি. আই. সংঘটিত হয় 'ট্রেপ'নেমা পেলিডাম্' নামৰ অণুজীৱৰ দ্বাৰা। আক্ৰান্তস্থানত প্ৰথমে ফোঁহাৰ সৃষ্টি কৰে যিবোৰ যথাসময়ত নিজে প্ৰশমিত হয়। কিন্তু যদিহে চিকিৎসা গ্ৰহণ কৰা নাযায়, তেন্তে জটিলতাৰ সৃষ্টি হ'ব পাৰে আৰু সময়ত মৃত্যুপৰ্যন্ত হ'ব পাৰে।

২) গণ'ৰিয়া ঃ 'নেইচেৰিয়া গণ'ৰিয়া' নামৰ অনুজীৱৰ দ্বাৰা পুৰুষ মহিলা নিৰ্বিশেষে এইবিধ সংক্ৰমণ হ'ব পাৰে। ইয়াৰ ফলত বন্ধ্যাত্বতাৰ সৃষ্টি হ'ব পাৰে। ইয়াৰ ফলত 'অফ্থেলমিয়া-নিঅ'নেট্ৰাম্' নামৰ ৰোগ হ'ব পাৰে।

৩) চ্লেমাইডিয়েল সংক্ৰমণ ঃ পুৰুষ-মহিলা উভয়েৰে গাত এই সংক্ৰমণ সংঘটিত হ'ব পাৰে। 'চ্লেমাইডিয়া-ট্ৰেচ'মেটিচ্" নামৰ অনুজীৱৰ দ্বাৰা সৃষ্টি হোৱা এইবিধ সংক্ৰমণে কেতিয়াবা কোনো লক্ষণ নেদেখুৱায়।

৪) ট্ৰিচ'ম'নাচ্ সংক্ৰমণ ঃ পুৰুষ-মহিলা উভয়েৰে গাত 'ট্ৰিচ'মনাচ-ভেজিনেলিচ্' নামৰ অনুজীৱবিধৰ দ্বাৰা এই সংক্ৰমণ হ'ব পাৰে। এই সংক্ৰমণেও কেতিয়াবা কোনো লক্ষণ প্ৰকাশ নকৰে।

৫) চেনক্ৰইড্ ঃ 'হেম'ফিলাচ্-ডুক্ৰেয়ি' নামৰ অনুজীৱৰ দ্বাৰা এই সংক্ৰমণ সংঘটিত হয়। কৰঙনৰ চুক ফুলি উঠাৰ লগতে যৌনাংগৰ আশে-পাশে বিষযুক্ত ঘাঁ সৃষ্টি হয়।

৬) জেনিটেল হাৰ্পচ্ ঃ 'হাৰ্পচ্ চিম্প্লেক্স' ভাইৰাচ্ৰ দ্বাৰা যৌনাংগৰ আশে-পাশে অতি বিষযুক্ত এক বিশেষ ধৰণৰ ঘাঁ সৃষ্টি হয়।

৭) জেনিটেল / কাৰ্ভিকেল ৱাৰ্ট্ ঃ এইবিধ এচ. টি. আই. 'হিউমেন পেপিল'মা' নামৰ ভাইৰাচ (এইচ. পি. ভি.)ৰ দ্বাৰা সৃষ্টি হয় যৌনাংগৰ আশে-পাশে। কোনো কোনো ক্ষেত্ৰত ইয়াৰ ফলত কাৰ্ভিকেল কেঞ্চাৰ সৃষ্টি হয়।

৮) এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ ঃ 'হিউমেন ইমিউন'ডেফি চিয়েঞ্চি ভাইৰাচ্) নামৰ অনুজীৱবিধে আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ দেহত ৰোগ প্ৰতিৰোধ সক্ষমতাক ভাঙি পেলায়।

৯) হেপাটাইটিচ-বি আৰু চি সংক্ৰমণ ঃ ভাইৰাচৰ এই সংক্ৰমণবিধে আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ যকৃতত ক্ষতি সাধন কৰে আৰু কেতিয়াবা একেবাৰে নষ্ট কৰি পেলায়।

১০) ডন'ভেন'চিচ্ ঃ এইবিধ এচ. টি. আই. হয় "কেলিমেট'বেক্টেৰিয়াম-গ্ৰেনোল'মেটিচ্" বা ক্লেইবচেল্লা গ্ৰেনোল'মেটিচ্'ৰ দ্বাৰা। ইয়াৰ ফলত সংক্ৰমণৰ স্থানত বিপদজনক ঘাঁ হ'ব পাৰে। ফলস্বৰূপে স্থায়ীক্ষত চিহ্ন তথা প্ৰজনাংগ ধ্বংস হ'ব পাৰে।

১১) লিম্ফ'গ্ৰেনোল'মা ভেনেৰিয়াম্ (এল. জি. ভি.) ঃ "চ্লেমাইডিয়া ট্ৰেচ'মেটিচ্"ৰেই উপ প্ৰজাতিৰ অনুজীৱৰ দ্বাৰা এই সংক্ৰমণ হয়। জ্বলা-পোৱাৰে সৈতে কৰঙণৰ চুক ফুলি উঠে আৰু ক্ষতস্থানৰ দাঁতিৰ পেশীবোৰ ধ্বংস হয়।

১২) মলোস্কাম্ কন্টাপিঅ'চাম্ ঃ এবিধ ভাইৰাচৰ দ্বাৰা সৃষ্টি হোৱা এই সংক্ৰমনৰ ফলত ছালৰ ৰোগ সৃষ্টি হয়। ইয়াৰ দ্বাৰা আনৰ গাৰ্লে সোঁচৰিব পৰা বেক্টেৰিয়াজনিত সংক্ৰমণো সংঘটিত হয়।

১৩) যৌনাংগত হোৱা স্কেবিচ্ ঃ পুৰুষ-মহিলা উভয়ৰে ক্ষেত্ৰত এইবিধ সংক্ৰমণ হোৱা দেখা যায় আৰু মূলতঃ কীটানু, 'চেৰ্কোপটিচ্ স্কেবি' ইয়াৰ বাবে দায়ী।

১৪) পিউবিক্ লাইচ্ ঃ পুৰুষ মহিলা উভয়ৰে গাত হোৱা এইবিধ সংক্ৰমণৰ বাবে 'ফথিৰুচ্ পিউবিচ্' নামৰ অনুজীৱ দায়ী।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ চিহ্ন বা লক্ষণসমূহ ঃ

তলৰ তালিকাত সচৰাচৰ হোৱা এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ সূচক হিচাপে গণ্য কৰিব পৰা লক্ষণসমূহ উল্লেখ কৰা হ'ল—

পুৰুষৰ ক্ষেত্ৰত ঃ

- প্ৰসাৰদ্বাৰেৰে নিৰ্গত হোৱা দ্ৰব্য ঃ চ্লেমাইডিয়া, গণ'ৰিয়া আৰু ট্ৰিচ'ম'নাচ সংক্ৰমণ।
- যৌনাংগত ঘাঁ ঃ টি. পেলিডোম্, এইচ ডুক্ৰেয়ি।
- যৌনাংগ ৰঙা পৰা / খজুৰতি ঃ চ্লেমাইডিয়া, গণ'ৰিয়া আৰু টিচ'ম'নাচ সংক্ৰমণ।
- ফুলা বা বিষযুক্ত অণ্ডাশয় ঃ চ্লেমাইডিয়া, গণ'ৰিয়া।

মহিলাৰ ক্ষেত্ৰত ঃ

- অস্বাভাৰিক স্ৰাৱ ঃ বি. ভি., চ্লেমাইডিয়া, গণ'ৰিয়া, ট্ৰিচ'ন'ম'নাচ সংক্ৰমণ, যোনীত ইয়েষ্ট সংক্ৰমণ।
- যৌনাংগত খজুৰতি ঃ বি. ভি., ট্ৰিচ'ন'ম'নাচ, যোনীত ইয়েষ্টৰ সংক্ৰমণ।
- অস্বাভাৰিক বা অত্যাধিক ৰক্তস্ৰাৱ ঃ চ্লেমাইডিয়া, গণৰিয়া (এচ. টি. আই.ৰ বাহিৰে অন্য কাৰকবোৰেও কেতিয়াবা এই লক্ষণবোৰ দেখুৱায়।
- যৌনসংগমৰ পাছত ৰক্তক্ষৰণ ঃ চ্লেমাইডিয়া, গণাৰিয়া, চেনক্ৰইড্ আৰু জেনিটেল হাৰ্পচ্।
- তলপেটৰ বিষ (নাড়ীৰ তলচোৱাৰ বিষ) ঃ চ্লেমাইডিয়া, গণৰিয়া।
- নিৰৱচিন্নভাৱে যোনিত হোৱা কেন্দিদিয়াচ ঃ এইচ. আই. ভি. / এইড্ছ।
- ডিচপাৰেওনিয়া

পুৰুষ আৰু মহিলা উভয়ৰে ক্ষেত্ৰত ঃ

- মুখ, ওঠ, যৌনাংগ, গুহ্যদ্বাৰ আৰু ইয়াৰ চৌপাশত ঘাঁ ঃ চেনক্ৰইড, জেনিটেল হাপচি্ আৰু চিফিলিচ্।
- প্ৰসাৰ কৰোতে বিষ, জ্বলা পোৱা ঃ চ্লেমাইডিয়া, জেনিটেল হাপচিং, ট্ৰিচ'ম'নাচ সংক্ৰমণ আৰু গণ'ৰিয়া।

- যৌনাংগ আৰু আশে-পাশে খজুৰতি ঃ জেনিটেল হাৰ্পচ্, কেন্দিদিয়াচিচ্
- জণ্ডিচ (চকু আৰু ছাল হালধীয়া হোৱা), জ্বৰ, মূৰৰ বিষ, পেশীৰ বিষ, ডাঠ হালধীয়া প্ৰসাৱ ঃ হেপাটাইটিচ-বি আৰু চি
- যৌনাংগ, গুহ্যদ্বাৰ আৰু ইয়াৰ চৌপাশ ফুলি উঠা ঃ এইচ. আই. পি. ভি. (জেনিটেল ৱাৰ্টচ্)
- জ্বৰৰ নিচিনা লক্ষণ, যকৃৎত সামান্য জ্বলা পোৰা ঃ চি. এম. ভি.
- বিষ নথকা ক্ষুদ্ৰ ফোঁহা, যিবোৰ ৰং মাংস পেশীৰ সৈতে একে কিন্তু কেতিয়াবা বগা, হালধীয়া বা গুলপীয়া হৈ পৰে ঃ মলোস্কাম কণ্টজিঅ'চাম।
- যৌনাংগ আৰু গুহ্যদ্বাৰৰ কাষত কণমাণি ৰঙচুৰা ঘাঁ, কৰঙনৰ চুক ফুলি উঠা, যৌনাংগ আৰু গুহ্যদ্বাৰত একেৰাহে ঘাঁ সৃষ্টি হোৱা ঃ এল. জি. ভি. (লিম্ফ'-গ্ৰেণোল'মা ভেনেৰাম)
- মুখ, গুহ্যদ্বাৰৰ ভিতৰৰ চাল, যৌনাংগ আদিত হোৱা ৰঙচুৰা ঘাঁ- য'ৰ পৰা অলপ হেঁচা বা চাপতেই ৰক্তক্ষৰণ হয় ঃ ড'ন'ভেন'চিচ্

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ জটিলতা ঃ

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ক যদি সময়োচিত চিকিৎসা সেৱা আগবঢ়োৱা নহয় তেন্তে পুৰুষ-মহিলা তথা নৱজাতকৰ ইয়াৰ দ্বাৰা মৰণমুখী অৱস্থা সৃষ্টি হ'ব পাৰে। বহুক্ষেত্ৰত সুদীৰ্ঘ সময় যন্ত্ৰণাত ভূগী বিশেষকৈ মহিলাৰ ক্ষেত্ৰত মৃত্যুৰ দৰে ঘটনা ঘটাও দেখা যায়, এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ কিছুমান ঘটনাই গৰ্ভধাৰণ তথা প্ৰসৱকালীন গুৰুতৰ অৱস্থাৰো সৃষ্টি কৰাৰ নিদৰ্শন আছে। দুৰ্ভাগ্যবশতঃ বহুসময়ত গুৰুতৰভাৱে প্ৰজনাংগৰ ক্ষতি হোৱাটোক বাধা দিব পৰাকৈ চিকিৎসা সেৱা আগবঢ়োৱা সুযোগো পোৱা নাযায়। কিয়নো তেনে ক্ষেত্ৰত সংক্ৰমণৰ চিহ্ন অত্যাধিক পলমকৈহে ফুটি উঠে।

পুৰুষৰ ক্ষেত্ৰত এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ জটিলতা ঃ

১। ফিম'চিছ্, পেৰাফিম'চিছ্ আৰু ইউৰেথ্ৰল ষ্ট্ৰিকচাৰ

২। অণ্ডকোষত জ্বলা-পোৰা

৩। অনুৰ্বৰতা- উচ্চ প্ৰজনানঙ্গত সংক্ৰমণ হোৱাৰ ফলত সম্পূৰ্ণ বা আংশিকভাৱে বীৰ্য পৰিবাহী নলীত বাধা সৃষ্টি হোৱাৰ লগতে বীৰ্য উৎপাদ প্ৰক্ৰিয়া বন্ধ হৈ পৰিব পাৰে। ইয়াৰ ফলত বীৰ্য ওলালেও শুক্ৰানুৰ সংখ্যা কমি বা দুৰ্বল হৈ পৰি পুৰুষৰ বন্ধ্যাত্বতা বা অনুৰ্বৰতা সৃষ্টি হ'ব পাৰে।

৪। লিংগত কাৰ্চিনমা জটিলতাই দেখা দিব পাৰে।

মহিলাৰ ক্ষেত্ৰত এচ. টি. আই. / আৰ টি. আই.ৰ জটিলতা ঃ

১। তলপেটৰ জ্বলা-পোৰা ৰোগ (পি. আই. ডি.) ঃ

যেতিয়া বাহ্যিক জননাংগৰ বা নিম্ন প্ৰজনানংগৰ সংক্ৰমণ দেহৰ উচ্চ প্ৰজনানংগলৈ বিয়পি পৰে তেনে

ক্ষেত্ৰত আৰ. টি. আই.য়ে মহিলাৰ দেহত ভয়াবহ অৱস্থাৰ সৃষ্টি কৰিব পাৰে। ইয়াৰ ফলত জীৱনৰ প্ৰতিও ভাবুকিৰ সৃষ্টি হ'ব পাৰে। পেশীৰ ক্ষতি, আঘাটে বন্ধাত্যৰ সৃষ্টি কৰাৰ লগতে নিৰৱচিন্ন তলপেটৰ বিষৰ জন্ম দিয়ে। এনে সংক্ৰমিত মহিলাৰ একট'পিক গৰ্ভাৱস্থা সৃষ্টিৰ সম্ভাৱণাও বাঢ়ি যায়।

প্ৰায় ৪০% এনে ঘটনাৰ বিশ্লেষণ কৰি দেখা গৈছে যে সেইবোৰৰ আঁৰত থাকে গণ'ক'কেকল আৰু চ্লেমাইডিয়েল সংক্ৰমণ। প্ৰতি চাৰিটা এনে সংক্ৰমণৰ ঘটনাৰ এটাৰ ক্ষেত্ৰত বন্ধাত্যক নিশ্চিত ৰূপত দেখা যায়।

২। **বিসংগতি পূৰ্ণ গৰ্ভাৱস্থা তথা প্ৰসৱ ঃ**

চ্লেমাইডিয়া, গণ'ৰিয়া, জেনিটেল হাৰ্পচ্ আদিৰ দৰে আৰ. টি. আই. হৈছে বিসংগতিপূৰ্ণ প্ৰসৱৰ ঘটনাবোৰৰ বাবে দায়ী। একট'পিক গৰ্ভাৱস্থাৰ বাহিৰেও অন্য আৰ. টি. আই.ৰ লগত সংগতি থকা গৰ্ভধাৰণ তথা প্ৰসৱকালীন সমস্যাবোৰ হৈছে এইধৰণৰ—

- স্বতঃস্ফূৰ্তভাৱে হোৱা গৰ্ভপাত।
- জন্মৰ সময়ত অতি নিম্ন মাত্ৰাৰ ওজন।
- জন্মৰ পূৰ্বেই অৰ্থাৎ গৰ্ভাৱস্থাতেই চকু, মগজু আদিত হোৱা জটিলতা। ইয়াৰ ফলত অন্ধ হৈ জন্ম ল'ব পাৰে আৰু নৱজাতকৰ নিউমোনিয়া হোৱাৰ লগতে মানসিকভাৱে বাধাপ্ৰাপ্তও হ'ব পাৰে।

৩। **বন্ধ্যাত্ব বা অনুৰ্বৰতা ঃ**

মহিলাৰ ক্ষেত্ৰত তলপেটৰ চিকিৎসা নকৰা বিষ বা জ্বলা-পোৰা ৰোগ আৰু পুৰুষৰ ক্ষেত্ৰত এপিডিডাইমিটিচ আৰু প্ৰসাৰৰ বিসংগতিপূৰ্ণ সংক্ৰমণৰ পৰা বন্ধ্যাত্বতাৰ সৃষ্টি হ'ব পাৰে। প্ৰকৃততে যিবোৰ অঞ্চলত সচৰাচৰ সন্তানহীনতাৰ হাৰ অধিক তাত বাধা দিব পৰা একমাত্ৰ কাৰকটোৱেই হৈছে আৰ. টি. আই. বহু দম্পত্তিৰ সন্তানহীনতাৰ বাবে চিফিলিছৰ দৰে এচ. টি. আই.ক গুৰুত্বপূৰ্ণ কাৰক হিচাপে গণ্য কৰিব পাৰি। ইয়াৰ ফলত বাৰে বাৰে স্বতঃস্ফূৰ্তভাৱে গৰ্ভপাতৰ ঘটনা সংঘটিত হয়।

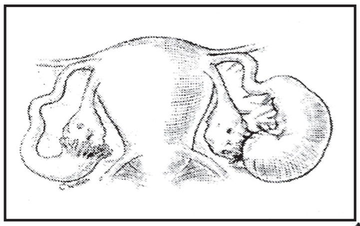
৪। **একট'পিক গৰ্ভাৱস্থা ঃ**

গুৰুতৰভাৱে তলপেটৰ বিষৰ ফলত ফেলোপিয়ান টিউব আংশিক বা সম্পূৰ্ণকৈ বন্ধ হোৱাৰ পৰিস্থিতি সৃষ্টি হয়। আংশিকভাৱে ফেলেপিয়ান টিউব বন্ধ থাকিলেও গৰ্ভধাৰণৰ কিছু সম্ভাৱনা থাকে যদিও ইউটেৰাচৰ বাহিৰত এনে গৰ্ভধাৰণ প্ৰক্ৰিয়া একেবাৰে বিপদমুক্ত নহয়। তলপেটৰ গুৰুতৰ বিষ, এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ উচ্চ উপস্থিতি থকা স্থানত একট'পিক গৰ্ভধাৰণ আৰু গৰ্ভপাত তথা পৰৱৰ্তী সংক্ৰমণৰ প্ৰতি যথোচিত চিকিৎসা সেৱা আগবঢ়াই প্ৰসূতিকালীন বহু মৃত্যুক ৰোধ কৰিব পাৰি।

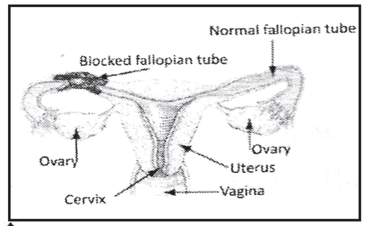
৫। **কাৰ্ভিকেল কেঞ্চাৰ ঃ**

কাৰ্ভিকেল কেঞ্চাৰৰ বাবে মূলতঃ 'হিউমেন পেপিল'মা ভাইৰাচ (এইচ. পি. ভি.)' নামৰ অনুজীৱই

দায়ী। ই হৈছে ভাৰতীয় মহিলাৰ মাজত সততে হোৱা এবিধ কেঞ্চাৰ। প্ৰাথমিক চিকিৎসা কেন্দ্ৰবোৰত 'কাৰ্ভিকেল চাইট'লজিকেল স্ক্ৰীনিং (পাপনিক'লাও-স্মিয়াৰ্চ) সুবিধা নথকাৰ বাবে সাধাৰণতে অতি পলমকৈহে ৰোগবিধ ধৰা পৰে। ফলত চিকিৎসাৰ সফলতাৰ হাৰ কমি যায়।

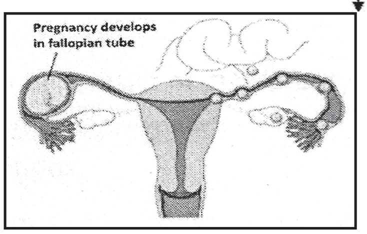


তলপেটত জ্বলা-পোৰা কৰা ৰোগ

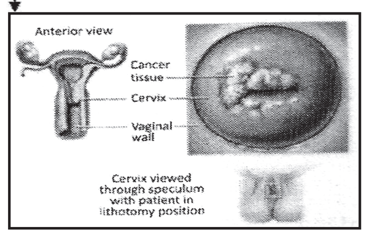


মহিলাৰ অনুৰ্বৰতা

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ মহিলাৰ ক্ষেত্ৰত জটিলতা



একট'পিক-প্ৰেগনেঞ্চি



কাৰ্ভিকেল কেঞ্চাৰ

নৱজাতকৰ ক্ষেত্ৰত এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.য়ে সৃষ্টি কৰা জটিলতা ঃ

১। পেৰিনেটেল আৰু নিঅ'-নেটেল সংক্ৰমণ ঃ

(i) কনজেনিটেল চিফিলিচ্ ঃ

এগৰাকী সংক্ৰমিত মাতৃৰ গাৰ পৰা তেওঁৰ ভ্ৰুণলৈ 'ট্ৰেপ'নেমা সংক্ৰমণ' বিয়পাৰ ফলত গৰ্ভাৱস্থাতেই শিশু আক্ৰান্ত হ'ব পাৰে। মাকগৰাকী নিজে যদি ৰোগবিধত প্ৰাথমিক বা দ্বিতীয় পৰ্যায়ৰ সংক্ৰমণেৰে আক্ৰান্ত হয়, তেনে অৱস্থাত তেওঁৰ পৰা শিশুলৈ সৰ্বাধিক মাত্ৰাত সংক্ৰমণ বিয়পিব (১০০%) পাৰে। আনহাতে, সংক্ৰমণ বিয়পা প্ৰক্ৰিয়াটোৰ হাৰ ১০%ৰ পৰা ৩০% কমিব পাৰে, যদিহে মাকৰ গাত বীজাণুৰ উপস্থিতি থাকিলেও ৰোগে দেখা নিদিয়া অৱস্থাত থাকে। নৱজাতকৰ বয়স তিনি মাহ নোহোৱালৈ শিশুটিৰ সংক্ৰমণে আক্ৰান্ত কৰাৰ কথা ফুটি নুঠিবও পাৰে। এই অৱস্থাত হেপাট'-স্পেলন'মেগালি, স্কেলেটেল লেজিঅ'ণ আদিৰ পৰা ৰোগৰ উপস্থিতি ধৰা পেলাব পাৰি।

(ii) গণ'ৰিয়া ঃ

গৰ্ভৱতী মহিলাৰ দেহত থকা অথচ চিকিৎসাৰ পৰা বঞ্চিত 'নেইশ্বেৰিয়া-গণ'ৰিয়া' তেওঁৰ সন্তানৰ

গালৈ বিয়পিব পাৰে। নৱজাতকৰ দেহত জন্মৰ প্ৰথম চাৰিদিনত উপস্থিতি দেখুৱাব পৰা কনজাংটিভাইটিচৰ পৰা চিকিৎসাৰ অৱহেলাত 'পেন'ফ্‌থেলমাইটিচ্‌'ৰ সৃষ্টি হ'ব পাৰে। নৱজাতকৰ দেহত স্পেচিচ্‌, আৰ্থৰাইটিব বা মেনিনজাইটিবৰ ৰূপটো সংক্ৰমণে দেখা দিব পাৰে।

(iii) চেলমাইডিয়া ঃ

এগৰাকী সংক্ৰমিত গৰ্ভৱতীৰ গাৰ পৰা গৰ্ভস্থ সন্তানলৈ 'চে্লমাইডিয়া ট্ৰেচ'মেটিচ' বিয়পিব পাৰে। ইয়াৰ ফলত কনজাংটিভাইটিচ্‌ বা নিউমানিটিচ্‌ৰ দৰে প্ৰণালীবদ্ধ ৰোগে দেখা দিব পাৰে।

(iv) এইচ. আই. ভি. ঃ

গৰ্ভাৱস্থাৰ সময়তেই সাধাৰণতে আক্ৰান্ত মাকৰ দেহৰ পৰা নৱজাতকৰ গালৈ এই ভাইৰাচবিধৰ সংক্ৰমণ হয় যদিও এইচ. আই. ভি. গাখীৰ খুওৱা প্ৰক্ৰিয়াৰেও শিশুৰ গালৈ বিয়পে (১৪%)।

(v) হাপচি-চিম্প্‌লেক্স ভাইৰাচ ১ আৰু ২ (এইচ. এচ. ভি.-১ আৰু এইচ. এচ. ভি.-২) ঃ

এই দুবিধ ভাইৰাচ অতি উচ্চ হাৰত মাতৃৰ পৰা নৱজাতকলৈ বিয়পে (৭৫% ৰ পৰা ৯০%)। ইয়াৰ ফলত আক্ৰান্ত নৱজাতকৰ কেন্দ্ৰীয় বা কোনো অংশৰ স্নায়ৱিক ব্যৱস্থা ক্ষতিগ্ৰস্ত হ'ব পাৰে।

(vi) হেপাটাইটিচ-বি ভাইৰাচ ঃ

ই হৈছে আক্ৰান্ত মাতৃৰ দেহৰ পৰা নৱজাতকলৈ সহজে বিয়পা আন এবিধ ভাইৰাচ সংক্ৰমণ। ইয়াৰ পৰা শিশুৰ জীৱনত সুদীৰ্ঘকালীন প্ৰভাৱ পৰে। বহুদিনলৈ ই সুপ্ত অৱস্থাত থাকিব পাৰে।

ওপৰত উল্লেখিত প্ৰধান ৰোগ তথা সংক্ৰমণবোৰৰ বাহিৰেও এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.জনিত আন বহুতো সংক্ৰামক ৰোগ আছে যিবোৰ মাকৰ পৰা নৱজাতকলৈ বিয়পিব পাৰে। চাইট'মেগাল'ভাইৰাচ, কেন্দিদা, ট্ৰিচিন'ম'নাচ আদি।

২। আগতিয়া প্ৰসৱ ঃ

গৰ্ভাৱস্থাত এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই তথা বেক্টেৰিয়াজনিত ভেগিন'চিচ্‌ আৰু ট্ৰিক'ম'নিয়েচিচ্‌ৰ প্ৰভাৱত আগতীয়া প্ৰসৱৰ লগতে নৱজাতকলৈ জটিলতা আহিব পাৰে।

৩। জন্মৰ সময়ত নৱজাতকৰ নিম্ন ওজন ঃ

গৰ্ভৱতী মহিলা এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ত আক্ৰান্ত হোৱাৰ ফলত আগতীয়াকৈ প্ৰসৱ হোৱাৰ লগতে নৱজাতকৰ স্বাভাৱিক বিকাশত বাধা আহিব পাৰে। ফলত তেনে শিশু প্ৰয়োজনতকৈ কম ওজনৰ হ'ব পাৰে।

৪। প্ৰণালীবদ্ধ জটিলতা ঃ

কাৰ্ডিয়াক, গেষ্ট্ৰ'ইণ্টেষ্টাইনেল, নিউৰ'ল'জীকেল আদি বিভিন্ন ধৰণৰ জটিলতাৰ লগতে চৰ্মৰোগৰ সমস্যা এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ত আক্ৰান্তসকলৰ এৰাব নোৱাৰা অসুবিধাত পৰিণত হয়।

এচ. চি. আই. / আৰ. টি. আই. আৰু ভাৰতীয় প্ৰেক্ষাপট ঃ

দুয়োবিধেই হৈছে গভীৰ প্ৰভাৱকাৰী তথা ক্ৰমবৰ্দ্ধমানৰূপে ভাৰতত জটিলতাৰ ফালে ঢাল খোৱা সংক্ৰমণ। এই দুয়োবিধ সংক্ৰমণৰ উপস্থিতি তথা বিয়পাৰ প্ৰক্ৰিয়াত আৰ্থ-সামাজিক কাৰক আৰু জৈৱিক অভ্যাস-আচৰণৰ গুৰুতৰ প্ৰভাৱ আছে।

পাৰিসাংখ্যিক হিচাপত মহিলাৰ ক্ষেত্ৰত সম্প্ৰতি এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. উপস্থিতিৰ লক্ষণ ২৩% ৰ পৰা ৪৩% পোৱাৰ বিপৰীতে পুৰুষৰ ক্ষেত্ৰত এই হাৰ হৈছে ৪%ৰ পৰা ৯%। এচ. টি. আই.ৰ ক্লিনিকৰ পৰা পোৱা তথ্যানুযায়ী ভাৰতীয় পুৰুষৰ গাত সততে উপস্থিতি দেখা দিয়া এক এচ. টি. আই. হৈছে চিফিলিচ (৩১%-৫৭%)। ইয়াৰ তলত আছে চ্লেমাইডিয়া (২০%-৩০%), চেমক'ইড্ (১০%-৩৫%) আৰু গণ'ৰিয়া (৮%-২৬%)।

একেদৰে চৰকাৰী চিকিৎসালয়ৰ পৰা লোৱা তথ্যমতে ভিন্ন মাত্ৰাত ভাৰতীয় পুৰুষৰ গাত এইচ. আই. ভি. (৩%-১৫%) আৰু এইচ. পি. ভি. (৫%-১৪%)ৰ উপস্থিতিও ধৰা পৰিছে। এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সম্পৰ্কে পুৰুষৰ সজাগতাৰ হাৰ ৫৩% আৰু মহিলাৰ মুঠেই ৪৪%।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. প্ৰতিৰোধৰ ৰণনীতি ঃ

এইক্ষেত্ৰত দুটা প্ৰধান উপাদানৰ বিষয়ে আমি জানিব লাগিব যি দুটাক প্ৰতিৰোধ আঁচনিত মুখ্য স্থান দিয়া হৈছে।

- **প্ৰতিৰোধমূলক ব্যৱস্থা ঃ** ৰাজহুৱা শিক্ষা প্ৰদানেৰে এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. হোৱাৰ কাৰণ, বিয়পাৰ মাধ্যম, ফলাফল আদি জনপ্ৰিয় কৰিব লাগে। যৌনসংগী হ্ৰাসকৰণত গুৰুত্ব, কনদমৰ ব্যৱহাৰ তথা নিৰাপদ যৌন আচৰণ আদিৰ প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে আলোচনা, ৰাজহুৱা সজাগতাৰে দুয়োবিধ সংক্ৰমণক বাধা দিব পাৰি।
- **অৰ্থপূৰ্ণভাৱে ৰোগ /ৰোগীক চিকিৎসা প্ৰদানৰ ব্যৱস্থাক** সঞ্চালনা কৰা হৈছে দুয়োবিধ সংক্ৰমণক নিয়ন্ত্ৰণৰ দ্বিতীয়টো উপাদান। ইয়াৰ বাবে যথোচিতভাৱে ৰোগ চিনাক্ত কৰি লক্ষণযুক্ত আক্ৰান্ত ব্যক্তিক শিক্ষিত কৰা, যৌনসংগী হ্ৰাসকৰণ আৰু নিৰাপদ যৌন আচৰণৰ প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে জ্ঞানদান কৰা হয়।

বহু সময়ত উচ্চ আৰু নিম্ন মাত্ৰাৰ বিপদৰ সম্ভাৱনাত থকা ৰোগীসকলৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰয়োগ কৰা ৰোগ / সংক্ৰমণৰ নিয়ন্ত্ৰণৰ ৰণকৌশল ভিন্ন হোৱা দেখা যায়। অধিক বিপদজনক অৱস্থাত থকাসকলৰ কাষলৈ যাব পাৰিলে সম্প্ৰদায় এটাক এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ পৰা সামগ্ৰীকভাৱে অধিক পৰ্যায়লৈ বচোৱাৰ সম্ভাৱনাও বাঢ়ে।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ প্ৰতিৰোধ ঃ

প্ৰাথমিক পৰ্যায়ৰ প্ৰতিৰোধ	দ্বিতীয় পৰ্যায়ৰ প্ৰতিৰোধ	তৃতীয় পৰ্যায়ৰ প্ৰতিৰোধ
• এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. আৰু নিৰাপদ যৌন আচৰণ সম্পৰ্কে সজাগতা বৃদ্ধিকাৰী জ্ঞান দিয়া • নিৰাপদ যৌনমিলন সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ দিয়া • যথোচিতভাৱে আৰু প্ৰতিবাৰেই যৌনমিলনত কনদম ব্যৱহাৰ কৰা • বহু সংগীৰ পৰিৱৰ্তে একক সংগীৰে সৈতে যৌনাচাৰ কৰা • যৌন কাৰ্যৰ সময়ত পৰিচ্ছন্নতা মানি চলা • ৰাইজৰ মাজত আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ প্ৰতি থকা বিৰূপ সামাজিক আচৰণৰ বিৰুদ্ধে সজাগতা অনা। ইয়াৰ লগতে স্বাস্থ্যকৰ্মীৰ ওচৰলৈ চিকিৎসাৰ বাবে আগুৱাই আহিব পৰা অৱস্থাৰ সৃষ্টি কৰা • সহজে নিৰাপদভাৱে প্ৰসৱ অথবা গৰ্ভপাত কৰোৱাব পৰা ব্যৱস্থা উপলব্ধ কৰোৱা • প্ৰতিগৰাকী গৰ্ভৱতী মহিলাৰ গাত চিফিলিচৰ সন্ধানত পৰীক্ষা কৰোৱা	• সোনকালে চিনাক্ত কৰি প্ৰশিক্ষিত স্বাস্থ্যকৰ্মীৰ সহায়ত দ্ৰুত চিকিৎসা প্ৰদান কৰি সংক্ৰমণ বিয়পাত বাধা দিয়া • সঠিক চিকিৎসাৰ যথোচিত ব্যৱস্থা কৰা • দুয়োগৰাকী যৌন সংগীকেই একেলগে চিকিৎসা প্ৰদান কৰা • প্ৰয়োজনত উচ্চ চিকিৎসাৰ বাবে যথোচিত স্থানলৈ প্ৰেৰণৰ ব্যৱস্থাক সুদৃঢ় তথা সংগঠিত কৰা। • স্থানীয়ভাৱে সংক্ৰমিত ব্যক্তিয়ে এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ চিকিৎসা সহজে কৰিব পৰা অৱস্থাৰ সৃষ্টি কৰা।	• শেষৰ ফালৰ জটিলতা সৃষ্টিত বাধা দিয়া / অনুৰ্বৰতা বা বন্ধ্যাত্বতা নোহোৱা হ'ব পৰা বিপদক বাধা দিয়া

ভাৰতত এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ প্ৰতিৰোধ কিম্বা নিয়ন্ত্ৰণ অসম্ভৱ। কিয়নো—

- অতি কম ঘটনাহে লক্ষণযুক্ত হোৱা দেখা যায়। বহু ক্ষেত্ৰত লক্ষণ দেখা নিদিয়াকৈয়ে সুদীৰ্ঘকাল আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ গাত এনে সংক্ৰমণ বিকশিত হ'ব ধৰে। এনে ব্যক্তিয়ে সহজে চিকিৎসকৰ কাষ চাপিব নোখোজে। একেটা সময়তে কোনো বাহ্যিক লক্ষণ নেদেখুৱাকৈয়ে আনলৈ ৰোগ বিয়পাব পাৰে।
- ভাৰতত যৌনতা এক প্ৰকাশ্যে আলোচনা নকৰা বিষয়। বিশেষকৈ মনলৈ অহা সেই প্ৰশ্ন, সমস্যা

সম্পৰ্কে মহিলাসকলে আলোচনা নকৰে, যিবোৰ যৌনক্ৰিয়াৰ লগত জড়িত। ফলত চিকিৎসকৰ পৰা দূৰৈত অৱস্থান কৰে।

- চিকিৎসা ল'লেও অনভিজ্ঞ বা বহু সময়ত কৰ্তৃত্বহীন অথচ কাযতে পোৱা ব্যক্তিৰহে কাষ চাপে।
- যথোচিত জ্ঞানৰ চিকিৎসকৰ পৰা দিহা ল'লেও বহু সময়ত আধাতেই চিকিৎসা এৰে।
- যৌনসংগীলৈ প্ৰায়েই চিকিৎসা নোলোৱাৰ ফলত পুনৰ সংক্ৰমণ ঘটে।
- বহু সমস্যাৰে জৰ্জৰিত আৰু কামৰ বোজাত পিষ্ট, ভালকৈ প্ৰশিক্ষণ নথকা স্বাস্থ্যকৰ্মীয়েও আহুকাল কৰে।
- প্ৰান্তীয় অৱস্থাত থকা বিপদযুক্ত গোটৰ ৰোগীৰ প্ৰতি স্বাস্থ্যকৰ্মীসকলে বহুসময়ত বৈষম্যমূলক আচৰণ প্ৰদৰ্শন কৰে।
- উচ্চ চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণাৰ্থে যথোচিত ব্যৱস্থা বহুসময়ত উপলব্ধ নহয়।
- বিশেষকৈ যুৱ চামৰ বাবে বৰ্তমানৰ প্ৰতিৰোধমূলক ৰণনীতি যথেষ্ট অৰ্থবহ আৰু কাৰ্যক্ষম নহয়।

স্বাস্থ্যকৰ্মীসকলে মনত ৰখা উচিত যে সমাজৰ ভিন্ন আৰ্থিক স্তৰৰ মানুহৰ গাত এচ. টি. আই. / আৰ. চি. আই. সংক্ৰমণ হ'ব পাৰে। সেৱা প্ৰদানকাৰীসকলে 'নৈতিক-বিচাৰ'ৰ অভ্যাস ত্যাগ কৰি মাথো চিকিৎসা প্ৰদানৰ প্ৰতিহে গুৰুত্ব দিব লাগে। কিয়নো, এনে ৰোগী শিশুৰ পৰা বৃদ্ধ বা দেহোপজীৱী অথবা সমকামীও হ'ব পাৰে। তেওঁলোকক বৈষম্যৰ চিকাৰ কৰিব নালাগে।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. ঘটনাৰ ব্যৱস্থাপনা ঃ

তেনেই তলৰ পৰ্যায়ত এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ বিভিন্ন ঘটনাবোৰক যথোচিত ব্যৱস্থাপ্ৰদানৰ অৰ্থ হৈছে প্ৰাথমিক স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰবোৰত এনে ক্লায়েণ্টক প্ৰয়োজনীয় চিকিৎসা সেৱা আগবঢ়াব পৰা ব্যৱস্থা আছে নে নাই তাৰ উমান লোৱা। ইয়াৰ আধাৰত সংক্ৰমণ চালুকীয়া অৱস্থাত থাকোতেই উপযুক্ত চিকিৎসাৰ উদ্দেশ্যে আক্ৰান্ত ব্যক্তিক উচ্চ সুবিধা সম্পন্ন প্ৰতিস্থানলৈ প্ৰেৰণ কৰা হয়।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ বিৰুদ্ধে উন্নত মানৰ ব্যৱস্থাপনা থকা বাঞ্ছনীয়। কিয়নো—

১। ই সুদীৰ্ঘকালীন জটিলতা সৃষ্টিত প্ৰতিবন্ধকতা সৃষ্টি কৰে।

২। ব্যক্তি এগৰাকীৰ গাত সংক্ৰমণ ৰৈ যোৱাৰ মুঠ সময়সীমাক হ্ৰাস কৰে আৰু ইয়াৰ জৰিয়তে সংক্ৰমণ বিয়পোৱা প্ৰক্ৰিয়াকো নিয়ন্ত্ৰণ কৰে।

৩। যৌনতাৰে এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ বিয়পাৰ অত্যাধিক সম্ভাৱণা থকা ব্যক্তিসকলৰ মাজত এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. হ্ৰাস কৰে।

৪। স্বাস্থ্য সজাগতা সম্পৰ্কে শিক্ষা আৰু পৰামৰ্শ দানৰ ব্যৱস্থা কৰে।

৫। জনসাধাৰণৰ জীৱনৰ মান সাধাৰণভাৱে বিকাশ কৰে।

৬। এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ ব্যৱস্থাপনাই ৰোগ সংক্ৰমণৰ চিনাক্তকৰণ আৰু চিকিৎসা প্ৰদানতেই আৱদ্ধ নাথাকি আনুসংগিক সকলো দিশ সামৰি লয়।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. ব্যৱস্থাপনাৰ ক্ষেত্ৰত কৰণীয় সাতটা পদক্ষেপ ঃ

১। ৰোগ সংক্ৰমণৰ ইতিহাস লিখন।

২। আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ শৰীৰক পৰীক্ষা কৰা।

৩। চিকিৎসাসেৱা আগবঢ়োৱা।

৪। প্ৰতিৰোধ সম্পৰ্কীয় স্বাস্থ্য সংক্ৰান্তীয় শিক্ষা প্ৰদান কৰা।

৫। কনদম যোগান ধৰা আৰু ব্যৱহাৰৰ পদ্ধতি দেখুৱাই দিয়া।

৬। যৌন সংগীকো চিকিৎসা প্ৰদান কৰা।

৭। চিকিৎসাৰ অগ্ৰগতি সম্পৰ্কে বুজ লোৱা আৰু প্ৰয়োজন সাপেক্ষে উৰ্দ্ধতম সা-সুবিধা সম্পন্ন স্থানলৈ প্ৰেৰণ কৰা।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ লক্ষণযুক্ত ৰোগীৰ ক্ষেত্ৰত ব্যৱস্থাপনা (চিন্দ্ৰ'মিক-কেচ-মেনেজমেণ্ট্) ঃ

ৰোগীসকলক নিৰ্দিষ্ট এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ক আলম কৰি চিকিৎসা প্ৰদান কৰা নহয়। বৰঞ্চ তেওঁলোকৰ গাত প্ৰকাশিত লক্ষণৰ আধাৰতহে চিকিৎসা সেৱা প্ৰদান কৰা হয়।

এনে কাৰ্যৰ সুবিধাসমূহ ঃ

- দ্ৰুততা - ৰোগৰ লক্ষণ চিনাক্তকৰণ হোৱাসকলক এবাৰ সাক্ষাতৰ পাছতেই চিকিৎসা দিয়া হয়।
- নিৰ্বাচতি এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ লক্ষণবোৰৰ ওপৰত অতি উচ্চ মাত্ৰাত চিকিৎসাই ক্ৰিয়া কৰে।
- যিহেতু প্ৰক্ৰিয়াটোত লেব'ৰেটৰী ব্যৱহৃত নহয়, গতিকে তুলনামূলকভাৱে ই কম খৰচী।
- লেবৰেটৰীৰ ফলাফল বিচাৰি ৰোগীয়ে অন্য এবাৰ চিকিৎসা কেন্দ্ৰলৈ অহাৰ প্ৰয়োজনীয়তা নাথাকে।
- ভুল চিকিৎসাৰ পৰা বিৰত থকাত সহায় কৰে। কিয়নো, এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ সূচক স্বৰূপ লক্ষণসমূহ দেখা মাত্ৰকে চিকিৎসা প্ৰদান কৰা হয়।
- এনে ব্যৱস্থাপনা যিকোনো পৰ্যায়তেই চিকিৎসাকৰ্মীয়ে প্ৰদান কৰিব পাৰে।

সংক্ৰমণৰ ঘটনা ব্যৱস্থাপনাৰ ক্ষেত্ৰত চিকিৎসকসকলক কেনেদৰে এ. এন. এম.বোৰে সহায় কৰিব পাৰে?

তেওঁলোকে চিকিৎসকসকলক এইদৰে সহায় কৰিব পাৰে—

- যিসকল ব্যক্তিৰ গাত এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ লক্ষণ ফুটি উঠে বা চিকিৎসাৰ ইতিহাসে তেনে সংক্ৰমণ হোৱাৰ ইংগিত দিয়ে তেওঁলোকক চিকিৎসকৰ ওচৰলৈ প্ৰেৰণ।
- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. বিকাশ হোৱাৰ বিপদজনক সম্ভাৱনা থকা ক্লায়েণ্ট বা ৰোগীসকলক

চিকিৎসকৰ ওচৰলৈ প্ৰেৰণ, লক্ষণ প্ৰকাশ নোহোৱা ব্যক্তিসকলক পৰীক্ষা কৰা।

- ৰোগীক সংক্ৰমণ প্ৰতিৰোধ সম্পৰ্কে শিক্ষা, পৰামৰ্শ দিয়া, নিৰৱচিন্নভাৱে চিকিৎসা লোৱাৰ প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে অৱগত কৰা আৰু চিকিৎসান্তোৰ স্বাস্থ্যৰ খতিয়ান লোৱা।
- আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ যৌনসংগীক চিকিৎসা গ্ৰহণৰ প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে অৱগত কৰা আৰু চিকিৎসা ব্যৱস্থাপনাৰ আওতালৈ অনা।
- কনডম যথোচিত ধৰণে ব্যৱহাৰৰ কৌশল প্ৰদৰ্শন কৰা আৰু নিৰৱচিন্ন ব্যৱহাৰৰ পৰামৰ্শ দিয়া।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ ব্যৱস্থাপনাৰ ক্ষেত্ৰত গুৰুত্বপূৰ্ণ দিশ কেইটামান ঃ

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ত আক্ৰান্ত পুৰুষ মহিলাসকলৰ সৈতে কথা পাতোতে এ.এন.এম.সকলে তলৰ দিশ কেইটাত গুৰুত্ব দিব লাগে—

- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ ফলাফল সম্পৰ্কে অজ্ঞতা।
- কিশোৰ-কিশোৰী আৰু মহিলাসকলে এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সম্পৰ্কে কথা পাতিবলৈ লাজবোধ কৰে।
- যৌন স্বাস্থ্য সম্পৰ্কীয় কৰণীয়-বৰ্জনীয় তথ্যবোৰ বুজোৱাত থকা জটিলতা।
- গোপনীয়তা ৰক্ষাৰ প্ৰয়োজনীয়তা থকা প্ৰসংগবোৰ।

বিপদ অনুধাৱন, তাৎক্ষণিক প্ৰেৰণ আৰু যৌনসংগীৰ ব্যৱস্থাপনা ঃ

১। বিপদ অনুধাৱন ঃ

ৰোগ সম্পৰ্কীয় ইতিহাস আহৰণৰ প্ৰয়োজনীয়তা ঃ

সঠিকভাৱে বিপদৰ অনুধাৱন কৰিবলৈ আৰু যথোচিত সময়ত যাতে উচ্চ পৰ্যায়ৰ সেৱা সমৃদ্ধ প্ৰতিস্থানলৈ ৰোগীক প্ৰেৰণ কৰিব পাৰি সেই উদ্দেশ্যে ৰোগ সম্পৰ্কীয় ইতিহাস আহৰণ কৰা অতিকৈ প্ৰয়োজনীয়। ৰোগীৰ সৈতে সংস্পৰ্শলৈ অহাৰ সময়ত কৰণীয় সবাতোকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ কাৰ্যবোৰৰ ই হৈছে এক সংবেদনশীল অংগ।

ইতিহাস গ্ৰহণৰ লক্ষ্য ঃ

- ৰোগী সঁচাকৈয়ে এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ত আক্ৰান্ত হৈছে নেকি আৰু তেওঁৰ গাৰ পৰা আনলৈ সংক্ৰমণ বিয়পাৰ সম্ভাৱনা আছে নেকি সেয়া অনুধাবন কৰা।
- ৰোগৰ চিনাক্তকৰণ, চিকিৎসা প্ৰদান আৰু প্ৰতিৰোধৰ সহায়ক দৰকাৰী তথ্যবোৰ আহৰণ কৰা।
- ৰোগীজনৰ এনে কোনো সংগী আছে নেকি যাৰ গালৈ সংক্ৰমণ বিয়পিব পাৰে, সেয়া অনুধাৱন কৰা।

ৰোগৰ ইতিহাস লিপিবদ্ধকৰণৰ কেতবোৰ সাধাৰণ কিটিপ ঃ

- ক্লায়েণ্টে বুজি পোৱা ভাষাৰে ৰোগৰ ইতিহাস অনুসন্ধান কৰি লিপিবদ্ধ কৰা উচিত।

- পৰীক্ষা কৰি ইতিহাস লিপিবদ্ধ কৰোতে পৃথক কোঠা ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে। যাতে ৰোগীৰ সৈতে হোৱা কথোপকথন আনে নুশুনে বা তেনে প্ৰক্ৰিয়া দেখা নাপায়।
- চকুত চকু থৈ তেনে ব্যক্তিক তেওঁলোকৰ ওজৰ-আপত্তি ব্যক্ত কৰাৰ বাবে উৎসাহিত কৰিব লাগে। এইক্ষেত্ৰত মনোযোগেৰে ক্লায়েণ্টৰ কথা শুনিব লাগে।
- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. ক্লায়েণ্টসকলৰ কথা-বতৰাৰ মাজৰ পৰাই তেওঁলোকৰ গাত সংক্ৰমণ থকা-নথকাৰ কথা বুজিবলৈ যত্ন কৰিব লাগে। কিয়নো, বহু ক্লায়েণ্টে লাজৰ বাবেই সম্পূৰ্ণকৈ খুলি সমস্যাবোৰ নক'বও পাৰে।
- গৰ্ভাৱস্থাৰ যত্ন আৰু পৰিয়াল-পৰিকল্পনাৰ বাবে অহা ক্লায়েণ্টসকলক খৰচি মাৰি তেওঁলোকৰ স্বাস্থ্য সংক্ৰান্তীয় অসুবিধাবোৰ ব্যক্ত কৰোৱাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিব লাগে।
- ক্লায়েণ্টৰ যৌনসংগীক পতিয়ন নিয়াব লাগে যে মাথো যৌনসংগমেৰেহে এচ. টি. আই.সকলো সময়তে নিবিয়পে। কিন্তু, অস্বাস্থ্যকৰ পৰিৱেশ-পৰিস্থিতিত ব্যক্তি এগৰাকীয়ে ইয়াক আহৰণ কৰিব পাৰে। ক্লয়েণ্টৰ সংগীৰ পৰা সহায়-সহযোগিতা প্ৰাপ্তিৰ বাবেই এনে কাৰ্য অত্যন্ত আৱশ্যকীয়।
- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সন্দৰ্ভত সাধাৰণতে ব্যৱহৃত আৰু সাংস্কৃতিকভাৱে যথোচিত বুলি বিবেচিত প্ৰসংগ আৰু নামবাচক শব্দবোৰৰ সম্পৰ্কে সজাগতা বৃদ্ধি।

ৰোগৰ ইতিহাস লিপিবদ্ধ কৰোতে সংগ্ৰহ কৰিবলগীয়া কেতবোৰ তথ্য ঃ

- **সাধাৰণ তথ্য ঃ** ইয়াৰ অন্তৰ্গত তথ্যবোৰ হৈছে বয়স, লিংগ, ঠিকনা, বিবাহিত নে অবিবাহিত, ল'ৰা-ছোৱালীৰ সংখ্যা, জীৱিকা, জন্ম নিৰোধক ব্যৱহাৰ কৰে নে নাই, শেহতীয়া মাহেকীয়া ৰক্তস্ৰাৱৰ তাৰিখ, যৌন সংগীৰ (এক বা একাধিক) বিষয়ে খতিয়ান আদি।
- **বৰ্তমানৰ অসুস্থতা ঃ** লক্ষণসমূহ, কেতিয়াৰ পৰা নিৰ্দিষ্ট অসুবিধাই দেখা দিছে, পূৰ্বে চিকিৎসা গ্ৰহণৰ তথ্য আৰু সেই চিকিৎসাৰ প্ৰতি ক্লায়েণ্টৰ সঁহাৰিৰ মাত্ৰা কেনেকুৱা।
- **চিকিৎসাৰ ইতিহাস ঃ** আগতে এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. হৈছিল নেকি? অন্য ৰোগ, ড্ৰাগচ ব্যৱহাৰৰ ফলত খজুৱতি হোৱাৰ অতীত উদাহৰণ আছে নেকি বিচাৰ কৰা।
- **যৌনকাৰ্য সম্পৰ্কীয় ইতিহাস ঃ** বৰ্তমান যৌন কাৰ্যত সক্ৰিয়ভাৱে লিপ্ত হয় নে নহয়, প্ৰথম যৌন সংগমৰ সময়ত বয়স, নতুন সংগী, বিপদজনক যৌন আচৰণ, কেনে যৌনকৰ্মৰ প্ৰতি আগ্ৰহী (সমকামী নে পুৰুষ-নাৰী উভয়ৰে সৈতে যৌনসংগম কৰে)।

মহিলাৰ ক্ষেত্ৰত জড়িত বিপদৰ পৰ্যালোচনা ঃ

- পতি / সংগীগৰাকী বিভিন্ন স্থানত জীৱিকা সূত্ৰে ঘূৰি ফুৰা বা তেওঁ বহুতো অন্য সংগীৰে যৌন সম্পৰ্ক ৰক্ষা কৰে।

- যৌনকৰ্মী হয় নে নহয়?
- পতি / সংগীৰ যদি এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. থাকে।

পুৰুষৰ ক্ষেত্ৰত জড়িত বিপদৰ পৰ্যালোচনা ঃ

- বহুসংগীৰে যৌনাচাৰ কৰোতে বা এইক্ষেত্ৰত বেপেৰোৱা আচৰণৰ ব্যক্তিসকল।
- ট্ৰাক চালক / প্ৰব্ৰজনকাৰী শ্ৰমিক।
- পত্নী / সংগীৰ গাত যদি এচ. টি. আই. থাকে।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সম্পৰ্কে ৰোগ / সংক্ৰমণৰ ইতিহাস লিপিবদ্ধকৰণৰ সময়ত সন্মুখীন হোৱা কেতবোৰ সাধাৰণ সমস্যা ঃ

- স্বাস্থ্যকৰ্মীৰ সৈতে কম সময় কটোৱা।
- যৌনকাৰ্য সম্পৰ্কে কথাপাতিবলৈ স্বাস্থ্যকৰ্মী / ৰোগীৰ সংকোচ।
- স্বাস্থ্যকৰ্মী যদিহে ৰোগীৰ বিপৰীত লিংগৰ হয়।

বিপদসংকুলতাক ধৰা পেলোৱাৰ প্ৰক্ৰিয়াক এইদৰে অধিক বিকশিত ৰূপ দিব পাৰি—

- গোপনীয়তা সুনিশ্চিতকৰণেৰে।
- অঞ্চল আৰু পৰিস্থিতিৰ প্ৰয়োজন অনুসৰি নিৰ্দিষ্ট প্ৰশ্ন সোধাৰ জৰিয়তে।
- ক্লায়েণ্টসকলক আত্ম-পৰ্যালোচনা কৰাত সহায় কৰা।

এচ. টি. আই. (যৌনাংগত হোৱা সংক্ৰমণ)ৰ লক্ষণবোৰৰ তালিকা ঃ

পুৰুষসকলৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰযোজ্য

- লিংগৰ পৰা পুঁজ ওলোৱা।
- বাৰে বাৰে প্ৰস্ৰাৱ লগা আৰু প্ৰস্ৰাৱৰ সময়ত জ্বলন।
- যৌনাংগত ঘাঁ হোৱা।
- অণ্ডাশয় ফুলি উঠা।
- কৰঙণৰ চুক ফুলি উঠা।
- বন্ধ্যাত্ব বা অনুৰ্বৰতা।

মহিলাৰ ক্ষেত্ৰত

- অস্বাভাৱিকভাৱে যোনীপথেৰে স্ৰাৱ ওলোৱা (অত্যাধিক মাত্ৰা, গোন্ধত অস্বাভাৱিকতা, ৰঙচুৱা হোৱা আদি)।
- যৌনাংগত ঘাঁ হোৱা, ৰঙা পৰা।

- প্ৰস্ৰাৱ কৰোতে জ্বলন, বাৰে বাৰে প্ৰস্ৰাৱ লগা।
- তলপেটত বিষ।
- অনিয়মিত মাহেকীয়া, ডাইচমে'নৰিয়া, মেন'ৰাগিয়া ইত্যাদি হোৱা।
- বন্ধ্যাত্বতা বা অনুৰ্বৰতা।
- অবচ্‌টেট্ৰিক্ আৰু গৰ্ভনিৰোধকৰ ইতিহাসত আওল লগা।

অতি বিপদসংকুল যৌন আচৰণবোৰ নিম্নোক্ত প্ৰশ্নৰে ঠিৰাং কৰিব পাৰি ঃ

সকলো কিশোৰ-কিশোৰীৰ ক্ষেত্ৰত—

- তুমি বাৰু যিকোনো ধৰণৰ যৌনকাৰ্যত লিপ্ত হৈ পাইছানে?
- যদিহে তুমি যৌন কাৰ্যত অভ্যস্ত, তেন্তে অবিৰতভাৱে কনডম ব্যৱহাৰ কৰানে?
- তোমাৰ গাত যৌনাচাৰেদি বিয়পা কোনো সংক্ৰমণ আহিব পাৰে বুলি কিবা সন্দেহ হৈছে নেকি? যদিহে তেনে সন্দেহ হৈছে, তেন্তে তাৰ কাৰণ কি?
- কোনো পুৰুষ, মহিলা, সমকামী বা পুৰুষ মহিলা উভয়ৰে সৈতে যৌনাচাৰ কৰা কাৰোবাৰ সৈতে তোমাৰ বাৰু যৌনমিলন হৈছে নেকি?
- তুমি বা তোমাৰ সংগীৰ একাধিক অন্য সংগীৰ সৈতে যৌনাচাৰৰ অভিজ্ঞতা আছে নেকি?
- তোমাৰ (এক বা একাধিক) সংগীৰ বাৰু যৌনাংগত কিবা সংক্ৰমণ আছে নেকি? যদিহে আছে সেয়া কোনবিধ সংক্ৰমণ?
- অতি বিপদসংকুল যৌন আচৰণ, যেনে- গুহ্যদ্বাৰেদি সংগমৰ দৰে কাৰ্যত তুমি লিপ্ত হৈছা নেকি?
- যৌনাচাৰত প্ৰতিবাৰে তুমি কনডম ব্যৱহাৰ কৰানে? নে মাথো মাজে মাজে ব্যৱহাৰ কৰা?

এচ. টি. আই.ৰ ইতিহাস সন্দৰ্ভত ঃ

- অতীজত কেতিয়াবা বাৰু তোমাৰ যৌনাংগত কিবা সংক্ৰমণ হৈছিল নেকি? যিটোক আমি যৌনাচাৰেদি বিয়পা বুলি গণ্য কৰিব পাৰো? যদিহে তেনেকুৱা ইতিহাস আছে, অনুগ্ৰহ কৰি বৰ্ণনা দিবা নে?

এচ. টি. আই.ৰ চিকিৎসা ইতিহাস সন্দৰ্ভত ঃ

- অতীজত কোনো যৌনাংগৰ সংক্ৰমণৰ বাবে তোমাক কিবা চিকিৎসা দিয়া হৈছিল নেকি? কোনে সেই সেৱা প্ৰদান কৰিছিল? (প্ৰশিক্ষিত / অপ্ৰশিক্ষিত ব্যক্তি)
- তোমাৰ সংগীয়েও একেসময়তে চিকিৎসা সেৱা লাভ কৰিছিল নে?
- অতীজত তোমাৰ সংগীয়ে যৌনাংগত হোৱা সংক্ৰমণৰ কোনো চিকিৎসা বিধান লৈছিল নেকি? কাৰ পৰা লৈছিল? (প্ৰশিক্ষিত / অপ্ৰশিক্ষিত ব্যক্তি)

বেজীৰে ড্ৰাগচ্ লওতাসকলৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰযোজ্য প্ৰশ্ন ঃ

- তুমি বাৰু দেহত কোনো নিচাযুক্ত দ্ৰব্য গ্ৰহণ কৰা নেকি? (যদিহে কৰা, তেন্তে বেজী বা তেনে সামগ্ৰী কেতিয়াবা ব্যৱহাৰ কৰিছা নেকি?)
- দেহত বাহ্যিক দ্ৰব্য প্ৰৱেশ কৰোৱাই নিচামগ্ন হোৱা কোনোবা ব্যক্তিৰ সৈতে তুমি বাৰু কেতিয়াবা যৌনকাৰ্যত লিপ্ত হৈছা নেকি?

২। প্ৰেৰণ (উন্নত চিকিৎসাৰ বাবে) ঃ

কেতিয়া এগৰাকী ৰোগীক প্ৰেৰণ কৰিব লাগে ঃ

- যদিহে ৰোগৰ ইতিহাসে এইচ. আই. ভি. / এইড্ছকে ধৰি তেওঁৰ গাত এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই থকা বুলি সূচিত কৰে।
- ৰোগীগৰাকীৰ যদি এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. থকা বুলি আগৰ পৰাই জনা যায় আৰু সম্প্ৰতি পুনৰবাৰ সংক্ৰমণত আক্ৰান্ত হৈছে।
- যদিহে ক্লায়েণ্টৰ সংগীৰ এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. থকাৰ ইতিহাস আছে।
- যদিহে ক্লায়েণ্টৰ সৈতে বিপদজনক যৌন আচৰণ জড়িত হৈ থাকে।
- যদিহে এ. এন. চি. ঘটনাবোৰৰ সৈতে সংক্ৰমণৰ লক্ষণ জড়িত হৈ থাকে।
- যদিহে সদ্য গৰ্ভপাতৰ ইতিহাস থাকে আৰু ক্লায়েণ্টৰ পেটত বিষ বা জ্বৰ হয়।
- প্ৰসৱ কৰি উঠা মহিলা, যাৰ গাত সংক্ৰমণৰ লক্ষণ দেখা যায়।

এগৰাকী ৰোগীক ক'লৈ প্ৰেৰণ কৰিব লাগে ঃ

- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. চিকিৎসাৰ ব্যৱস্থাপনা সম্বলিত ওচৰৰ কেন্দ্ৰলৈ প্ৰেৰণ কৰিব লাগে। যেনে- প্ৰাথমিক স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰ, গ্ৰামীন চিকিৎসালয়, জিলা চিকিৎসালয়।
- স্বেচ্ছাই এইচ. আই. ভি. / এইড্ছ পৰীক্ষা কৰাবলৈ আই. চি. টি. চি. কেন্দ্ৰলৈ প্ৰেৰণ।

কেনেকৈ ৰোগীক উচ্চ চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰা হয় ঃ

- ৰোগীৰ সমস্ত ইতিহাস, লক্ষণ, ৰোগৰ চিনাক্তকৰণ সম্পৰ্কে বিতং তথ্যৰ সৈতে প্ৰেৰণ কৰিব লাগে।
- কেন্দ্ৰৰ সঠিক ঠিকনা, দিশ জনাইহে ৰোগীক সেই স্থানলৈ প্ৰেৰণ কৰিব লাগে।
- প্ৰেৰণৰ নিৰ্দেশনা সম্বলিত 'স্লিপ্' বা বিভাগীয় পত্ৰ ৰোগীৰ হাতত দিব লাগে।
- ৰোগীৰ সংগীও তেওঁৰ সৈতে যাতে যায় তাৰ প্ৰতি গুৰুত্ব দিব লাগে।
- ৰোগীয়ে যাতে পুনৰাই চিকিৎসা কেন্দ্ৰলৈ গৈ অগ্ৰগতিৰ খতিয়ান দিব পাৰে সেই সম্পৰ্কে তেওঁক পৰামৰ্শ দিব লাগে।

- ৰোগীয়ে তেওঁৰ পুৰণি চিকিৎসা সম্পৰ্কীয় সকলো তথ্যপাতি লগত নিব লাগে।

৩। সংগীৰ ব্যৱস্থাপনা ঃ

সংগীৰ ব্যৱস্থাপনা মানে কি ?

ই হৈছে কেতবোৰ কাৰ্যৰ সমষ্টি, যিবোৰেদি এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. চিনাক্ত হোৱা ব্যক্তিৰ সংগীসকলক সংক্ৰমণৰ ভয়াবহতা, বিয়পিব পৰাৰ সম্ভাৱনা আদিৰ বিষয়ে অৱগত কৰি পৰীক্ষাৰ বাবে আগুৱাই আহিবলৈ পৰামৰ্শ দিয়া হয়। যথোচিত সময়ত সংগীৰ ব্যৱস্থাপনাই নিম্নোক্ত উদ্দেশ্যসমূহত সহায় কৰে—

- পুনৰ সংক্ৰমণ প্ৰতিৰোধ।
- সংক্ৰমিত সংগীৰ পৰা ৰোগ বিয়পাত বাধা দান।
- চিকিৎসাৰ বাবে আগুৱাই আহিব নিবিচৰা আৰু গাত ৰোগৰ লক্ষণ দেখা নিদিয়া ব্যক্তিসকলকো সংক্ৰমণ ধৰা পেলোৱাত সহায় কৰে।

সংগী-ব্যৱস্থাপনাৰ কেতবোৰ সাধাৰণ নীতি ঃ

- যদিও গাত এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. থকাৰ কোনো লক্ষণ ফুটি নুঠে, তথাপি সেই সংক্ৰমণত আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ সংগীক উচ্চ সুবিধা সম্পন্ন কেন্দ্ৰলৈ প্ৰেৰণ কৰিব লাগে।
- এনে কেতবোৰ সংক্ৰমণে অস্বাস্থ্যকৰ অভ্যাসৰ বাবেও ব্যক্তিৰ গাত আক্ৰমণ কৰিব পাৰে বুলি দম্পত্তিবোৰক বুজাই দিব লাগে। অপৰিষ্কাৰ শৌচাগাৰ, সাতোৰা স্থান, গামোচা আদিৰ ব্যৱহাৰৰ পৰাও এই সংক্ৰমণবোৰ হ'ব পাৰে।
- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. কেতিয়াও আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ সংগীক চিকিৎসা নকৰাকৈ আৰোগ্য কৰিব নোৱাৰি। কিয়নো, যৌনক্ৰিয়াৰ ফলত পুনৰ সংক্ৰমণ হোৱাৰ নিশ্চিত সম্ভাৱনা থাকে। ইয়াৰ ফলত একেসময়তে দুয়ো সংগীৰেই আৰোগ্যতা নিশ্চিত হৈ পৰে।
- দুই তৰপীয়া আঁচনি গ্ৰহণ কৰিব পাৰি যাতে প্ৰথমে ক্লায়েণ্টক তেওঁৰ সংগীৰে নিজে যোগাযোগ কৰিবলৈ কোৱা হয়। যদিহে এক বা দুই সপ্তাহত সংগীয়ে সহাঁৰি নিদিয়ে, তেন্তে স্বাস্থ্যকৰ্মীয়ে তেওঁক বিচাৰি উলিওৱাৰ প্ৰয়াস কৰিব পাৰে।

টোকা ঃ সংগীক বিচাৰি উলিওৱাৰ প্ৰয়াস কৰিব লাগে যদিও তেওঁক চিকিৎসা কৰাৰ সন্দৰ্ভত ৰোগীকেই সিদ্ধান্ত ল'বলৈ দিব লাগে।

সংগী ব্যৱস্থাপনাৰ কেতবোৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ প্ৰসংগ ঃ

- **গোপনীয়তা ঃ** সংগীসকলক গোপনীয়তা ৰক্ষা সম্পৰ্কে নিশ্চয়তা প্ৰদান কৰিব লাগে। বহুসময়ত সংগীসকলে চিকিৎসাসেৱা গ্ৰহণ কৰিব নোখোজে। কিয়নো, ইয়াৰ দ্বাৰা তেওঁলোকৰ বিষয়ে সকলোৱে জানিব পাৰে

বুলি ভয় কৰে। গোপনীয়তাৰ নিশ্চয়তাই সংগী ব্যৱস্থাপনাত নিশ্চিতভাৱে সহায় কৰে।

- **স্বেচ্ছাই অৱগতকৰণ ঃ** চিনাক্ত হোৱা ক্লায়েণ্টক চিকিৎসা দিয়াৰ ক্ষেত্ৰত স্বাস্থ্যকৰ্মীয়ে কোনো পূৰ্ব চৰ্ত আৰোপ কৰা উচিত নহয়। স্বাস্থ্যকৰ্মীয়ে ক্লায়েণ্টক বহুবাৰ লগ ধৰি সংগীকো চিকিৎসা প্ৰদানৰ প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে বুজাই পতিয়ন নিয়াব লাগে।
- **লিংগ বৈষম্যতা ঃ** স্বাস্থ্যকৰ্মীয়ে বুজি পোৱা উচিত যে প্ৰচলিত লিংগ-বৈষম্যমূলক সামাজিক ব্যৱস্থাত মহিলাই বহুসময়ত পতি / সংগীক সংক্ৰমণ মুক্তকৰণৰ ব্যৱস্থালৈ অনাৰ কথা কোৱাত অসুবিধাবোধ কৰিব পাৰে।
- **চিকিৎসা সেৱাৰ পৰ্যাপ্ততা ঃ** এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ চিনাক্তকৰণ আৰু চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় সেৱাসমূহে পৰ্যাপ্তভাৱে সকলো সংগীক উপকৃত কৰিব পৰা বাঞ্চনীয়।

সংক্ৰমিত ব্যক্তিৰ সংগী ব্যৱস্থাপনাত প্ৰয়োজনীয় পদক্ষেপ ঃ

- **চিনাক্ত হোৱা ক্লায়েণ্টৰ দ্বাৰা সংগীক চিকিৎসা সেৱা ব্যৱস্থালৈ অনা ঃ**

এই পদক্ষেপ অত্যন্ত কাৰ্যক্ষম বুলি বিবেচনা কৰা হয়। কিয়নো, প্ৰক্ৰিয়াটোত কোনো অতিৰিক্ত বা বাহিৰৰ মানুহক জড়িত কৰিবলগীয়া নহয়। ইয়াত বিশেষ খৰচ-নহয় আৰু সংগীৰ চিনাক্তকৰণৰ প্ৰয়োজনীয়তা নাথাকে। এই পদক্ষেপৰ ভিতৰত ক্লায়েন্তৰ জৰিয়তেই তেওঁৰ সকলো সংগীক চিকিৎসা সেৱা আগবঢ়োৱা কাৰ্যাৱলীক সামৰি লোৱা হয়।

- **স্বাস্থ্যকৰ্মীৰ জৰিয়তে ক্লায়েণ্টৰ সংগীক চিকিৎসা ব্যৱস্থাৰ আওতালৈ অনা ঃ**

এই পদক্ষেপত স্বাস্থ্যকৰ্মীয়ে ক্লায়েণ্টৰ সংগীক "পাটনাৰ নঠিফিকেচন্ বডি'ৰ জৰিয়তে যোগাযোগ কৰে। ক্লায়েণ্টে যোগান ধৰা তথ্যক গোপনীয়তাৰে ব্যৱহাৰ কৰি তেওঁৰ এক বা একাধিক সংগীক পোনপটীয়াকৈ যোগাযোগ কৰা হয়। এই পদ্ধতিত অতিৰিক্ত কৰ্মীৰ প্ৰয়োজন হয় আৰু ই যথেষ্ট ব্যয়বহুল।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সম্পৰ্কে ক্লায়েণ্টক শিক্ষাদান ঃ

এচ. টি. আই. আৰ. টি. আই. ব্যৱস্থাপনাৰ ক্ষেত্ৰত ক্লায়েণ্টক শিক্ষা দিয়াটোক সবাতোকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ বুলি বিবেচনা কৰা হয়। বিভিন্ন এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই, সেইবোৰৰ অনুমোদিত চিকিৎসা, সংগী, উচ্চ চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ, প্ৰতিৰোধ, বিপদৰ সম্ভাৱনা হ্ৰাসকৰণ, ব্যৱহাৰিক পৰিৱৰ্তন আদি সকলোবোৰ দিশ ইয়াত সন্নিৱিষ্ট হৈ থাকে। এইক্ষেত্ৰত পষ্টাৰ, ভিডিঅ', সচিত্ৰ পুষ্টিকা আদিক আহিলা হিচাপে ব্যৱহাৰ কৰা হয়। ইয়াৰ বাবে সকলো কৰ্মীবৃন্দক জড়িত কৰিব লাগে। ক্লায়েণ্টক শিক্ষিতকৰণ প্ৰক্ৰিয়াত কৌশলী বুজোৱাৰ অৰ্হতা থকা অতিকৈ বাঞ্চনীয়।

ক্লায়েণ্টে কি জানিব লাগে?

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ প্ৰতিৰোধ ঃ

- বিপদৰ সম্ভাৱনা হ্ৰাস।

- নিৰবচিন্ন আৰু যথোচিতভাৱে কনডম ব্যৱহাৰ কৰা। কনডম পৰ্যাপ্তভাৱে ৰখাৰ প্ৰয়োজনীয়তা।
- সংগীৰ সংখ্যা হ্ৰাস কৰা।
- গুপ্তাংগক কতো প্ৰৱেশ নকৰোৱাকৈ যৌন সুখ লোৱাৰ বিকল্প উপায়ৰ সন্ধান।
- আলোচনা কৰাৰ কৌশল আয়ত্ব কৰা।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সম্পৰ্কে শিক্ষা ঃ

- কেনেকৈ সেইবোৰ মানুহৰ মাজত বিয়পে
- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ সংস্পৰ্শলৈ অহাৰ ফলাফল।
- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. আৰু এইচ. আই. ভি.ৰ মাজৰ সম্পৰ্ক

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ চিকিৎসা

- কেনেকৈ ঔষধ গ্ৰহণ কৰিব লাগে তাৰ শিক্ষা
- কোনবোৰ লক্ষণ দেখা দিলে পুনৰাই স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰলৈ অহা উচিত
- সংগীক চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ তথা চিকিৎসাদানৰ গুৰুত্ব

অৰ্থপূৰ্ণ ক্লায়েন্ট-শিক্ষাৰ নীতিবোৰ ঃ

- ক্লায়েন্টৰ অনুভূতিবোৰক সন্মান জনাই মনোযোগেৰে তেওঁৰ কথাবোৰ শুনা উচিত আৰু যথেষ্ট সময় দিয়া বাঞ্চনীয়।
- এই প্ৰক্ৰিয়া সম্পূৰ্ণৰূপে ক্লায়েন্টকেন্দ্ৰিক।
- ভিন্ন ক্লায়েন্ট, যেনে- কিশোৰ, পুৰুষ, নাৰী, বিবাহিত, অবিবাহিতৰ বাবে ভিন্ন বাৰ্তা সম্বলিত পৰামৰ্শ দিয়া হয়।
- প্ৰক্ৰিয়াটোত তিনি ধৰণৰ শিকনি জড়িত হৈ থাকে। সেয়া হৈছে- অনুমান, অনুভূতি আৰু কাৰ্যৰূপ (ক'গনাইটিঙ, চাইক'-মট'ৰ আৰু এফেʼʼভ)।
- বিভিন্ন পন্থা ব্যৱহাৰ কৰা হয় (চকু, কান আৰু মুখামুখি / দৃশ্য-শ্ৰাব্য, পাৰস্পৰিক আলোচনা আদি)
- বাৰ্তাবোৰ চকু, কাণ আৰু মুখামুখি অভিব্যক্তিৰে প্ৰেৰণ কৰা হয়।

নিৰাপদ যৌনাচাৰ সম্পৰ্কে শিক্ষা ঃ

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. প্ৰতিৰোধৰ এক কাৰ্যক্ষম উপায় হৈছে নিৰাপদ যৌন আচৰণ অভ্যাস কৰা। ইয়াৰ দ্বাৰা এচ. টি. আই. আৰু এইচ. আই. ভি. এজনৰ পৰা আন এজন ব্যক্তিলৈ সোঁচৰাত বাধা দিব পাৰি। ক্লায়েন্টক শিক্ষাদানৰ ই হৈছে এক এৰাব নোৱাৰা অংগ।

নিৰাপদ যৌনাচাৰ কি ?

ইয়াৰ অৰ্থ হৈছে— সেই সাৱধানতাবোৰ গ্ৰহণ, যিবোৰে এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণকে ধৰি এচ. টি. আই.

গ্ৰহণ বা সোঁচৰোৱাত বাধা দিয়ে। নিৰাপদ যৌনাচাৰে এজন ব্যক্তিৰ দেহৰ জৈৱিক ৰস তেওঁৰ সংগীৰ দেহত প্ৰৱেশ কৰাত বাধা দিয়ে।

কেতবোৰ নিৰাপদ যৌন অভ্যাস ঃ

- দুগৰাকী সংক্ৰমণমুক্ত সংগীৰ মাজত বিশ্বাসযোগ্যতাৰে সম্পৰ্ক ৰক্ষা কৰা।
- যৌনসংগীৰ সংখ্যা হ্ৰাস কৰা।
- সংগমৰ সময়ত প্ৰতিবাৰেই কনডমৰ দৰে কোনো বাধাৰ প্ৰাচীৰ ব্যৱহাৰ কৰা।
- চুমা, সাৱতা, ঘৰ্ষণ আৰু হস্তমৈথুনৰ দৰে দেহৰ অভ্যন্তৰলৈ প্ৰৱেশ নকৰা পদ্ধতিৰে যৌনসুখ লোৱাৰ প্ৰয়াস কৰা।
- এজনৰ গাত এচ. টি. আই.ৰ লক্ষণে দেখা দিলে আনজনে যৌন মিলনৰ পৰা নিজকে বাৰণ কৰিব লাগে।

যৌন সম্পৰ্ক বিপদসংকুল কৰা কেতবোৰ অভ্যাস ঃ

- অসুৰক্ষিতভাৱে যোনী পথেৰে কৰা সংগম। য'ত কোনোবা এজন সংগী সংক্ৰমিত হ'লেও আনজনে নাজানে।
- এচ. টি. আই.ৰ লক্ষণযুক্ত সংগীৰে যৌনসংগম কৰা।
- বহুসংগীৰে যৌন সম্পৰ্ক।
- মুখ বা গুহ্যদ্বাৰেদি অসুৰক্ষিত যৌনসংগম
- যৌনাচাৰৰ সময়ত সুৰা বা ড্ৰাগচৰ ব্যৱহাৰ
- ড্ৰাগচ বেজীৰে লোৱা ব্যক্তিৰ সৈতে যৌন সংগম কৰা।
- যোনীত বাহ্যিক দ্ৰব্য / বস্তুৰ ব্যৱহাৰ কৰা।

নিৰাপদ যৌন আচৰণৰ নিৰ্দেশনা সম্পৰ্কে ক্লায়েণ্টক অৱগত কৰাৰ নিৰ্দেশনা ঃ

- অসংক্ৰমিত আৰু বিশ্বাসযোগ্য সংগীৰ বাহিৰে অন্যৰ সৈতে প্ৰতিবাৰ যৌন মিলনৰ সময়ত কনডম ব্যৱহাৰ কৰা।
- যোনী শুকান হৈ থাকোতে কেতিয়াও যৌন সংগম কৰিব নালাগে। এনে অভ্যাস ত্যাগ কৰা উচিত। ইয়াৰ ফলত যোনীৰ ছাল ফাটিব পাৰে।
- গুহ্যদ্বাৰেদি যৌনসংগমৰ অভ্যাস ত্যাগ কৰিব লাগে। অন্যথাই পিছল কনডম ব্যৱহাৰ কৰা উচিত, যাতে কোনো আঘাট সৃষ্টি নহয়। এই প্ৰক্ৰিয়াৰে এইচ. আই. ভি. সোঁচৰাত বাধা দিব পাৰি।
- যৌনসুখ লাভৰ বাবে চুমা, অংগস্পৰ্শ, হস্তমৈথুনতেই সীমাবদ্ধ থকাৰ প্ৰয়াস কৰা উচিত।
- পুৰুষ বা মহিলাৰ ব্যৱহাৰোপযোগী কনডমৰ সৈতেহে মুখত যৌনক্ৰিয়া কৰা উচিত।
- কোনোবা এগৰাকী সংগীৰ যৌনাংগত ঘাঁ বা অস্বাভাৱিক দ্ৰব্য নিৰ্গত হ'লে আনজনে যৌন মিলনৰ পৰা বিৰত থাকিব লাগে।

নিৰাপদ যৌন সংগম সম্পৰ্কে ক্লায়েণ্টৰ সৈতে ভাব বিনিময়ৰ নিৰ্দেশানা ঃ

- **নিৰাপত্তাৰ ওপৰত আলোকপাত ঃ**

  এইক্ষেত্ৰত ঐক্যমতত উপনীত হোৱা সহজ কিয়নো দুয়োগৰাকী সংগী ইয়াৰ দ্বাৰা উপকৃত হয়।

- **উদাহৰণৰ ৰূপত অন্য মানুহৰ নাম লওক ঃ**

  আনে নিৰাপদে যৌন মিলনত প্ৰবৃত্ত হোৱাৰ উদাহৰণে সংশ্লিষ্ট বিষয়টোৰ ওপৰত ক্লায়েণ্ট আৰু সংগীক আলোচনা কৰাত সহজ কৰে।

- **প্ৰয়োজন সাপেক্ষে সহায় লওক ঃ**

  ক্লায়েণ্টৰ সংগীৰ সৈতে নিৰাপদ যৌন সম্পৰ্কৰ বিষয়ে কথা পাতিবলৈ প্ৰয়োজন সাপেক্ষে বিশ্বাসী অন্য ব্যক্তিকো আমন্ত্ৰণ জনাব পাৰে। এই পদক্ষেপে প্ৰক্ৰিয়াটোক সহজ কৰিব পাৰে।

কনডমৰ গুৰুত্ব আৰু ইয়াৰ সঠিক ব্যৱহাৰৰ কৌশল ঃ

কনডম হৈছে এবিধ গৰ্ভনিৰোধক আৰু ই ৰবৰেদি নিৰ্মিত (পলিয়ুৰেথেম্)। ইয়াক ভেদ কৰি শুক্ৰানু, এইচ. আই. ভি. বা এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সংগীৰ দেহত সোমাব নোৱাৰে। গতিকে, ই দ্বৈত-নিৰাপত্তা প্ৰদান কৰে। এফালেদি অপ্ৰয়োজনীয় গৰ্ভধাৰণত বাধা দিয়ে আৰু আনফালেদি এইচ. আই. ভি., এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সোঁচৰাত বাধা দিয়ে।

গতিকে, উল্লেখিত সংক্ৰমণবোৰ ৰোধৰ উদ্দেশ্যে কনডমৰ ব্যৱহাৰ আৰু পৰ্যাপ্ততাত গুৰুত্ব দিব লাগে। সকলো স্বাস্থ্য সেৱা প্ৰতিস্থানত ঔষধৰ লগতে পৰ্যাপ্ত পৰিমাণে কনডম থকা বাঞ্চনীয়। ক্লায়েণ্টক যথোচিতভাৱে ঔষধ আৰু চিকিৎসা বিধানবোৰ মনাৰ লগতে কনডম নিৰচিন্নকৈ ব্যৱহাৰৰ প্ৰয়োজনীয়তা বুজাই দিয়াৰ তীব্ৰ গুৰুত্ব আছে।

এই বিষয়ে বিতং জ্ঞান লাভৰ উদ্দেশ্যে পঞ্চম অধ্যায়ৰ “এইচ. আই. ভি. বিয়পাত বাধা” সংক্ৰান্তীয় বিষয়বস্তু পঢ়ক।

আই. চি. টি. চি.বোৰৰ এচ. টি. আই. প্ৰতিৰোধ আৰু ব্যৱস্থাপনাত ভূমিকা ঃ

এই সমন্বিত পৰামৰ্শ আৰু পৰীক্ষণ কেন্দ্ৰবোৰত এচ. টি. আই. ক্লায়েণ্টসকলে এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছ সম্পৰ্কে সামগ্ৰীক আৰু নিখুটভাৱে সকলো প্ৰয়োজনীয় তথ্য লাভ কৰিব পাৰে। এই সমন্বিত কেন্দ্ৰবোৰত সকলো পৰামৰ্শদাতা, লেবৰেটৰী টেকনিচিয়ান আদিয়ে সংযুক্তভাৱে পৰ্যায়ভেদে এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই., এইচ. আই. ভি., টি. বি. আদি প্ৰতিটো শিতানতে ক্লায়েণ্টে বিচৰা সেৱা প্ৰদান কৰিব পৰাকৈ সুসজ্জিত হৈ থাকে। এই সুবিধা সম্পন্ন ব্যৱস্থাই ক্লায়েণ্ট আৰু দেহত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা লোকসকলক ভয়ৰ পৰা মুক্ত কৰি সামাজিক বৈষম্য অবিচাৰ আদিৰ মেৰপেচৰ বাহিৰলৈ আনি চিকিৎসা গ্ৰহণেৰে নতুন জীৱনৰ সন্ধানত সহায় কৰে।

এচ. টি. আই. সংক্ৰান্তীয় ব্যৱস্থাপনাত নিম্নোক্ত দিশবোৰত গুৰুত্ব দিয়াৰ ওপৰত পৰামৰ্শ দিয়া হয়

- সকলো এচ. টি. আই. ক্লায়েণ্টক পৰীক্ষাপূৰ্ব পৰামৰ্শৰ পাছত এইচ. আই. ভি. সন্ধানী পৰীক্ষণ কৰোৱা হয়। এইক্ষেত্ৰত ক্লায়েণ্টৰ অনুমতি লৈহে আগুৱাব লাগিব। গোপনীয়তা ৰক্ষাৰ নিশ্চয়তা প্ৰদানত সফল হ'ব লাগিব। পৰামৰ্শদাতা উপস্থিত থাকিলে এচ. টি. আই. ক্লিনিকতো এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰোৱাব পাৰি। অথবা ওচৰৰ আই. চি. টি. চি.লৈ ক্লায়েণ্টক প্ৰেৰণ কৰিব পাৰি।
- কিছুমান এচ. টি. আই.ৰ ঘটনাত এইচ. আই. ভি.ৰ উপস্থিতিও ধৰা পৰে। এনেক্ষেত্ৰত ব্যৱহৃত চিকিৎসা তথা ঔষধ প্ৰয়োগ দীঘলীয়া সময়জুৰি চলে। এনে ক্লায়েণ্টক সুদীৰ্ঘ সময় নিৰ্দিষ্ট বিৰতিৰ মূৰত নিয়মিত পৰীক্ষা কৰি অগ্ৰগতিৰ বুজ ল'ব লাগে।
- অনুজীৱৰ বিৰুদ্ধে অত্যাধিক মাত্ৰাত "এণ্টি-মাইক্ৰ'বায়েল"- ঔষধ প্ৰয়োগ কৰা উচিত নহয়। কিয়নো ইয়াৰ ফলত এণ্টি বায়টিকৰ প্ৰতি অধিক প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা গঢ় ল'ব পাৰে।

  টোকা ঃ এচ. টি. আই.ৰ সকলো ক্লায়েণ্টৰ ক্ষেত্ৰতেই সংক্ৰমণৰ বিপদ সংকুলতা হ্ৰাসৰ পৰামৰ্শ দিয়া বাঞ্ছনীয়। সংগীসকললৈ যাতে সংক্ৰমণ নোসোচৰে তাৰ পৰামৰ্শ দিয়াটো প্ৰাথমিক কাৰ্য হিচাপে বিবেচনা কৰিব লাগে।

বিশেষ জনসমষ্টিৰ মাজত এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. প্ৰতিৰোধ

১। এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. প্ৰতিৰোধত পুৰুষৰ অংশগ্ৰহণ ঃ

বহু সময়ত সংক্ৰমণ আহৰণ কৰি অতি বিপদসংকুল গোটলৈ ইয়াক সোঁচৰোৱাত পুৰুষসকলে সংযোগী মাধ্যম বা কাৰকৰূপে কাম কৰে। অতি বিপদসংকুল গোটৰ সদস্য যেনে- যৌনকৰ্মীয়ে এইদৰে সংক্ৰমিত হৈ আনলৈ সোঁচৰায় আৰু পুৰুষসকলে পুনৰ সংক্ৰমিত হৈ তেওঁলোকৰ স্বাভাৱিক সংগীসকলকো আক্ৰান্ত কৰে। এনেকৈয়ে মাথো এজন সংগী থকা মহিলাৰ দেহলৈয়ো এচ. টি. আই. বিয়পে। প্ৰতিৰোধক বাণীবোৰ কনডমৰ সৈতে পুৰুষৰ ওচৰলৈ নিয়া আৰু সঠিককৈ তেওঁলোকৰ এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ চিকিৎসা কৰি নিয়মিত সংগীসকললৈ এনে সংক্ৰমণবোৰ সোঁচৰাত বাধা দিব পাৰি।

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. প্ৰতিৰোধ কাৰ্যসূচীত কিয় পুৰুষ জড়িত হ'ব লাগে তাৰ দুটা কাৰণ ঃ

- অন্য পুৰুষক চিকিৎসাৰ বাবে আগবাঢ়ি অহাত সহায় কৰাৰ লগতে একেটা কাৰ্য যাতে সংশ্লিষ্ট সংগীসকলৰ ওপৰতো প্ৰয়োগ কৰিব পাৰি। যিহেতু এই সংক্ৰমণবোৰৰ লক্ষণ সহজে পুৰুষৰ গাত ফুটি উঠে। গতিকে লক্ষণ নেদেখুওৱা তেওঁলোকৰ মহিলা সংগীক চিকিৎসা ব্যৱস্থাপনাৰ আওতালৈ আনিবলৈকে প্ৰক্ৰিয়াটোত পুৰুষসকল জড়িত হোৱা বাঞ্ছনীয়।
- বেপেৰোৱা আৰু বাণিজ্যিক যৌন সম্পৰ্কত জড়িত লোকসকলক এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সংক্ৰমনৰ পৰা বচোৱা আৰু ঘৰলৈ যাতে ইয়াক নিব নোৱাৰে সেই উদ্দেশ্যে কনডম ব্যৱহাৰত গুৰুত্ব দি অন্য তথ্যবোৰো

পুৰুষসকলক যোগান ধৰি এক যোগাত্মক ফলাফল লাভ কৰিব পাৰি।

সজাগতা, প্ৰতিৰোধ আৰু চিকিৎসাত পুৰুষসকলক নিয়োজিত কৰাৰ উপায়বোৰ ঃ

এইক্ষেত্ৰত বহু উপায় আছে যিবোৰেদি এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ক দূৰতে বিদূৰ কৰিব পাৰি। তলত কেতবোৰ উদাহৰণ দিয়া হ'ল—

- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. হোৱা পুৰুষসকলে যাতে প্ৰথম অৱস্থাতেই চিকিৎসা গ্ৰহণ কৰে আৰু সংগীসকলকো ইয়াৰ প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে অৱগত কৰে ইয়াৰ ৰাজহুৱা প্ৰচাৰ।
- মূল সংগীৰ বাহিৰেও অন্যৰ লগতো যৌন সম্পৰ্ক ৰক্ষাকাৰী পুৰুষসকলক কনডম যোগান।
- স্থানীয় মদিৰালয়, পান দোকান, য'ত সাধাৰণতে পুৰুষসকল সমবেত হয় তেনেস্থানত এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সম্পৰ্কে প'ষ্টাৰ লগোৱা।
- মহিলা সংগীৰ বাবে এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সম্পৰ্কে তথ্যযুক্ত নিৰ্দ্ধাৰিত ঔষধৰ টোপোলাৰ প্ৰচলন কৰোৱা।
- পুৰুষ ক্লায়েণ্টে তেওঁলোকৰ প্ৰাথমিক সংগীসকলক দিব পৰাকৈ চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ-পত্ৰ বা 'ৰেফাৰেল-কাৰ্ড' জাৰী কৰা।
- এফ. পি. / এম. চি. এইচ.বোৰৰ সেৱাক এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ প্ৰতি আগবঢ়োৱা সেৱাৰ সৈতে সংযোজিত কৰি ক্লায়েণ্টে চিকিৎসাৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰা সংগীসকলক সামৰি লোৱা।
- এ. এন. চি. সেৱাৰ বিষয়ে প্ৰচাৰ কৰা যিবোৰে গৰ্ভাৱস্থা আৰু জন্মৰ সময়ত নাৰী সংগীৰ প্ৰতি কাম্য পুৰুষৰ সহযোগিতাৰ, যথোচিত আচৰণৰ প্ৰসংগ সামৰে।
- চিফিলিচ আৰু এইড্ছৰ ওপৰত ৰাজহুৱাকৈ প্ৰচাৰেদি এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ প্ৰতিৰোধ সম্পৰ্কে আলোকপাত কৰিব লাগে। ইয়াৰ দ্বাৰা পত্নী আৰু নৱজাতকসকলক কেনেকৈ বচাব পাৰি সেয়া অৱগত কৰাৰ লগতে যৌনসংগীৰ সংখ্যা হ্ৰাস আৰু কনডম ব্যৱহাৰ কৰা সম্পৰ্কেও প্ৰচাৰ কৰিব পাৰি।
- সু-প্ৰশিক্ষিত স্বাস্থ্যকৰ্মীৰ ক্ষেত্ৰ ভিত্তিক উপস্থিতি নিশ্চিত কৰিব লাগে য'ত সংক্ৰমিত ব্যক্তিৰ উপস্থিতি নিশ্চিত।

পুৰুষসকলে এচ. টি. আই. সংক্ৰান্তীয় বাৰ্তাবোৰক গুৰুত্ব সহকাৰে তেতিয়াহে গ্ৰহণ কৰিব বুলি ধৰিব পাৰি, যেতিয়া ইয়াৰ দ্বাৰা তেওঁলোকৰ স্বাস্থ্য, উৰ্বৰতাত বিপদ হোৱাৰ লগতে পত্নী, প্ৰেমিকা আৰু সন্তানো আক্ৰান্ত হোৱাৰ ভয় থকাৰ বিষয়ে ভালকৈ উপলব্ধি কৰিব পাৰে।

পুৰুষসকলৰ ওচৰলৈ সজাগতা অভিযানক লৈ যোৱাত পাব পৰা প্ৰত্যাহ্বান আৰু কেনেকৈ সেইবোৰ পাৰ হ'ব পাৰি তাৰ উপায় ঃ

প্ৰত্যাহ্বান	**কেনেকৈ সফল হ'ব**
● মহিলাসকলে গ্ৰহণ কৰা সেৱা নিজৰ ক্ষেত্ৰটো প্ৰযোজ্য বুলি গ্ৰহণ কৰিবলৈ পুৰুষসকলে সহজবোধ নকৰে।	● মাথো পুৰুষৰ বাবে সেৱা আগবঢ়োৱা ক্লিনিক খুলিব লাগিব। অথবা, কেইঘণ্টামান সময় মাথো পুৰুষ ক্লায়েণ্টৰ বাবে সংৰক্ষিত কৰা। ● ব্যক্তিগত গোপনীয়তা ৰক্ষা সুনিশ্চিত কৰা।
● এচ. টি. আই./ আৰ. টি. আই. সম্পৰ্কে তথ্য জানিবলৈ বা চিকিৎসা সেৱা ল'বলৈ বহু পুৰুষে লাজ কৰিব পাৰে।	● সাধাৰণভাৱে ৰাজহুৱা সজাগতা বৃদ্ধি কৰা। ● ক্লিনিকলৈ অহাবোৰক ভাল সেৱা প্ৰদান কৰা যাতে, সেই অভিজ্ঞতাৰে তেওঁলোকে আনকো প্ৰেৰণ কৰে। ● ক্লিনিকলৈ অহাসকলক পৰ্যাপ্তভাৱে সকলো তথ্যৰে শিক্ষিত কৰিব। এনে কাৰ্যই তেওঁলোকক বাহিৰ জগতখনত প্ৰচাৰকৰ ভূমিকা পালনত সহায় কৰিব।
● বহু পুৰুষে তেওঁলোকৰ সংগীৰ বিষয়ে গোপনীয়তা অৱলম্বন নকৰে।	● পুৰুষ কিম্বা মহিলা উভয়ৰে বাবে ক্লিনিকৰ কথোপকথন, চিকিৎসা যাতে গোপনীয় হয় তাৰ ব্যৱস্থা কৰা। ● তেওঁলোকক পতিয়ন নিওৱা আৰু তেনে আৱৰণ মানি চলা।
● পুৰুষসকলক চিকিৎসা কৰোতে সময় লাগিব আৰু এই প্ৰক্ৰিয়াই মহিলাসকলৰ কাষৰ পৰা শিক্ষাৰ সমলবোৰ আঁতৰাই নিয়ে।	● পুৰুষ মহিলা উভয়ৰে বাবে যথেষ্ট সময় খৰচ কৰা বাঞ্ছনীয়। ● সকলো প্ৰয়োজনীয় সমল পৰ্যাপ্তভাৱে যোগাৰ কৰি ল'ব লাগে। স্বাস্থ্যকৰ্মীৰ সংখ্যাও যথোচিত হোৱা উচিত যাতে এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. / আৰ. এইচ. ক্লিনিকত সৃষ্টি হোৱা ভিৰ নিয়ন্ত্ৰণ কৰি প্ৰকৃত সেৱা প্ৰদান কৰা সম্ভৱ।
● পুৰুষসকলক চিকিৎসা কৰাৰ বাবে স্বাস্থ্য	● পুৰুষ-মহিলা উভয়ৰে প্ৰয়োজন অনুসৰি সেৱা

প্ৰত্যাহ্বান	কেনেকৈ সফল হ'ব
কৰ্মীসকলে নতুন কৌশল আয়ত্ব কৰিব লাগে।	আগবঢ়াব পৰাকৈ স্বাস্থ্যকৰ্মীসকলক প্ৰশিক্ষণ দিব লাগে। তেতিয়াহে যথোচিতভাৱে আৰ. টি. আই. / এচ. টি. আই.ৰ ব্যৱস্থাপনা কাৰ্যকৰী হ'ব।
● পুৰুষসকলক চিকিৎসা কৰিবলৈ অধিক স্বাস্থ্যকৰ্মী আৰু ভিন্ন ব্যৱস্থাৰ প্ৰয়োজন।	● মাথো পুৰুষৰ বাবে অথবা কেইঘণ্টামান পুৰুষ-ৰোগীক সেৱা আগবঢ়াব পৰা ক্লিনিক খোলা বাঞ্ছনীয়।

২। কিশোৰ-কিশোৰীৰ ক্ষেত্ৰত এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. প্ৰতিৰোধ ঃ

বিশেষকৈ কিশোৰী তথা সদ্যযৌৱনাসকল এই দুয়োবিধ সংক্ৰমণৰ দ্বাৰা বিশেষভাৱে আক্ৰান্ত হয়। কিয়নো, তেওঁলোকে সাধাৰণতে সংশ্লিষ্ট স্বাস্থ্যসেৱাৰ সুবিধাৰ পৰা কিছু দূৰৈত অৱস্থান কৰে আৰু বহুসময়ত লক্ষণ সম্পৰ্কে অৱগত নহয়। কিশোৰসকলৰ বাবে এনে বিশেষ স্বাস্থ্যসেৱা অত্যন্ত সীমিত। যৌন স্বাস্থ্য সম্পৰ্কে কিশোৰ-কিশোৰীৰ অজ্ঞতাৰ বাবেই তেওঁলোক নিৰাপদ যৌন মিলন, গৰ্ভধাৰণ আৰু এচ. টি. আই. সম্পৰ্কে অৱগত নহয়।

ভাৰতত চলোৱা বিভিন্ন অধ্যয়নৰ পৰা পোৱা তথ্যই প্ৰকাশ কৰে যে—

- কিশোৰ-কিশোৰীসকলে বিবাহপূৰ্ব যৌন সম্পৰ্কত অতি কম বয়সতেও লিপ্ত হয়।
- সম্প্ৰতি বিবাহিত পৰ্যায়ত থকা অশিক্ষিত মহিলাসকলৰ আধাতকৈ সৰহভাগেই আইনৰ দ্বাৰা স্বীকৃতি ন্যূনতম বিয়াৰ বয়সতকৈ পূৰ্বে বিয়া হোৱা। ১.৫ নিযুত ১৫ বছৰতকৈয়ো তলৰ বিয়া হোৱা ছোৱালীৰ ভিতৰত প্ৰায় ২০% ই ইতিমধ্যে মাতৃত্ব অৰ্জন কৰিছে। কম বয়সীয়া মাতৃসকলৰ ২৭% ই অৱগত কৰিছে যে গৰ্ভনিৰোধকৰ ব্যৱহাৰৰ প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে তেওঁলোক জ্ঞাত নহয়।
- এইচ. আই. ভি.কে ধৰি এচ. টি. আই.ৰ বিভিন্ন প্ৰকাৰৰ প্ৰাদুৰ্ভাৱ সাধাৰণতে ১৫-২৪ বছৰ গোটৰ অন্তৰ্গত যুৱক-যুৱতীসকলৰ মাজত বেছি। ভাৰতত তথ্যভুক্ত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণত আক্ৰান্তসকলৰ ভিতৰত ৩৫ % তকৈ অধিক হৈছে উল্লেখিত বয়স গোটৰ। ইয়াৰে সৰহভাগ অসুৰক্ষিত যৌনকাৰ্যৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হয়।
- গৰ্ভধাৰণ আৰু ইয়াৰ লগত জড়িত আনুসাংগিক প্ৰক্ৰিয়াৰ দ্বাৰা মৃত্যুমুখত পৰা বিবাহিত কম বয়সৰ মহিলাসকলৰ (১৫-১৯ বছৰ) সংখ্যা প্ৰাপ্তবয়স্ক প্ৰজননক্ষম মহিলাবোৰতকৈ বেছি।

যুৱক-যুৱতীসকলৰ ওচৰলৈ তথ্য আৰু স্বাস্থ্যসেৱা উপনীত হোৱাৰ ক্ষেত্ৰত থকা প্ৰতিবন্ধকতাবোৰ ঃ

- স্বাস্থ্যসেৱাৰ অভাৱ ঃ পৰিয়াল পৰিকল্পনা বা এচ. টি. আই.ক বাধাদানৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় চিকিৎসা

সেৱাৰ ব্যৱস্থাৰ ন্যূনতম সুবিধা।

- প্ৰয়োজন মতে কনডম নোপোৱা।
- কমবয়সীয়া যুৱক-যুৱতীসকল যৌনক্ৰিয়াত নিষ্ক্ৰিয় বুলি ভুলকৈ বিশ্বাস কৰা। একেদৰে, সুস্থ, নিৰাপদ যৌনমিলনৰ জ্ঞানে যৌনকাৰ্য বৃদ্ধি কৰিব বুলি ভুলকৈ কৰা ধাৰণাও এইক্ষেত্ৰত জগৰীয়া।
- যুৱচামক লক্ষ্য কৰি বিশেষ বাৰ্তা প্ৰস্তুত নকৰা।
- যুৱচামক বিশেষভাৱে সহযোগিতা কৰিব পৰাকৈ প্ৰশিক্ষিত স্বাস্থ্যকৰ্মীৰ অভাৱ।

কমবয়সীয়া যুৱক-যুৱতীসকলৰ প্ৰজনন আৰু যৌন স্বাস্থ্য সম্পৰ্কে লোৱা ৰণনীতিৰ ওপৰত এক আলোকপাত ঃ

এই সন্দৰ্ভত ৰাষ্ট্ৰীয় গ্ৰামীন স্বাস্থ্য অভিযান (এন. আৰ. এইচ. এম.) বিশেষ আঁচনি যুগুতাইছে। ইয়াক 'এড'লচেণ্ট্ ৰি-প্ৰডাক্টিভ্ এণ্ড চেক্সুৱেল হেল্থ (এ. আৰ. এছ. এইচ.) হিচাপে জনা যায়। "প্ৰজনন আৰু শিশু স্বাস্থ্য"ৰ দ্বিতীয় পৰ্যায় (আৰ. চি. এইচ.-II)ৰ অন্তৰ্গত হিচাপে এই আঁচনিক গণ্য কৰা হয় আৰু ইয়াক সংশ্লিষ্ট বিষয়ত ৰাষ্ট্ৰীয় নীতি হিচাপে ভাৰতৰ বহু ৰাজ্যই গ্ৰহণ কৰিছে। এই নীতিক প্ৰাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰবোৰৰ জৰিয়তে জিলাই জিলাই প্ৰয়োগৰ সিদ্ধান্ত লোৱা হৈছে।

এই নীতি বৰ্তমানলৈকে থকা স্বাস্থ্যসেৱাৰ ব্যৱস্থাবোৰকেই পুনৰ সংগঠন কৰি কিশোৰ-কিশোৰী তথা যুৱ চামৰ কামত অহাকৈ সাজু কৰাৰ ওচৰত গুৰুত্ব দিছে। নিয়মিতভাৱে সুনিৰ্দিষ্ট কেইঘণ্টামান প্ৰাথমিক স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰবোৰ যাতে এনে কমবয়সীয়া যুৱক / যুৱতীসকলৰ বাবে দিয়ে তাৰ ওপৰত জোৰ দিয়া হৈছে। এই সেৱাবোৰৰ এক 'বিশেষ পেকেজ'ত 'প্ৰতিৰোধ, আৰোগ্য, প্ৰচলনমূলক আৰু পৰামৰ্শ দানৰ' সেৱা সমৃদ্ধ কৰা হ'ব।

এ. এন. এম.সকলে কিশোৰ / কিশোৰী তথা যুৱচামক তলৰ তথ্যবোৰ জনাব ঃ

- পৰাপক্ষত যৌনসঙ্গমৰ পৰা বিৰত থকাৰ প্ৰয়োজনীয়তা।
- বহু সংগীৰ পৰিৱৰ্তে একক সংগীৰে যৌন মিলনত গুৰুত্ব দিয়া।
- সঠিককৈ নিৰৱচিন্নভাৱে যৌনকাৰ্যত কনডমৰ ব্যৱহাৰ নিশ্চিত কৰা।
- অতি বিপদসংকুল যৌনসংগীৰ পৰা আঁতৰত থকা।
- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ লক্ষণবোৰ চিনাক্ত কৰাত গুৰুত্ব দিয়া। যদিহে লিংগ বা যোনীৰ অস্বাভাৱিক দ্ৰব্য নিৰ্গত হয়, কিম্বা যৌনাংগত ঘাঁ হয়, যুৱক আৰু তেওঁৰ সংগীয়ে সংগমৰ পৰা বিৰত থকা বাঞ্ছনীয়। ইয়াৰ পৰিৱৰ্তে দুয়োগৰাকীয়ে চিকিৎসাৰ বাবে ক্লিনিকলৈ যোৱা উচিত।

এইক্ষেত্ৰত গুৰুত্ব দিবলগীয়া মূল কথা কেইটামান হৈছে এনেকুৱা—

এ - 'এবষ্টিনেন্স্' বা যৌন কাৰ্যৰ পৰা বিৰত থকা।

বি - 'বি ফেইথফুল টু ইয়ুৰ পাৰ্টনাৰ' বা নিজৰ সংগীৰ প্ৰতি যৌন ক্ৰিয়া ওপৰত বিশ্বাসী হোৱা

চি - 'কনডম ইউজ্' বা কনডম সঠিককৈ নিৰৱচিন্নভাৱে ব্যৱহাৰ কৰা

ডি - 'আৰ্লি ডায়েগ্ন'চিচ্" প্ৰথমাৱস্থাতেই সংক্ৰমণৰ সন্দানত স্বাস্থ্য পৰীক্ষা কৰা।

ই - 'এনটিউৰ কিয়োৰ' আৰোগ্যতা নিশ্চিত কৰা।

৩। অতি বিপদসংকুল গোট (এইচ. আৰ. জি.)ৰ মাজত এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. প্ৰতিৰোধ ঃ

এই গোটৰ সদস্য হিচাপে টকাৰ বাবে যৌনকাৰ্য কৰা ব্যক্তিসকল বা পেছাদাৰী যৌনকৰ্মীসকলক ধৰা হয়।

ইয়াৰ বাহিৰেও সমকামী পুৰুষ (এম. এচ. এম.) বেজীৰে ড্ৰাগচ লওতা আদিকো ইয়াৰ অন্তৰ্গত বুলি গণ্য কৰা হয়।

এই ভিন্ন ধৰণৰ মানুহবোৰৰ মাজত থকা সাদৃশ্যতা এয়াই যে তেওঁলোকে নিজৰ কাম / আচৰণৰ মাজেৰে এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ত আক্ৰান্ত হোৱাৰ বিপদজনক সম্ভাৱনাক আঁকোৱালি লয়। যিহেতু আনলৈ এনে গোটৰ সদস্যসকলৰ পৰা সংক্ৰমণ সোঁচৰোৱাৰ সম্ভাৱনা অতি বেছি, সেয়েহে বিশেষভাৱে যৌনকৰ্মীসকলে সময়োচিত চিকিৎসা লাভ কৰা অতি প্ৰয়োজনীয়। একে সময়তে তেওঁলোকক সমগ্ৰ আনুসাংগিক তথ্য আৰু পৰামৰ্শৰে শিক্ষিত কৰিব লাগে। যাতে, গ্ৰাহক আৰু নিয়মিত সংগীসকলক তেওঁলোকে কনডম ব্যৱহাৰৰ বাবে বাধ্য কৰিব পাৰে। মহিলা যৌনকৰ্মী, এম. এচ. এম., আই. ডি. ইউ. আদিৰ অতি উচ্চ হাৰত এইচ. আই. ভি. সোঁচৰোৱাৰ সম্ভাৱনা থাকে।

যৌনকৰ্মীসকলক বিনামূলীয়া কনডম যোগান, এচ. টি. আই.ৰ চিকিৎসা আৰু তেওঁলোকক যৌন কাৰ্যত নিৰাপদ আচৰণ পালন কৰিবলৈ সৈমান কৰোৱাব পাৰিলে সামগ্ৰীকভাৱে এচ. টি. আই. সংক্ৰমণৰ গতি হ্ৰাস হোৱাত যথেষ্ট অৱদান আহি পৰে।

৪। এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. প্ৰতিৰোধত ৰাজহুৱা শিক্ষা ঃ

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. ব্যৱস্থাপনা মাথো ক্লিনিকতেই ভালকৈ প্ৰয়োগ কৰাৰ মাজেদি দুয়োবিধ সংক্ৰমণক বাধা দিব নোৱাৰি। ৰাজহুৱা সজাগতা যদি এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. আৰু এইড্ছৰ ক্ষেত্ৰত বৃদ্ধি নাপায়, তেন্তে আক্ৰান্ত ব্যক্তি আৰু সংশ্লিষ্ট সংক্ৰমণ / ৰোগৰ বিষয়ে বৈষম্যমূলক সামাজিক দৃষ্টিভংগীয়ে (বিশেষকৈ এইচ. আই. ভি.ৰ ক্ষেত্ৰত) পৰিস্থিতিৰ পৰিৱৰ্তনত সহায় নকৰিব। সেয়েহে, আমাৰ দৃষ্টিভংগী তথা সামাজিক বিচাৰবোধ সঠিক দিশত পৰিৱৰ্তনৰ হকে বিজ্ঞানসন্মতভাৱে সংশ্লিষ্ট দিশত ৰাজহুৱাকৈ প্ৰচাৰ আৰু শিক্ষাৰ ব্যৱস্থা কৰাৰ প্ৰয়োজনীয়তা আহি পৰে।

ৰাজহুৱাকৈ এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. প্ৰতিৰোধৰ শিক্ষা দিয়াৰ প্ৰয়োজনীয়তা আছে নিম্নোক্ত কাৰণত—

- **এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই.ৰ লক্ষণ আৰু ফলাফল সম্পৰ্কে সজাগতা বৃদ্ধি কৰা ঃ**

এই সজাগতাই সম্প্ৰদায় এটাৰ কিমান সদস্যৰ মাজত এনে সংক্ৰমণৰ সম্ভাৱনা আছে সেয়া অনুধাৱনত

সহায় কৰে। বৰ্ধিত জ্ঞান আৰু সজাগতা হৈছে পৰিৱৰ্তিত দৃষ্টিভংগী আৰু মূল্যবোধৰ প্ৰথম পদক্ষেপ।

- ভুল ধাৰণা আৰু বিশ্বাসক প্ৰত্যাহ্বান জনোৱাৰ প্ৰয়োজনীয়তাতেই এনে শিক্ষাদানৰ প্ৰাসংগিকতা আছে। এনে ভ্ৰান্ত ধাৰণা আৰু বিশ্বাসে এইড্‌ছ, আৰ. টি. আই. / এচ. টি. আই. আসিত আক্ৰান্ত ব্যক্তি কিম্বা সংশ্লিষ্ট ৰোগবোৰৰ বিষয়ে বৈষম্যমূলক সামাজিক আচৰণৰ জন্ম দিয়ে। যি সমাজত এনে বিয়োগাত্মক দৃষ্টিভংগী বাহাল থাকে, তাত সংক্ৰমিত ব্যক্তিয়ে মুক্তভাৱে তথ্য, চিকিৎসা বা কনডম বিচাৰোতেও অসুবিধা পায়। ফলত নিজৰ আৰু আন বহুতলৈ বিপদ সৃষ্টিৰ কাৰক হৈ পৰে।
- বিপদসংকুলতা হ্ৰাস কৰিব পৰা আচৰণক উৎসাহিত কৰাৰ বাবেও এনে ৰাজহুৱা শিক্ষা দানৰ প্ৰয়োজনীয়তা আছে। অসুৰক্ষিত আচৰণৰ ফলাফলৰ বিষয়ে জ্ঞাত হোৱাৰ ফলত স্বাভাৱিকতে ব্যক্তি এগৰাকীয়ে আচৰণ বিধি সলোৱাৰ বাবে মানসিকভাৱে পতিয়ন যায়।
- স্বাস্থ্যসেৱাৰ ব্যৱস্থাবোৰক যাতে পৰ্যাপ্তভাৱে ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰি সেই বিষয়েও এনে শিক্ষাই উৎসাহিত কৰে। ব্যক্তি এজনৰ অভিজ্ঞতাৰ গুণগত মানক এক আমন্ত্ৰণ, সহযোগিতা আৰু শিক্ষামূলক বাতাবৰণে পৰিৱৰ্তন কৰে।
- এনে ৰাজহুৱা শিক্ষাই সামাজিক পৰিস্থিতি সঠিক দিশত পৰিৱৰ্তনৰ প্ৰক্ৰিয়াটোৰ আৰম্ভণি ঘটায়। ফলত বৈষম্যমূলক সামাজিক আচৰণৰ চিকাৰ নোহোৱাকৈ এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. আৰু এইড্‌ছত আক্ৰান্ত লোকসকলে, মুকলিমুৰীয়াকৈ প্ৰয়োজনীয় চিকিৎসা গ্ৰহণৰ বাবে, অধিক ব্যক্তিলৈ সংক্ৰমণ সোঁচৰা বন্ধত সঁহাৰি দিবলৈ আগুৱাই আহিব পাৰে।
- এনে ৰাজহুৱা শিক্ষাই এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. চিকিৎসা ব্যৱস্থাৰ প্ৰতি ৰাইজৰ সমৰ্থন গঢ়ি তোলে। যদিহে সম্প্ৰদায় এটাই প্ৰত্যক্ষ কৰে যে উল্লেখিত সংক্ৰমণ প্ৰতিৰোধৰ ক্ষেত্ৰত উন্নত মানৰ স্বাস্থ্যসেৱা ব্যৱস্থা ব্যৱহৃত হৈছে, তেন্তে ৰাইজে সংশ্লিষ্ট ব্যৱস্থাক সমৰ্থন দিবলৈ আগ্ৰহবোধ কৰে। এইক্ষেত্ৰত সংশ্লিষ্ট সম্প্ৰদায়টোৱে যাতে পৰ্যাপ্তভাৱে কনডম লাভ কৰে তাৰ প্ৰতি গুৰুত্ব দিব লাগে।
- এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সেৱাৰ প্ৰতি সম্প্ৰদায় এটাৰ নেতৃত্বস্থানীয় ব্যক্তিসকলৰ সমৰ্থন আদায় কৰিব পৰা উচিত। সম্প্ৰদায় এটাৰ সক্ৰিয় অংশগ্ৰহণেৰে প্ৰতিৰোধ / চিকিৎসাৰ প্ৰক্ৰিয়াটোক অৰ্থবহ কৰিব পাৰি। এইক্ষেত্ৰত নেতৃত্বস্থানীয় লোকসকলৰ যোগাত্মক সমৰ্থন অতিকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ।

সম্প্ৰদায় এটাৰ মাজত বি. চি. চি. সম্পৰ্কে ৰণনীতি প্ৰস্তুত ঃ

কামৰ লক্ষ্য গোট বাছি লোৱা ঃ ভিন্ন গোটৰ অন্তৰ্গত মানুহৰ বাবে বেলেগে বেলেগে বাৰ্তাৰ প্ৰয়োজনীয়তাক উপলব্ধি কৰা। যৌন কৰ্মী, যুৱক-যুৱতী, গ্ৰাম্য আৰু চহৰাঞ্চলৰ মহিলা, সম্প্ৰদায়ৰ নেতা, ধৰ্মীয় নেতা- এই সকলোকেই ভিন্ন পৰিস্থিতিত প্ৰয়োজন হোৱাকৈ সুকীয়া-সুকীয়া বাৰ্তাৰ প্ৰয়োজন হয়।

সম্প্ৰদায় এটাৰ মাজত থকা বিশ্বাস আৰু অভ্যাস সম্পৰ্কীয় উপলব্ধি ঃ একোটা সম্প্ৰদায়ত কেনেকুৱা বিশ্বাস

আৰু আচৰণ চলি থাকে, সেয়া উপলব্ধি কৰিব পাৰিলেহে ইয়াৰ সদস্যসকলক লক্ষ্য কৰি বাৰ্তা প্ৰস্তুত কৰিব পৰা যায়। এই উপলব্ধিয়ে প্ৰচলিত বাৰ্তাবোৰ সম্প্ৰদায়টোক উপকৃত কৰিছে নে নাই সেয়া বুজাত সহায় কৰে।

কৰ্মসূচীৰ উদ্দেশ্য আৰু কামবোৰৰ ধৰণ ঃ শৈক্ষিক সমল স্বৰূপ উপাদানবোৰ প্ৰদান কৰিব বিচৰা তথ্যৰ পৰ্যায়ানুসৰি প্ৰস্তুত কৰিব লাগে। বিষয়বস্তু সম্পৰ্কীয় প্ৰচলিত দৃষ্টিভংগী, এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. আদিৰ ওপৰত থকা ভ্ৰান্ত ধাৰণা আদিক চুব পৰাকৈ শিক্ষাদিব পৰা সামগ্ৰীবোৰ প্ৰস্তুত কৰিব লাগে।

লক্ষ্য-গোটবোৰক চুব পৰাকৈ কৰ্মনীতি / কৌশলৰ প্ৰস্তুতকৰণ ঃ

কৰ্মনীতি বা আঁচনি ৰূপায়ণৰ কৌশলবোৰৰ প্ৰভাৱ মূল্যায়ণ ঃ এই ক্ষেত্ৰত উত্থাপিত প্ৰশ্নবোৰ হৈছে এনেকুৱা—

- উচ্চ পৰ্যায়ৰ কৰ্ম-কুশলী শিক্ষক প্ৰশিক্ষকসকলক আপুনি বাৰু প্ৰান্তীয় অৱস্থাত থকা গোটসমূহৰ বাবে ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে নেকি?
- ক্লিনিকৰ সেৱাসমূহ প্ৰদান কৰি আপুনি বাৰু মানুহক আকৰ্ষণ কৰিব পাৰে নেকি?

এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. সম্পৰ্কীয় শব্দবোৰৰ অৰ্থসহ তালিকা ঃ

ক্ৰমিক নং	নামবাচক শব্দবোৰ	অৰ্থ
১	চেক্সুৱেল এবাৰেচ’ন	সাধাৰণতে ‘সঠিক’ বা ‘নৈতিকতাযুক্ত’ বুলি বিবেচনা কৰা যৌন আচৰণৰ বিপৰীতে কোনো কাৰ্য।
২	এডাল্টেৰী	এগৰাকী বিবাহিত ব্যক্তিৰ সৈতে বিবাহসূত্ৰে বৈধ সংগীৰ পৰিৱৰ্তে অন্য কোনোবাই স্থাপন কৰা যৌন সম্পৰ্ক।
৩	এনেল ইণ্টাৰক্ট’ৰ্চ	যৌন সংগম য’ত সংগীৰ গুহ্যদ্বাৰাৰ ভিতৰলৈ লিংগ সোমোৱাই দিয়া হয়। কেতিয়াবা ইয়াক ‘চড’মি’ বুলিও কোৱা হয়।
৪	এনিলিংগাচ্	গুহ্যদ্বাৰত জিভা বা মুখ লগাই সংগীৰ যৌন উত্তেজনা বৃদ্ধিৰ চেষ্টা কৰা কাৰ্য।
৫	এফ্ৰ’ডিচিয়াক জু ফিলিয়া	ড্ৰাগ বা পাৰ্ফিউম আদি বস্তুৰ প্ৰতি আসক্তি
৬	বেষ্টিয়েলিটি	মানুহ আৰু জন্তুৰ মাজত যৌন সম্পৰ্ক
৭	চেলিবেচি	বিয়া নোহোৱাকৈ থকা অৱস্থা। যৌন সংগমৰ পৰা বিৰত থকা বুজাবলৈ ইয়াক ব্যৱহাৰ কৰা হয়।

ক্ৰমিক নং	নামবাচক শব্দবোৰ	অৰ্থ
৮	ক্লেপ্	গণৰিয়া সম্পৰ্কে সাধাৰণ মানুহ এজনৰ ভাবৰ প্ৰকাশ।
৯	কইটাচ্ / কপোলে চ'ন'	পুৰুষ আৰু মহিলাৰ মাজত হোৱা যৌন সংগম য'ত পুৰুষে যোনীৰ ভিতৰত লিংগ সোমোৱাই ঘৰ্ষণ কৰে।
১০	কইটাচ্-ইণ্টাৰোপটাচ্	বীৰ্য ওলোৱাৰ ঠিক পূৰ্বে যোনীৰ পৰা লিংগ উলিয়াই অনাৰ অভ্যাস।
১১	কনডম	সচৰাচৰ বহুলভাৱে পুৰুষ আৰু শেহতীয়াকৈ মহিলাই ব্যৱহাৰ কৰা এবিধ গৰ্ভনিৰোধক যিটোক যৌন সংগমৰ সময়ত পিন্ধি লোৱা হয় (পুৰুষৰ ক্ষেত্ৰত)। ইয়াক বিশেষ ৰবৰেদি প্ৰস্তুত কৰা হয়।
১২	ফেলাচিঅ' (পেনিলিংগাচ)	মুখত লিংগ সোমোৱাই লৈ চুহা কাৰ্য যাতে যৌন আনন্দ লাভ কৰিব পাৰে।
১৩	ফাইডেলিটি	ব্যক্তি এজনে তেওঁৰ এজন সংগীৰ সৈতেহে বিশ্বাস-সততাৰে যৌন সংগম কৰা।
১৪	ফণ্ডলিং	যৌনসুখৰ সন্ধানত এজনে আনজন সংগীৰ দেহৰ বিভিন্ন অংগ মোহাৰা কাৰ্য।
১৫	ফ'ৰস্কিন	লিংগ বা ক্লাইট'ৰিচক ঢাকি ৰখা পাতল ছাল।
১৬	ফেঞ্চ কিছিং	চুমা খাওতে জিভাৰ ব্যৱহাৰ কৰা। এইদৰে চুমা খাওতে এজনে আনজনৰ মুখৰ ভিতৰলৈ জিভাখন ঠেলি সোমোৱাই দিয়ে।
১৭	গে	সমকামী পুৰুষ
১৮	গ্লেনচ্	লিংগ বা ক্লাইট'ৰিচৰ মূৰ
১৯	হাই ৰিস্ক্ বিহেভিয়াৰ	ইয়াৰ জৰিয়তে সেইবোৰ কাৰ্যক বুজোৱা হয়, যিবোৰেদি এক এচ. টি. আই. সোঁচৰিব পাৰে। এনে কাৰ্য হৈছে- সঘনে সংগী সলনি কৰা, কনডম নোহোৱাকৈ যোনী বা গুহ্যদ্বাৰত লিংগ সোমোৱা,

ক্রমিক নং	নামবাচক শব্দবোৰ	অৰ্থ
		গুহ্যদ্বাৰত জিভা / মুখ লগোৱা, শিৰত একোটা বেজীকে বহুজনে প্ৰৱেশ কৰোৱা আদি।
২০	ইম্প'টেঞ্চ (ইৰেক্টাইল-ডিচফাংচন)	যৌন সংগম কৰিবলৈ অসমৰ্থ হোৱা কাৰ্য (পুৰুষৰ ক্ষেত্ৰত)। বিশেষকৈ লিংগ উত্থান নোহোৱা অৱস্থা।
২১	ইনচেষ্ট্	নিকট আত্মীয়ৰ মাজত যৌন সংগম। যেনে- বাপেক আৰু জীয়েক, মাক আৰু পুতেক ইত্যাদি।
২২	লেবিয়া চমজ'ৰা	যোনীৰ বাহিৰৰ ফালে ওলাই থকা মুখ্য ওঁঠ দুটা।
২৩	লেবিয়া মাইন'ৰা	যোনীৰ ভিতৰৰ ফালে থকা ওঁঠ দুটা।
২৪	লেশ্বেৰাওচ্	অতি কামুক
২৫	লেচবিয়ান	সমকামী মহিলা
২৬	লিবিদু	যৌন সংগমৰ প্ৰৱল স্পৃহা
২৭	মাষ্টাৰবেচ'ন	হস্ত-মৈথুন
২৮	মন'গেমী	একক বৈবাহিক সম্পৰ্ক য'ত এগৰাকী ব্যক্তিৰ মাথো একক সংগী থাকে।
২৯	নিম্ফ'মেনিয়া	নেৰানেপেৰাকৈ মহিলা এগৰাকীৰ মনত সৃষ্ট দমন কৰিব নোৱাৰা তীব্ৰ যৌন ক্ষুধা
৩০	অৰেল জেনিটেল চেক্স	এজন সংগীলৈ আনজনৰ যৌনাংগত মুখ ঘঁহি বা জিভাৰে চেলেকি যৌনসুখ লোৱা কাৰ্য।
৩১	অৰেল চেক্স	এজনে আন সংগীগৰাকীৰ যৌনাংগ বা গুহ্যদ্বাৰ চেলেকা, চুমাখোৱাৰ মাজেদি লোৱা যৌন সুখ।
৩২	অৰ্গেজম্	যৌন সংগমেৰে পোৱা চূড়ান্ত পৰিতৃপ্তি।
৩৩	পেড'ফাইল	শিশুৰ সৈতে যৌন কাৰ্য কৰা বা কৰিব বিচৰা প্ৰাপ্তবয়স্ক ব্যক্তি।
৩৪	পাৰ্টনাৰ এক্সেঞ্জ	চাৰি বা তাতোধিক ব্যক্তিৰ মাজত পূৰ্ব পৰিকল্পনাৰ নামতে যৌনসংগী সলাই সলাই কৰা সংগম।
৩৫	পেডেৰেষ্টি	গুহ্যদ্বাৰেদি কোনো ল'ৰাৰ সৈতে কৰা যৌন মিলন।
৩৬	পেটিং	যৌনাংগ ব্যৱহাৰ নকৰাকৈ হোৱা যৌন স্পৰ্শ যেনে- অংগ মৰ্দন।

ক্ৰমিক নং	নামবাচক শব্দবোৰ	অৰ্থ
৩৭	পলিয়েন্দ্ৰি	বহুপতি থাকিব পৰা বৈবাহিক পদ্ধতি।
৩৮	পলিগেমি	এক বৈবাহিক পদ্ধতি য'ত ব্যক্তি এজনৰ এগৰাকীতকৈ অধিক পত্নী থাকিব পাৰে।
৩৯	পলিগাইনি	এক বৈবাহিক পদ্ধতি য'ত পুৰুষ এজনৰ বহুতো / অসংখ্য পত্নী থাকিব পাৰে।
৪০	পৰ্ণ'গ্ৰাফি	সাহিত্য, ফটোগ্ৰাফ্, চলচিত্ৰ আদিৰ মাজেদি যৌন উত্তেজনা বৃদ্ধিৰ উদ্দেশ্যে প্ৰকাশিত বা প্ৰদৰ্শিত যৌনকাৰ্য।
৪১	প্ৰমিস্কিওৱাচ্	বহুতৰে সৈতে যৌন সম্পৰ্ক স্থাপন।
৪২	প্ৰ'ষ্টিটিউট্	যিয়ে বিশেষকৈ ধনৰ বাবে আনৰ সৈতে যৌনাচাৰত লিপ্ত হয়।
৪৩	প্ৰষ্টিটিউচন	ধনৰ বিনিময়ত যৌনাচাৰত লিপ্ত হোৱা কাৰ্য।
৪৪	চেডিজিম্	যৌনসংগীৰ ওপৰত শাৰীৰিক বা মানসিক অত্যাচাৰ চলাই আনন্দ পোৱা মানসিকতা
৪৫	চেড'-মেচ'চিজম্	ই ব্যৱহাৰ বা আচৰণৰ এক ৰূপ য'ত যৌনতা আৰু যন্ত্ৰনা একাকাৰ হৈ থাকে।
৪৬	চেফ্-চেক্স	সেইবোৰ যৌনকাৰ্য, যিবোৰত বিশেষভাৱে এচ. টি. ডি. সংক্ৰমনক পৰিকল্পিতভাৱে সোঁচৰাত বাধা আৰোপ কৰা হয়।
৪৭	ভেজিনেল লুব্ৰিকেচ'ন	ঘামৰ দৰে এক স্বচ্ছ দ্ৰব্য যি যোনীৰ অভ্যন্তৰীণ দেৱালত বা ছালত দেহলৈ যৌন উত্তেজনা অহাৰ পাছত উদ্ভৱ হৈ সংগমৰ প্ৰক্ৰিয়াক সূচল কৰে। ইয়াৰ উপস্থিতিত যোনী পথ পিছল হৈ পৰে।
৪৮	ভাৰ্জিন	এক মহিলা বা ছোৱালী যিয়ে কেতিয়াও যৌন সংগম কৰা নাই।

খণ্ড - ৩

অনুশীলন

অধ্যায় - ১
নির্দেশাৱলী

প্ৰশিক্ষকৰ টোকা ঃ

এই অনুশীলনৰ উদ্দেশ্য হৈছে অংশগ্ৰহণকাৰীসকলক এইচ. আই. ভি. / এইড্‌চৰ বিষয়ে ভাবিবলৈ উদ্দীপনা যোগোৱা।

নিৰ্দেশনা ঃ

— সকলো অংশগ্ৰহণকাৰীক থিয় দি এটা দল গঠন কৰিবলৈ কওক।

— কোঠাটোক - ‘সন্মত’, ‘অসন্মত’ আৰু ‘নিশ্চিত নহয়’ শীৰ্ষক তিনিটা অঞ্চলত ভগাওক।

— প্ৰতিখন মন্তব্য শ্লাইড্‌ক পৰ্দাত দেখুৱাই তৎক্ষণাত অংশগ্ৰহণকাৰীসকলক তেওঁলোকৰ সহাঁৰি প্ৰতিফলন কৰা অঞ্চলটোত থিয় দিবলৈ ক’ব।

— প্ৰতিটো গোটৰ অংশগ্ৰহণকাৰীসকলক তেওঁলোকে জনোৱা সহাঁৰিৰ কাৰণ সম্পৰ্কে দুই-মিনিট সময় আলোচনা কৰিবলৈ কওক।

— ইয়াৰ পাছত প্ৰতিটো গোটৰ একোজন সদস্যক তেওঁলোকৰ সিদ্ধান্তৰ আঁৰত থকা কাৰণ ব্যক্ত কৰিবলৈ কওঁক।

— প্ৰশিক্ষকৰ টোকাবোৰ ব্যৱহাৰ কৰি এক চমু আলোচনা অনুষ্ঠিত হোৱাত সহায় কৰক আৰু এই সময়চোৱাত তথ্য সম্পৰ্কে কিবা ভুল পালে শুধৰাই দিব। কিন্তু কেতিয়াও বিষয়বস্তুক ইয়াক পূৰ্ণাংগভাৱে শিকোৱাৰ যত্ন নকৰিব।

— এইদৰে সকলোবোৰ মন্তব্যক আগুৱাই নিব।

মন্তব্য নং - ১

এগৰাকী পুৰুষ বা মহিলাক দেখিয়েই তেওঁৰ গাত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ হৈছে নে নাই ধৰিব পাৰি।

ব্যাখ্যা ঃ

অসন্মত। এইচ. আই. ভি. গাত থকা মানুহ দেখাত সুস্বাস্থ্যৱান যেন লাগিব পাৰে (প্ৰকৃততেই তেনেকুৱা হয়)। তেওঁলোকৰ গাত এইচ. আই. ভি. নথকা মানুহে ভোগা অন্য ৰোগৰ লক্ষণেও (সুযোগসন্ধানী সংক্ৰমণ) দেখা দিব পাৰে। সেয়েহে, এইচ. আই. ভি. ৰোগৰ সৈতে কেতবোৰ লক্ষণ জড়িত হৈ থাকিলেও ব্যক্তি এগৰাকীক চায়েই তেওঁৰ গাত ই থকা বুলি ক’ব নোৱাৰি। মাথো তেজ পৰীক্ষাৰ দ্বাৰাহে ইয়াক নিশ্চিত কৰিব পাৰি।

মন্তব্য নং - ২

এইচ. আই. ভি. মানেই এইড্‌চ।

ব্যাখ্যা ঃ

অসন্মত। এইচ. আই. ভি. হৈছে এবিধ ভাইৰাছ যিয়ে শৰীৰৰ ৰোগ আক্ৰমণ প্ৰতিহত কৰাৰ ক্ষমতাক ধ্বংস কৰে। এইড্‌চ হৈছে এইচ. আই. ভি.য়ে সৃষ্টি কৰা এবিধ ৰোগ আৰু ইয়াক ব্যক্তি এগৰাকীৰ দেহত বিভিন্ন ৰোগৰ উপস্থিতিৰে (সুযোগ সন্ধানী সংক্ৰমণ / কেনচাৰ) বুজিব পাৰি- যিবোৰ মূলতঃ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা নোহোৱা হোৱাৰ বাবে সৃষ্টি হয়।

ব্যক্তি এজনৰ দেহত এনে সংক্ৰমণ /কেনচাৰ আদিৰ সৃষ্টি হোৱাৰ দহ বছৰ পূৰ্বেও ব্যক্তি এগৰাকী এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হ'ব পাৰে আৰু তেওঁৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা নিঃশেষ হওঁতে সুদীৰ্ঘ সময়ৰ প্ৰয়োজন হ'ব পাৰে। গতিকে, এই সময়ছোৱাত ব্যক্তিজনে কোনো লক্ষণ নেদেখুৱাব পাৰে আৰু দেখাত তেওঁ স্বাস্থ্যৱান হৈ থাকিব পাৰে।

মন্তব্য নং - ৩

ৰোগ প্ৰতিৰোধৰ ক্ষমতা স্বাভাৱিক হোৱাৰ পাছত এণ্টিৰেট্ৰ'ভাইৰেল থেৰাপি (এ. আৰ. টি.)ৰ ব্যৱহাৰ বন্ধ কৰিব লাগে।

ব্যাখ্যা ঃ

অসন্মত। যেতিয়ালৈকে 'টক্সিচিটি' বা ৰোগৰ বিষক্ৰিয়া দেহৰ আভ্যন্তৰত চলি থাকে তেতিয়ালৈকে এ. আৰ. টি. ব্যৱহাৰ কৰিবই লাগিব।

মন্তব্য নং - ৪

ব্যক্তি / ৰোগী এজনে এ. আৰ. টি. চিকিৎসা বিধাৰ গ্ৰহণ কৰিবলৈ লোৱাৰ পাছত আনৰ গালৈ তেওঁ কেতিয়াও এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ বিয়পাব নোৱাৰিব।

ব্যাখ্যা ঃ

অসন্মত। এই মন্তব্য নিতান্তই ভুল আৰু এক নিতান্তই ভুল ধাৰণাৰ ওপৰত আধাৰিত। যদিও এই চিকিৎসা বিধান গ্ৰহণ কৰিলে ৰোগীৰ দেহত থকা ভাইৰাচৰ পৰিমাণ কমি প্ৰায় ধৰিব নোৱাৰা হয়, তথাপি ইয়াৰ অৰ্থ এনে নহয় যে অন্য ব্যক্তিৰ গালৈ তেওঁ ভাইৰাচ বিয়পাব নোৱাৰিব। তেওঁৰ গাত কমকৈ হ'লেও তেনে অৱস্থাতো ভাইৰাচ থাকে। কিয়নো, এইচ. আই. ভি.ক কেতিয়াও সম্পূৰ্ণকৈ নিৰ্মূল কৰিব নোৱাৰি।

মন্তব্য নং - ৫

এগৰাকী এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত মহিলাই মাতৃ হোৱা উচিত নহয়। অৰ্থাৎ তেওঁ গৰ্ভধাৰণ কৰিব নালাগে।

ব্যাখ্যা ঃ

তৰ্কৰ অৱকাশ আছে। এই মন্তব্যই দীঘলীয়া আলোচনাৰ অৱকাশ দিব পাৰে। কিয়নো, জন্ম নোহোৱা বা হ'বলগীয়া শিশু এটাৰ গাত এইচ. আই. ভি. বিয়পিব পৰাৰ সম্ভাৱনা সম্পৰ্কত মানুহৰ মনত ভিন্ন ধাৰণা থাকিব পাৰে। এই মন্তব্যৰ লক্ষ্য হৈছে এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কে অংশগ্ৰহণকাৰীসকলে কি জানে আৰু এইচ. আই. ভি. দেহত লৈ জীয়াই থকা মানুহবোৰৰ সম্পৰ্কে কেনে ধাৰণা কৰে সেয়া পোহৰলৈ অনা। ইয়াৰ দ্বাৰা তেওঁলোকক বিচাৰ কৰিব নালাগে। এগৰাকী এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক মহিলাই তেওঁৰ গৰ্ভস্থ সন্তানৰ গালৈ ৰোগবিধৰ বীজাণু বিয়পাবই বুলি কথা নাই। তেওঁ ৰোগৰ ভাইৰাচ সন্তানৰ গালৈ নিবিয়পাবও পাৰে। ইয়াৰ সম্ভাৱনা হ্ৰাস কৰাৰ বহুতো প্ৰতিৰোধমূলক বিধানো আছে। এয়া মহিলাগৰাকী আৰু তেওঁৰ পৰিয়ালৰ নিজস্ব সিদ্ধান্ত যে তেওঁ দৰাচলতে গৰ্ভধাৰণ কৰিবনে নাই।

মন্তব্য নং - ৬

কুমাৰী / কমবয়সীয়া মহিলাৰ সৈতে যৌন সম্ভোগ কৰিলে এইচ. আই. ভি.ক সামৰি এচ. টি. আই. সংক্ৰমণৰ পৰা বাচিব পাৰি।

ব্যাখ্যা ঃ

অসন্মত। এগৰাকী কুমাৰী বা কমবয়সীয়া মহিলাৰে যৌন সম্পৰ্ক স্থাপন কৰি পুৰুষ এজনে এইচ. আই. ভি. আৰু অন্য এচ. টি. আই.ৰ পৰা বাচিব নোৱাৰে। কমবয়সীয়া ছোৱালীৰে যৌন মিলন সংঘটিত কৰাৰ কামক অপৰাধ হিচাপে গণ্য কৰা হয়। ইয়াৰ দ্বাৰা কম বয়সীয়া ল'ৰা-ছোৱালীৰ অপৈণত যৌনাংগৰ ভিতৰত ক্ষতি হ'ব পাৰে আৰু প্ৰক্ৰিয়াটোৱে তেওঁলোকৰ জীৱনৰ পৰৱৰ্তী কালতো মানসিক যন্ত্ৰণা তথা চাপৰ দ্বাৰা পিষ্ট কৰিব পাৰে।

মন্তব্য নং - ৭

কিছুমান সুনিৰ্দিষ্ট সম্প্ৰদায় / জীৱিকাৰ লোকসকল এইচ. আই. ভি. / এইড্চৰ প্ৰসাৰণৰ বাবে দায়ী।

ব্যাখ্যা ঃ

অসন্মত। এইচ. আই. ভি. বিয়পে অতিকৈ বিপদজনক আচৰণ কৰাৰ বাবে। যেনে- বহুগৰাকী সঙ্গীৰে যৌন সম্পৰ্ক, এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত ব্যক্তিৰ সৈতে অসুৰক্ষিত যৌন সম্পৰ্ক, বীজাণুমুক্ত নকৰা বেজী কেইবাজনেও ব্যৱহাৰ কৰা আদি কাৰ্যৰ বাবে এই ৰোগৰ বীজাণু / ৰোগবিধ বিয়পে। ই কোনো সম্প্ৰদায় বা পেচাৰ লোকসকলৰ দ্বাৰা নিবিয়পে। বিশেষ ব্যক্তি বা পেচাৰ পৰিৱৰ্তে অতি বিপদজনক আচৰণেহে এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ প্ৰসাৰণৰ বাবে দায়ী।

অধ্যায় - ২

এইচ আই ভি / এইড্চৰ মূল কথাবোৰ

প্ৰদৰ্শন কৰিবলগা ভূমিকা ঃ ৰোগীৰ মনলৈ অহা কেতবোৰ চিৰাচৰিত প্ৰশ্ন

ৰোগীসকলে প্ৰায়েই এইচ. আই. ভি. / এইড্চ সম্পৰ্কে বহুতো প্ৰশ্ন সোধে আৰু যথোচিতভাৱে সেইবোৰৰ উত্তৰ দিবলৈ নাৰ্চসকলে সংশ্লিষ্ট কথাবোৰ জানিব লাগে। অভিজ্ঞতাৰ লগে লগে এই বিষয়ে নাৰ্চসকলে বেচি ভালকৈ জানিবলৈ সমৰ্থ হয়। সেয়েহে অংশগ্ৰহণকাৰীসকলৰ জ্ঞান আৰু যোগাযোগ তথা ভাববিনিময়ৰ দক্ষতাক অনুশীলনৰ দ্বাৰা পৰীক্ষা কৰিব খোজা হৈছে। এনে কেতবোৰ প্ৰশ্ন হৈছে—

১. এইচ. আই. ভি. আৰু এইড্ছৰ মাজৰ পাৰ্থক্য কি?

২. মোৰ পৰিয়ালৰ সদস্যসকলো সংক্ৰমিত হ'ব নেকি?

৩. এইচ. আই. ভিয়ে কেনেকৈ মোক অসুস্থ কৰে?

৪. যিহেতু মোৰ দেহ এইচ আই. ভি. সংক্ৰমণেৰে আক্ৰান্ত গতিকে মই আৰু কিমান দিন বাচিম?

৫. মাথো পত্নীৰ সৈতে যৌন সম্পৰ্ক ৰাখিলেও আন কি উপায়েৰে মোৰ গাত এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ ঘটিব পাৰে?

অধ্যায় - ৩

লাজ আৰু বৈষম্য ঃ এইচ আই ভি / এইড্‌চ সন্দৰ্ভত আইনী আৰু নৈতিক বিষয়বোৰ

অংশগ্ৰহণকাৰীসকলক পাঁচটা গোটত ভাগ কৰি তেওঁলোকক ৰোগৰ ঘটনা অনুসন্ধানৰ পৰিৱেশলৈ আনক। প্ৰতিটো গোটক ৫-১০ মিনিট সময় দি ঘটনাটোৰ সম্পৰ্কে চিন্তা, আলোচনা কৰি উত্তৰসমূহ লিখিবলৈ কওক। আলোচনাৰ বাবে প্ৰতিটো গোটে তেওঁলোকৰ উত্তৰবোৰ সমবেত ডাঙৰ গোটৰ আগত দাঙি ধৰিব।

প্ৰথম গোটটোৰ প্ৰতিনিধিগৰাকীক থিয় দিবলৈ কৈ শ্লাইড্‌ৰ পৰা তেওঁলোকে পৰ্যবেক্ষণ কৰা ঘটনাটোৰ সম্পৰ্কে পঢ়িবলৈ কওক। এইবাৰ আন গোটবোৰৰ প্ৰতিনিধিসকলক তেওঁলোকৰ গোটবোৰ সঁহাৰি সম্পৰ্কে পঢ়ি শুনাবলৈ কওক।

পৰৱৰ্তী শ্লাইডলৈ যোৱাৰ পূৰ্বে ডাঙৰ গোটটোক ২ মিনিট প্ৰদান কৰিব যাতে সেই বিষয়ে আলোচনা কৰিব আৰু মতামত দিব পাৰে।

ঘটনা / দৃশ্যপট - ১ ঃ এইচ. আই. ভি.ৰ পৰীক্ষণ আৰু অনুসন্ধান

শ্ৰীমান 'ক'ই জ্বৰ, হাগনি আৰু কাঁহৰ দ্বাৰা বিগত ৮ সপ্তাহ জুৰুলা হৈ আছে। পি. এইচ. চি.ৰ স্বাস্থ্য বিষয়াই তেওঁক চাইচিতি কেইটামান পৰীক্ষা কৰোৱাবলৈ নিৰ্দেশ দিয়ে। ইয়াৰ এটা হৈছে এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা।

- এইচ আই ভি পৰীক্ষাৰ পূৰ্বে কৰণীয় দুটা গুৰুত্বপূৰ্ণ কাৰ্যৰ নাম কি?
- শ্ৰীমান 'ক'ৰ পৰীক্ষণৰ ফলাফল তেওঁক জনোৱাৰ পূৰ্বে চিকিৎসকজনে মনত ৰাখিবলগীয়া কথাবোৰ কি কি?

ঘটনা / দৃশ্যপট - ২ ঃ গোপনীয়তা

শ্ৰীমান 'খ'ৰ যক্ষ্মাৰোগ (টি. বি.) হৈছে আৰু তেওঁক এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰিবলৈ দিহা দিয়া হৈছে। তেওঁক ইয়াৰ কাৰণ ব্যাখ্যা দি পৰীক্ষাৰ বাবে সন্মতি লোৱা হৈছে। ভায়েকৰ সন্মুখতেই চিকিৎসকে তেওঁৰ এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰ ফলাফল যোগাত্মক বুলি ঘোষণা কৰে।

- এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণৰ পূৰ্বে কেনে সঠিক কাৰ্য কৰা হৈছে?
- পৰীক্ষাৰ ফলাফল জনোৱাৰ ক্ষেত্ৰত চিকিৎসকে কোনবোৰ ভুল কাৰ্য কৰিছে?

ঘটনা / দৃশ্যপট - ৩ ঃ সংগীক অৱগতকৰণ সম্পৰ্কত

শ্ৰীমান 'গ' এজন আই. ডি. ইউ. অৰ্থাৎ বেজীৰে ড্ৰাগছ লোৱা ব্যক্তি। এক এফ. আই. চি. টি. চি.ত অলপতে তেওঁক এইচ. আই. ভি.ত যোগাত্মকভাৱে আক্ৰান্ত বুলি পৰীক্ষাৰ অন্তত জনা গৈছে। তেওঁক এই বিষয়ে পত্নীক জনোৱাৰ পৰামৰ্শ দিয়া হৈছিল। কিন্তু তেওঁ তেনে পৰামৰ্শ মানিবলৈ ইচ্ছুক নহয়।

- প্ৰথমে কি কৰিব লাগিব?
- তেওঁৰ সংগীক চিকিৎসকে বাৰু তেওঁৰ গাত এইচ. আই. ভি. থকা বুলি জনাব নেকি?
- চিকিৎসক আৰু স্বাস্থ্যকৰ্মীসকলে এইক্ষেত্ৰত আন কি পদক্ষেপ গ্ৰহণ কৰিব পাৰে?

ঘটনা / দৃশ্যপট - ৪ ঃ এইচ. আই. ভি. আৰু গৰ্ভধাৰণ

শ্ৰীমান আৰু শ্ৰীমতী এক্স এহাল বিবাহিত দম্পত্তি। তেওঁলোক দুয়োৰে গাত এইচ. আই. ভি. যোগাত্মকভাৱে আছে। দুয়োজনে সন্তান জন্ম দিবলৈ ইচ্ছুক বুলি আপোনাক অৱগত কৰিছে।

- আপুনি তেওঁলোকক কোনবোৰ তথ্য জনাব?

ঘটনা / দৃশ্যপট - ৫ ঃ চিকিৎসা দিবলৈ অস্বীকাৰ

শ্ৰীমতী 'ক' পি. এইচ. চি. লৈ প্ৰসৱ বেদনাত কাতৰ হৈ আহিছিল। চিকিৎসকে তেওঁৰ যোনীত গুৰুতৰভাৱে সংক্ৰমণ দেখি তৎক্ষণাত এক দ্ৰুত এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰ নিৰ্দেশ দিছিল। ফলাফল আছিল যোগাত্মক আৰু তেওঁক সেয়েহে বিছনা নথকাৰ অজুহাতত চিকিৎসালয়ৰ পৰা পঠিয়াই দিয়া হৈছিল।

- এই দৃশ্যপটত কেনেকুৱা নৈতিক বিষয় জড়িত হৈ আছে?
- ইয়াত কেনেকুৱা সুযোগ চিকিৎসকজনে হেৰুৱালে?

অধ্যায় - ৪

এইচ আই ভি / এইড্‌চৰ যত্ন সন্দৰ্ভত পৰামৰ্শ

অংশগ্ৰহণকাৰীসকলক তিনিটা সৰু গোটত ভাগ কৰক যাতে প্ৰতিটোত ৫/৬ গৰাকী সদস্যা থাকে। প্ৰতিটো গোটক ইতিপূৰ্বে আলোচিত পাঁচটা ঘটনা / দৃশ্যপটৰ ভূমিকা পালন কৰিবলৈ দিয়ক। অৰ্থাৎ এটা গোটে একোটা দৃশ্যপট ৰূপায়ণ কৰি এগৰাকী ক্লায়েণ্ট অথবা পৰামৰ্শদাতা হিচাপে।

— গোটসমূহক নিজৰ মাজত পালন কৰিবলগীয়া ভূমিকা সম্পৰ্কে আলোচনা আৰু আঁচনি যুগুতাবলৈ ৫ মিনিট সময় প্ৰদান কৰিব।

— প্ৰতিটো ফেৰাক সাল-সলনি কৰি ভাও দিবলৈ ৫-৭ মিনিট সময় দিয়ক আৰু অন্য গোটৰ সদস্যবোৰৰ পৰা সেই সম্পৰ্কে ভাব / ধাৰণা আদায় কৰক।

— ভাৱৰীয়াক প্ৰশ্ন (যেনে প্ৰক্ৰিয়াটো কেনেদৰে চলিছিল বুলি আপুনি ভাবে? ভাও লৈ আপোনাৰ কেনে লাগিছিল?)

— যি মুহূৰ্তত গুৰুত্বপূৰ্ণ দিশবোৰ সামৰি লোৱা বুলি প্ৰশিক্ষকে অনুভৱ কৰি তেতিয়াই ভাও দিয়া বন্ধ কৰাব পাৰে (প্ৰতিটো গোটৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰযোজ্য)

— প্ৰতিজন প্ৰশিক্ষকে তেওঁৰ অধীনস্থ গোটসমূহৰ সদস্যই পালন কৰা ভাওত সন্নিৱিষ্ট হৈ থকা যোগাত্মক আৰু বিয়োগাত্মক দিশবোৰ আঙুলিয়াই দিব।

প্ৰশ্নবোৰৰ উত্তৰৰ সৈতে পৰামৰ্শ / ভাব বিনিময়ৰ সময়ত প্ৰদৰ্শন কৰিবলগীয়া আচৰণৰ দক্ষতা / মান নিৰূপনৰ বাবে আগতীয়াকৈ যোগান ধৰা তালিকাৰ সহায়ত প্ৰতিগৰাকী প্ৰশিক্ষকে সকলোবোৰ গোটে প্ৰদৰ্শন কৰা ভাওৰ মান নিৰূপন কৰিব।

সকলোবোৰ গোটে পঁচিটা দৃশ্যপটৰ ভাও প্ৰদৰ্শন কৰাৰ পাছত সেইবোৰক এটা বৃহৎ গোটত সামৰি ল'ব লাগে। ইয়াৰ পাছত অংশগ্ৰহণকাৰীসকলৰ আগত সঠিক উত্তৰৰ শ্লাইড্‌বোৰ প্ৰদৰ্শন কৰিব লাগে।

গোটবোৰক ফিড্‌বেক দিয়াৰ সময়ত নিম্নোক্ত দিশবোৰ প্ৰশিক্ষকসকলে মনত ৰখা বাঞ্চনীয় ঃ

— প্ৰতিগৰাকী প্ৰশিক্ষাৰ্থীৰ প্ৰতি সন্মান প্ৰদৰ্শন কৰা বাঞ্চনীয়। মনত ৰাখিবলে ৰাজহুৱাকৈ পৰামৰ্শদাতাৰ ভূমিকা পালন কৰা অতি কঠিন।

— পৰামৰ্শদান / ভাব বিনিময়ৰ সময়চোৱাৰ যোগাত্মক দিশবোৰৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিব।

— নম্ৰভাবে, গঠনমূলক পৰামৰ্শ দি আসোঁৱাহ দূৰীকৰণৰ প্ৰয়াস কৰিব।

— বিভিন্ন ভাওৰ মান সম্পৰ্কে সমালোচনা কৰি পৰামৰ্শ দিয়াৰ সময়ত অতিকৈ সাৱধানতা অৱলম্বন কৰিব।

— 'কৰা উচিত', 'কৰিবই লাগিব'- জাতীয় শব্দ / বাক্যাংশৰ প্ৰয়োগ এৰাই চলিব।

প্ৰতিগৰাকী অংশগ্ৰহণকাৰীৰ ভূমিকাক মূল্যায়ণ কৰি অনাগত সময়ত দৈনন্দিন অনুশীলন কৰি সেইবোৰ যে অধিক বিকশিত কৰিব পাৰি সেই বিষয়ে অৱগত কৰিব।

পৰামৰ্শদান ভাব বিনিময় দৃশ্যপটসমূহ ঃ

১. এ. আৰ. ভি.ৰ নিৰৱচিন্ন প্ৰয়োগ সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ ঃ

শ্ৰীমতী 'ক'ৰ বয়স হৈছে ৩৫ বছৰ আৰু তেওঁ এগৰাকী এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক মহিলা। তেওঁৰ তেজৰ নমুনাত চিডি-৪ কোষ উপস্থিতিৰ সংখ্যা হৈছে ১৮০। স্বাস্থ্য বিষয়াই তেওঁক এ. আৰ. টি. চিকিৎসা বিধান মানিবলৈ কৈছে যদিও শ্ৰীমতী 'ক' ই পাৰ্শ্বক্ৰিয়াৰ ভয়ত ইয়াক গ্ৰহণ কৰিবলৈ অস্বীকাৰ কৰিছে। তদুপৰি, তেওঁৰ বাসস্থানৰ পৰা এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ বহু দূৰৈত অৱস্থিত। তেওঁক আপুনি কেনেকৈ পৰামৰ্শ দিব?

গৰ্ভাৱস্থাত পি.পি.টি.চি.টি.ৰ প্ৰয়োগ ঃ

ঘৰে ঘৰে গৈ দৰ্শন দিয়া আপোনাৰ কৰ্মসূচীৰ অধীনত আপুনি এদিন ২৩ বছৰীয়া শ্ৰীমতী 'খ'ক লগ পাইছিল। তেওঁ এগৰাকী এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক তথা আঠ সপ্তাহৰ গৰ্ভৱতী মহিলা। তেওঁৰ সৈতে কথাপাতি আপুনি জানিব পাৰিছিলে যে তেখেতে স্থানীয় কোনো 'এণ্টেনেটেল ক্লিনিক (এ. এন. চি.)ত নাম পঞ্জীয়ন কৰা নাই।

তেওঁৰ শাহুমাকে ইয়াৰ কোনো প্ৰয়োজনীয়তা অনুভৱ কৰা নাই। কিয়নো, তেওঁলোকৰ পৰিয়ালত 'ধাই' ব্যৱহাৰ কৰিহে গৰ্ভৱতী মহিলাৰ প্ৰসৱ কৰোৱা হয়।

শ্ৰীমতী 'খ' আৰু তেওঁৰ শাহুয়েকক এনে অৱস্থাত পৰামৰ্শ দিয়াৰ সময়ত আপুনি কোনকেইটা দিশ মনত ৰাখিব?

২. প্ৰসৱৰ পাছত পি.পি.টি.চি.টি.ৰ প্ৰয়োগ ঃ

শ্ৰীমতী 'ঘ' এগৰাকী ২৫ বছৰীয়া এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা যোগাত্মকভাৱে সংক্ৰমিত মহিলা। তেওঁ অলপতে পি. এইচ. চি.ত কন্যা শিশু এগৰাকী জন্ম দিছে সাধাৰণ 'যোনী পথেৰে প্ৰসৱ' প্ৰক্ৰিয়াৰ মাজেদি। নৱজাতক কন্যাগৰাকীৰ জন্মৰ সময়ত ওজন প্ৰয়োজনতকৈ কম। এই শিশুটিৰ গা৲ে এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ বিয়পিব পাৰে বুলি আৰু তাইৰ ওজন সম্পৰ্কে মহিলাগৰাকী যথেষ্ঠ উদ্বিগ্ন।

আপুনি তেওঁক কেনেকৈ সহায় কৰিব?

৩. আৰ. টি. আই.ৰ প্ৰতিৰোধ আৰু শুশ্ৰূষা ঃ

শ্ৰীমতী 'এক্সে' তেওঁৰ ১৮ বছৰীয়া জীয়েক 'ৱাই'ক পি. এইচ. চি.লৈ আনিছে। তেওঁ কৰ্তব্যৰত এ. এন.

এম.ক অৱগত কৰে যে জীয়েকৰ যোনীপথেদি বিগত ৬ সপ্তাহ ধৰি একেৰাহে গোন্ধযুক্ত বগা স্রাৱ নিঃসৰণ হৈছে। তদুপৰি, 'ৰাই'ৰ ভোক আৰু ওজনো হ্রাস হৈছে। তেওঁ ইয়াকো ব্যক্ত কৰে যে অচিৰেই পৰিয়ালটোৱে 'ৰাই'ৰ বিয়া সম্পৰ্কেও গুণা-গুঠা কৰিছে।

আপুনি তেওঁক কেনেদৰে পৰামৰ্শ দিব?

৪. এইচ. আই. ভি. / এইড্ছ - শিক্ষা আৰু ব্যৱস্থাপনা ঃ

শ্ৰীমান 'ক' হৈছে এজন দৈনিক হাজিৰা কৰা ২২ বছৰীয়া লোক। শেহতীয়াকৈ তেওঁৰ দেহত এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ ধৰা পৰিছে। তেওঁ অতিকৈ ভীত সন্ত্ৰস্ত হৈ পৰিছে। কিয়নো, এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কে বিশেষ কোনো তথ্য তেওঁ নাজানে। পৰিয়ালৰ লোকসকলৰ পৰা উপেক্ষিত হোৱাৰ ভয়ত ঘৰৰ কাকোৱেই তেওঁ নিজৰ অৱস্থাটোৰ বিষয়ে জনোৱা নাই। তেওঁ কয়— 'মোৰ এইড্ছ হৈছে। অচিৰেই মই মৰিম।'

আপুনি তেওঁক কেনেকৈ সহায় কৰিব?

পৰামৰ্শ ভাব বিনিময়ৰ কৌশল আৰু দক্ষতা	**কৰা হ'ল**
• সুবিধাজনক পৰিৱেশৰ জন্ম দিয়ে • শুশ্ৰূষাৰ বাবে আগ্ৰহ সৃষ্টিকাৰী সন্মান আৰু সংস্কৃতিবান তথা যথোচিত সম্বোধন জনায় • আসন গ্ৰহণৰ অনুৰোধ কৰে • চকুত চকু হৈ কথা পাতে • কথা কওঁতে ক্লায়েণ্টৰ ফালে চাই কয় • একেৰাহে চকুৰ সংযোগ ৰক্ষা কৰে (কিন্তু তধা লাগি নাচায়) • মাজে মাজে সন্মতি / সহমত পোষণ কৰা বুজাবলৈ বিশেষ ভঙ্গীমা প্ৰদৰ্শন কৰে। যেনে- মূৰ দুপিওৱা • মুক্তভাৱে উত্তৰ দিব পৰাকৈ প্ৰশ্ন কৰে- বিশেষকৈ সংকোচ জড়িত / ব্যক্তিগত পৰ্যায়ৰ তথ্যৰ বাবে • মাথো প্ৰাসংগিকতা থকা প্ৰশ্নহে সোধে • ক্লায়েণ্টে সন্মতি / নিশ্চিত দিব পৰাকৈ তেওঁৰ মনৰ ভাব ব্যক্ত হোৱা বক্তব্য উত্থাপন কৰে • ক্লায়েণ্টৰ পৰা পোৱা তথ্যবোৰৰ সাৰমৰ্ম উলিয়াবলৈ সময় লয় • গুৰুত্বপূৰ্ণ বিষয় / দিশত সঠিকভাৱে বুজি পোৱাটোক নিশ্চিত কৰিবলৈ ক্লায়েণ্টৰ সৈতে প্ৰয়োজন সাপেক্ষে পুনৰ কথা পাতে	

অধ্যায় - ৫

পিতৃ-মাতৃৰ পৰা সন্তানলৈ এইচ. আই. ভি. ৰোগ সংক্ৰমণৰ প্ৰতিৰোধ (পি. পি. টি. চি. টি.) আৰু শিশুৰ গাত প্ৰাথমিক পৰ্যায়ত চিনাক্তকৰণ (ই. আই. ডি.)

অনুশীলন - ১ ঃ মাক-দেউতাকৰ পৰা শিশুৰ গালৈ ৰোগ বিয়পাৰ প্ৰক্ৰিয়াক প্ৰতিৰোধত ৰোগীৰ শিক্ষা

— অংশগ্ৰহণকাৰীসকলক পাঁচটা গোটত ভগাই প্ৰতিটোকে এটাকৈ ঘটনাৰ ওপৰত মনোনিৱেশ কৰাওক।

— তেওঁলোকক ৫ মিনিটকৈ সময় দিয়ক যাতে আলোচনা কৰি সেই বিশেষ অৱস্থাত এইচ. আই. ভি.ক মাক-দেউতাকৰ পৰা সন্তানলৈ বিয়পাত বাধা দিয়াৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰয়োজনীয় টোকা প্ৰস্তুত কৰিব পাৰে।

— এগৰাকীকৈ প্ৰতিনিধি প্ৰত্যেকটো গোটৰ পৰা আগবাঢ়ি আহি ডাঙৰ গোটৰ সন্মুখত সংশ্লিষ্ট গোটটোৰ পৰ্যবেক্ষণ টোকাসমূহ উপস্থাপন কৰিব।

— অন্য গোটবোৰক তেওঁলোকৰ সঁহাৰি হিচাপে ফিড্‌বেক্ দিবলৈ কোৱা হ'ল।

— অংশগ্ৰহণকাৰীসকলৰ মনত উদয় হোৱা যিকোনো প্ৰশ্নৰেই পৰিষ্কাৰ উত্তৰ প্ৰদান সুনিশ্চিত কৰক।

গোট - ১ ঃ

এগৰাকী ১৮ বছৰীয়া যুৱতীয়ে আপোনাৰ ওচৰলৈ আহি অনাগত এটা বছৰৰ ভিতৰত বিয়া হোৱাৰ আঁচনিৰ সমান্তৰালকৈ এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰতি তাইৰ ভয় সম্পৰ্কে অৱগত কৰিছে। কিয়নো, তাইৰ এগৰাকী বান্ধৱী যোৱা বছৰ বিয়া হৈছিল আৰু গৰ্ভধাৰণৰ সময়ত কৰা পৰীক্ষাত এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক হিচাপে ধৰা পৰিছিল। তাইক পৰামৰ্শ দিয়াৰ সময়ত আপুনি কোনবোৰ দিশ মনত ৰাখিব?

গোট - ২ ঃ

এগৰাকী ২৩ বছৰীয়া এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক মহিলাই তেওঁৰ প্ৰথমটো গৰ্ভাৱস্থাৰ পৰীক্ষণ কৰিবলৈ আহিছে। তেওঁ ৬ সপ্তাহৰ গৰ্ভৱতী। এম. টি. চি. টি. প্ৰতিৰোধৰ বাবে পৰামৰ্শ দিওতে আপুনি কোনকেইটা দিশ মনত ৰাখিব?

গোট - ৩ ঃ

এগৰাকী এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত ২২ বছৰীয়া মহিলাই প্ৰসৱ বেদনাত কাতৰ হৈ আধাঘণ্টা ধৰি পি. এইচ. চি.ৰ ভিতৰত চটফটাই আছে। পৰিস্থিতিৰ বুজ লৈ আপুনি সেই সময়ত এম. টি. চি. টি.ৰ বিপদ কম কৰিবলৈ কি পদক্ষেপ গ্ৰহণ কৰিব?

গোট - ৪ ঃ

এগৰাকী ২৪ বছৰীয়া এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত মহিলাই সন্তান জন্ম দি নৱজাতকক স্তনপান কৰোৱাৰ বিষয়ে আপোনাক সুধিছে। আপুনি পূৰ্বে তেওঁক দেখা নাই। এম. টি. চি. টি. হ্ৰাসৰ বাবে তেওঁক পৰামৰ্শ দিওতে কোনবোৰ কথা মনত ৰাখিব?

গোট - ৫ ঃ

প্ৰসৱৰ পাছত এগৰাকী এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত ২৬ বছৰীয়া মহিলাই তেওঁৰ আৰু নৱজাতকৰ প্ৰতি আগবঢ়োৱা প্ৰসবোত্তৰ সেৱাৰ মান সম্পৰ্কে সন্দেহ প্ৰকাশ কৰিছে। পি.টি.চি.টি.ৰ বিপদ হ্ৰাসকৰণৰ বাবে পৰামৰ্শ দিওতে আপুনি কোনবোৰ দিশ মনত ৰাখিব?

অনুশীলন - ২ ঃ নৱজাতকৰ আগতীয়া ৰোগ অনুসন্ধান সম্পৰ্কে ৰোগীৰ শিক্ষা

আপুনি এগৰাকী এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক মহিলাক দেখা কৰিছে যিয়ে কিছুদিনৰ পূৰ্বে আপোনাৰ কেন্দ্ৰত কেচুৱা জন্ম দিছে। নৱজাতকৰ দেহত এইচ. আই. ভি. থকাৰ সম্ভাৱনা সম্পৰ্কত তেওঁ অতিকৈ উদ্বিগ্ন। আপুনি তেওঁক কেনেকৈ সহায় কৰিব?

— (প্ৰয়োজন অনুসৰি) নৱজাতকৰ পিতৃ আৰু পৰিয়ালবৰ্গক পৰামৰ্শ / ভাব বিনিময়ৰ প্ৰক্ৰিয়াত চামিল কৰিব।

— আগতীয়া অনুসন্ধান তথা পৰীক্ষাৰ প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে যথোচিত শিক্ষা প্ৰদান কৰিব।

— ওচৰৰ পি.পি.টি.চি.টি. / আই.চি.টি.চি.লৈ প্ৰেৰণ কৰক।

— প্ৰথম ৬ মাহত মাথো দুগ্ধপান কৰোৱাৰ ওপৰত জোৰ দিয়ক।

— সময়োচিত প্ৰতিষেধক প্ৰাদনত যাতে অৱহেলা নকৰে সেই সম্পৰ্কে বুজাওক।

— মাকক ভাল পুষ্টিকৰ খাদ্য যোগান ধৰিবলৈ কওক।

— গৰ্ভধাৰণ আৰু পুনৰ সংক্ৰমণ প্ৰতিৰোধৰ বাবে সুৰক্ষিত যৌন অভ্যাস পালনত গুৰুত্ব দিয়ক।

— নিয়মিত তথা সময়োচিতভাৱে চিকিৎসকৰ দিহা লোৱাৰ প্ৰয়োজনীয়তাৰ ওপৰত জোৰ দিয়ক।

অধ্যায় - ৬

সংক্ৰমণ প্ৰতিৰোধ আৰু পি. ই. পি.

অনুশীলন - ১ ঃ হাত-ধোৱাৰ কৌশল

যোৰ হিচাপত অংশগ্ৰহণকাৰীসকলক ভগাই লওক। নিৰ্দেশনা মানি চলি প্ৰতিযোৰ অংশগ্ৰহণকাৰীক হাত ধুবলৈ কওক।

অনুশীলন - ২ ঃ শৰীৰক সুৰক্ষাদায়ী সৰঞ্জামৰ ব্যৱহাৰ

কোনো এগৰাকী স্বেচ্ছাসেৱক / সেৱিকাক মাতি আনি এনে পোচাক আৰু সৰঞ্জাম কেনেকৈ ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে সেয়া প্ৰদৰ্শন কৰিবলৈ কওক।

অনুশীলন - ৩ ঃ 'ব্লিচ দ্ৰব্য'ৰ প্ৰস্তুতকৰণ

এগৰাকী স্বেচ্ছাসেৱক / সেৱিকাক 'ব্লিচ দ্ৰব্য' কেনেকৈ প্ৰস্তুত তথা ব্যৱহাৰৰ বাবে সাজু কৰা হয়-সেয়া দেখুৱাবলৈ কওক।

অনুশীলন - ৪ ঃ যথোচিতভাৱে বেজীৰ নষ্টকৰণ

এগৰাকী স্বেচ্ছাসেৱক / সেৱিকাক মাতি আনি কেনেকৈ যথোচিতভাৱে বেজী এটাক নষ্ট কৰিব পাৰি সেয়া প্ৰদৰ্শন কৰিবলৈ কওক।

খণ্ড - ৪

সংযোজনসমূহ

সংযোজনসমূহ

সংযোজন ১ ঃ এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা - দ্ৰুত পৰীক্ষা

সংযোজন ২ ঃ পৰামৰ্শ দিবলগীয়া শিতানৰ পৰীক্ষা তালিকা

সংযোজন ৩ ঃ পি.পি.টি.চি.টি. সম্পৰ্কীয় সঁচা আৰু মিছা মন্তব্য

সংযোজন ৪ ঃ পি.পি.টি.চি.টি. নৱজাতকক খাদ্য খুওৱাৰ তিনিটা উপায় বাচনিৰ প্ৰসংগত কেতবোৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ শিতান যিবোৰক আপুনি এই বিষয়ে মাক-সকলক পৰামৰ্শ দিওতে মনত ৰাখিব লাগে

সংযোজন ৫ ঃ বিকল্প খাদ্য খুওৱাৰ ক্ষেত্ৰত ব্যৱহৃত পৰীক্ষা তালিকা

সংযোজন ৬ ঃ ডব্লিউ. এইচ. অ'-ৰ বিকাশ পৰ্যবেক্ষনৰ পৰীক্ষা তালিকা

সংযোজন ৭ ঃ সংক্ৰমণ মুক্তকৰণ আৰু নিৰ্বিজাণুকৰণৰ নিৰ্দেশনা

সংযোজন ৮ ঃ হাতৰ পৰিচন্নতা সম্পৰ্কীয় পৰীক্ষা তালিকা

সংযোজন ৯ ঃ ব্লিচ্ ব্যৱহাৰেৰে বেজী আৰু চিৰিঞ্জক সংক্ৰমণমুক্তকৰণ

সংযোজন ১০ ঃ এবাৰ ব্যৱহাৰযোগ্য বেজী আৰু চিৰিঞ্জৰ নষ্টকৰণ সম্পৰ্কত নিৰ্দেশনা

সংযোজন ১১ ঃ অৱস্থানত নিৰ্দেশনা - মজিয়াত পৰা তেজৰ চিটিকণি পৰিষ্কৰণ সম্পৰ্কত

সংযোজন ১২ ঃ এইচ. আই. ভি. / এইড্ছৰ শুশ্ৰূষা সম্পৰ্কে এ.এন.এম.সকলৰ ভূমিকা

সংযোজন ১৩ ঃ ৰাজ্যিক এইড্ছ নিয়ন্ত্ৰণ সমিতি (এচ. এ. চি. এচ.)সমূহৰ তালিকা

সংযোজন ১৪ ঃ এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰবোৰৰ তালিকা

সংযোজন ১৫ ঃ ৰাজহুৱা শুশ্ৰূষা কেন্দ্ৰ (চি.চি.চি.)বোৰৰ তালিকা

সংযোজন ১৬ ঃ সুবিধাসমৃদ্ধ পৰামৰ্শ আৰু পৰীক্ষা কেন্দ্ৰ (এফ. আই. চি. টি. চি.)সমূহ

সংযোজন ১৭ ঃ ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্ছ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থ্যা (এন. এ. চি. অ')ৰ তথ্য সংগ্ৰহ আৰু অৱগতকৰণৰ নমুনা প্ৰ-পত্ৰসমূহ

সংযোজন ১৮ ঃ বৰফ বিগালক আৰু শক্তিদায়ক

সংযোজন ১৯ ঃ শৰীৰত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা শিশুৰ বাবে প্ৰযোজ্য টীকাকণৰ তালিকা

সংযোজন - ১

এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা - দ্ৰুত পৰীক্ষা

পৰীক্ষাগাৰত এইচ. আই. ভি. এণ্টিবডি বা ভাইৰাচক ধৰা পেলোৱাৰ দ্বাৰা ৰোগৰ বীজাণু বিধৰ উপস্থিতি নিশ্চিত কৰিব পাৰি। বিভিন্ন এইচ. আই. ভি. এণ্টিবডি পৰীক্ষাবোৰ হৈছে—

- দ্ৰুত পৰীক্ষা
- ই. এল. আই. এচ. এ. (এনজাইম নিঙ্কড্ ইমিউন চ'ৰবেণ্ট এশ্বে) দ্ৰুত-পৰীক্ষা
- বেষ্টাৰ্ণ ব্লট্ (নিশ্চয়তা জ্ঞাপক) পৰীক্ষা।

এইবোৰৰ ভিতৰত 'দ্ৰুত পৰীক্ষা' হৈছে অতি সংবেদনশীল, সহজ আৰু ইয়াকেই এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰাথমিক অনুসন্ধানত সম্পাদন কৰা হয়।

এই ধৰণৰ এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণে ক্লায়েণ্টজনক পৰীক্ষাৰ আগত আৰু পাছত ফলাফল সম্পৰ্কে পৰামৰ্শ গ্ৰহণত সহায় কৰে। কম সময়ৰ ভিতৰত (৫ ৰ পৰা ৩০ মিনিটত) সমাপন হোৱা এনে পৰীক্ষাই এবাৰতেই ক্লায়েণ্টজনক আন কোনোবা স্বাস্থ্য ব্যৱস্থা / কেন্দ্ৰলৈ যোৱাৰ প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কেও জনাত সহায় কৰে।

প্ৰাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰ (পি. এইচ. চি.)ত এনে দ্ৰুত পৰীক্ষা কৰিব পাৰি। আউট-পেচেণ্ট ক্লিনিক, ব্লাড্বেঙ্ক, আই. চি. টি. চি., পি.পি.টি.চি.টি. কেন্দ্ৰ আদিতো এই দ্ৰুত পৰীক্ষা কৰিব পাৰি।

দ্ৰুত পৰীক্ষাৰ সুবিধাসমূহ ঃ

- ইয়াক সমাপন কৰিবলৈ সহজ। কিয়নো ইয়াৰ বাবে কোনো যন্ত্ৰপাতিৰ প্ৰয়োজন নাই।
- সাধাৰণ কোঠাৰ উত্তাপতেই পৰীক্ষা-কিট্সমূহ ৰাখিব পাৰি।
- ভিতৰুৱা স্বাস্থ্য ব্যৱস্থা / কেন্দ্ৰবোৰতো এই পৰীক্ষা কৰিব পাৰি (উদাহৰণ- উপকেন্দ্ৰ / প্ৰাথমিক স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰ ইত্যাদি) - য'ত একেদিনাই ফলাফলৰ প্ৰয়োজন হয় (উদাহৰণ - আই. চি. টি. চি. / ব্লাড বেংক)
- সমগ্ৰ তেজ বা চিৰামৰ ওপৰত ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰি।
- ফলাফল খালী চকুৰেই প্ৰত্যক্ষ কৰিব পাৰি।
- আৱৰ্জনাৰ সহজ ব্যৱস্থাপনাৰ প্ৰয়োজন।
- পৰম্পৰাগত 'ই. এল. আই. এচ. এ.- পৰীক্ষাৰ দৰেই ফলাফল সঠিক।
- এনে পৰীক্ষা কৰোৱা প্ৰায় সকলো ব্যক্তিয়েই পৰীক্ষাৰ পাছৰ পৰামৰ্শ লাভ কৰে। কিয়নো তেওঁলোকে এবাৰ দৰ্শন কৰিয়েই সেয়া প্ৰদান কৰিব পাৰি।
- যিহেতু ফলাফল খৰতকীয়াকৈ দিয়া হয়, গতিকে যোগাত্মকভাৱে আক্ৰান্ত ব্যক্তিসকলে সময় বিলম্ব নকৰাকৈ চিকিৎসা বিধান গ্ৰহণ কৰিব পাৰে।

পদ্ধতি ঃ

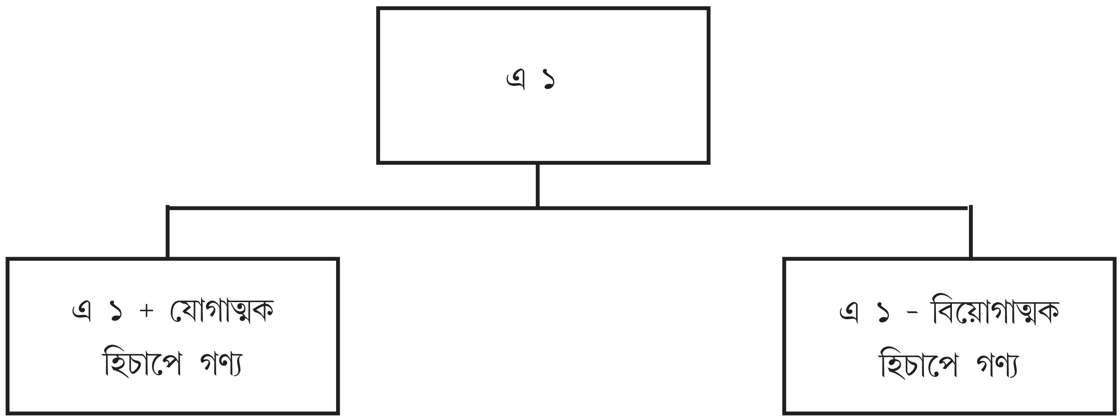
এই দ্ৰুত পৰীক্ষাৰ বাবে ক্লায়েণ্টৰ আঙুলিৰ পৰা আহৰণ কৰা তেজৰ নমুনা / চিৰামক পাতল কৰি এইচ. আই. ভি. - এণ্টিজেনমুক্ত এখন প্লেটত লগোৱা হয়।

পৰীক্ষাটোৰ সাম্ভাব্য ফলাফল ঃ

- **প্ৰতিক্ৰিয়ামূলক বা যোগাত্মক ঃ** যিকোনো তীব্ৰতাৰ দুডাল আঁচ নিয়ন্ত্ৰণ অঞ্চল আৰু ৰোগীৰ অঞ্চলত দেখা দিয়ে।
- **প্ৰতিক্ৰিয়াহীন ঃ** মাথো নিয়ন্ত্ৰণ অঞ্চলত এডাল আঁচ দেখা দিয়ে। ৰোগীৰ অঞ্চলত কোনো আঁচ দেখা নাযায়।
- **ফলাফলহীন ঃ** নিয়ন্ত্ৰণ অঞ্চলত কোনো আঁচ দেখা নাযায়। এনেক্ষেত্ৰত নতুন কিট্ ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে। আনকি ৰোগীৰ অঞ্চলত আঁচ দেখা গ'লেও।

এই পৰীক্ষা এন.এ.চি.অ'.ৰ পৰীক্ষা ৰণনীতি- I ৰ আধাৰত চলোৱা হয়। যদিহে পৰীক্ষাৰ ফলাফল বিয়োগাত্মক হয়, তেন্তে ক্লায়েণ্টক এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণমুক্ত বুলি কোৱা হয়। কিন্তু যদিহে ফলাফল যোগাত্মক হয়, তেন্তে ক্লায়েণ্টজনক এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা যোগাত্মকভাৱে আক্ৰান্ত বুলি গণ্য কৰা হয়। তেনে ক্লায়েণ্টক অধিক পৰামৰ্শ, পৰীক্ষণ আৰু পৰীক্ষা ফলাফলৰ নিশ্চয়তাৰ উদ্দেশ্যে তৎক্ষণাত আই. চি. টি. চি.লৈ প্ৰেৰণ কৰা হয়।

স্বাস্থ্য সেৱাৰ কৰ্মীসকলে পৰীক্ষাৰ পূৰ্বে ক্লায়েণ্টক পৰামৰ্শ দিব। তেওঁৰ পৰা পৰীক্ষা প্ৰক্ৰিয়া সম্পাদনৰ আগতে স্বাস্থ্যকৰ্মীসকলে ইয়াৰ বাবে সন্মতি আদায় কৰা বাধ্যতামূলক। একেদৰে, ক্লায়েণ্টজনক পৰীক্ষাৰ ফলাফল জনাই সমান্তৰালভাৱে পৰীক্ষাত্তোৰ পৰামৰ্শ আগবঢ়াব লাগিব।



পৰীক্ষাৰ ফলাফল সম্পৰ্কে গোপনীয়তা ৰক্ষা কৰা বাধ্যতামূলক গোপনীয়তা ৰক্ষাই স্বাস্থ্য সেৱা ব্যৱস্থাৰ ওপৰত ক্লায়েণ্টজনৰ আস্থা বৃদ্ধি কৰিব। অতি বিপদজনক আচৰণ কৰা আন মানুহবোৰকো এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰোৱাৰ উদ্দেশ্যে আগবাঢ়ি আহিবলৈ ই উৎসাহিত কৰিব।

সংযোজন - ২
পৰামৰ্শ দিবলগীয়া শিতানৰ পৰীক্ষা তালিকা

এ. এন. এম.সকলৰ দ্বাৰা বিভিন্ন সময়ত ব্যৱহৃত পৰামৰ্শ দিবলগীয়া শিতানৰ পৰীক্ষা তালিকা

পৰীক্ষা তালিকা নং ১ ঃ কাৰ্যক্ষম পৰামৰ্শ দিয়াৰ সক্ষমতা সম্পৰ্কে আত্মসমীক্ষা

পৰামৰ্শৰ কৌশল আৰু দক্ষতা	কৰা হ'ল
• সুবিধাজনক পৰিৱেশৰ জন্ম দিয়ে • শুশ্ৰূষাৰ প্ৰতি আগ্ৰহ সৃষ্টিকাৰী সন্মান আৰু সংস্কৃতিবান তথা যথোচিত সম্বোধন জনায় • আসন গ্ৰহণৰ অনুৰোধ কৰে • চকুত চকু থৈ কথাপাতে • ক্লায়েন্টৰ ফালে চাই কথা কয় • একেৰাহে চকুৰ সংযোগ ৰক্ষা কৰে (কিন্তু তধা লাগি নাচায়) • মাজে মাজে সন্মতি / সহমত পোষণ কৰা বুজাবলৈ বিশেষ ভঙ্গীমা প্ৰদৰ্শন কৰে। যেনে- মূৰ দুপিওৱা। • মুক্তভাৱে উত্তৰ দিব পৰাকৈ প্ৰশ্ন কৰে- বিশেষকৈ সংকোচ জড়িত (ব্যক্তিগত পৰ্যায়ৰ তথ্যৰ বাবে)। • মাথো প্ৰামাণিকতা থকা প্ৰশ্নহে সোধে। • ক্লায়েন্ট সন্মতি / নিশ্চিতি দিব পৰাকৈ তেওঁৰ মনৰ ভাব ব্যক্ত হোৱা বক্তব্য উত্থাপন কৰে। • ক্লায়েন্টৰ পৰা পোৱা তথ্যৰ সাৰমৰ্ম উলিয়াবলৈ সময় লয়। • গুৰুত্বপূৰ্ণ বিষয়ত / দিশত সঠিকভাৱে বুজি পোৱাটোক নিশ্চিত কৰিবলৈ ক্লায়েন্টৰ সৈতে প্ৰয়োজন সাপেক্ষে পুনৰ কথা পাতে।	

পৰীক্ষা তালিকা নং ২ (ক) পৰীক্ষাৰ পূৰ্বে দিয়া পৰামৰ্শৰ প্ৰ-পত্ৰ

টোকা ঃ সকলো সময়তে ক্লায়েন্ট সম্পৰ্কীয় তথ্যৰ গোপনীয়তা কঠোৰভাৱে ৰক্ষা কৰিব লাগে।

১. বয়স —— বছৰ　　২. লিংগ ঃ পু / ম / উভয়লিংগ

৩. শিক্ষাৰ পৰ্যায় ঃ অশিক্ষিত / ১.৫ / ৬.৮ / ৮.১০/ ১১.১২ / স্নাতক / স্নাতকোত্তৰ

৪. জীৱিকা ঃ —— (প্ৰৱজিত / অ-প্ৰৱজিত)

৫. মাহেকীয়া উপাৰ্জন (টকাত) ঃ ০.২,৫০০ / ২,৫০১.৫০০০ / ৫০০১.৭,০০০ / ৭,০০১.১০,০০০/ ১০.০০০ তকৈয়ো অধিক

৬. বৈবাহিক স্থিতি ঃ বিয়া কৰোৱা নাই / বিয়া কৰাইছে / পত্নী বা স্বামী মৃত / বিবাহ বিচ্ছেদ হৈছে / পৃথকে আছে / একেলগে থাকে।

৭. চিকিৎসা ইতিহাস ঃ (আপোনাৰ ক্লায়েণ্টগৰাকীৰ বৰ্তমান কোনো ৰোগ হৈছে নেকি বা তেওঁৰ গাত কোনো ৰোগৰ লক্ষণ দেখা দিছে নেকি?)

— নাই / একেৰাহে জ্বৰ হৈছে / ওজন হ্ৰাস / কাঁহ / হাগনি / এচ. টি. আই. / টি. বি. / অ'. আই. / অন্যান্য।

অনুগ্ৰহ কৰি আপোনাৰ ক্লায়েণ্ট সন্দৰ্ভত তলৰ শিতানবোৰ পোহৰলৈ আনক ঃ

৮. বিগত ছয় মাহত কিবা বিপদ দেখিছে নেকি তাৰ মূল্যায়ন ঃ

প্ৰশ্ন ঃ পৰামৰ্শগ্ৰহণ আৰু পৰীক্ষা কৰোৱাবলৈ বিচৰাৰ কাৰণ কি?

————————————————————————————————

————————————————————————————————

ক) দূষিত তেজ তলত দিয়া প্ৰক্ৰিয়াৰে গালৈ আহিছে নেকি?

— তেজ গ্ৰহণ / আই. ডি. ইউ

— অংগ সংস্থাপন / টাটু

— বেজীৰ দ্বাৰা আঘাটপ্ৰাপ্ত হৈ ক্ষতস্থান সৃষ্টি

— অসুৰক্ষিত যৌন সম্পৰ্ক ঃ যোনী / গুহ্যদ্বাৰ / মুখ

খ) সংগী বা পৰিয়ালৰ কোনো সদস্যৰ সংক্ৰমণ আছে নেকি?

— আছে / নাই

গ) তলত দিয়াবোৰৰ বিষয়ে ব্যাখ্যা কৰক ঃ

i) এইচ. আই. ভি. এইড্ছ কি?

ii) ৰোগ বিয়পাৰ বিভিন্ন উপায় মাধ্যম

iii) অন্ধবিশ্বাস আৰু ভুল ধাৰণা

iv) এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা সম্পৰ্কে তথ্য

v) পৰীক্ষাৰ ধৰণ আৰু পৰীক্ষা প্ৰক্ৰিয়া

vi) লাভালাভ আৰু ফলাফল

vii) এক যোগাত্মক ফলাফলে কি বুজায়?

viii) এক ঋণাত্মক ফলাফলে কি বুজায়?

ix) উইণ্ডো পিৰিয়ড

৯. পৰামৰ্শ আগবঢ়োৱা শিতানবোৰ হৈছে ঃ

i) সুৰক্ষিত যৌন আচৰণ (কনড্‌ম ব্যৱহাৰ কেনেকৈ কৰে সেয়া প্ৰদৰ্শনকে ধৰি)

ii) পুষ্টি

iii) ব্যক্তিগত পৰিচন্নতা

iv) যোগাত্মকভাৱে জীৱন যাপন

v) নিৰাপদ উপায়েৰে বেজী ব্যৱহাৰ (আই. ডি. ইউ.সকলৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰযোজ্য)

১০. অ' আই. / এচ.টি.আই. / আৰ. টি. আই. সমাপন কৰিছে নে নাই ঃ

— কৰিছে / নাই কৰা

১১. ঘৰত সহযোগিতাৰ ব্যৱস্থা।

১২. নিজৰ এইচ. আই. ভি. অৱস্থানৰ বিষয়ে পৰিয়াল / প্ৰিয়জনক জনোৱাৰ আগ্ৰহ (যোগাত্মক ফলাফল পোৱাসকলৰ ক্ষেত্ৰত) (হয় / নহয়)

পৰীক্ষা তালিকা নং ২ (খ) ঃ ৰোগ অনুসন্ধানৰ পৰৱৰ্তী পৰামৰ্শৰ প্ৰ-পত্ৰ

টোকা ঃ ক্লায়েণ্ট সম্পৰ্কীয় তথ্যৰ গোপনীয়তা সকলো সময়তে কঠোৰভাৱে ৰক্ষা কৰা উচিত।

১. তাৰিখ ঃ --- / --- / --- ২. বয়স ঃ ———

৩. লিংগ ঃ পুৰুষ / মহিলা / উভয়লিংগ

৪. যোগাত্মক ফলাফলৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰেৰণ কৰা ওচৰৰ এফ. আই. চি. টি. চি. / আই. চি. টি. চি.

৫. পৰামৰ্শ দিয়া হৈছে

ক) কনডম ব্যৱহাৰ বৃদ্ধিৰ ওপৰত

খ) যৌন সংগীৰ সংখ্যা হ্ৰাসৰ ওপৰত

গ) এটা বেজীক বহুজনে ব্যৱহাৰ কৰাৰ অভ্যাস কমোৱাৰ ওপৰত

ঘ) মদ বা ড্ৰাগছৰ ব্যৱহাৰ কম কৰাৰ ওপৰত

ঙ) পুষ্টিৰ ওপৰত

চ) অন্য শিতানৰ ওপৰত

৬. এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. / অ'. আই. সম্পৰ্কে শিক্ষা প্ৰদান, ব্যৱস্থাপনা / চিকিৎসা দিয়া আৰু উৰ্দ্ধতম ব্যৱস্থালৈ প্ৰেৰণৰ সম্পৰ্কত লোৱা পদক্ষেপ— (হয় / নহয়)

৭. এইচ. আই. ভি.ৰ যোগাত্মক ফলাফল সম্পৰ্কে সংগী / পৰিয়ালৰ সৈতে আলোচনাৰ প্ৰয়োজনীয়তা—— (আছে / নাই)

পৰীক্ষাত তালিকা ২ (গ) ঃ পৰীক্ষাৰ ফলাফল লাভৰ পাছত দিবলগীয়া পৰামৰ্শ সন্দৰ্ভত

টোকা ঃ ক্লায়েণ্ট সম্পৰ্কীয় তথ্যক সকলো সময়তে গোপনীয়ভাৱে কঠোৰ ৰূপত ৰাখিব

১. তাৰিখ ঃ --/ --/ --

২. সময় (পৰামৰ্শদান প্ৰক্ৰিয়াৰ আৰম্ভণি) ঃ ——

৩. বয়স ঃ —— বছৰ

৪. লিংগ ঃ পুৰুষ / মহিলা / উভয় লিংগ

৫. ক্লায়েণ্টক এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰাৰ সন্দৰ্ভত —— হয় / নহয়

৬. যদিহে নাই, পৰীক্ষা কৰোৱাৰ সপক্ষে অধিক পৰামৰ্শ দিয়া হৈছেনে নাই— হৈছে/ হোৱা নাই

৭. এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কীয় ক্লায়েণ্টৰ ভয় / উদ্বিগ্নতাৰ বিষয়ে আলোচনা — হৈছে / হোৱা নাই

৮. যিসকল ক্লায়েণ্টে ফলাফল পাইছে তেওঁলোকৰ বাবে—

   i) ক্লায়েণ্টগৰাকীয়ে পৰীক্ষাৰ ফলাফলৰ গুৰুত্ব স্পষ্টকৈ বুজিছে নে? বুজিছে / বুজা নাই

   ii) আই. চি. টি. চি.ৰ পৰামৰ্শদাতাই দিয়া নিৰ্দেশনাবোৰ ক্লায়েণ্টজনে মানিছে নে— মানিছে / মানা নাই

   iii) ক্লায়েণ্টে আই. চি. টি. চি.ৰ পৰা এবাৰ অহাৰ পাছত পুনৰাই তালৈ যথোচিত সময়ত গৈছে নে— গৈছে / যোৱা নাই

   iv) যদিহে যোৱা নাই, তাৰ বাবে ক্লায়েণ্টক উৎসাহ দিয়া হৈছে নেকি? হৈছে / হোৱা নাই

৯. পৰামৰ্শ দিয়া হৈছে এইবোৰৰ ওপৰত—

   ক) কনডম ব্যৱহাৰ বৃদ্ধিৰ ওপৰত

   খ) যৌন সংগীৰ সংখ্যা হ্ৰাসৰ ওপৰত

   গ) এটা বেজীক বহুজনে ব্যৱহাৰৰ অভ্যাস হ্ৰাস কৰাৰ ওপৰত

   ঘ) মদ, ড্ৰাগচ্‌ৰ ব্যৱহাৰ কমোৱাৰ ওপৰত

   ঙ) এই দিশবোৰৰ ওপৰত আলোচনা কৰাত

পৰীক্ষা তালিকা নং ৩ ঃ ঘৰুৱা শুশ্ৰূষা সন্দৰ্ভত দিয়া পৰামৰ্শৰ প্ৰ-পত্ৰ

গৃহদৰ্শনৰ তথ্য প্ৰ-পত্ৰ

ৰোগীৰ পঞ্জীয়ন নম্বৰ ঃ

লিংগ ঃ পুৰুষ / নাৰী ঃ

গৃহদৰ্শনৰ উদ্দেশ্য ঃ

অঞ্চলটোৰ নাম ঃ

পৰ্যবেক্ষণৰ আধাৰত গম পোৱা মতে পৰিয়ালটোৰ আৰ্থ-সামাজিক অৱস্থা ঃ

পৰ্যবেক্ষণৰ আধাৰত গম পোৱা মতে আবেগিক আৰু শাৰীৰিক স্থিতি ঃ

মুখ্য শুশ্ৰূষা দিওতা ঃ

পৰ্যবেক্ষণৰ আধাৰত গম পোৱা মতে শুশ্ৰূষা দিওতা / পৰিয়ালৰ বাকী লোকসকলৰ ৰোগীৰ প্ৰতি আচৰণ আৰু মনোভাব ঃ

পৰ্যবেক্ষণৰ আধাৰত গম পোৱা মতে পৰিয়ালৰ সদস্যসকলে পৰস্পৰৰ প্ৰতি প্ৰদৰ্শন কৰা আচৰণ আৰু মনোভাব ঃ

যিবোৰ বিষয়ৰ ওপৰত উদ্বিগ্নতা প্ৰদৰ্শিত হৈছে / মন্তব্য প্ৰকাশ হৈছে তাৰ উল্লেখ ঃ

গৃহদৰ্শনকাৰীৰ নাম ঃ

গৃহদৰ্শনৰ বাবে আনুৰোধ কৰোতাৰ নাম ঃ

অনুৰোধৰ তাৰিখ ঃ

দৰ্শনৰ তাৰিখ ঃ

সংযোজন - ৩

পি.পি.টি.চি.টি. সম্পৰ্কে সঁচা আৰু মিছা মন্তব্য আৰু উত্তৰসমূহ

১. গৰ্ভধাৰণে এইচ. আই. ভি.ক অধিক শোচনীয় কৰে।

— মিছা। গৰ্ভধাৰণে এইচ. আই. ভি.ৰ আক্ৰমণ দ্ৰুত নকৰে।

২. এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত শুক্ৰানুৰে আনকি মাকৰ গাত সংক্ৰমণ নাথাকিলেও পোনপটীয়াকৈ সন্তানক সংক্ৰমিত কৰিব পাৰে।

— মিছা। যদিও এইচ. আই. ভি. পুৰুষৰ বীৰ্যত থাকিব পাৰে, ই শুক্ৰানুত নাথাকে। গতিকে, মাকে পুৰুষৰ বীৰ্যৰ পৰা সংক্ৰমণ লাভ কৰিলেও ভ্ৰূণৰ গাত কেতিয়াও এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ নহয়। ভ্ৰূণে তেতিয়াহে সংক্ৰমিত হ'ব পাৰে যদিহে প্ৰসৱ, গৰ্ভ পৰীক্ষা আদিৰ সময়ত ই মাকৰ ৰক্ত / যোনীৰে নিঃসৰিত দ্ৰব্যৰ সংস্পৰ্শলৈ আহে। একেদৰে মাতৃদুগ্ধৰ পৰা নৱজাতকলৈ এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত হ'ব পাৰে। মনত ৰাখিব যে এইবোৰৰ মাজতো ৭০% সমগ্ৰ মানৰ ভ্ৰূণ এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণৰ পৰা মুক্ত হৈ থাকে।

৩. যদিহে মাক এগৰাকী এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক হয়, তেন্তে এনে কেতবোৰ ঔষধ আছে যাৰ ব্যৱহাৰ কৰি তেওঁ নিজৰ নৱজাতকলৈ সংক্ৰমণ বিয়পাৰ সম্ভাৱনা হ্ৰাস কৰিব পাৰে।

— সঁচা। যদিহে মহিলাগৰাকী এইচ. আই. ভি.ত যোগাত্মকভাৱে আক্ৰান্ত, তেন্তে তেওঁক এ. আৰ. টি. প্ৰদান কৰিব পাৰি। তেওঁৰ গৰ্ভধাৰণৰ সময়তেই চালি-জাৰি চাই বা প্ৰসৱৰ সময় অন্যথাই নৱজাতক জন্মৰ ৭২ ঘণ্টাৰ ভিতৰত মহিলাগৰাকীক এ. আৰ. টি. চিকিৎসাবিধান প্ৰদান কৰিব পাৰি। যদিহে মাকগৰাকীয়ে এ. আৰ. টি. গ্ৰহণ কৰে আৰু তেওঁৰ দেহত ভাইৰাচৰ পৰিমাণ কমি যায়, তেন্তে তেওঁৰ দেহৰ পৰা সংক্ৰমণ বিয়পাৰ সম্ভাৱনা নিচেই কম (১% বা ২%)।

৪. যদিহে মাক-দেউতাক দুয়োজনেই এইচ. আই. ভি.+ হয়, তেন্তে যৌন মিলনৰ সময়ত কনডম পৰিধান কৰাৰ প্ৰয়োজন নাই।

— মিছা। এজন সংগীয়ে যৌন মিলনৰ প্ৰক্ৰিয়াৰে আনজনৰ গালৈ এক প্ৰতিৰোধ ক্ষমতাপূৰ্ণ ভাইৰাচ প্ৰেৰণ কৰিব পাৰে। গতিকে, পুনৰ সংক্ৰমণ ৰোধৰ উদ্দেশ্যে দম্পত্তিহালে নিৰাপদভাৱে যৌন-মিলন কৰিব লাগে। অৰ্থাৎ, কনডম ব্যৱহাৰ কৰা উচিত।

৫. যদিহে এগৰাকী মহিলা এইচ. আই. ভি.+ হয়, তেন্তে তেওঁৰ আটাইবোৰ সন্তান এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হ'ব কিয়নো শিশুকেইটাই মাকৰ পৰা তেজ লাভ কৰিব।

— মিছা। মাক আৰু সন্তানে একেখিনি তেজক ভগাই নলয়। গৰ্ভাৱস্থাত মাকৰ তেজক প্লেচেণ্টাই

সংশোধন কৰে যাতে গৰ্ভস্থ সন্তানে তেওঁৰ তেজৰ সংস্পৰ্শলৈ নহাকৈয়ে অক্সিজেন আৰু পুষ্টি লাভ কৰে। মাকৰ তেজৰ সংস্পৰ্শলৈ আহিলেহে গৰ্ভস্থ সন্তানে এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হ'ব পাৰে। প্ৰসৱ আৰু গৰ্ভাৱস্থাত চলোৱা কোনো পৰীক্ষাত মাকৰ ৰক্তৰ সংস্পৰ্শলৈ আহিলেহে এনে শিশু সংক্ৰমিত হ'ব পাৰে। এইক্ষেত্ৰটো আনকি সংক্ৰমণৰ সম্ভাৱনা মাথো ৩০% হে হয়।

৬. **প্ৰসৱৰ সময়ত যিমানদূৰ পাৰি মাকৰ দেহৰ আভ্যন্তৰীণ দ্ৰব্যৰ পৰা নৱজাতকক আঁতৰত ৰাখিব লাগে।**

— সঁচা। চাকচ্‌ন যন্ত্ৰৰে নৱজাতকক বাহিৰলৈ অনা, মাকৰ মাখিচাল ফটা, এপিচিঅ'টমি আদি সন্তান জন্মৰ প্ৰক্ৰিয়াৰ পৰা নৱজাতকক যিমান পাৰি মাকৰ তেজৰ সংস্পৰ্শ নোপোৱাৰ ব্যৱস্থা কৰিব লাগে।

৭. **যদিহে এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত গৰ্ভৱতী মহিলা এগৰাকীয়ে চিজাৰিয়ান-অস্ত্ৰোপচাৰেদি মাতৃত্ব লাভ কৰে, তেন্তে সন্তান / নৱজাতকৰ এইচ. আই. ভি. আক্ৰান্ত হোৱাৰ সম্ভাৱনা শূণ্য।**

— মিছা। যদিও কোনো কোনো ক্ষেত্ৰত মহিলা এগৰাকীৰ গাত থকা এইচ. আই. ভি.ৰ বোজা হ্ৰাস কৰিব নোৱাৰি বা তেওঁ ৰোগবিধৰ অগ্ৰগামী অৱস্থাত থাকে, তেন্তে এনে অস্ত্ৰোপচাৰে শিশুৰ গালৈ সংক্ৰমণ ঘটাৰ সম্ভাৱনা হ্ৰাস কৰিব পাৰে। কিন্তু এই সম্ভাৱনা কেতিয়াও ০% লৈ হ্ৰাস নহয়। প্ৰকৃত বিপদৰ ভয় নিৰ্ভৰ কৰে দেহত থকা এইচ. আই. ভি. বীজাণুৰ পৰিমাণ বা ৰোগৰ তীব্ৰতাৰ ওপৰত। এনে অস্ত্ৰোপচাৰত মাকৰ দেহত সংক্ৰমণ হোৱা তথা তেওঁৰ মৃত্যু ঘটিবও পাৰে। প্ৰকৃততে, চিজাৰিয়ান অস্ত্ৰোপচাৰক এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমিত মাতৃৰ বাবে বিপদজনক বুলিহে গণ্য কৰা হয়। সেয়েহে, এ. আৰ. টি. চিকিৎসা বিধান লোৱা আৰু দেহত ভাইৰাচৰ উপস্থিতি কম অৱস্থাতেই নিয়ন্ত্ৰণত থকা মাতৃক স্বাভাৱিকভাৱে যোনীপথেৰে সন্তান জন্ম দিয়াতেই চিকিৎসকলে পৰামৰ্শ দিয়ে।

৮. **জন্মৰ পাছতেই নৱজাতকক নেভিৰাপাইন, দিয়াটোক এগৰাকী নাৰ্চে বেজীৰ খোচ খাই আঘাট পালে পি. ই. পি. প্ৰদান কৰাৰ লেখিয়া।**

— সঁচা। নেভিৰাপাইন নৱজাতকক প্ৰদান কৰা কাৰ্যক বেজীৰ খোচ খোৱা নাৰ্চক পি. ই. পি. প্ৰদানৰ সমকক্ষ বুলি ক'ব পাৰি।

সংযোজন - ৪

পি.পি.টি.চি.টি. নৱজাতকৰ খাদ্য খুওৱাৰ তিনিটা উপায় বাচনিৰ প্ৰসংগত কেতবোৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ শিতান— যিবোৰক আপুনি এই বিষয়ে মাকসকলৰ পৰামৰ্শ দিওতে মনত ৰাখিব লাগে।

	মাতৃদুগ্ধ অলপো প্ৰদান নকৰা অৱস্থাত গৰুৰ গাখীৰ বা টেমাৰ গাখীৰ	৬মাহ সম্পূৰ্ণকৈ স্তনপান আৰু তাৰ পাছত সম্পূৰ্ণ পৰিপূৰক খাদ্য প্ৰদান	যদিহে বিকল্প খাদ্যৰ কাম নচলে, তেন্তে ৬মাহৰ পাছতো স্তনপান
সুবিধাসমূহ	• স্তনৰ গাখীৰে পি.টি.চি.টি.ৰ ভয় ২০% বৃদ্ধি কৰে। • একেবাৰে গাখীৰ নুখুৱালে এই ভয় নোহোৱা হয়।	মাতৃদুগ্ধপানে শিশুক চূড়ান্ত মাত্ৰাৰ পুষ্টিৰ যোগায়। এইচ. আই. ভি.ক বাস দি অন্য সংক্ৰমণৰ লগত জড়িত মৃত্যুৰ সম্ভাৱনা হ্ৰাস কৰে আৰু মাকৰ উৰ্বৰতৰ ক্ষমতা পুনৰ লাভত পলম কৰে। • নৱজাতকে গাখীৰত থকা সকলো ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা (এইচ. আই. ভি.ক বাদ দি) পায়। • মাক-নৱজাতকৰ মাজৰ সম্পৰ্ক সুদৃঢ় হয়। • নৱজাতকৰ পাকস্থলী সুৰক্ষিত অৱস্থাত থাকে। • একেৰাহে কম খৰচী আৰু অধিক নিৰাপদ বুলি চামুচ / বটলেদি খুওৱাতকৈ গণ্য কৰা হয়। • ৬ মাহ বয়সত স্তনৰ গাখীৰেই শিশুৰ বিকাশৰ বাবে যথেষ্ট বুলি গণ্য কৰা নহয়। সেয়েহে শিশু দেহৰ পুষ্টিৰ বাবে পৰিপুৰক আন খাদ্য দিব লাগে।	
অসুবিধাসমূহ	• নৱজাতকে অলপো কল'ষ্টাম নাপায় • ই এক অতি খৰচী উপায় • ভাৰতত এইচ. আই. ভি.তকৈ গেষ্ট্ৰ'এণ্টেৰিটিচ্‌ত হে অধিক মৰে (অপৰিচন্নতা, মাতৃৰ	• নৱজাতকে স্তনৰ গাখীৰত থকা ভাইৰাছৰ আগত মুক্ত হৈ পৰে • সুবিধাৰ লগতে কল'ষ্ট্ৰানে এনেক্ষেত্ৰত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ বঢ়াই তোলে	• মাকৰ গাখীৰত থকা ভাইৰাচৰ আগত নৱজাতক উন্মুক্ত হৈ পৰে। • কল'ষ্ট্ৰামক ইয়াত নিহিত থকা সুবিধাবোৰৰ লগতে অতিকৈ সংক্ৰমক বুলি গণ্য কৰা হয় • যিমানেই স্তনপানৰ

	মাতৃদুগ্ধ অলপো প্ৰদান নকৰা অৱস্থাত গৰুৰ গাখীৰ বা টেমাৰ গাখীৰ	**৬মাহ সম্পূৰ্ণকৈ স্তনপান আৰু তাৰ পাছত সম্পূৰ্ণ পৰিপূৰক খাদ্য প্ৰদান**	**যদিহে বিকল্প খাদ্যৰ কাম নচলে, তেন্তে ৬মাহৰ পাছতো স্তনপান**
	অজ্ঞতা আদিৰ বাবে) ● পুষ্টিহীনতাত শিশু আক্ৰান্ত হোৱাৰ ভয় ● বাহ্যিক খাদ্য খোৱা এনে শিশুৰ পাকস্থলী ক্ষুদ্ৰ অনুজীৱই সংক্ৰমণ কৰাৰ ভয় থাকে। ● মাকে স্তনপান নকৰিলে তেওঁক সামাজিকভাৱে অৱজ্ঞা কৰা হয়।		সময়সীমা বাঢ়িব, সিমানেইনৱজাতকৰ গালৈ এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণৰ সম্ভাৱনাও বেছি হ'ব।
দিবলগীয়া আহাৰ সম্পৰ্কত মাকে ল'বলগীয়া সিদ্ধান্তত সহায় কৰিব	ফৰ্মূলা খাদ্য এইক্ষেত্ৰত হোৱা উচিত ● গ্ৰহণযোগ্য ● ব্যয় কৰিব পৰা ● নিৰাপদ ● দি থাকিব পৰা ● কামত আহিব পৰা	ফৰ্মূলা খাদ্যক এইদৰে গণ্য কৰা হয় ● খৰচী ● সুদীৰ্ঘ সময় প্ৰদানৰ বাবে অনুপযোগী ● নিৰাপদ নহয় ● সামাজিক সমস্যাৰ কাৰণ ● মিশ্ৰিত কৰি খোৱালে বিপদৰ সম্ভাৱনা ● অগ্ৰহণযোগ্য	● সকলোবোৰক দ্বিতীয় বাচনি হিচাপে ল'ব লাগে ● যদিহে আৰ্থ-সামাজিক অৱস্থা এনে হয় য'ত সুৰক্ষিত আৰু সুদীৰ্ঘ সময় দিব পৰাকৈ নিৰাপদ বিকল্প আহাৰ আনকি ৬ মাহৰ পাছতো শিশুক দিব নোৱাৰি।
মাক সকলক দিবলগীয়া অতিৰিক্ত তথ্য	কিয় শিশুক কেতিয়াও মিশ্ৰিত আহাৰ দিব নালাগে ● ফৰ্মূলা-আহাৰে শিশুৰ পাকস্থলীত অনুজীৱৰ	● যদিহে মাকৰ স্তনাগ্ৰত ফাঁট বা আঘাট আছে তেন্তে তেনে মহিলাক নিৰাপদে স্তনপান কৰোৱাৰ কৌশল শিকাওক। কিয়নো, ফাঁট বা আঘাটৰ স্থানেদি সংক্ৰমণ বিয়পিব পাৰে।	

	মাতৃদুগ্ধ অলপো প্ৰদান নকৰা অৱস্থাত গৰুৰ গাখীৰ বা টেমাৰ গাখীৰ	**৬মাহ সম্পূৰ্ণকৈ স্তনপান আৰু তাৰ পাছত সম্পূৰ্ণ পৰিপূৰক খাদ্য প্ৰদান**	**যদিহে বিকল্প খাদ্যৰ কাম নচলে, তেন্তে ৬মাহৰ পাছতো স্তনপান**
	আক্ৰমণত সহায় কৰে। ● যদিহে মিশ্ৰিত খাদ্য (যেনে মাকৰ গাখীৰৰ সৈতে গৰুৰ গাখীৰ) শিশুক খুওৱা যায়, তেন্তে এইচ. আই. ভি. শিশুৰ দেহত প্ৰৱেশৰ সম্ভাৱনা বাঢ়ি যায়। ● নৱজাতকক খাদ্য দিওতে অপৰিচন্নতাৰ বাবেও ৰোগৰ আক্ৰমণ হ'ব পাৰে। ● ফৰ্মূলা খাদ্য প্ৰস্তুতৰ সমস্যা থাকে। ● সহযোগী বেচৰকাৰী সংস্থা / অন্য তেনে অনুস্থানৰ সৈতে যোগাযোগ কৰোৱাব লাগে যিয়ে বিনামূলীয়া বা কম মূল্যত বিকল্প খাদ্য যোগান ধৰিব পাৰে।	● স্তনপান কৰাওতে পৰিচন্নতা নিশ্চিত কৰিব বিশেষকৈ চেপি উলিওৱা গাখীৰৰ ক্ষেত্ৰত। ● স্তনপান কৰোৱাৰ ভাল অভ্যাস ঃ মাক আৰু নৱজাতকৰ অৱস্থান তথা স্তনৰ পৰিচন্নতাৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰে। ● কেনেকৈ আকস্মিকভাৱে স্তনপান কৰোৱা বন্ধ কৰিব? যিসকল মাতৃয়ে প্ৰত্যক্ষভাৱে গাখীৰ স্তনৰ পৰা খুৱায়, তেওঁলোকক আকস্মিকভাৱে সেয়া বন্ধ কৰাৰ দুসপ্তাহ পূৰ্বৰ পৰা স্তন-চেপি গাখীৰ উলিওৱাৰ অভ্যাস শিকাব লাগে। ● নৱজাতকক চামুচ /কাপ আদিৰে গাখীৰ খুওৱা শিকাব লাগে। ● স্তনৰ গাখীৰ যোগান কমি যায়। ● স্তন পানৰ সময়চোৱাত সুৰক্ষিতভাৱে যৌন সম্ভোগ কৰিব লাগে- যাতে পুনৰ সংক্ৰমণৰ লগতে অধিক পৰিমাণৰ ভাইৰাচৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হোৱাৰ পৰা বাচিব পাৰি।	

সংযোজন - ৫

বিকল্প খাদ্য খুওৱাৰ ক্ষেত্ৰত ব্যৱহৃত পৰীক্ষা তালিকা

	হয়	নহয়
• মহিলাগৰাকীয়ে যথেষ্ঠ পৰিমাণৰ গাখীৰ / গাখীৰ-পাউদাৰ কিনিবলৈ সমৰ্থ নে?		
• মহিলাগৰাকীয়ে পৰিষ্কাৰ পানী পোৱাৰ সুবিধা আছে নে?		
• মহিলাগৰাকীয়ে কৃত্ৰিম গাখীৰ সুৰক্ষিতভাৱে প্ৰস্তুত কৰিবলৈ সমৰ্থ নে? (যেনে- উতলা পানী ব্যৱহাৰ কৰেনে?)		
• টিন্‌ৰ টেমাত থকা গাখীৰ সঠিক ঘনত্বত প্ৰস্তুত কৰিবলৈ মহিলাগৰাকী সমৰ্থ নে?		
• মহিলাগৰাকীয়ে গাখীৰ খুওৱা পাত্ৰ / সৰঞ্জামক পৰিষ্কাৰ আৰু নিৰ্বিজাণুকৰণ কৰিবলৈ জানে নে?		
• মহিলাগৰাকীয়ে পৰিয়ালৰ আন গুৰুত্বপূৰ্ণ সদস্য / সদস্যাসকলৰ পৰা যথেষ্ঠ সহযোগিতা লাভ কৰিছে নে?		
• তেওঁ বাৰু জানে নে কিমান পৰিমাণৰ গাখীৰ নৱজাতকক খুৱাব লাগে— — প্ৰতিবাৰত — এটা দিনৰ বাবে — কেইবাৰকৈ		

যদিহে উত্তৰবোৰ ‘নহয়’ৰে দিব পাৰি, তেন্তে ৰোগীক কেনেকুৱা শিক্ষা / সংযোগ প্ৰদান কৰিব পাৰি, যাৰ দ্বাৰা তেওঁ বিকল্প খাদ্য নৱজাতকক খুৱাব পাৰিব কিম্বা, নিৰাপদ স্তনপান সম্পৰ্কে জ্ঞাত হ’ব পাৰিব সেই সম্পৰ্কে বিবেচনা কৰা উচিত।

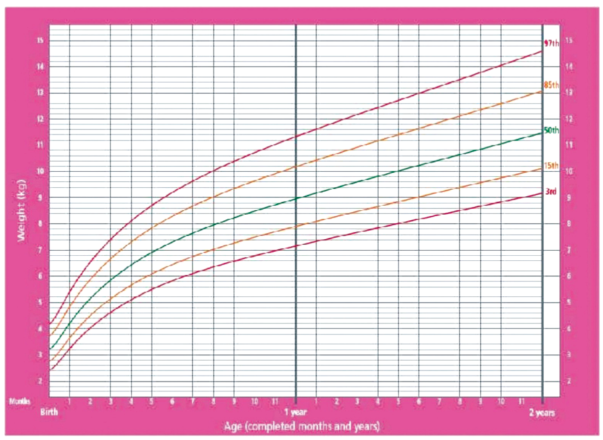
সংযোজন - ৬
ডব্লিউ এইচ অ'ৰ বিকাশ পৰ্যবেক্ষনৰ পৰীক্ষা তালিকা

স্বাভাৱিকভাৱে ডাঙৰ হোৱা নৱজাতক আৰু শিশুসকলে বিকাশৰ ষ্টেণ্ডাৰ্ড বিকাশ ৰেখাৰ ভাঁজবোৰৰ সমান্তৰালভাৱে বাঢ়ি যায়। এনে তালিকাৰ সহায়ত সময় অনুসৰি শিশুৰ বৃদ্ধি হোৱা ওজনক বিশ্লেষণ কৰি ওজন হ্ৰাস বা ওজন বৃদ্ধিত ব্যৰ্থ হোৱাৰ কথা চিনাক্ত কৰিব পাৰি।

যেতিয়া কোনো শিশুৰ বিকাশৰ ৰেখাডাল চেপেটা হৈ যায় আৰু কোনোপধ্যেই তালিকাৰ 'ষ্টেণ্ডাৰ্ড ৰেখা'বোৰৰ সমান্তৰাল নহয় তেতিয়া ইয়াক যথোচিতভাৱে বিশ্লেষণ, ব্যৱস্থাপনা কৰাৰ লগতে পুষ্টিকৰ মধ্যস্থতাৰ আৰু সম্ভৱ হ'লে এ. আৰ. টি. সেৱা প্ৰদানৰ প্ৰয়োজনীয়তা সৃষ্টি হয়।

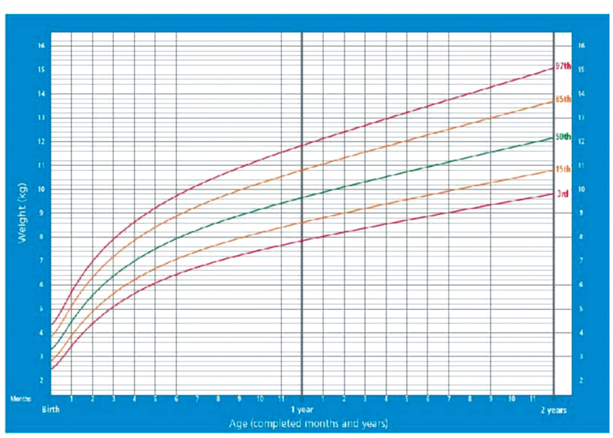
বয়স অনুসৰি ওজন (ছোৱালীৰ)

World Health Organization



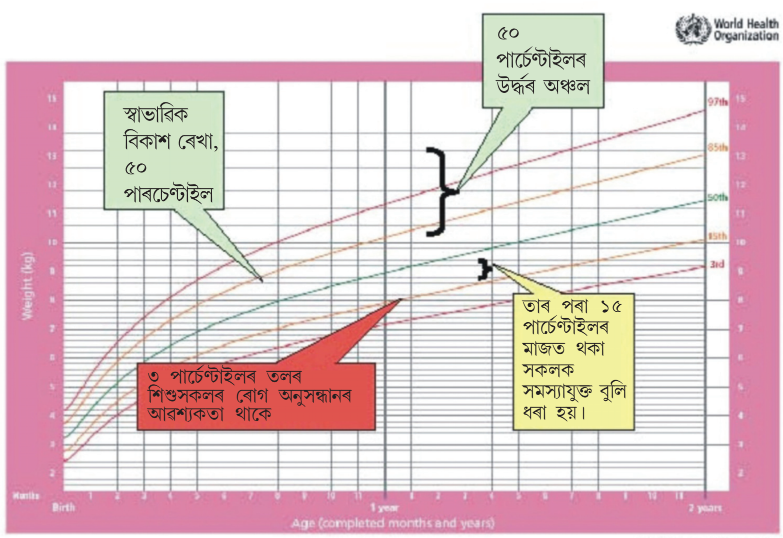
বয়স অনুসৰি ওজন (ল'ৰাৰ)

World Health Organization

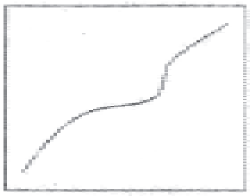


বিকাশৰ ৰেখাৰ নিৰ্দিষ্ট সময় সীমাৰ ভিতৰত শিশু এটাৰ বিকাশৰ প্ৰক্ৰিয়াক দেহৰ পৰিৱৰ্তনক লক্ষ্য তথা পৰ্যবেক্ষণ কৰিব পাৰি। মাথো একক দিশত পৰ্যবেক্ষণ কৰাতকৈ ওজনৰ পৰিৱৰ্তনৰ প্ৰতি লক্ষ্য ৰখাক এইক্ষেত্ৰত অধিক অৰ্থপূৰ্ণ বুলি গণ্য কৰা হয়। নাৰ্চসকলে নিজে ওজন লৈ আই.চি.টি.চি. এইচ. আই. ভি. উন্মুক্ত নৱজাতক / শিশু কাৰ্ডত লিংগ অনুযায়ী সংশ্লিষ্ট তথ্য ভৰাব। ইয়াৰ পাছত কিলোগ্ৰামক ওজনৰ একক হিচাপে লৈ গ্ৰাফৰ উলম্ব ৰেখাৰ ফালে বহুৱাব আৰু ভূমিৰ সমান্তৰালকৈ বয়সক (মাহ / বছৰত) অন্তৰ্ভূক্ত কৰিব।

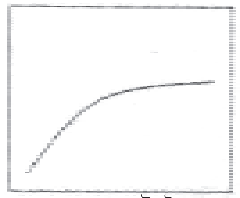
- প্ৰতিবাৰ দৰ্শনৰ সময়ত ওজন / বয়স চিহ্নিত কৰা বিন্দুবোৰ সংযোগ কৰিব।
- তালিকাত থকা শিশুৰ বিকাশৰ ষ্টেণ্ডাৰ্ড মানৰ ৰেখাডালৰ সৈতে সংশ্লিষ্ট শিশুটোৰ পৰা পোৱা তথ্যৰে সৃষ্ট ৰেখাডালক মিলাই চাব।
- স্বাস্থ্য বিষয়াই বিকাশ তালিকাৰ ৰেখা চিত্ৰ চাই ইয়াৰ অভিপ্ৰেত তাৎপৰ্য ব্যাখ্যা কৰিব আৰু ল'বলগীয়া কাৰ্যপন্থা সম্পৰ্কে সিদ্ধান্ত গ্ৰহণ কৰিব।
- যিসকল শিশুৰ বিকাশ ৰেখা ৩ ৰ পৰা ১৫ 'পাৰ্চেণ্টাইল্'ৰ ভিতৰত থাকিব তেওঁলোকৰ খাদ্য খুওৱা প্ৰক্ৰিয়াত বিসংগতি থকা বুলি গণ্য কৰা হয়। তেনে শিশুক পৰীক্ষা কৰি যথোচিত পুষ্টি সম্পৰ্কীয় পৰামৰ্শ আগবঢ়াব লাগে।
- ৩ 'পাৰ্চেণ্টাইল'তকৈ তলত থকা বিকাশ ৰেখাৰ শিশুসকলৰ ক্ষেত্ৰত অধিক বিসংগতি থকা বুজায়। তেওঁলোকক গুৰুত্ব সহকাৰে পৰীক্ষা কৰি প্ৰতি বিধান প্ৰদান কৰিব লাগে।



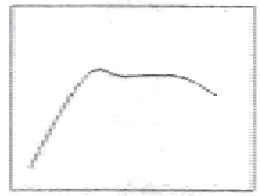
বয়সানুযায়ী ওজনৰ বিকাশ তালিকাৰ উদাহৰণ



সঠিক বিকাশ



ৰেখাডাল চেপেটা হৈ পৰা
(বিকাশৰ ৰেখাৰে কটাকটি হৈছে)



ওজন হেৰুওৱা

বিশ্লেষণ আৰু কাৰ্য্যব্যৱস্থা গ্ৰহণৰ বাবে চিকিৎসা বিষয়াৰ ওচৰলৈ প্ৰেৰণ বা
উৰ্দ্ধতন পৰ্যায়ৰ চিকিৎসা ব্যৱস্থা / শিশু বিশেষজ্ঞৰ ওচৰলৈ প্ৰেৰণ

সংযোজন - ৭

সংক্ৰমণ মুক্তকৰণ আৰু নিৰ্বিজাণুকৰণৰ নিৰ্দেশনাবোৰ

সা-সৰঞ্জামৰ শ্ৰেণীভুক্তি	সা-সৰঞ্জামৰ উদাহৰণ	প্ৰক্ৰিয়াটোৰ প্ৰকাৰ	প্ৰক্ৰিয়াৰ উদাহৰণ
অতি বিপদজনক ইয়াৰ ভিতৰত ধৰা হয় নিৰ্বিজাণুকৃত টিচু বা ভাচকুলাৰ ব্যৱস্থা যিয়ে দাঁতৰ চিকিৎসাৰ সৰঞ্জামবোৰকো সামৰে	ইমপ্লেণ্টচ স্কেল্পচ বেজী, অন্য অস্ত্ৰোপচাৰৰ সৰঞ্জাম আৰু এণ্ড'স্ক'পিক্ সজুলি	নিৰ্বিজাণুকৰণ (নিৰ্মাতানুসৰি প্ৰক্ৰিয়াটোৰ সময় ইফাল / সিফাল হয়)	চাপযুক্ত গৰমভাপ, শুকান তাপ, ইথাইলিন্ অক্সাইড্ গেছ ৰাসায়নিক গেছ নিৰ্বিজাণুকাৰক
মধ্যমীয়াভাৱে বিপদজনক মিউক'ৰাচ মেম্‌ব্ৰেঞ্চ বা ফট্ৰাচালৰ সংস্পৰ্শলৈ আহে	ফ্লেক্সিবল এণ্ড'স্ক'পচ লেৰিনগ'চক'পচ এণ্ডট্ৰেখিয়েল টিউবচ ৰেপাইৰেট'ৰী থেৰাপী আৰু এনাস্থেচিয়া যন্ত্ৰপাতি, ডায়েফ্ৰাম লগোৱা আঙুঠি অন্য সদৃশ যন্ত্ৰপাতি	উচ্চ পৰ্যায়ৰ সংক্ৰমণ ৰোধন (উন্মুক্তকৰণৰ সময় =২০ মিনিট)	গ্লুটাৰেল ডিহাইড ভিত্তিৰ ফৰ্মূলেচন (২%) ষ্টেবিলাইডড্ হাইড্ৰ'জেন পেৰিক্সাইড্ (৬%) ঘৰুৱা ব্লিচ্ (চজিনাম্ হাইপ'ক্ল'ৰাইড ৫.২৫%)
	থাৰ্মমিটাৰ (মুখ বা গুহ্যদ্বাৰত ভৰোৱা)	মধ্যমীয়া সংক্ৰমণ মুক্তকৰণ (উন্মুক্ত- -কৰণৰ সময় দহ মিনিটতকৈ বেছি)	ইথাইল্ বা আইচ'- প্ৰ'পাইল এলকহল (৭০%-৯০%) (মুখ / গুহ্যদ্বাৰৰ থাৰ্মমিটাৰ মিহলি নকৰিব।)
	মিহি, খহটা উপৰিভাগৰ যেনে- হাইড্ৰ'থেৰাপি টেংক	ধ্যমীয়া সংক্ৰমণ মুক্তকৰণ (উন্মুক্ত- -কৰণৰ সময় দহ মিনিটতকৈ বেছি)	ইথাইল বা আইচ'- প্ৰ'পাইল এলকহল (৭০%-৯০%) ফেন'- লিক ডিটাৰ্জেন (যথোচিতভাৱে

সা-সৰঞ্জামৰ শ্ৰেণীভুক্তি	সা-সৰঞ্জামৰ উদাহৰণ	প্ৰক্ৰিয়াটোৰ প্ৰকাৰ	প্ৰক্ৰিয়াৰ উদাহৰণ
			পাতলোৱা) ঘৰুৱা ব্লিচ্ চ'ডিয়াম হাইপ'ক্ল'ৰাইট ৫.২৫%
কম বিপদজনক খুট নথকা ছালত স্পৰ্শ কৰে	ষ্টেথ'স্ক'প্ মেজৰ উপৰিভাগ মজিয়া, আচবাব পত্ৰ ইত্যাদি	নিম্ন পৰ্যায়ৰ সংক্ৰমণ মুক্তকৰণ (উন্মুক্তকৰণৰ সময় দহ মিনিতকৈ বেছি)	ইথাইল বা আইচ'-প্ৰ'পাইল এলকহল (৭০%-৯০%) ফেন'-লিক ডিটাৰ্জেন (যথোচিতভাৱে পাতলোৱা) ঘৰুৱা ব্লিচ্ চ'ডিয়াম হাইপ'ক্ল'ৰাইট ৫.২৫%

সংযোজন - ৮

হাতৰ পৰিচন্নতা সম্পৰ্কীয় পৰীক্ষা তালিকা

পদ্ধতি	কৰা হ'ল
• হাতৰ নখবোৰ চুটিকৈ ৰখাটোক নিশ্চিত কৰিব	
• বোৱতী পানীৰ যোগান / হাতত ঘঁহা এলকহল দ্ৰব্যৰ পৰ্যাপ্ততা ৰাখিব	
• হাতৰ পৰা সা-সজুলি খোলক / আঁতৰাওক	
• চাবোনৰ দ্ৰব্য হাতত বাকী লওক / হাতত এলকহল ঘঁহক নাইবা সমানে চাবোন সানক — দুয়োখন হাত ঘঁহক। — হাতৰ তলুৱা আৰু আঙুলি ঘঁহক। — হাতৰ পিঠিফাল ঘঁহক। — আঙুলিৰ চেপ / কাষ ঘঁহক। — আঙুলিৰ আগ / নখ ঘঁহক। — হাতৰ গাঁঠিৰ পৰা আৰম্ভ কৰি প্ৰয়োজন সাপেক্ষে কিলাকুটিলৈকে ঘঁহক।	
• হাত দুখন এনেকৈ পানীত ধোৱক যাতে চুক-কোণৰ ব্যৱহৃত চাবোন এৰি যায়। যদিহে এলক'হল ব্যৱহাৰ কৰিছে, তেন্তে শুকাই নোযোৱালৈকে হাতৰ সকলো মুকলি অংশত ঘঁহি থাকক (ইয়াত পানীৰে পুনৰ নুধুব)।	
• বতাহত শুকাওক বা চাফা গামোচাৰে শুকোৱাওক।	

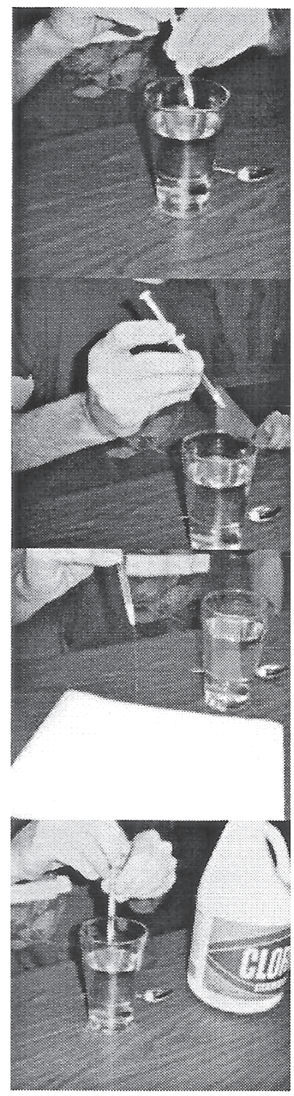
ওপৰৰ শিতানকেইটা মনত ৰাখি যথোচিতভাৱে হাত পৰিস্কাৰ-পৰিচন্নকৈ ৰখাৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰয়োজনীয় উপাদানবোৰ আপোনাৰ স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰত পৰ্যাপ্তভাৱে থকাৰ নিশ্চিতি কৰিব।

সংযোজন - ৯

ব্লিচ্ ব্যৱবাৰেৰে বেজী আৰু চিৰিঞ্জৰ সংক্ৰমণ মুক্তকৰণ

বেজীৰে ড্ৰাগচ্ লোৱা লোকসকলে প্ৰায়েই মাথো এবাৰ ব্যৱহাৰোপযোগী চিৰিঞ্জ প্ৰয়োজন অনুসৰি কাষত নাপায়। গতিকে, বহুকেইজন এনে ড্ৰাগচ্ আসক্তই একেটা বেজীৰে দেহত নিচাগ্ৰহণ কৰে। তেনে পৰিৱেশত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ বিয়পাৰ সম্ভাৱনা কম হোৱাকৈ তেওঁলোকক তলত দিয়া প্ৰক্ৰিয়া ব্যৱহাৰৰ বিষয়ে শিকাই দিব পাৰি। মনত ৰাখিব বেজী চিৰিঞ্জ য'ত পৰ্যাপ্তভাৱে পোৱা যায়, তাত সেয়া এজনে এবাৰহে ব্যৱহাৰ কৰা উচিত।

পদ্ধতি ঃ



পৰিষ্কৰণ আৰু নিৰ্বিজাণুকৰণৰ এই পদ্ধতি ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ ৫-১০ মিনিট সময় লাগিব।

- বেজী আৰু চিৰিঞ্জ চাফা পানীৰে পূৰ্ণ কৰক।
- ত্ৰিছ ছেকেণ্ডৰ বাবে গাৰ জোৰ প্ৰয়োগ কৰি জোকাৰক আৰু তাৰ পাছত পানীখিনি মাটিৰ ফালে উলিয়াই পেলাওক।
- প্ৰক্ৰিয়াটোৰ পুনৰাবৃত্তি কৰক।
- ইয়াৰ পাছত ঘৰত ব্যৱহাৰ কৰা পানী-নিমিহলোৱা ব্লিচ চিৰিঞ্জত পূৰ্ণকৈ ভৰাওক— কেইবাবাৰো ভৰোৱা-পেলোৱা কৰক (গাৰ জোৰেৰে)।
- ব্লিচ্খিনি কমেও ৩০ ছেকেণ্ড ভৰাই ৰাখিব আৰু তাৰ পাছত পেলাই দিব।
- এইদৰে কেইবাবাৰো ব্লিচ ভৰোৱা পেলোৱাৰ অন্তত বাৰে বাৰে প্ৰথমৰ দৰে চাফা পানী ভৰোৱা পোলোৱাৰ প্ৰক্ৰিয়া চলাওক। শেষত চিৰিঞ্জ আৰু বেজী পৰিষ্কাৰ কাপোৰেৰে মচি শুকোৱাব।

মনত ৰাখিব ঃ

- পৰিষ্কৰণ আৰু সংক্ৰমণ মুক্তকৰণ প্ৰধানতঃ দুবাৰ কৰিব লাগে। বেজী-চিৰিঞ্জৰ এবাৰ ব্যৱহাৰৰ অন্তত আৰু পুৰ্নবাৰ ব্যৱহাৰৰ পূৰ্বে।
- সকলো ব্যৱহৃত দ্ৰব্য নষ্ট কৰি পেলাব লাগে (যেনে- জাবৰৰ পাত্ৰত কিম্বা শৌচাগাৰ / দ'- গাতত পেলাই দিব লাগে)। একেখিনি সংশোধনকাৰী দ্ৰব্য পুনৰাই ব্যৱহাৰ নকৰিব।

- প্ৰতিবাৰ পৰিষ্কৰণ প্ৰক্ৰিয়া পুনৰাবৃত্তি কৰাৰ অৰ্থ হৈছে- এইচ. আই. ভি. আৰু তেজত থাকিব পৰা ৰোগৰ কাৰকবোৰ নিষ্ক্ৰিয় হোৱা।
- প্লাঙ্গাৰ আঁতৰাই লৈয়ো চিৰিঞ্জৰ পৰিষ্কৰণ / সংক্ৰমণ-মুক্তকৰণ কৰা সম্ভৱ।
- যদিও সৰ্বাধিক কাৰ্যক্ষম হোৱাৰ বাবে ব্লিচ্ পদ্ধতিৰ প্ৰতিটো পদক্ষেপ মানি চলা প্ৰয়োজন, তথাপি ড্ৰাগচ লওতাসকলে ইয়াক আমনিদায়ক / বিৰক্তিকৰ বুলি ভাবিব পাৰে। এনে ড্ৰাগচ্ আসক্তক প্ৰক্ৰিয়াটোৰ প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে বুজাই ইয়াক মানিবলৈ উৎসাহ দিব লাগিব।
- যিমানেই বেছি পৰ্যায় মানি চলিব, সিমানেই সংযম মুক্তকৰণ প্ৰক্ৰিয়া কাৰ্যক্ষম হ'ব আৰু এইচ. আই. ভি.ৰ সংক্ৰমণ বিয়পাৰ বিপদ সঙ্কুলতাক হ্ৰাস কৰাত সফল হ'ব।

সংযোজন - ১০

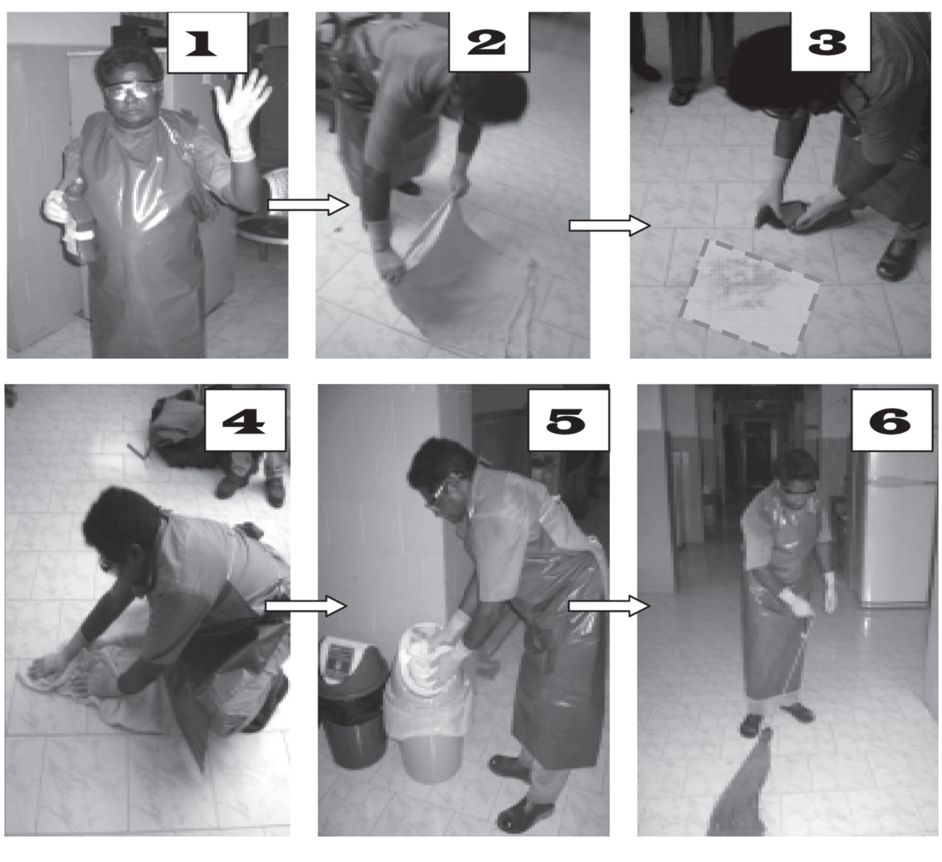
এবাৰ ব্যৱহাৰযোগ্য বেজী আৰু চিৰিঞ্জৰ নষ্টকৰণ সম্পৰ্কত নিৰ্দেশনা

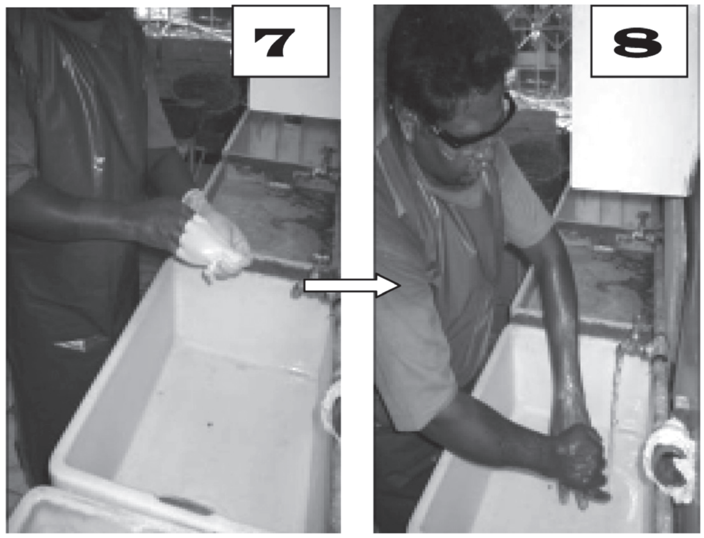
নং	খোজ / পৰ্যায়
•	ৰোগীক বেজী দিয়াৰ পাছতেই যথোচিত সজুলিৰে (নিড'ল্ কাটাৰ, হাব্-কাটাৰ) এবাৰ ব্যৱহাৰযোগ্য চিৰিঞ্জৰ পৰা বেজীটোক পৃথক কৰিব।
•	এনে চিৰিঞ্জ বিচিন্ন বেজীবোৰ ফুটা হ'ব নোৱাৰা নিড'ল কাটাৰৰ টেমাত ভৰাই থ'ব। টেমাটোৰ ভিতৰত যথোচিত সংক্ৰমণৰোধক দ্ৰব্য থকা উচিত আৰু ইয়াৰ ভিতৰত বেজীৰ টুকুৰাবোৰ সম্পূৰ্ণকৈ ডুব যাব লাগিব।
•	পেলাবলগীয়া চিৰিঞ্জ আৰু নভঙা (কিন্তু পৰিত্যক্ত) ভাইল্‌বোৰ এক ৰঙা মোনা বা পাত্ৰত ভৰাব।
•	সংগৃহীত বস্তুবোৰ সাধাৰণ 'বায়'-মেডিকল ৱাই ট্ৰিটমেণ্ট ফেচিলিটি'লৈ প্ৰেৰণ কৰিব। যদিহে তেনে সুবিধা নাথাকে তেন্তে পৰৱৰ্তী পদক্ষেপ গ্ৰহণ কৰক।
•	সংগৃহীত বস্তুবোৰ অট'ক্লেভত সোমোৱাই দিয়ক। যদি অট'ক্লেভ্ নাথাকে, তেন্তে ১% হাইপ'ক্ল'ৰাইড্ দ্ৰব্যত ইয়াক ডুবাব বা গৰম পানীত ১০ মিনিট জুবুৰিয়াই ৰাখিব। ইয়াৰ দ্বাৰা বস্তুবোৰৰ পৰা সংক্ৰমণ নিৰ্মূল সুনিশ্চিত হ'ব। (i) বেজী, ভঙা ভাইল্ আদিক গাতৰ ভিতৰত পেলাওক আৰু (ii) চিৰিঞ্জ, নভঙা ভাইল্ আদিক পুনৰ ব্যৱহাৰোপযোগী কৰক বা গাতত পেলাই মাটি জাপি দিয়ক।
•	সংগ্ৰাহক টেমা / পাত্ৰটো যথোচিতভাৱে পৰিষ্কাৰ কৰি ইয়াক পুনৰ ব্যৱহাৰ উপযোগী কৰিব।
•	আৱৰ্জনা শ্ৰেণীভুক্তি, সংক্ৰমণমুক্ত আৰু নষ্টকৰণৰ যথোচিত তথ্য লিখি ৰাখিব।

সংযোজন - ১১

অৱস্থাগত নিৰ্দেশনা ঃ মজিয়াত চিটিকি পৰা তেজৰ পৰিষ্কৰণ প্ৰসংগত

- চিকিৎসালয়ৰ চাফাই কৰ্মী বা কৰ্মচাৰীক শৰীৰ সুৰক্ষাদায়ী পোচাক / সৰঞ্জাম ঃ প্লাষ্টিক দেহাবৰণ, জোতা আৰু এবাৰ ব্যৱহাৰোপযোগী হাত-মোজা পৰিধান কৰিবলৈ নিৰ্দেশনা দিব।
- যিডোখৰ ঠাইৰ চিটিকনি পৰিছে - তাৰ ওপৰত এখন গামোচা, গজ-কাপোৰ বা কপাহ ৰাখি ঢাকি দিয়ক।
- ১০% ঘণত্বৰ হাইপ'ক্ল'ৰাইট দ্ৰব্য আৱৰনখনৰ ওপৰত সেইখন তিতি খোৱাকৈ ঢালি দিয়ক। মন কৰিব যাতে কাপোৰখনে দ্ৰব্যখিনি শুহি ল'ব পাৰে।
- কাপোৰখনৰ ওপৰত একেৰাহে ৩০ মিনিট দ্ৰব্যখিনি থাকিবলৈ দিয়ক— একো অসুবিধা নোহোৱাকৈ।
- কাপোৰখন সাৱধানে মজিয়াৰ পৰা উঠাই আনিব আৰু সমগ্ৰ ছিটিকণিখিনি ই শুঁহি ল'ব। এইবাৰ ইয়াক হালধীয়া ৰঙৰ আৱৰ্জনাৰ পাত্ৰত সোমোৱাই ঢাকনি মাৰি দিব।
- দৈনন্দিন কাৰ্যত নিয়োজন কৰা চাফাই ঝাড়ু এডাল আৰু চাবোন পানীৰ ঠাইডোখৰ ঘঁহি ঝাড়ুডাল ওলোমাই শুকোৱাব।
- এইবাৰ হাত-মোজা খুলি আৱৰ্জনাৰ পাত্ৰটোৰ ভিতৰলৈ নিঃক্ষেপ কৰিব।




7
8

সংযোজন - ১২

এইচ. আই. ভি. / এইড্ছ শুশ্রূষা সম্পৰ্কে এ. এন. এম.সকলৰ ভূমিকা

- এইচ. আই. ভি. বিয়পাত প্ৰতিৰোধমূলক ব্যৱস্থা লোৱা।
- ৰোগীক শিক্ষা প্ৰদান তথা পৰামৰ্শদান।
- ৰোগীৰ শাৰীৰিক, সামাজিক, মনোসামাজিক আৰু আত্মিক প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে অনুধাবন / বিশ্লেষণ কৰা।
- ৰোগী আৰু তেওঁলোকৰ পৰিয়ালক ৰাজহুৱা ভিত্তিৰ সহযোগিতা আঁচনিৰ সৈতে সংযোগ কৰোৱা।
- অন্য সহকৰ্মীসকলক সংশ্লিষ্ট বিষয়ত শিক্ষিত কৰা, চাই-চিতি সহায় কৰা (যেনে- আশা কৰ্মী, দূৰৈৰ কৰ্মচাৰী আদি)
- মাহেকীয়া তথ্য আৰু পঞ্জীয়নবোৰ একত্ৰিত কৰা।
- চিকিৎসা প্ৰক্ৰিয়াৰ ব্যৱস্থাপনাত চিকিৎসকক সহায় কৰা।
- চিকিৎসকৰ দিহানুযায়ী ৰোগীবোৰক ঔষধ যোগান ধৰা।
- সা-সৰঞ্জামবোৰ নিৰ্বিজাণুকৰণৰ অন্তত ব্যৱহাৰৰ বাবে সাজু কৰি থোৱা।
- ৰোগীৰ গা আৰু চিকিৎসাবিধান কাৰ্যক্ষম হোৱাৰ উমান ল'বলৈ সপ্তাহত এবাৰকৈ ক্ষেত্ৰ দৰ্শন কৰা।
- সুবিধা সমৃদ্ধ স্বাস্থ্য ব্যৱস্থা / কেন্দ্ৰবোৰলৈ (যেনে- আই.চি.টি.চি. / পি.পি.টি.চি.টি. কেন্দ্ৰ / এচ.টি.আই. কেন্দ্ৰ) ৰোগী / ক্লায়েণ্টক প্ৰেৰণৰ ব্যৱস্থা কৰা।

সংযোজন - ১৩

ৰাজ্যিক এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সমিতিবোৰৰ তালিকা (এচ. এ. চি.)

সংযোজন - ১৪
এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰবোৰৰ তালিকা

৩৫৫টা এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰৰ নাম		
মাহ - মাৰ্চ, চন - ২০১২		
ৰাজ্যৰ নাম	জিলাৰ নাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
অন্ধ্ৰপ্ৰদেশ	আদিলাবাদ	জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়, আদিলাবাদ
	অনন্তপুৰ	জি. জি. এইচ, অনন্তপুৰ
	অনন্তপুৰ	খাদ্ৰী, এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	অনন্তপুৰ	আৰ. ডি. টি. এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	চিত্তোৰ	জিলা চিকিৎসালয়, চিত্তোৰ
	চিত্তোৰ	এছ. ভি. আৰ. আৰ., জি. জি. এইচ., তিৰুপতি, চিত্তোৰ
	কাড্াপ্পা	প্ৰদুটুৰ, এ. আৰ. টি., কেন্দ্ৰ
	কাড্াপ্পা	আৰ. আই. এম. এছ. কাডাপ্পা
	পূব গোদাবৰী	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, আঞ্চলিক চিকিৎসালয়, অমলাপুৰম
	পূব গোদাবৰী	জি. জি. এইচ. কাকিনাডা, পূব গোদাবৰী
	পূব গোদাবৰী	ৰাজামুন্দ্ৰি, এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	গুণ্টুৰ	আঞ্চলিক চিকিৎসালয়, টেনালি
	গুণ্টুৰ	চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, গুণ্টুৰ
	গুণ্টুৰ	গুণ্টুৰ এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	গুণ্টুৰ	নাৰাচাৰওপেট এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	গুণ্টুৰ	এন. আৰ. আই., এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	হায়দৰাবাদ	ডি. এইচ., কিংক'টি, হায়দৰাবাদ
	হায়দৰাবাদ	গভট্ জেনেৰেল হস্পিটেল, হায়দৰাবাদ
	হায়দৰাবাদ	নিলোফাৰ চিকিৎসালয়
	হায়দৰাবাদ	অচমেনিয়া চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, হায়দৰাবাদ
	কৰিম নগৰ	চৰকাৰী জিলা চিকিৎসালয়, কৰিম নগৰ
	কৰিম নগৰ	ৰামাগুণ্ডেম এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	খাম্মাম	ভদ্ৰাচালাম এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ

ৰাজ্যৰ নাম	জিলাৰ নাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	খাম্মাম	জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়, খাম্মাম
	কৃষ্ণা	তন্দুৰ এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	কৃষ্ণা	ডি. এইচ. মাচিলিপট্টনম, কৃষ্ণা
	কৃষ্ণা	জি. জি. এইচ. বিজয়াৱাড়া
	কৃষ্ণা	পুৰণি সাধাৰণ চৰকাৰী চিকিৎসালয়
	কাৰনোল	সাধাৰণ চৰকাৰী চিকিৎসালয়, কাৰনোল
	মেহবুব নগৰ	জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়, মেহবুব নগৰ
	মেডাক	জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়, মেডাক
	নালগ'ন্দা	জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়, নালগ'ন্দা
	নেল্ল'ৰ	জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়, নেল্ল'ৰ
	নিজামাবাদ	জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়, নিজামাবাদ
	প্ৰকাশাম	চৰকাৰী জিলা চিকিৎসালয় ওংগ'লে
	প্ৰকাশাম	মাৰকাপুৰ, এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	ৰাংগাৰেড্ডি	গান্ধী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, ছেকেন্দ্ৰাবাদ
	শ্ৰীকাকুলম	জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়, শ্ৰীকাকুলম
	বিশাখাপট্টনম	বুকু আৰু সংযোগী বেমাৰৰ চৰকাৰী চিকিৎসালয়, এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	বিশাখাপট্টনম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ আনাকাপাল্লি
	বিশাখাপট্টনম	চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয় (কিং জৰ্জ হস্পিটেল) বিঝাগ
	বিজিয়ানগৰম	চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়
	ৱাৰানগল	চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, ৱাৰানগল
	পশ্চিম গোদাবৰী	জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়, ইলুৰু
	পশ্চিম গোদাবৰী	টাডেপাল্লিগুডেম এ. আ. টি. কেন্দ্ৰ
অৰুণাচল প্ৰদেশ	পাপোম পাৰে	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ. সাধাৰণ চিকিৎসালয়, নাহৰলগুন
অসম	কাছাৰ	শিলচৰ চিকিৎসা মহাবিদ্যালয় আৰু চিকিৎসালয়
	ডিব্ৰুগড়	অসম চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, ডিব্ৰুগড়
	কামৰূপ	গুৱাহাটী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয় হাস্পতাল

ৰাজ্যৰ নাম	জিলাৰ নাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	ভগলপুৰ	জে. এল. এন. চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, ভগলপুৰ
	দাৰভাংগা	দাৰভাংগা চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, লাহেৰিয়াছাৰায়, দাৰভাংগা
	গয়া	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, এ. এন. এম. এম. চি. এইচ.
	কাটিহাৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, কাটিহাৰ
	মধুবাণী	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, মধুবাণী
	ম'টিহাৰী	জিলা চিকিৎসালয় (সদৰ) ম'টিহাৰী
	মোজাম্ফাৰ পুৰ	এচ. কে. এম. চি. এইচ. মোজাম্ফাপুৰ
	পাটনা	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, আৰ. এম. আৰ. আই.
	পাটনা	পি. এম. চি. এইচ, পাটনা
	ছৰণ	জিলা (সদৰ) চিকিৎসালয়, ছৰণ
চণ্ডীগড়	চণ্ডীগড়	পি. জি. আই. এম. ই. আৰ.
চত্তীশগড়	বছটাৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, জগদলপুৰ
	বিলাশপুৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, চি. আই. এম. এচ. বিলাশপুৰ
	দুৰ্গ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, জিলা চিকিৎসালয়
	ৰায়পুৰ	চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, ৰায়পুৰ
	সুৰগুজা	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, সুৰগুজা
দিল্লী	কেন্দ্ৰ	এল. এন. জে. পি. হস্পিটেল, নতুন দিল্লী
	নতুন দিল্লী	এইমছ্, নতুন দিল্লী
	নতুন দিল্লী	কলাৱতী সৰণ শিশু চিকিৎসালয়
	নতুন দিল্লী	আৰ. এম. এল. হস্পিতেল, নতুন দিল্লী
	উত্তৰ	ড° বাবা ছাহেব আম্বেদকাৰ চিকিৎসালয়
	উত্তৰ-পূব	জি. টি. বি. চিকিৎসালয়, দিল্লী
	দক্ষিণ	এল. আৰ. এচ. ইনষ্টিটিউট অফ টি. বি., নতুন দিল্লী
	দক্ষিণ	ছাফদাৰজাং হস্পিতেল
	পশ্চিম	ডি. ডি. ইউ. হস্পিতেল নতুন দিল্লী
গোৱা	উত্তৰ গোৱা	চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, বেম্ব'লিম
	আহমেদাবাদ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ. ভি. এচ. জি. হস্পিটেল
	আহমেদাবাদ	বি. জে. চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, আহমেদাবাদ

ৰাজ্যৰ নাম	জিলাৰ নাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
গুজৰাট	আমৰেলি	সাধাৰণ হস্পিতেল, আমৰেলি
	বনস্কাণ্টা	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, সাধাৰণ চিকিৎসালয়, ভাৰুচ
	ভাৱনগৰ	চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, ভাৱনগৰ
	দাহুদ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, দাহুদ
	গান্ধীনগৰ	হিম্মতনগৰ এ. অৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	জামনগৰ	জি. জি. হস্পিতেল, জামনগৰ
	জুনাগড়	সাধাৰণ চিকিৎসালয়, জুনাগড়
	কাচছ্	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ ভোজ
	খেড়া	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, নাদিয়াদ
	মেহছানা	চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, মাশানা
	নাভশাৰী	নাভশাৰী, এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	পঞ্চমহল	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, জেনেৰেল হস্পিতেল, গোধড়া
	পটন	জেনেৰেল চিকিৎসালয়, পটন
	পোৰবন্দৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, ভাৱচিজি জেনেৰেল হস্পিতেল পোৰবন্দৰ
	ৰাজকোট	পণ্ডিত দীন দয়াল উপাধ্যায় চিকিৎসালয়, ৰাজকোট
	চুৰাট	চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয় মাজুৰা গেট, চুৰাট
	চুৰাট	ম’ৰাচ’ৰিয়াছি, ৰিলায়েঞ্চ এইচ. আই. ভি. আৰু টি. বি. নিয়ন্ত্ৰণ কেন্দ্ৰ, চুৰাট
	চুৰাট	এচ. এম. আই. এম. ই. আৰ হস্পিতেল, চুৰাট
	সুৰেন্দ্ৰনগৰ	মহাত্মাগান্ধী স্মুৰ্টি (এম. জি. এচ.) চিকিৎসালয়, সুৰেন্দ্ৰনগৰ
	বদোদৰা	এচ. এচ. জি. চিকিৎসালয়, এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	ভালছাদ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, ভালছাদ
হাৰিয়ানা	ৰাইটাক	পি. জি. আই. এম. এছ
হিমাচল প্ৰদেশ	হামিৰপুৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, আৰ. এইচ, হামিৰপুৰ
	কাংগ্ৰা	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, ড° আৰ. পি. চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়
	ছিম্‌লা	আই. জি. এম. চি., ছিম্‌লা
জম্মু আৰু কাশ্মীৰ	জম্মু	চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়
	শ্ৰীনগৰ	মেৰ-ই-কাশ্মীৰ চিকিৎসা বিজ্ঞান প্ৰতিষ্ঠান, এছ. কে. আই. এম. এছ.

ৰাজ্যৰ নাম	জিলাৰ নাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
ঝাৰখণ্ড	ডাল্ট'নগঞ্জ	সদৰ চিকিৎসালয়, ডাল্ট'নগঞ্জ
	দেওগড়	সদৰ চিকিৎসালয়, দেওগড়
	ধনবাদ	পাতলিপু চিকিৎসা মহাবিদ্যালয় হস্পিতেল, ধনবাদ
	হাজাৰীবাঘ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, হাজাৰীবাঘ
	পূৰ্বী সিংহভূম	এম. জি. এম. চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, জামছেদপুৰ
	ৰাঁচী	আৰ. আই. এম. এছ. ৰাঁচী
কৰ্ণাটক	বগলক'ট	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, জামাখান্দী
	বগলক'ট	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, টালুক হস্পিতেল, এম. ইউ. ডি. এইচ. অ. এল.
	বগলক'ট	জিলা চিকিৎসালয়, বগলক'ট
	বগলক'ট	জেনেৰেল হস্পিতেল, হোনাগাণ্ড
	বাংগালুৰু	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, কে. চি. জেনেৰেল হস্পিতেল
	বাংগালুৰু	ব'উ ৰিং এণ্ড লেডী কাৰ্জন হস্পিতেল, বাংগালুৰু
	বাংগালুৰু	আই. জি. ইনষ্টিটিউট অফ চাইল্ড হেলথ্, বাংলালুৰু, (আই. জি. আই. চি. এইচ.)
	বাংগালুৰু	কে. আই. এম. এছ., বাংগালুৰু
	বাংগালুৰু	চেণ্ট জন হস্পিতেল
	বাংগালুৰু	ভিক্ট'ৰিয়া হস্পিতেল
	বেলগাম	জিলা চিকিৎসালয়, বেলগাঁৱ
	বেলগাম	জেনেৰেল হস্পিতাল, চিক্ক'দি
	বেলগাম	জেনেৰেল হস্পিতেল, গ'কাক
	বেলগাম	জেনেৰেল হস্পিতেল, আথানী
	বেলগাম	জেনেৰেল হস্পিতেল চৌদট্টি
	বেলাৰী	হচপেট এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	বেলাৰী	ভি. আই. এম. এছ. বেলাৰী
	বিদাৰ	জিলা চিকিৎসালয়, বিদাৰ
	বিজাপুৰ	সিন্দাগী, এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	চামাৰজানগৰ	জিলা চিকিৎসালয়, চামৰাজনগৰ

ৰাজ্যৰ নাম	জিলাৰ নাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
কৰ্ণাটক	চিকবাল্লাপুৰ	জিলা চিকিৎসালয়, চিকবাল্লাপুৰ
	চিকমাগালুৰ	জিলা চিকিৎসালয়, সাংগলুৰ
	চিত্ৰদুৰ্গ	জিলা চিকিৎসালয়, চিত্ৰদুৰ্গ
	দক্ষিণ কানাড়ো	জিলা চিকিৎসালয়, চিকমাগালুৰ
	দেবনাগিৰি	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, চান্নাগিৰি
	দেবনাগিৰি	জিলা হস্পিতেল, জেবনাগিৰি
	ধাৰৱাড়	জিলা হস্পিতেল, ধাৰৱাড়
	ধাৰৱাড়	কে. আই. এম. এছ. এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, হোবলী
	গাদাগা	জিলা চিকিৎসালয় এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, গাদাগ
	গুলবাৰ্গ	জিলা চিকিৎসালয়, গুলবাৰ্গ
	গুলবাৰ্গ	ভল’ণ্টেৰী কাউন্সেলিং এণ্ড এ. আৰ. টি. চেণ্টাৰ, ৰাড়ী।
	হাৰেৰী	জিলা চিকিৎসালয়, হাৰেৰী
	কড়াগু	জিলা চিকিৎসালয়, কড়াগু
	ক’লাৰ	জিলা চিকিৎসালয়, ক’লাৰ
	কপ্পাল	জিলা চিকিৎসালয়, কপ্পাল
	মন্দিয়া	জিলা চিকিৎসালয় এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, মন্দিয়া
	মাংগালুৰু	কস্তুৰবা জিলা চিকিৎসা মহাবিদ্যালয় আৰু হস্পিতেল, মাংগালুৰু
	মায়ছুৰ	আশা কিৰণ
	মায়ছুৰ	জিলা চিকিৎসালয়, হাচ্ছান
	মায়ছুৰ	মায়ছুৰ চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়
	ৰায়চুৰ	জিলা চিকিৎসালয়, ৰায়চুৰ
	ৰায়চুৰ	জেনেৰেল হস্পিতেল, লিংগাচুগুৰ
	ৰামনগৰম	জিলা চিকিৎসালয়, ৰামনগৰ
	শিমগা	জিলা চিকিৎসালয়, শিম’গা
	তামকুৰ	জিলা চিকিৎসালয়, তামকুৰ
	ওড়ুপি	জিলা চিকিৎসালয়, ওড়ুপি
	উত্তৰ কান্নাড়া	জিলা চিকিৎসালয়, কাৰাৱাড়

ৰাজ্যৰ নাম	জিলাৰ নাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	য়াদগিৰি	জিলা চিকিৎসালয় এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, য়াদগিৰি
কেৰেলা	আলাপ্পাঝা	চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, এল্লেপি
	এৰনাকুলাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, জেনেৰেল হস্পিতেল, এৰনাকুলাম
	কাছাৰগ'ড	জেনেৰেল হস্পিতেল, কাছাৰগ'ড
	ক'ট্টায়াম	চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, কট্টায়াম
	কঝিক'ড়ে	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ কপিকড়ে
	পালাক্কাড়	ইউ. এছ. এইচ. ইউ. এছ. জিলা চিকিৎসালয়
	থিৰুৱন্তপুৰম	হস্পিতেল, ত্ৰিবান্দ্ৰাম
	ত্ৰিশূৰ	এ. আপ. টি. কেন্দ্ৰ, ত্ৰিশূৰ
মধ্য প্ৰদেশ	ভূপাল	গান্ধী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, ভূপাল
	পূব নিমাৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, জিলা চিকিৎসালয়, খান্দুৱা
	গুৱালিয়ৰ	ডিপাৰ্টমেণ্ট অফ মেডিচিন জে. এ. হস্পিতেল, গুৱালিয়ৰ
	ইন্দুৰ	এম. ৱাই. হস্পিতেল, ইন্দুৰ
	জবলপুৰ	চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, জবলপুৰ
	মান্দচৌৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ মান্দচৌৰ
	ৰেৱা	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ ৰেৱা
	সাগৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, সাগৰ
	সেওনি	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, সেওনি
	উজ্জয়নী	আৰ. ডি. জি. চিকিৎসা মহাবিদ্যালয় উজ্জেন (এম. পি.)
মহাৰাষ্ট্ৰ	আহমেদনগৰ	জিলা অসামৰিক চিকিৎসালয়, আহমেদ নগৰ
	আহমেদনগৰ	প্ৰভাৰা মেডিকেল ট্ৰাষ্ট, লনি, জিচ প্ৰভাৰা মেডিকেল ট্ৰাষ্ট, লনি
	ঔৰাংগাবাদ	জিলা চিকিৎসালয়, ভাইজাগুৰ, উৰংগাবাদ
	আক'লা	চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, আক'লা
	অমৰাৱতী	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, জিলা অসামৰিক চিকিৎসালয়
	ঔৰংগাবাদ	চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, ঔৰংগাবাদ
	বীড়	চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, আম্বেজোগাই
	ভান্দাৰা	ভান্দাৰা জিলা চিকিৎসালয়

ৰাজ্যৰ নাম	জিলাৰ নাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
মহাৰাষ্ট্ৰ	বুলদানা	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, জিলা জেনেৰেল হাস্পতাল
	চন্দ্ৰপুৰ	বি. আই. এল. টি. চন্দ্ৰপুৰ
	চন্দ্ৰপুৰ	জিলা চিকিৎসালয় এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, চন্দ্ৰপুৰ
	ধূলে	চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, ধূলে
	গাড়চিৰৌলি	গাড়চিৰৌলি এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	গৌণদিয়া	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, গৌণদিয়া
	হিংগৌলি	এ. আৰ. টি. অসামৰিক চিকিৎসালয়, ৰাইচালা বজাৰ দৰগাহ ৰোড
	জালগাঁও	অসামৰিক চিকিৎসালয়, জালগাঁও
	জালনা	জালনা জিলা চিকিৎসালয়
	কোলহাপুৰ	আৰ. চি. এচ. এম. চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়
	কোলহাপুৰ	উপ-জিলা চিকিৎসালয়, গাধীংলজ
	লাটুৰ	অসামৰিক চিকিৎসালয় আৰু চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়
	মুম্বাই	বি. এল. ওৱাই নায়াৰ চিকিৎসালয়
	মুম্বাই	গোড্‌ৰেজ মুম্বাই
	মুম্বাই	কে. ই. এম. চিকিৎসালয়
	মুম্বাই	এল এণ্ড টি স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰ
	মুম্বাই	এল. টি. এম. জি. চিঅ'ন চিকিৎসালয়
	মুম্বাই	এল. টি. এম. জি. চিঅ'ন হস্পিতেল ৰিজ'নৈল পেডিয়াট্ৰিক এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	মুম্বাই	এন. এম. এম. চি. বাশি
	মুম্বাই	সিদ্ধাৰ্থ হস্পিতেল, গোৰে গাঁও, মুম্বাই
	মুম্বাই	শতাব্দী হস্পিতেল, গোবান্দি, মুম্বাই
	মুম্বাই	ছাৰ. জে. জে. হস্পিতেল
	নাগপুৰ	চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, নাগপুৰ
	নাগপুৰ	আই. জি. এম. ডি. নাগপুৰ
	নানদেড়	চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়
	নান্দুৰবাৰ	নান্দুৰবাৰ এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ

ৰাজ্যৰ নাম	জিলাৰ নাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	নাচিক	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, এচ. ডি. এইচ. মালেগাঁও
	নাচিক	অসামৰিক চিকিৎসালয়, নাচিক
	ওচমানাবাদ	ওচমানাবাদ জিলা চিকিৎসালয়
	পাৰভানি	অসামৰিক চিকিৎসালয়, পাৰভানি
	পুণে	এফ. এম. চি. পুনে
	পুণে	বি. জে. মেডিকেল কলেজ
	পুণে	বাজাজ অট' আই. টি. ডি. ৰাই চি. এম. এইচ. পিম্পৰি
	পুণে	এন. এ. আৰ. আই., পুণে
	ৰাইগড়	ৰিলায়েঞ্চ ডি. এ. এইচ. পাতালগঙ্গা
	ৰত্নাগিৰি	জিলা চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, ৰত্নাগিৰি
	চাংলি	ভাৰতী বিদ্যাপীঠ, চাংলি
	চাংলি	চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, চাংলি
	চাতাৰা	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, কাৰাট
	চাতাৰা	জিলা অসামৰিক চিকিৎসালয়, চাতাৰা
	চোলাপুৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, জিলা উপ চিকিৎসালয়, পান্ধাৰপুৰ
	থানে	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ. আৰ. জি. এম. চি. কালৰা, থানে
	থানে	ডিথাল ছায়ান্না জেনেৰেল হস্পিতাল
	থানে	চেণ্ট্ৰেল হস্পিতেল, উল্লাসনগৰ-৩
	ৱাৰধা	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ অসামৰিক চিকিৎসালয়
	ৱাছিম	ৱাছিল জিলা চিকিৎসালয়
	য়াৱাতমাল	চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, য়াৱাতমান
মণিপুৰ	বিষ্ণুপুৰ	জিলা চিকিৎসালয়, বিষ্ণুপুৰ
	চুৰাচন্দ্পুৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, জিলা চিকিৎসালয়, চুৰাচন্দপুৰ
	পূব ইম্ফল	জে এন ৰেজিঅনেল পেড্ৰিআটিক এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, পূব ইম্ফল
	পশ্চিম ইম্ফল	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ আৰ. আই. এম. এচ. হস্পিতেল, পশ্চিম ইম্ফল
	সেনাপতি	জিলা চিকিৎসালয়, সেনাপতি

ৰাজ্যৰ নাম	জিলাৰ নাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	থৌবাল	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, জিলা চিকিৎসালয়, থৌবাল
	ওখৰুল	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, জিলা চিকিৎসালয়, চাণ্ডেল
	ওখৰুল	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ. জিলা চিকিৎসালয়, ওখৰুল
মেঘালয়	পূৱ খাচী পাহাৰ	শ্বিলং
মিজোৰাম	আইজল	অসামৰিক চিকিৎসালয়, আইজল
	চাম্পফাই	চাম্পফাই, এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	লুংলেই	লুংলেই. এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
নাগালেণ্ড	ডিমাপুৰ	জিলা চিকিৎসালয়, ডিমাপুৰ
	কিফৰে	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, কিফৰে
	কহিমা	নাগা হস্পিতেল অথ'ৰীতি, কহিমা
	ম'ককচুং	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, উমকংলিবা মেম'ৰিয়েল হস্পিতেল
	টুয়েনচেং	চিভিল হস্পিতেল, টুয়েনাচং
	ঝুনহেবট'	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, ঝুনহেবট'
	অনুগুল	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, ডি. এইচ. এইচ., অনুগুল
উৰিষ্যা	বালানগিৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, ডি. এইচ. এইচ. বালানগিৰ
	কটক	এচ. চি. বি. মেডিকেল কলেজ, কটক
	বালেশ্বৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, বালেশ্বৰ
	গনজাম	এম. কে. চি. জি. মেডিকেল কলেজ এণ্ড হস্পিতেল, বৰহমপুৰ
	খ'ৰধা	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, কেপিটেল হস্পিতেল
	ক'ৰাপুট	বি. আ ই. এল. টি. এ. আৰ. টি., ডি. এইচ. এইচ
	সম্বলপুৰ	ভি. এছ. এছ. মেডিকেল কলেজ, এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	সুন্দৰগড়	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, আৰ. জি. এইচ., ৰৌৰকেলা
পণ্ডিচেৰী	পণ্ডিচেৰী	গভট্ জেনেৰেল হস্পিতেল
পাঞ্জাৱ	অমৃতসৰ	জি. এম. চি. অমৃতসৰ
	বাসিন্দা	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, শ্বহীদ ভাই মণি সিং চিভিল হস্পিতেল
	গুৰদাসপুৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, চিভিল হস্পিতেল, পাঠানক'ট
	জলন্ধৰ	চিভিল হস্পিতেল, জলন্ধৰ
	লুধিয়ানা	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, লৰ্ড মহাবীৰ চিভিল হস্পিতেল

ৰাজ্যৰ নাম	জিলাৰ নাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	পাটিয়ালা	চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়, পাটিয়ালা
ৰাজস্থান	আজমেৰ	এৰ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, জে. এল. এন. হস্পিতেল এণ্ড মেডিকেল কলেজ
	আলৱাৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, আলৱাৰ
	বিকানেৰ	বিকানেৰ, এছ. পি. মেডিকেল কলেজ
	ভিলৱাৰা	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, ভিলৱাৰা
	জয়পুৰ	এছ. এম. এছ. হস্পিতেল, জয়পুৰ
	ক'টা	মেডিকেল কলেজ
	পালি	চৰকাৰী ভাংগুৰ চিকিৎসালয়, পালি মাৰৱাৰ
	সিকাৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, সিকাৰ
	উদয়পুৰ	আৰ. এন. টি. মেডিকেল কলেজ, উদয়পুৰ
ছিকিম	পূব	এছ. টি. এন. এম. হস্পিতেল
তামিলনাডু	আৰিয়ালুৰ	চৰকাৰী জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়, কৃষ্ণগিৰি
	চেন্নাই	গভট্ হস্পিতেল ফৰ থৰাচিক মেডিচিন
	চেন্নাই	আই. চি. এইচ
	চেন্নাই	ইন্‌ষ্টিটিউট অফ অৰষ্টেট্ৰিকস্ এণ্ড গাইনীকল'জী এম. এম. চি.
	চেন্নাই	কিলপৌক চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়
	চেন্নাই	মাদ্ৰাজ মেডিকেল কলেজ
	চেন্নাই	ষ্টেনলী মেডিকেল কলেজ
	কইম্বাট'ৰ	কইম্বাট'ৰ মেডিকেল কলেজ
	কোড্ডালোৰ	চৰকাৰী জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়, কোডালোৰ
	ধৰ্মপুৰী	জিলা চিকিৎসালয়
	দিন্দীগুল	চৰকাৰী জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়, দিন্দুগাল
	ইৰ'ড	ইৰ'ড জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়
	কাঞ্চীপুৰম	চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয় আৰু চিকিৎসালয়, চেংগালপাটু
	কন্যাকুমাৰী	চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়
	কাৰুৰ	জিলা চিকিৎসালয়

ৰাজ্যৰ নাম	জিলাৰ নাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	মাদুৰাই	চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়
	নাগাপাতিনিম	নাগাপাট্টিনা জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়
	নামাক্কাল	চৰকাৰী চিকিৎসালয়
	নামাক্কান	তিৰুচেংগুৰ এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	পেৰাম্বলুৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, চৰকাৰী চিকিৎসালয়, পেৰাম্বলুৰ
	পুডুকক'ট্টাই	চৰকাৰী জিলা চিকিৎসালয়
	ৰমানাথপুৰম	ৰমানাথপুৰম মুখ্য জিলা চিকিৎসালয়
	সালেম	অট্টু'ৰ এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
	সালেম	চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়
	শিবাগাঙ্গা	শিবাগাংই মেডিকেল কলেজ এণ্ড হস্পিতেল
	থানজাবুৰ	থানজাবুৰ মেডিকেল কলেজ
	ডি নীলগিৰিচ	নীলগিৰিচ জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয়
	থেনি	থেনি মেডিকেল কলেজ
	থিৰুভল্লুৰ	চৰকাৰী জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয় থিৰুল্লুৰ
	থিৰুভাৰুৰ	চৰকাৰী মেডিকেল কলেজ এণ্ড হস্পিতেল
	টিৰুচ্ছিৰাপ্পাল্লি	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, মেনাপাৰাই
	টিৰুচ্ছিৰাপ্পাল্লি	ট্ৰিছি মেডিকেল কলেজ
	টিৰুনেলভেলি	মেডিকেল কলেজ
	টিৰুপুৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, টিৰুপুৰ
	টিৰুভানাভালাই	চৰকাৰী জিলা চিকিৎসালয়ৰ মুখ্য কাৰ্যালয় থিৰুভান্নামালাই
	ট'থুকুডি	টুষ্টিক'ৰিন মেডিকেল কলেজ হস্পিতেল, টুটিক'ৰিন
	ভেল্ল'ৰ	চি. এম. চি. ভেল্ল'ৰ
	ভেল্ল'ৰ	ভেল্ল'ৰ মেডিকেল কলেজ
	ভেল্ল'ৰ	টিৰুপাথ'ৰ
	ভিলুপ্পুৰম	জিলা চিকিৎসালয়
	ভিৰুধুনগৰ	জিলা চিকিৎসালয়
ত্ৰিপুৰা	পশ্চিম ত্ৰিপুৰা	আগৰতলা

ৰাজ্যৰ নাম	জিলাৰ নাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
উত্তৰ প্ৰদেশ	আগ্ৰা	এচ. এন. মেডিকেল কলেজ হস্পিতেল
	আলিগড়	জে. এন. মেডিকেল কলেজ, আলিগড়
	এলাহবাদ	এম. এল. এন. মেডিকেল কলেজ, এলাহবাদ
	আজামগড়	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, আজমগড়
	দেওৰীয়া	এ. আৰ. টি. জিলা চিকিৎসালয়, দেওৰীয়া
	ইটাৱাহ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ ইউ. নি, আৰ. আই. এম. এচ. এণ্ড আৰ. শেইফাই
	গৌৰখপুৰ	বি. আৰ. ডি. মেডিকেল কলেজ, গৌৰখপুৰ
	ঘাজিপুৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, জিলা চিকিৎসালয়, ঘাজিপুৰ
	জৌনপুৰ	এ. আৰ. টি. জৌনপুৰ
	ঝাণ্ডি	এম. এল. বি. মেডিকেল কলেজ
	কাণপুৰ নগৰ	আই. ডি. হস্পিতেল, জি, এছ. ভি. এম. মেডিকেল কলেজ, কানপুৰ
	কুশীনগৰ	কম্বাইণ্ড ডিষ্ট্ৰিক্ট হস্পিতেল, কুশীনগৰ
	লক্ষ্ণৌ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, ড° ৰাম মনোহৰ লহিয়া কম্বাইণ্ড হস্পিতেল
	লক্ষ্ণৌ	কে. জি. এম. চি. লক্ষ্ণৌ
	মীৰাট	এল. এল. আৰ. এম. মেডিকেল কলেজ
	প্ৰতাপগড়	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, প্ৰতাপগড়
	ৰাইবেৰেলী	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, উচাঁহাৰ
	সিদ্ধাৰ্থ নগৰ	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, সিদ্ধাৰ্থ নগৰ
	বাৰানাসী	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ, পণ্ডিত দীন দয়াল উপাধ্যায় চৰকাৰী চিকিৎসালয়
	বাৰানসী	বেনাৰস হিন্দু বিশ্ববিদ্যালয়, বাৰানসী
উত্তৰাঞ্চল	দেৰাডুন	দুন হস্পিতেল
	নাইনিতাল	ড° সুশীলা তিৱাৰী মেম'ৰিয়েল ফৰেষ্ট হস্পিতেল, হান্তৱাণী
	বৰ্ধমান	মেদিনাপুৰ মেডিকেল কলেজ, বৰদোৱা

ৰাজ্যৰ নাম	জিলাৰ নাম	এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰ
পশ্চিমবংগ	দাৰ্জিলিং	নৰ্থ বেংগল মেডিকেল কলেজ, শিলিগুৰি
	কলকাতা	আৰ. জি. ক'ৰ মেডিকেল কলেজ
	কলকাতা	স্কুল অফ ট্ৰপিকেল মেডিচিন
	মালদহ	মালদা জিলা চিকিৎসালয়
	মেদিনীপুৰ	মেদিনীপুৰ মেডিকেল কলেজ, মেদিনীপুৰ
	উত্তৰ দিনাজপুৰ	ইছলামপুৰ এছ. ডি. হস্পিতেল, (ৰূম নং ১০ আৰু ১১)

সংযোজন - ১৫

ৰাজহুৱা শুশ্ৰূষা কেন্দ্ৰ (চি. চি. চি.)বোৰৰ তালিকা

- দেহত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা লোকসকলক এ. আৰ. টি. সেৱা লাভ কৰাত চি.চি.চি.বোৰে গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা পালন কৰে। তদুপৰি চিকিৎসাধীন ৰোগীৰ অগ্ৰগতি, প্ৰয়োজনীয় পৰামৰ্শ, সহযোগিতা আদি ভিন্ন শিতানত চকু দি চি.চি.চি.বোৰে অতি আদৰণীয় সেৱা আগবঢ়ায়। যোগাত্মক প্ৰতিৰোধ, ডাগচ্ৰ আসক্তি, পুষ্টি - ইত্যাদি ভিন্ন দিশত এনে কেন্দ্ৰবোৰে পৰামৰ্শ / ভাব বিনিময়েৰে এইচ. আই. ভি. সংক্ৰান্তীয় চিকিৎসা আৰু ইয়াৰ প্ৰতিৰোধত সহায় কৰে। দেহত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা লোকসকলক পৰ্যবেক্ষণ কৰা, যিসকলক এ. আৰ. টি.ৰ প্ৰয়োজন নাথাকিলেও প্ৰাথমিক পৰামৰ্শ দিয়াৰ আৱশ্যকতা থাকে, তেওঁলোকক সেয়া প্ৰদানৰ ব্যৱস্থা কৰা ইত্যাদি বিভিন্ন গুৰুত্বপূৰ্ণ কাম চি.চি.চি.য়ে কৰে।
- কমিউনিটি কেয়াৰ চেণ্টাৰ (চি.চি.চি.) হৈছে এনে এক স্থান য'ৰ পৰা দেহত এইচ. আই. ভি.লৈ থকা লোকসকলে নিম্নোক্ত সেৱাবোৰ লাভ কৰে—
  - এ. আৰ. টি. ল'বলগীয়া দেহত এইচ. আই. ভি. থকা ব্যক্তিসকলক এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰই প্ৰথমে অতিকমেও পাঁচ দিনৰ বাবে ৰোগীৰ প্ৰাৰম্ভিক শুশ্ৰূষা আৰু পৰামৰ্শদানৰ উদ্দেশ্যে প্ৰেৰণ কৰে।
  - সুযোগ সন্ধানী সংক্ৰমণ (অ'. আই.)ৰ চিকিৎসা প্ৰদান।
  - আই. চি. টি. চি., পি. পি. টি. চি. টি. আৰু এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰলৈ ইয়াৰ পৰা প্ৰয়োজন অনুসৰি ক্লায়েণ্টক প্ৰেৰণ কৰা হয়।
  - বৰ্হিগমন ৰোগীৰ সেৱা।
  - ঘৰুৱা পৰ্যায়ৰ শুশ্ৰূষা।
  - কিছুমান চি.চি.চি.য়ে সংযোগী এ.আৰ.টি. কেন্দ্ৰ হিচাপে কাম কৰে।
  - কনডম বিতৰণ কৰে।
- চি.চি.চি.ৰ কৰ্মীবৃন্দ—
  - চিকিৎসক ১জন পূৰ্ণাংগভাৱে সময় দিয়ে বা ২জন অংশকালীন।
  - প্ৰকল্প সমন্বয়ক ১জন পূৰ্ণাংগভাৱে সময় দিয়ে।
  - পৰামৰ্শদাতা ১জন পূৰ্ণাংগভাৱে সময় দিয়ে।
  - দূৰৈত থকা কৰ্মী ৪জন।
  - পৰীক্ষাগাৰৰ প্ৰযুক্তিকৰ্মী ১জন অংশকালীন
  - নাৰ্চ / ধাত্ৰী - ৩

- ৰান্ধনী - ১
- সহায়ক / সহায়িকা - ১
- চোৰা-চিতাৰ দায়িত্বত - ২ জন (চকীদাৰ)

- এন. এ. চি. পি. - III ৰ অধীনত ৩৫০টা চি.চি.চি. ২০০৭-১২ৰ ভিতৰত পি.এল.এইচ. আই.ভি. নেটৱৰ্ক / বেচৰকাৰী সংস্থা আৰু অন্যান্য অসামৰিক সামাজিক সংগঠনৰ জৰিয়তে প্ৰতিস্থাৰ প্ৰয়াস কৰা হৈছে।
- অগ্ৰাধিকাৰৰ ভিত্তিত বিভিন্ন জিলা / অঞ্চলত চি.চি.চি.বোৰ প্ৰতিস্থা কৰা হয় য'ত পি.এল. এইচ. আই. ভি.ৰ উপস্থিতি বেছি আৰু সেইবোৰক ওচৰৰ এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰৰ সৈতে সংযোগ কৰা হ'ব।

সংযোজন - ১৬

সুবিধা সমৃদ্ধ পৰামৰ্শ আৰু পৰীক্ষা (এফ. আই. চি. টি. চি.) কেন্দ্ৰসমূহ

প্ৰেক্ষাপট ঃ

ই হৈছে এনে এক স্থান য'ত এজন মানুহক তেওঁৰ ইচ্ছা বা চিকিৎসাৰ দিহানুযায়ী পৰামৰ্শ দানৰ অন্তত এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰা হয়। এক আই. চি. টি. চি.ৰ প্ৰধান কামবোৰ তলত উল্লেখ কৰা শিতানবোৰ সামৰে—

- এইচ. আই. ভি.ক প্ৰাথমিক অৱস্থাতেই ধৰা পেলোৱা।
- এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছ কেনেকৈ বিয়পে আৰু প্ৰতিৰোধৰ উপায় সম্পৰ্কে প্ৰাথমিক তথ্য যোগান ধৰে যাতে ব্যৱহাৰ / আচৰণগত পৰিৱৰ্তনেৰে ইয়াৰ আক্ৰমণৰ পৰা হাত সৰাৰ সম্ভাৱনা বাঢ়ে।
- এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰতিৰোধ, শুশ্ৰূষা আৰু চিকিৎসা সম্পৰ্কীয় সেৱাবোৰৰ সৈতে মানুহক সংযোগ কৰাই দিয়ে।

"সুবিধা সমৃদ্ধ" আই. চি. টি. চি.বোৰত পূৰ্ণকালীন কৰ্মচাৰী নাথাকে আৰু এই কেন্দ্ৰবোৰে বহু আনুসংগিক সেৱাৰ অংশ হিচাপে এইচ. আই. ভি.ৰ পৰামৰ্শ তথা পৰীক্ষা দুয়োটাকে কৰে। এ.এন.এম. / ষ্টাফ নাৰ্চ / স্বাস্থ্য পৰিদৰ্শক / লেব'ৰেটৰী টেকনিচিয়ান (এল. টি.) আদি স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰবোৰৰ পৰম্পৰাগত কৰ্মীসকলক এইচ. আই. ভি. পৰামৰ্শ আৰু পৰীক্ষা কৰোৱাবলৈ আগ্ৰহী হ'ব বুলি আশা কৰা হয়। যিবোৰ স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰত ক্লয়েণ্টৰ চাপ কম আৰু য'ত পূৰ্ণাংগ / স্বয়ং সম্পূৰ্ণ আই. চি. টি. চি. (ষ্টেণ্ডিং এল'ন-আই চি. টি. চি.) স্থাপন কৰা অতি ব্যয়বহুল বুলি বিবেচিত হয়, তাতেই এনে আই. চি. টি. চি. প্ৰতিস্থা কৰা হয়। সাধাৰণতে, এনে ব্যৱস্থাবোৰ হৈছে- ২৪ ঘণ্টীয়া একোখন পি.এইচ.চি.। একেদৰে, ব্যক্তিগত খণ্ডৰ লাভৰ বাবে কাম নকৰা চিকিৎসালয় আদিতো উল্লেখিত আই.চি.টি.চি. খোলা হয়। এনে আই.চি.টি.চি.ক ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থা (এন.এ.চি.অ') / ষ্টেট এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সমিতি (এচ. এ. চি. এচ.) আদিয়ে সহযোগিতা কৰে নিম্ন দিশবোৰত—

- দ্ৰুত এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণ কিট্।
- আগৰ পৰা থকা কৰ্মচাৰীসকলক প্ৰশিক্ষণ দিয়ে।
- গুণগত মান ৰক্ষাৰ নিশ্চিতি প্ৰদান কৰে।
- কৰ্মক্ষেত্ৰত ৰোগৰ ওচৰত উন্মুক্ত হোৱা কৰ্মচাৰীৰ বাবে সুৰক্ষাৰ সৰঞ্জাম পি.ই.পি. ঔষধ প্ৰদান কৰে।
- আই. চি. টি. চি.ত প্ৰয়োজন হোৱা তথ্য, শিক্ষা আৰু যোগাযোগৰ (আই.ই.চি.) সামগ্ৰী যোগান ধৰে। যেনে— ফ্লিপ্-চাৰ্ট, পোষ্টাৰ আদি।

শেহতীয়া স্থিতি ঃ

চি.এম.আই.এচ.ৰ জৰিয়তে ভাৰতত ৫০১৮টা এফ.আই.চি.টি.চি. (চৰকাৰী) আৰু ৯৬৪টা ৰাজহুৱা-

ব্যক্তিগত মালিকানাধীন পৰ্যায়ত (পিপিপি) চলি আছে। (২০১১ চনৰ ৩১ মাৰ্চৰ তথ্য)। যিবোৰ ৰাজ্যত এনে আক্ৰান্ত ব্যক্তি অধিক, এফ.আই.চি.টি.চি.বোৰক তাত ২৪×৭ পি.এইচ.চি. পৰ্যায়ৰ কেন্দ্ৰ হিচাপে প্ৰতিস্থা কৰা হৈছে। আনহাতে, বাকী সৰহভাগ ৰাজ্যত এফ.আই.চি.টি.চি.বোৰৰ সেৱাই চি.এইচ.চি.ৰ পৰ্যায় পাইছে। ৰাজ্য অনুসৰি ভিন্ন ধৰণৰ আই.চি.টি.চি.বোৰৰ বিষয়ে তালিকা-১-৩ উল্লেখ আছে।

পৰ্যবেক্ষণ আৰু অৱগতকৰণ ঃ

সকলো 'ক' আৰু 'খ' পৰ্যায়ৰ জিলাত জিলা আই.চি.টি.চি. চুপাৰভাইজাৰ নিয়োগ কৰা হৈছে আৰু তেওঁলোকে নিয়মিত এফ.আই.চি.টি.চি.বোৰলৈ আহি সেৱা আৰু অৱগতকৰণৰ গুণগত মান সুনিশ্চিত কৰে। বাকী জিলাবোৰত থকা স্বয়ংসম্পূৰ্ণ আই.চি.টি.চি.বোৰৰ পৰামৰ্শদাতাবোৰক প্ৰতি শনিবাৰে সন্ধিয়া এফ.আই. চি.টি.চি.বোৰ দৰ্শন কৰিবলৈ নিৰ্দেশনা দিয়া হয়। ইয়াৰদ্বাৰা তেওঁলোকে এফ.আই.চি.টি.চি.ৰ কৰ্মীসকলক ভালকৈ সেৱা প্ৰদানত সহায় কৰে। এফ.আই.চি.টি.বোৰে সুনিৰ্দিষ্ট নমুনাৰে বিভাগীয় নিৰ্দেশনামতে সময়ে সময়ে প্ৰতিবেদন পঠিয়াব লাগে।

এফ.আই.চি.টি.চি.ত এ.এন.এম.ক বুজোৱা বাক্যাংশ ঃ

প্ৰতিৰোধমূলক আৰু স্বাস্থ্য শিক্ষা ঃ

- নিশ্চিত কৰিব যাতে প্ৰতিগৰাকী ক্লায়েণ্টক পৰীক্ষাপূৰ্বৰ তথ্য আৰু পৰীক্ষাৰ পাছৰ পৰামৰ্শ এক বন্ধুত্বমূলক পৰিৱেশত প্ৰদান কৰা হয়।
- সুনিৰ্দিষ্ট তথা নিৰ্দ্ধাৰিত সময়ত আই.চি.টি.চি.ত উপস্থিত হ'ব।
- গোপনীয়তা যাতে কঠোৰভাৱে ৰক্ষা কৰা হয় সেয়া নিশ্চিত কৰিব।
- আই.চি.টি.চি.ত যাতে সকলোবোৰ আই.ই.চি. সামগ্ৰী প্ৰদৰ্শন কৰা হয় সেয়া নিশ্চিত কৰিব।
- পৰামৰ্শদান অনুস্থান চলাৰ সময়ত আই.চি.টি.চি.ত যোগাযোগৰ আহিলা যেনে ফ্লিপ্ পুথি যোগানৰ লগতে কন্‌ডমৰ নমুনা প্ৰদৰ্শন যাতে কৰা হয় সেয়া নিশ্চিত কৰিব।

মনোসামাজিক সহযোগিতা ঃ

- এইচ. আই. ভি. / এইড্‌চ আৰু ইয়াৰ ফলাফলৰ সৈতে খাপ খাব পৰাকৈ এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক ক্লায়েণ্টসকলক মনো সামাজিক সহযোগিতা প্ৰদান কৰিব।
- নিশ্চিত কৰিব যাতে এইচ. আই. ভি. যোগাত্মক ক্লায়েণ্টৰ পৰিয়াল-পৰিজনৰ দূৰনিবতীয়াজনকো তেনে ৰোগীক কেনেকুৱা ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে সেই সম্পৰ্কে সচেতনতা / পৰামৰ্শ দিয়া হয়।

প্ৰেৰণ আৰু সংযোগ ঃ

- অৰ্থৱহ ৰূপত আৰু চি.এইচ. আৰু চি.বি.ৰ লগত এ.আৰ.টি. কাৰ্যসূচীৰ সৈতে সমন্বয় ৰক্ষা কৰিব।

লগতে তেনে কার্যসূচী চলোৱা গুৰুত্বপূৰ্ণ ব্যক্তিসকলক এনিশাৰ অন্তত এবাৰকৈ লগ ধৰিব যাতে যোগাযোগ সুদৃঢ় হয় আৰু প্ৰেৰণৰ প্ৰক্ৰিয়াত ক্লায়েণ্ট্সকল ন্যূনতম মাত্ৰাতহে কমে।

- যোগান আৰু প্ৰয়োজনীয় উপকৰণ সন্দৰ্ভত।
- ৰাজ্যিক এইড্চ নিয়ন্ত্ৰণ সমিতিবোৰক আই.চি.টি.চি. তথা স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰত কনড্‌ম আৰু পিপিটিচিটি ঔষধৰ ভঁৰালৰ পৰ্যাপ্ততাৰ বিষয়ে অৱগত কৰক।

পৰ্যবেক্ষণ ঃ

- জিলা মুখ্য কাৰ্যালয় / এচ.এ.চি.এচ.লৈ প্ৰেৰণ কৰিব পৰাকৈ পৰামৰ্শদানৰ তথ্যপাতি / পঞ্জীয়ন বহী আদি নিয়াৰিকৈ ৰাখি সেইবোৰৰ সাধাৰণ মাহেকীয়া প্ৰতিবেদন যুগুতাব।
- স্বাস্থ্যসেৱা ব্যৱস্থাৰ ভিতৰ-বাহিৰ দুয়োফালৰ পৰা আই.চি.টি.চি.বোৰৰ সৈতে যোগাযোগ আৰু প্ৰেৰণৰ ব্যৱস্থাক সমৃদ্ধ কৰক।

তালিকা ঃ ২০১২ চনৰ ৩১ মাৰ্চলৈ ৰাজ্য অনুসৰি আই. চি. টি. চি.ৰ বিতৰণ

৩১ মাৰ্চ, ২০১২ লৈ সক্ৰিয় আই. চি. টি. চি.সমূহ

ক্ৰ. নং.	ৰাজ্য	ষ্টেণ্ড এল'ন্ (ভ্ৰাম্যমান গোটক সামৰি)	সুবিধা সমৃদ্ধ আই.চি.টি.চি.	পি.পি.পি. নমুনা	মুঠ
১	আহমেদাবাদ	১২৫	১	০	১২৬
২	আন্দামান আৰু নিকোবৰ দ্বীপপুঞ্জ	১৩	২	০	১৫
৩	অন্ধ্ৰপ্ৰদেশ	৪০৬	১০১৩	১৯৮	১৬১৭
৪	অৰুণাচল প্ৰদেশ	৩৬	১১	০	৪৭
৫	অসম	৮৫	৪১	৯	১৩৫
৬	বিহাৰ	২০৮	০	৫	২১৩
৭	চণ্ডীগড়	১২	২	০	১৪
৮	চত্তিচগড়	১০৪	১০	০	১১৪
৯	দাদ্ৰা আৰু নগৰ হাভেলি	১	০	০	১
১০	দমন আৰু ডিউ	৪	০	০	৪
১১	দিল্লী	৯৫	০	০	৯৫
১২	গোৱা	১৪	০	২	১৬
১৩	গুজৰাট	২৮৩	৭৬৯	১৩২	১১৮৪
১৪	হাৰিয়ানা	৮৮	৩০	০	১১৮
১৫	হিমাচল প্ৰদেশ	৪৭	১৭	০	৬৪
১৬	জম্মু আৰু কাশ্মীৰ	৩৫	০	০	৩৫
১৭	ঝাৰখণ্ড	৬৭	২১	২	৯০
১৮	কৰ্ণাটক	৪৬৭	৭৯৭	১৩৬	১৪০০
১৯	কেৰেলা	১৬৪	৫৪	২৬	২৪৪
২০	মধ্যপ্ৰদেশ	১৪৩	১৯৬	১৭	২৫৬
২১	মহাৰাষ্ট্ৰ	৫৮৯	৭৫৭	২৭২	১৬১৮
২২	মণিপুৰ	৬০	৭	৩	৭০

ক্র. নং.	ৰাজ্য	ষ্টেণ্ড এল'ন্ (ভ্ৰাম্যমান গোটক সামৰি)	সুবিধা সমৃদ্ধ আই.চি.টি.চি.	পি.পি.পি. নমুনা	মুঠ
২৩	মেঘালয়	১২	৩	৪	১৯
২৪	মিজোৰাম	৩৬	২৪	৪	৬৪
২৫	মুম্বাই	৭২	০	২৫	৯৭
২৬	নাগালেণ্ড	৭০	১২	১	৮৩
২৭	ওড়িয়া	১৮৫	১৬	৭	২০৮
২৮	পণ্ডিচেৰী	১২	৩	০	১৫
২৯	পঞ্জাব	৭৩	১৩৬	০	২০৯
৩০	ৰাজস্তান	১৮২	৭	৬	১৯৫
৩১	ছিকিম	১৩	৬	০	১৯
৩২	তামিলনাডু	৩৯৩	৯৩২	৭৬	১৪০১
৩৩	ত্ৰিপুৰা	১৮	২০	০	৩৮
৩৪	উত্তৰ প্ৰদেশ	২১৭	২০	২৯	২৬৬
৩৫	উত্তৰাঞ্চল	৪৮	১০১	৬	১৫৫
৩৬	পশ্চিম বংগ	২৫৬	১০	৪	২৭০
	ভাৰত	৪৫৩৩	৫০১৮	৯৬৪	১০৫১৫

সংযোজন - ১৭

ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌চ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থা (এন. এ. চি. অ')ৰ তথ্য সংগ্ৰহ আৰু অৱগতকৰণৰ নমুনা প্ৰ-পত্ৰ

এফ. আই. চি. টি. চি. / পি. পি. পি.-আই. চি. টি. চি.ৰ মাহেকীয়া অগ্ৰগতি প্ৰতিবেদনত উল্লেখ থকা তথ্যবোৰৰ সংজ্ঞা ঃ

প্ৰথম খণ্ডৰ চিনাক্তকৰণ

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
এফ.আই.চি.টি.চি. /পি. পি. পি. আই. চি. টি. চি. ক'ড্	প্ৰতিটো গোটক পঞ্জীয়ন কৰাৰ পাছত ৰাজ্যিক এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সমিতিয়ে যোগান ধৰিব। এচ. এ. চি. এচ. /বি. এচ. ডি. / আই. চি. টি. চি.ৰ বিভাগবোৰে এফ আই চি. টি. চি.ক এচ আই এম এচ.ত পঞ্জীয়ন কৰিবলৈ প্ৰাথমিক তথ্যৰ যোগান ধৰিব সংশ্লিষ্ট এচ. এ. চি. এচ / এম. এণ্ড ই. ডিভিজন বা এচ. আই. এম. ইউ.বোৰক / সেই অনুসৰি স্বয়ংক্ৰিয়ভাৱে ওলোৱা ক'ড্ সংশ্লিষ্ট এফ. চি. টি. চি.ৰ সৈতে ভগাই ল'ব। এফ-আই. চি.টি.চিয়ে এচ. এ. চি. এচ. /ডিএ পি. চি. ইউয়ে যোগান ধৰা ক'ড্‌টোক উল্লেখ কৰিব।	ৰাজ্যিক এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সমিতি (এচ. এ. চি. এচ.)
১. কেন্দ্ৰৰ নাম	স্বাস্থ্য সেৱা কেন্দ্ৰৰ নাম লিখক য'ত এফ. আই. চি. টি. চি. অৱস্থিত	এফ. আই. চি. টি. চি. যে যোগান ধৰিব
এফ আই চি. টি ডি.ৰ প্ৰকাৰ	স্থিৰ অথবা চলন্ত, যেনেকুৱাই নহওঁক কিয় এফ আই চি. টি. চি. /পি পি পি আই চি. টি. চি.ৰ প্ৰকাৰ সম্পৰ্কে লিখক। যদিহে এফ. আই. চি. টি. চি. /পি পি পি-আই চি. টি. চি.সমূহ কোনো নিৰ্দিষ্ট স্বাস্থ্য সেৱা	

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
	ব্যৱস্থা / কেন্দ্ৰৰ সৈতে যুক্ত হৈ থাকে, তেনে অৱস্থাত সংশ্লিষ্ট স্বাস্থ্যসেৱা ব্যৱস্থাত ইংৰাজীত 'ফিক্সড' বুলি লিখিব। একেদৰে, যদিহে চলমান চিকিৎসা গোট / ম'বাইল ভেনত এফ আই চি. টি. চি. স্থাপন কৰা হয়, তেন্তে ইয়াৰ ওপৰত 'চলমান' বা ইংৰাজীত 'ম'বাইল' বুলি লিখিব।	
২. ঠিকনা	কেন্দ্ৰটোৰ সম্পূৰ্ণ ঠিকনা লিখিব	এফ. আই. টি. চি. টি.য়ে প্ৰদান কৰিব
পিন-ক'ড্	ঠাইডোখৰৰ পিন-ক'ড্ লিখিব য'ত এফ-আই চি. টি. চি. / পিপিপি আই. চি.টি.চি.সমূহ অৱস্থিত বা য'ৰ পৰা 'চলমান কামবোৰ' পৰিচালনা কৰা হ'ল।	এফ-আই. টি. চি. টি.য়ে প্ৰদান কৰিব
ব্লক / মণ্ডল / তালুকা	ব্লক / মণ্ডল তালুকাৰ নাম লিখক য'ত এফ. আই. টি. চি. টি. /পিপিপি আই চি টিচি কেন্দ্ৰবোৰ অৱস্থিত আৰু য'ৰ পৰা 'চলমান কামবোৰ' পৰিচালনা কৰা হয়।	এফ-আই. টি. চি. টি.য়ে প্ৰদান কৰিব
জিলা	জিলাৰ নাম উল্লেখ কৰক য'ত এফ. আই. টি. চি. টি. /পিপিপি আই চি টিচি কেন্দ্ৰবোৰ অৱস্থিত আৰু য'ৰ পৰা 'চলমান কামবোৰ' পৰিচালনা কৰা হয়।	এফ-আই. টি. চি. টি.য়ে প্ৰদান কৰিব
ৰাজ্য	ৰাজ্যৰ নাম লিখক	এফ. আই. চি.টি.চি.য়ে যোগান ধৰিব
৩. তথ্য অৱগত কৰণৰ সময় মাহ	তথ্য অৱগতকৰণৰ মাহটোৰ নাম লিখক	এফ. আই. চি.টি.চি.য়ে যোগান ধৰিব
বছৰ	তথ্য অৱগতকৰণৰ বছৰটোৰ নাম লিখক	এফ. আই. চি.টি.চি.য়ে যোগান ধৰিব

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
৪. দায়িত্বত থকা বিষয়াজনৰ নাম (এফ-আই.চি.টি.চি পিপিপি আই চি.টি.চি.)	এফ-আই চি.টি.চি. /পিপিপি কেন্দ্ৰৰ দায়িত্বত থকা স্বাস্থ্য বিষয়াজনৰ নাম লিখক	এফ. আই. চি.টি.চি.য়ে যোগান ধৰিব
৫. যোগাযোগৰ নম্বৰ	এফ-আই চি.টি.চি /পিপিপি আই. চি.টি.চি. কেন্দ্ৰৰ দায়িত্বত থকা স্বাস্থ্য বিষয়াজনৰ যোগাযোগৰ নম্বৰ লিখক	এফ. আই. চি.টি.চি.য়ে যোগান ধৰিব
৬. ই-মেইল ঠিকনা	এফ-আই. চি.টি.চি. /পিপিপি আই. চি. টি.চি. কেন্দ্ৰৰ দায়িত্বত থকা স্বাস্থ্য বিষয়াজনৰ ই-মেইল ঠিকনা লিখক	এফ. আই. চি.টি.চি.য়ে যোগান ধৰিব
৭.	এফ-আই চি.টি.চি /পিপিপি-আই চি. টি. চি. কেন্দ্ৰৰ অৱস্থান লিখক। অৰ্থাৎ চিকিৎসালয় / প্ৰসূতি গৃহ / চি. এইচ. চি. / ২৪×৭ পি এইচ. চি. / পি. এইচ. চি. আদি।	এফ. আই. চি.টি.চি.য়ে যোগান ধৰিব
খণ্ড - খ প্ৰাথমিক সূচক		
১. মাহটোৰ ভিতৰত হোৱা অগ্ৰগতি		
সূচক	**তথ্যৰ সংজ্ঞা**	**তথ্যৰ উৎস**
১. মুঠ এ. এন. চি. ক্লায়েণ্টৰ পঞ্জীয়ন	স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰত মাহটোৰ ভিতৰত পঞ্জীয়ন হোৱা নামৰ মুঠ সংখ্যা লিখক। যেনে- ১০০গৰাকী গৰ্ভৱতীৰ নাম পঞ্জীয়ন হ'লে ১০০ বুলি লিখিব।	এ. এন. চি. পঞ্জীয়ন কেন্দ্ৰৰ পঞ্জীয়ন
২. পৰীক্ষাৰ পূৰ্বে পৰামৰ্শ প্ৰদান কৰা	সুনিশ্চিত বাকচত মাহ এটাত পৰীক্ষাৰ পূৰ্বে পৰামৰ্শ আগবঢ়োৱা মুঠ গৰ্ভৱতী	এফ.আই. চি. টি. চি. পঞ্জীয়ন স্তম্ভ-৭

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
ক্লায়েণ্টৰ সংখ্যা	মহিলাৰ সংখ্যাক উল্লেখ কৰিব। উদাহৰণ- যদিহে কেন্দ্ৰলৈ অহা ১০০গৰাকী গৰ্ভৱতী মহিলাৰ ভিতৰত ৮০গৰাকীক এই পৰামৰ্শ দিয়া হৈছে, তেন্তে নিৰ্দিষ্ট স্থানত ‘৮০’ বুলি উল্লেখ কৰিব। একেদৰে তালিকাৰ আন বাকচ / খালী স্থানত পুৰুষ / মহিলা ভেদে ৰোগী শিতান অনুসৰি সংশ্লিষ্ট সংখ্যাৰ অন্তৰ্ভূক্ত কৰিব।	
৩. এইচ. আই. ভি পৰীক্ষা কৰোৱা ক্লায়েণ্টৰ সংখ্যা	ওপৰত লিখা সংখ্যাৰ ভিতৰত যিসকলক এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰা হৈছে তেওঁলোকৰ সংখ্যা। উদাহৰণ- যদিহে ৮০গৰাকী গৰ্ভৱতী মহিলাৰ ভিতৰত কেউগৰাকীকেই এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰা হৈছে, তেনে অৱস্থাত এই শিতানত ‘৮০’ বুলি লিখিব। একেদৰে তালিকাৰ অন্য খালী বাকচবোৰ পূৰণ কৰিব।	এফ.আই. চি. টি. চি. পঞ্জীয়ন স্তম্ভ-৮
৪. পৰীক্ষাৰ পাছত পৰামৰ্শ দিয়া ক্লায়েণ্ট্ৰ সংখ্যা	ওপৰত উল্লেখ কৰা মুঠ ক্লায়েণ্টৰ ভিতৰত যিমান সংখ্যকক পৰীক্ষাৰ পাছত পৰামৰ্শ দিয়া হৈছে তেওঁলোকৰ মুঠ সংখ্যা। যেনে- আশীগৰাকী গৰ্ভৱতী মহিলাক এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰথম পৰীক্ষণৰ অন্তত যদি পৰামৰ্শ দিয়া হৈছে তেন্তে তালিকাৰ এ. এন. চি.ৰ তলত থকা বাকচত ‘৮০’ লিখক। বাকীবোৰ স্থান একেদৰে পূৰণ কৰিব।	এফ.আই. চি. টি. চি. পঞ্জীয়ন স্তম্ভ-১০
৫. ক্লায়েণ্টৰ সংখ্যা যিসকলক	মাহটোৰ ভিতৰত যিসকল ক্লায়েণ্টক এইচ. আই. ভি.ৰ পৰীক্ষা কৰোতে প্ৰতিক্ৰিয়াশী	এফ.আই. চি. টি. চি. পঞ্জীয়ন স্তম্ভ-৯

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰতিক্ৰিয়াশীল বুলি ১ম পৰীক্ষাৰ অন্তত ধৰা পেলোৱা হৈছে।	হিচাপে পোৱা গৈছে তেওঁলোকৰ মুঠ সংখ্যাক নিৰ্দিষ্ট বাকচত লিখিব। উদাহৰণ স্বৰূপে এ. এন. চি. শিতানত পঞ্জীয়নভুক্ত মুঠ গৰ্ভৱতী মহিলাৰ যদি ১০গৰাকী এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰতিক্ৰিয়া প্ৰাকশ কৰে, তেন্তে অকল '১০' বুলি লিখিব। বাকীবোৰ শিতানত পুৰুষ / মহিলা / ৰোগ আদিৰ আধাৰত একেদৰে অন্তৰ্ভূক্তি কৰিব।	
২. সংযোগ আৰু প্ৰেৰণ প্ৰক্ৰিয়া		
প্ৰেৰণৰ প্ৰসংগত		
সূচক	**তথ্যৰ সংজ্ঞা**	**তথ্যৰ উৎস**
১. অ'. বি. জি. / জি. ৱাই. এন. (এ এন. চি.)	এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণৰ বাবে মাহটোৰ ভিতৰত অবচ্‌টেট্ৰিকচ্‌ আৰু গাইন'ক'ল'জী বিভাগ বা চিকিৎসা বিষয়াৰ দ্বাৰা প্ৰেৰিত এ. এন. চি. ঘটনাবোৰৰ মুঠ অন্তৰ্ভূক্তিৰ সংখ্যা লিপিবদ্ধ কৰক।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ২
২. বেচৰকাৰী সংস্থাৰ সহায় সম্পৰ্কে টাৰ্গেটেড্‌ ইণ্টাৰ-ভেনচল প্ৰজেক্ট)	'টাৰ্গেটিড ইণ্টাৰভেনচ'ন প্ৰজেক্ট'ৰ অধীনস্থ বেচৰকাৰী সংস্থাই প্ৰেৰণ কৰা যিসকল ব্যক্তি এইচ আই ভি পৰীক্ষণৰ বাবে আহিছে তেওঁলোকৰ মুঠ সংখ্যা লিখিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ২
৩. সংযোগ স্থাপক কৰ্মী	'লিংক ৱৰ্কাৰ স্কীম্‌'ৰ অধীনত সংযোগ স্থাপক কৰ্মীসকলে কৰ্মীসকলে প্ৰেৰণ কৰা যিসকল ব্যক্তিয়ে এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণৰ বাবে আহিছে তেওঁলোকৰ মুঠ সংখ্যা লিখিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ২
৪. আৰ. এন. টি.	'ৰিভাইচড্‌ নেশ্ব'নৈল টি-বি কণ্ট্ৰ'ল প্ৰগাম'ৰ	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
চি. পি.	(এম. অ' /এচ টি এচ / এচ টি এল এচ ইত্যাদি) অধীনত কৰ্মৰত লোকসকলে এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণৰ বাবে প্ৰেৰণ কৰা যিসকল লোক মাহটোৰ ভিতৰত পৰীক্ষণৰ বাবে আহিছে তেওঁলোকৰ মুঠ সংখ্যা অন্তৰ্ভূক্ত কৰিব।	পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ২
৫. এচ. টি. আই. ক্লিনিক	মাহটোৰ ভিতৰত এচ. টি. আই. ক্লিনিক বা স্বাস্থ্য বিষয়াৰ দ্বাৰা প্ৰেৰিত মুঠ এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণত বহা লোকৰ সংখ্যা অন্তৰ্ভূক্ত কৰিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ২
৬. অন্য	অন্য যিকোনো উৎসৰ পৰা প্ৰেৰিত হৈ মাহটোৰ ভিতৰত এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণত বহা লোকসকলৰ মুঠ সংখ্যা অন্তৰ্ভূক্ত কৰিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ২
নিশ্চিতকৰণৰ বাবে আই. চি. টি. চি. কেন্দ্ৰলৈ প্ৰেৰণ প্ৰসংগত ঃ		
সূচক	**তথ্যৰ সংজ্ঞা**	**তথ্যৰ উৎস**
১. অ'.বি.জি. /জি. ৰাই. এন. (এ. এন. চি.)	অ.বি.জি./ জি. ৰাই. এন. (এ. এন. চি.) বা স্বাস্থ্য বিষয়াই প্ৰেৰণ কৰা যিসকল ব্যক্তিৰ গাত এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰথম পৰীক্ষাত প্ৰতিক্ৰিয়াশীল হিচাপে ফলাফল পোৱা গৈছে আৰু যাক মাহাটোৰ ভিতৰত নিশ্চিতকৰণৰ পৰীক্ষাৰ্থে আই. চি. টি. চি.লৈ প্ৰেৰণ কৰা হৈছে তেওঁলোকৰ মুঠ সংখ্যা লিখিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ১১
২. বেচৰকাৰী সংস্থাৰ সহায় সম্পৰ্কে	'টাৰ্গেটেড্ ইণ্টাৰভেনচন প্ৰগ্ৰামৰ অধীনত কৰ্মৰত বেচৰকাৰী সংস্থাবোৰৰ দ্বাৰা প্ৰেৰিত যিসকল ব্যক্তি এইচৰ ১ম পৰীক্ষাত	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ১১

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
	প্ৰতিক্ৰিয়াশীল বুলি প্ৰমাণিত হৈছে তেওঁলোকৰ পুনৰনিশ্চিতিকৰণৰ বাবে মাহটোৰ ভিতৰত আই. চি. টি. চি.লৈ প্ৰেৰণ কৰাসকলৰ মুঠ সংখ্যা লিপিবদ্ধ কৰিব।	
৩. সংযোগ স্থাপক কৰ্মী	'লিংক্ ৱাকিং স্কীম্'ৰ অধীনত সংযোগস্থাপক কৰ্মীসকলৰ দ্বাৰা প্ৰেৰিত ব্যক্তিসকলৰ এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰ অন্তত প্ৰতিক্ৰিয়া দেখুওৱা বাবে মাহ এটাৰ ভিতৰত নিশ্চিতিকৰণৰ উদ্দেশ্যে আই. চি. টি. চি. লৈ পুনৰাই প্ৰেৰণ কৰা ব্যক্তি সকলৰ মুঠ সংখ্যাক লিপিবদ্ধ কৰিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ১১
৪. আৰ. এন. টি. চি. পি.	'ৰিভাইচড্ নেশ্ব'নেল টি. বি. কণ্ট্ৰ'ল প্ৰগ্ৰাম'ৰ অধীনত কৰ্মৰত লোকসকলে প্ৰেৰণ কৰা যিবোৰ ব্যক্তিয়ে এইচ আই ভিৰ প্ৰথমবাৰৰ পৰীক্ষাত প্ৰতিক্ৰিয়াত্মক ফল দেখুৱায়, নিশ্চিতকৰণৰ বাবে মাহটোৰ ভিতৰত তেওঁলোকৰ কিমান আই. চি. টি. চি.লৈ প্ৰেৰণ কৰা হয় তাৰ মুঠ সংখ্যা লিপিবদ্ধ কৰিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ১১
৫. এচ. টি. আই. ক্লিনিক	মাহ এটাৰ ভিতৰত যিসকলক এচ. টি. আই. ক্লিনিক / স্বাস্থ্য বিষয়াই প্ৰেৰণৰ পাছত প্ৰথম এইচ আই ভি পৰীক্ষা কৰা হয়, তেওঁলোকৰ প্ৰতিক্ৰিয়াত্মক ফলাফল দেখুওৱাবোৰক নিশ্চিতকৰণৰ বাবে আই. চি. টি. চি.লৈ প্ৰেৰণ কৰা হয়। এনে পুনৰ প্ৰেৰিত লোকসকলৰ মাহ এটাত মুঠ সংখ্যাক লিপিবদ্ধ কৰক	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ১১

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
৬. অন্য	ওপৰত উল্লেখ কৰা উৎসবোৰৰ বাহিৰেও অন্য ব্যক্তিসকলে প্ৰথম এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাত প্ৰতিক্ৰিয়াত্মক ফলাফল দেখুৱাৰ পাছত নিশ্চিতকৰণৰ বাবে তেওঁলোকক পুনৰ আই চি. টি. চি. কেন্দ্ৰলৈ পঠিওৱা হয়। এনেদৰে পুনৰ প্ৰেৰিত ব্যক্তিৰ সংশ্লিষ্ট মাহটোৰ মুঠ সংখ্যাক লিপিবদ্ধ কৰিব।	এফ. আই. চি. টি. টি.ৰ পঞ্জীয়ন স্তম্ভ নং - ১১

৩. এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰ সংখ্যা সম্পৰ্কে (কিমানবাৰ এনে পৰীক্ষা কৰা হৈছে)

সূচক	তথ্যৰ সংজ্ঞা	তথ্যৰ উৎস
১. এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰথম পৰীক্ষা	অৱগত কৰণৰ মাহটোত সংঘটিত এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰথম পৰীক্ষণ কিট্‌ৰ নাম ৰখা ইয়াক প্ৰস্তুত কৰা আৰু সৰ্বোচ্চ ব্যৱহাৰোপযোগীতাৰ শেষ সময়, সংশ্লিষ্ট ব্যক্তি এজনে গ্ৰহণ কৰা পৰীক্ষাৰ সংখ্যা আৰু ব্যৱহৃত সামগ্ৰীত কিবা ক্ষয়-ক্ষতি থাকিলে তাৰ উল্লেখ কৰিব। ইয়াত ভঁৰালৰ আৰম্ভণি আৰু সামৰণিৰ বিতং তথ্য নথিভূক্ত কৰিব।	স্বাস্থ্য ব্যৱস্থা / কেন্দ্ৰৰ সামগ্ৰী তালিকাৰ পঞ্জীয়নবহী
২. সামগ্ৰীক তেজ-পৰীক্ষা	অৱগতকৰণৰ মাহটোত এইচ. আই. ভি.ৰ প্ৰথম পৰীক্ষাত ব্যৱহৃত কিট্, ইয়াৰ নিৰ্মাণ আৰু সৰ্বোচ্চ ব্যৱহাৰোপযোগীতাৰ শেষ সময়, সংশ্লিষ্ট ব্যক্তি এজনে গ্ৰহণ কৰা পৰীক্ষাৰ সংখ্যা আৰু ব্যৱহৃত সামগ্ৰীত কিবা ক্ষয়-ক্ষতি থাকিলে তাৰ বিতং উল্লেখ কৰিব। ইয়াত ভঁৰালৰ আৰম্ভণি আৰু সামৰণিৰ বিতং তথ্য নথিভূক্ত কৰিব।	ভঁৰাল সামৰণিৰ তালিকা পঞ্জীয়ন বহী

এফ.আই.চি.টি.চি. / পি.পি.পি. আই. চি. টি. চি. পঞ্জীয়ন বহীৰ তথ্যৰ সংজ্ঞা ঃ

এফ. আই. চি. টি. চি.ৰ নাম		পৰামৰ্শ / আলোচনা চলোৱা আৰু পৰীক্ষাৰ সেৱা প্ৰদানকাৰী স্বাস্থ্য সেৱা কেন্দ্ৰৰ নাম লিখিব
মাহ		নিৰ্ধাৰিত স্থানত চলিত মাহটোৰ নাম লিখিব
বৰ্ষ		নিৰ্ধাৰিত স্থানত চলিত বছৰটোৰ নাম লিখিব
স্তম্ভ নং		
১.	ক্ৰমিক নং	এই নম্বৰটো আই. চি. টি. চি.লৈ পৰামৰ্শ আৰু পৰীক্ষণৰ বাবে অহা ব্যক্তিসকলক প্ৰদান কৰা হয়। ১ৰ পৰা এনে নম্বৰ দিয়া উচিত।
২.	প্ৰেৰণৰ ফৰ্ম	আপোনাৰ স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰলৈ সংশ্লিষ্ট ব্যক্তি এজনক প্ৰেৰণ কৰা উৎসৰ বিষয়ে স্পষ্টকৈ উল্লেখ কৰিব।
৩.	সম্পূৰ্ণ নাম	ক্লায়েণ্ট / পৰীক্ষাৰ বাবে অহা ব্যক্তিৰ নাম সম্পূৰ্ণকৈ লিখিব।
৪.	যোগাযোগৰ নম্বৰৰ সৈতে সম্পূৰ্ণ ঠিকনা	তালুকা / ব্লক / পিন আদিক সামৰি ক্লায়েণ্টৰ সম্পূৰ্ণ ঠিকনা আৰু যোগাযোগৰ ফোন নম্বৰ লিখিব।
৫.	বয়সৰ উল্লেখ (বছৰত)	ক্লায়েণ্টৰ বয়সক বছৰত উল্লেখ কৰিব।
৬.	লিংগ ঃ পুৰুষ /মহিলা, টি. এচ /টি. জি.	ক্লায়েণ্টৰ লিংগ (পুৰুষ / মহিলা / উভয়লিংগ কিম্বা লিংগ পৰিৱৰ্তনকাৰী) স্পষ্টকৈ লিখিব।
৭.	পৰীক্ষাৰ পূৰ্বে দিয়া পৰামৰ্শ (হয়/ নহয়)	যদিহে এইচ. আই. ভি.ৰ পৰীক্ষা তথা আনুসাংগিক তথ্যৰ বিষয়ে আগবাঢ়ি অহা ক্লাইণ্টক আগতীয়াকৈ জনোৱা হৈছে-তেন্তে 'হয়' আৰু তাৰ অন্যথাই 'নহয়' বুলি উল্লেখ কৰিব।
৮.	এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষণৰ তাৰিখ (দিন /মাহ /বৰ্ষ)	এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা সম্পন্ন কৰা দিনটোৰ তাৰিখ সঠিককৈ (দিন /মাহ /বৰ্ষৰ নমুনা মতে) লিখিব।
৯.	এইচ আই. ভি. পৰীক্ষাৰ ফলাফল (প্ৰতিক্ৰিয়ামূলক /প্ৰতিক্ৰিয়াহীন)	ইয়াত সম্পন্ন কৰা এইচ. আই. ভি.ৰ ফলাফল প্ৰতিক্ৰিয়ামূলক বা প্ৰতিক্ৰিয়াহীন বুলি লিখিব।

১০.	পৰীক্ষাৰ পাছৰ পৰামৰ্শ (হয় /নহয়)	পৰীক্ষাৰ পাছত এইচ. আই. ভি. সংক্ৰান্তীয় সাম্ভাব্য ফলাফল গ্ৰহণ কৰিব পৰাকৈ ব্যক্তি এগৰাকীক পৰামৰ্শ দিয়া হয়। যদিহে পৰীক্ষাৰ পাছত এনে পৰামৰ্শ মানুহ এজনক দিয়া হৈছে তেন্তে 'হয়' লিখিব। অন্যথাই 'নহয়' লিখিব।
১১.	'ষ্টেণ্ড এলʼন আই. চি. টি. চি. লৈ নিশ্চিত কৰাৰ বাবে প্ৰেৰণ (হয় / নহয়)	যদিহে প্ৰথম পৰীক্ষাত ক্লায়েণ্টক এইচ আই ভিৰ প্ৰতিক্ৰিয়াশীল ৰূপত পোৱা যায়, তেন্তে তেওঁক ফলাফল নিশ্চিতকৰণৰ বাবে আই. চি. টি. চি. কেন্দ্ৰলৈ প্ৰেৰণ কৰিব লাগে। যদিহে প্ৰেৰণ কৰা হয় তেন্তে 'হয়' আৰু অন্যথাই 'নহয়' লিখিব। যদিহে পঠোৱা হয়, সংশ্লিষ্ট আই. চি. টি. চি.ৰ নাম উল্লেখ কৰিব। একেদৰে মন্তব্যৰ শিতানত নপঠোৱাৰ সিদ্ধান্ত সম্পৰ্কে উল্লেখ কৰিব।
১২.	মন্তব্য	ওপৰৰ শিতানবোৰে সামৰি নোলোৱা / ৰৈ যোৱা যিকোনো তথ্য ইয়াত উল্লেখ কৰিব।

এফ আই চি টি চি ক'ড							
মাহেকীয়া অৱগতকৰণৰ নমুনা ঃ সুবিধা সমৃদ্ধ / পিপিপি আই চি টি চি							
খণ্ড (ক) চিনাক্তকৰণ							
১. কেন্দ্ৰৰ নাম ঃ						এফ আই চি টি চিৰ প্ৰকাৰ	
২. ঠিকনা ঃ							
পিন ক'ড		ব্লক / মণ্ডল / তালুকা		জিলা		ৰাজ্য	
৩. অৱগতকৰণৰ সময়	মাহ			বৰ্ষ			
৪. দায়িত্বত থকা বিষয়াৰ নাম (এফ আই চি টি চি)							
৫. যোগাযোগৰ নম্বৰ (ফোন)							
৬. ই-মেইল ঠিকনা							
৭. এফ আই চি টি চিৰ স্থান							

খণ্ড (খ) প্ৰাথমিক সূচক

১. মাহটোৰ ভিতৰত হোৱা অগ্ৰগতি

	গৰ্ভৱতী মহিলা			সাধাৰণ ক্লায়েন্ট			
	এ এন চি	প্ৰসৱৰ সময়ত	মুঠ	পুৰুষ	মহিলা	টি এচ /টি জি	মুঠ
১. মাহটোত পঞ্জীয়নভুক্ত মুঠ এ. এন. চি. ক্লায়েন্ট							
২. পৰীক্ষণৰ পূৰ্বে পৰামৰ্শ পোৱা মুঠ ক্লায়েন্ট							
৩. এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষা কৰোৱা মুঠ ক্লায়েন্ট							
৪. পৰীক্ষা কৰোৱাৰ পাছত পৰামৰ্শপ্ৰাপ্ত মুঠ ক্লায়েন্টৰ সংখ্যা							
৫. প্ৰথম পৰীক্ষাৰ পাছত এইচ আই ভি প্ৰতিক্ৰিয়াশীল হিচাপে পোৱা মুঠ ক্লায়েন্টৰ সংখ্যা							
৬. চিফিলিচৰ পৰীক্ষা কৰোৱা মুঠ এ. এন. চি. ক্লায়েন্টৰ সংখ্যা (ভিডিআৰএল /আৰ পি আৰ পৰীক্ষা)							
৭. চিফিলিচৰ প্ৰতিক্ৰিয়াত্মক হিচাপে পোৱা মুঠ এ এন চি ক্লায়েন্টৰ সংখ্যা							

২. সংযোগ আৰু প্ৰেৰণ

বিভাগ / সংস্থা	প্ৰেৰিত হৈ অহা	নিশ্চিতকৰণৰ বাবে ষ্টেণ্ড এলন আই চি টি চিলৈ প্ৰেৰণ
১. অ' বি জি / জি ৱাই এন (এ এন চি)		
২. (টাৰ্গেট ইণ্টাৰভেনচন) বেচৰকাৰী সংস্থাৰ দ্বাৰা প্ৰেৰিত		
৩. সংযোগ স্থাপক কৰ্মী		
৪. আৰ এন টি চি পি		
৫. এচ. টি. আই. ক্লিনিক		
৬. অন্য		

এইচ. আই. ভি. কিটচ ভৰালৰ অৱস্থা (পৰীক্ষাৰ সংখ্যা)

ল'বলগীয়া পৰীক্ষা	কিটৰ নাম	উৎপাদন গোটৰ সংখ্যা	শেষ ম্যাদ	ভৰালৰ আৰম্ভণি	গ্ৰহণ কৰা হ'ল	পৰীক্ষণ কৰা হ'ল	নিয়ন্ত্ৰণ	নষ্ট হোৱা	ভৰালৰ শেষ	আকাংক্ষিত গুণাগুণ
১. এইচ আই ভিৰ প্ৰথম পৰীক্ষা										
২. সামগ্ৰীক তেজ পৰীক্ষা										

খণ্ড (গ) এচ. টি. আই. / আৰ টি. আই. মাহেকীয়া সূচক			
	পুৰুষ	মহিলা	মুঠ
১.বিভিন্ন এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. ৰোগৰ সন্ধানত পৰীক্ষা কৰা ৰোগীৰ মুঠ সংখ্যা			
২. এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. ৰোগীৰ চিফিলিচৰ সন্ধান পৰীক্ষণ কৰাসকলৰ সংখ্যা			
৩. চিফিলিচ প্ৰতিক্ৰিয়ামূলক লোকৰ মুঠ সংখ্যা			
৪. প্ৰয়োজনীয় এচ. টি. আই. / আৰ. টি. আই. ঔষধ (আছে / নাই)			

ভাৰপ্ৰাপ্ত বিষয়াৰ চহী	
তাৰিখ	

সুবিধা সমৃদ্ধ / সমন্বিত স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰ / পি. পি. পি. আই. চি. টি. চি.ৰ পঞ্জীয়ন প্ৰ-পত্ৰ											
স্বাস্থ্য সেৱা ব্যৱস্থা / কেন্দ্ৰৰ নাম ঃ								মাহ		বৰ্ষ	
ক্ৰমিক নং		সম্পূৰ্ণ নাম	ফোন নম্বৰৰ সৈতে যোগাযোগৰ সম্পূৰ্ণ ঠিকনা	বয়স (বছৰত)	লিংগ পুৰুষ / মহিলা, টি.এচ / টি. জি.	পৰীক্ষাৰ পূৰ্বে পৰামৰ্শ (হয় / নহয়)	এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰ তাৰিখ (দিন / মাহ / বৰ্ষ)	এইচ. আই. ভি. পৰীক্ষাৰ ফলাফল (প্ৰতিক্ৰিয়ামূলক / প্ৰতিক্ৰিয়াহীন)	পৰীক্ষাৰ পাছৰ পৰামৰ্শ (হয় / নহয়)	নিশ্চিতকৰণৰ বাবে ‘ষ্টেণ্ড এলʼন আই. চি. টি. চি.লৈ প্ৰেৰণ (হয় / নহয়)	মন্তব্য
(১)	(২)	(৩)	(৪)	(৫)	(৬)	(৭)	(৮)	(৯)	(১০)	(১১)	(১২)

সংযোজন - ১৮

বৰফ বিগলক আৰু শক্তি জ্ঞাপকবোৰৰ নমুনা

মনত ৰাখিব - যেতিয়া প্ৰশিক্ষকসকল জড়িত হ'ব, এইবোৰে আনন্দময় পৰিৱেশ ৰচিব।

১. পৰস্পৰক কৰমৰ্দন ঃ

কোঠাৰ প্ৰত্যেকেই প্ৰত্যেকক ১ মিনিট সময় ধৰি কৰমৰ্দন কৰিব। ইয়াৰ দ্বাৰা প্ৰত্যেকৰ দেহ-মনলৈ শক্তি সঞ্চাৰিত হ'ব আৰু প্ৰতিজন অংশগ্ৰহণকাৰীয়ে আন প্ৰত্যেককে স্বীকাৰ কৰিবলৈ বাধ্য হ'ব।

২. মোৰ সোঁহাতৰ খালী স্থান ঃ

অংশগ্ৰহণকাৰীসকলে গোলাকৃতিৰ সজ্জাত বহিব। তেওঁলোকৰ সোঁহাতৰ স্থান খালি হৈ থকাকৈ সুবিধা প্ৰদানকাৰীসকলে ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰিব। তেওঁলোকে ইয়াৰ পাছত গোটৰ এগৰাকী সদস্যক খালি স্থানত বহিবলৈ ক'ব। উদাহৰণ স্বৰূপে কোৱা হ'ব 'লিলি আগুৱাই আহি মোৰ সোঁকাষত বহিলে ভাল পাম।' লিলিয়ে তাত আহি বহাৰ লগে লগে এগৰাকী নতুন মানুহৰ সোঁকাষত খালী ঠাই ওলাব। খালী ঠাইৰ কাষত বহা অংশগ্ৰহণকাৰীগৰাকীয়ে আন কোনোবা এজনীক তেওঁৰ সোঁহাতে বহিবলৈ ক'ব। গোটেই গোটটোৱে গতি নকৰালৈকে প্ৰক্ৰিয়াটো চলাই নিয়ক।

৩. আমাৰ মাজত থকা একেবোৰ গুণ কি কি?

সুবিধা প্ৰদান কৰোতাজনে গোটটোৰ মাজত থকা মানুহবোৰৰ এটা গুণ / বৈশিষ্ট্য উল্লেখ কৰিব। যেনে- 'সন্তান থকা লোক'। যিসকলৰ সন্তান আছে তেওঁলোকক কোঠাৰ চুক এটালৈ মাতি অনা যাব। ইয়াৰ পাছত নতুন নতুন বৈশিষ্ট্য যেনে 'ফুটবল ভাল পোৱা' ইত্যাদি উল্লেখ কৰিব আৰু প্ৰতিবাৰে উচ্চাৰিত বৈশিষ্ট্যটোক কেন্দ্ৰ কৰি একাংশ অংশগ্ৰহণকাৰী কোঠাৰ কোনোবা এটা অংশত সমবেত হ'ব। প্ৰক্ৰিয়াটোৰ পৰম্পৰাৰ মাজত সাদৃশ্যতাৰ সন্ধানত সহায় কৰিব।

৪. সূৰ্যৰ দৰে জিলিকি থাকে

অংশগ্ৰহণকাৰীসকলে ওচৰাওচৰিকৈ বৃত্তাকাৰে থিয় দি বা বহি থাকিব। বৃত্তৰ মাজত থকাজন চিঞৰি ক'ব কোনোবা এজনৰ পোচাকৰ ৰং উল্লেখ কৰি— 'সূৰ্যৰ দৰে জিলিকি থাকে নীলা পোচাক পিন্ধোতাসকল। একেদৰে হয়তো ক'ব পাৰে— 'সূৰ্যৰ দৰে জিলিকি থাকে যিয়ে মোমা পিন্ধে' বা 'সূৰ্যৰ দৰে জিলিকি থাকে যিসকলৰ চকুবোৰ নীলা' ইত্যাদি। যিসকলৰ গাত এনেবোৰ বৈশিষ্ট্য থাকে তেওঁলোকে স্থান সলনি কৰিব আৰু মাজৰ বক্তাজনে তেনে খালী ঠাইত সোমাই আন এগৰাকীক সেই স্থান এৰি দিব। মাজৰ স্থান লোৱা নতুন ব্যক্তিগৰাকীয়েও একেদৰে বিভিন্ন ৰং বা কাপোৰক যোগ দি চিঞৰিব।

৫. শৰীৰৰ অংগৰে লিখন ঃ

অংশগ্ৰহণকাৰীসকলৰ প্ৰত্যেককে নিজৰ অংগ-প্ৰতংগৰে বতাহত নাম লিখিবলৈ কওক। উদাহৰণ স্বৰূপে তেওঁলোকে নিজৰ কিলাকুটি বা ভৰি আদি ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে। প্ৰত্যেকেই, শৰীৰৰ বিভিন্ন অংগৰে বহুকেইবাৰ নাম নিলিখালৈকে প্ৰক্ৰিয়াটো চলাই নিয়ক।

৬. জোৱাৰ আহে আৰু যায় ঃ

কোঠাটোৰ মজিয়াত এডাল আঁচ টানিব যিডালে সাগৰৰ পাৰক সূচিত কৰিব আৰু অংশগ্ৰহণকাৰীসকলক আঁচডালৰ পাছফালে থিয় দিবলৈ ক'ব। ইয়াৰ পাছত 'জোৱাৰ আহে' বুলি চিঞৰি ক'ব আৰু লগে লগে অংশগ্ৰহণকাৰীসকলক জপিয়াই আঁচডাল পাৰ হ'বলৈ ক'ব। একেদৰে, 'জোৱাৰ যায়' বুলি চিঞৰা মাত্ৰকে জপিয়াই তেওঁলোকক পূৰ্বৰ স্থান ল'বলৈ ক'ব। এইদৰে চিঞৰি থাকি মাজতে একেটা নিৰ্দেশনাকে দুবাৰ ক'ব। তেতিয়া যিসকলে ভুলকৈ সহাঁৰি দিব তেওঁলোকক খেলৰ পৰা উলিয়াই দিব।

৭. চাইমনে কয় যে

সমবেত অংশগ্ৰহণকাৰীসকলক এইবাৰ 'চাইমনে কয় যে...' বুলি আৰম্ভ কৰি কোনো কাম কৰাৰ নিৰ্দেশনা দিব আৰু তেওঁলোকে সেয়া পালন কৰিব। যেনে 'চাইমনে কয় যে- হাত তালি মাৰক।' লগে লগে সকলোৱে চাপৰি বজাব। পুনৰ কওঁক — 'চাইমনে কয় যে- জাপ মাৰক।' এইদৰে খৰকৈ কৈ যাওক আৰু মাজে মাজে 'চাইমনে কয়' বুলি আৰম্ভ নকৰাকৈয়ে পাছৰ নিৰ্দেশনা দিব। যিসকলে তেনে নিৰ্দেশনাৰ প্ৰতি সহাঁৰি দিয়ে, তেওঁলোক খেলটোৰ পৰা বাহিৰ হ'ব।

৮. এইটো কিহৰ শব্দ?

কোনোবা এজনে এটা শব্দ কৰিব আৰু বাকীবোৰে ইয়াক চিনাক্ত কৰাৰ চেষ্টা কৰিব। যিজনে এটা শব্দ শুদ্ধকৈ চিনাক্ত কৰিব পাৰিব তেওঁক আন এটা শব্দ মাতিবলৈ দিয়া হ'ব। জীৱ-জন্তু, চৰাই, যন্ত্ৰ, যান-বাহন আদি যিকোনো শব্দ মাতিব পাৰে।

৯. আপুনি ক'ত আছিল?

প্ৰতিগৰাকী অংশগ্ৰহণকাৰীক তেওঁলোকৰ ঋণৰ মোনাৰ পৰা একোটা মুদ্ৰা উলিয়াবলৈ কওক। মুদ্ৰাত খোদিত বছৰটোলৈ চাবলৈ দিয়ক। তাৰ পাছত ১ মিনিট ভাবিবলৈ দিয়ক যে সেই বিশেষ বছৰটোত তেওঁ ক'ত আছিল আৰু বৰ্ষটোৰ ভিতৰত তেওঁৰ জীৱনত এনে কি গুৰুত্বপূৰ্ণ ঘটনা ঘটিছিল। সময়ৰ প্ৰাচুৰ্যতাৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰি কেইগৰাকীমান বা সকলো অংশগ্ৰহণকাৰীক তেওঁলোকৰ স্মৃতি এটা বা দুটা শাৰীত ব্যক্ত কৰিবলৈ কওক।

১০. দিনটোক প্ৰতিফলন কৰক

দিনটোৰ কামবোৰৰ সম্পৰ্কে অংশগ্ৰহণকাৰীসকলৰ মনত প্ৰতিফলন ঘটাবলৈ সহায় কৰাৰ উদ্দেশ্যে

কাগজৰ পৰা প্ৰস্তুত কৰা বল এটা মানুহবোৰৰ মাজত দিয়ক। এইবাৰ এজনক আনজনলৈ বলটো দলিয়াবলৈ দিয়ক। প্ৰতিগৰাকী অংশগ্ৰহণকাৰীয়ে বলটো ধৰি দিনটো সম্পৰ্কে তেওঁৰ মনৰ ভাব ব্যক্ত কৰিব।

১১. ৰত্নৰ সন্ধান ঃ

প্ৰয়োজনীয় বস্তুবোৰ হৈছে— যিকোনো বস্তু যেনে কিতাপ / হাতমোজা, চৰিয়া আদি (ৰত্ন)। লগতে চকু বান্ধিবলৈ দুপাত্তা এখন লওক।

- খেলটোৰ উদ্দেশ্য সম্পৰ্কে নোকোৱাকৈয়ে এগৰাকী অংশগ্ৰহণকাৰীক আগবাঢ়ি স্বেচ্ছাই আহিবলৈ কওক। (স্বেচ্ছাসেৱিকাই প্ৰশিক্ষকক আস্থাত লোৱা বাঞ্চনীয়)।
- স্বেচ্ছাসেৱিকা গৰাকীক বাহিৰলৈ ওলিয়াই নি দুচকু দুপাত্তাৰে বান্ধক।
- ইয়াৰ পাছত কোঠাটোলৈ আপুনি ঘূৰি আহি বাকী অংশগ্ৰহণকাৰীসকলক ভিতৰৰ আচবাবা-পত্ৰবোৰৰ অৱস্থান সলাবলৈ কওক- যাতে কোঠাটোৰ মুকলি ঠাই বৃদ্ধি পায়।
- এইবাৰ স্বেচ্ছাসেৱিকাক কোঠাটোলৈ আনক আৰু 'ৰত্ন' বিচাৰিবলৈ দিয়ক। 'ৰত্ন' অৰ্থাৎ বিচাৰিবলগীয়া বস্তুটোক কোঠাটোৰ সহজে যাব পৰা অংশ এটাত ৰাখক।
- গোটটোৰ পৰা তেওঁ সহায় বিচাৰিব পাৰে নে নোৱাৰে বা বাকীবোৰে অংশগ্ৰহণকাৰীয়ে সহায় কৰিব নে নাই সেই সম্পৰ্কে কোনো পোনপটীয়া উত্তৰ নিদিব।
- 'ৰত্ন' বিচৰাৰ নামত স্বেচ্ছাসেৱিকাগৰাকী লগতে আঘাটপ্ৰাপ্ত নহয় সেয়া নিশ্চিত কৰিব। যদিহে তেওঁক 'ৰত্ন' বিচাৰোতে যথেষ্ঠ কষ্ট পোৱা যেন লাগে, তেন্তে ইয়াক অলপ সুবিধাজনক স্থানত ৰাখিব।
- এইক্ষেত্ৰত গোটটোৰ সামগ্ৰীক আচৰণ পৰ্যবেক্ষণ কৰিব। ৰত্নৰ সন্ধানত বাকীবোৰে সহায় কৰে নে নিৰৱতা বজাই ৰাখে (তাইক যথোচিত দিক্‌নিৰ্দেশনা দি) সেয়া আপুনি কোঠাৰ ভিতৰ আৰু বাহিৰত থাকি লক্ষ্য কৰিব। আপোনাৰ নিৰ্দেশনালৈ তেওঁলোকে অপেক্ষা কৰে, নে নিজা সিদ্ধান্তৰে স্বেচ্ছাসেৱিকাক সহায় কৰে।
- শেষত যেতিয়া স্বেচ্ছাসেৱিকাই 'ৰত্ন'ৰ সন্ধান পায়, তেওঁক অভিনন্দ জনাই চকুৰ বান্ধোন খুলি দিব।

১৩. কাগজৰ নাচ (ন্যূনতম সম্পদ ব্যৱহাৰেৰে সৰ্বোচ্চ উদ্দেশ্যেপূৰণ)

প্ৰয়োজনীয় সম্পদ ঃ অংশগ্ৰহণকাৰীৰ সংখ্যাৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰি একে আকৃতিৰ কেইখনমান পুৰণি বাতৰি কাগজ (৩০গৰাকী অংশগ্ৰহণকাৰীৰ বাবে ১৫খন বাতৰি-কাগজ)

প্ৰক্ৰিয়া ঃ

- ১ আৰু ২ বুলি মাতি যোৰিয়া / বেযোৰিয়া কৈ গোটৰ সদস্যসকলক নম্বৰ দিয়ক।
- সকলো ১ আৰু ২ ক দুটা ভাগত ভগাওক আৰু যোৰ পাতক
- প্ৰতিযোৰক এখন কাগজ দিয়ক আৰু আৰামত থিয় দিবলৈ কওক। তাৰ পাছত কাগজখনৰ ওপৰত নাচিবলৈ কওক আৰু কোনো কাৰণতেই কাগজৰ বাহিৰলৈ যাতে ভৰি নাযায়— তাৰ ব্যৱস্থা কৰক।

- কিছু সময়ৰ পাছত কাগজখন আধাত ভাজ কৰি তাৰ ওপৰত নাচিবলৈ দিয়ক ঠিক আগৰ দৰেই।
- কাগজখন এইদৰে বাৰে বাৰে ভাজ কৰি একেটা প্ৰক্ৰিয়াৰে নাচিবলৈ দিয়ক। কিছুমানে ৫/৬ বাৰলৈ ভাজ কৰাৰ বিপৰীতে আনবোৰে ৩/৪ বাৰতেই ৰ'বলগীয়া হ'ব।)
- শেষত অংশগ্ৰহণকাৰীসকলক সোধক

  — এই কাৰ্য অনুশীলনত প্ৰয়োজনীয় গুণ সম্পৰ্কে।

  — অনুশীলনৰ সময়ত মনলৈ অহা ভাব সম্পৰ্কে। সেইবোৰ ক্লিপ চাৰ্টত লিখি থ'ব।

  — কিহৰ বাবে কোনোবাটো যোৰাই অনুশীলনটো দীঘলীয়া সময় কৰা সম্ভৱ হ'ল?

তেওঁলোকৰ সঁহাৰিবোৰ ক্লিপ চাৰ্টত অন্তৰ্ভূক্ত কৰিব।

নমূনা শক্তিজ্ঞাপকবোৰ ঃ

সংগীতৰ সৈতে তাল ৰাখি তলত দিয়া কামবোৰ কৰিব পাৰি মাথো মাজে সময়ে চমু বিৰতি ল'ব লাগে যেতিয়া গতি / ভূমিবোৰ সলনিৰ ইংগিত পোৱা যায়।

- অংশগ্ৰহণকাৰীসকলক যোৰ যোৰকৈ ভাগ কৰক। প্ৰতিযোৰ অংশগ্ৰহণকাৰী অগা-পিছা অৱস্থান ল'ব। পাছফালে থকা গৰাকীয়ে সন্মুখৰগৰাকীৰ বাহুত ঘঁহি দিব। যোৰটোৱে অৱস্থান সলাই একেটা কাৰ্যকেই কৰিব।
- পিঠিত পিঠি লগাই একে আকৃতিৰ অংশগ্ৰহণকাৰীসকলক থিয় দিবলৈ কওক। এইক্ষেত্ৰত তেওঁলোক একেটা লিংগৰ হ'লে ভাল। প্ৰতেকেই ইজনে সিজনৰ কান্ধত মূৰ পেলাই ভাগৰ মাৰিব।
- অংশগ্ৰহণকাৰীসকলে অৰ্ধবৃত্ত এটা সৃষ্টি কৰিব পাৰে। এইক্ষেত্ৰত একেবাৰে মূৰত থকাজনে ককালৰ পৰা আগলৈ হাত দুখন মেলি হাউলি উশাহ ল'ব। ওপৰলৈ হাত দুখন দাঙি পোন হওতে উশাহ এৰিব। প্ৰত্যেকে তেওঁক অনুকৰণ কৰিব।
- প্ৰত্যেকেই সংগীগৰাকীৰ মুখামুখিকৈ থকাৰ সময়ত জগিং বন্ধ কৰিব।
- এটা ক্ষুদ্ৰ গোটক মানুহ এজনৰ দুয়োফালে থিয় দিবলৈ কওক। দুয়োটা অংশই মানুহজনক এফালৰ পৰা আনফাললৈ ঠেলিব। তেওঁ বাধা দিব বা নিজে কোনোবা এটা গোটৰ ফালে যাব নালাগে। কিন্তু গাটো এৰি দিব লাগে অলসভাৱে যাতে বাকীবোৰে তেওঁৰ যতন লয়।

সংযোজন - ১৯

শৰীৰত এইচ. আই. ভি. লৈ জীয়াই থকা শিশুৰ বাবে প্ৰযোজ্য টীকাকৰণৰ তালিকা

বয়স	টীকাৰ নাম	মন্তব্য
জন্ম	বি.চি.জি. + অ.পি.ভি. ১ + এইচ.বি.ভি. ১	
৬ সপ্তাহ	ডি.পি.টি. ১ + অ.পি.ভি. ২ + এইচ.বি.ভি. ২	
১০ সপ্তাহ	ডি.পি.টি. ২ + অ.পি.ভি. ৩	
১৪ সপ্তাহ	ডি.পি.টি. ৩ + অ.পি.ভি. ৪	
৬ - ৯ সপ্তাহ	অ.পি.ভি. ৫ + এইচ. বি. ভি. ৩	টীকাকৰণৰ পূৰ্বে শিশুৰ শেহতীয়া স্বাস্থ্য সম্পৰ্কীয় অৱস্থা চালি-জাৰি চাব লাগে।
৯ মাহ	মিজলচ্ (বসন্ত)ৰ টীকা ভিটামিন-এ	টীকাকৰণৰ পূৰ্বে শিশুৰ শেহতীয়া স্বাস্থ্য সম্পৰ্কীয় অৱস্থা চালি-জাৰি চাব লাগে।
১৫-১৮ মাহ	এম. এম. আৰ. ডি.পি.টি. ১ বুষ্টাৰ অপিভি ৬	টীকাকৰণৰ পূৰ্বে শিশুৰ শেহতীয়া স্বাস্থ্য সম্পৰ্কীয় অৱস্থা চালি-জাৰি চাব লাগে।
৫ বছৰ	ডি.পি.টি.২ বুষ্টাৰ অ.পি.ভি. ৭	টীকাকৰণৰ পূৰ্বে শিশুৰ শেহতীয়া স্বাস্থ্য সম্পৰ্কীয় অৱস্থা চালি-জাৰি চাব লাগে।
১০ বছৰ	টি.টি. ৩	
১৫-১৬ বছৰ	টি.টি. ৪	

টোকা ঃ

- ইনএক্টিভেটেড পলিঅ’ ভেকচিন (আই. পি. ভি.) সম্প্ৰতি ভাৰতত পঞ্জীয়ন হৈছে আৰু অচিৰেই পৰ্যাপ্তভাৱে আমাৰ দেশত পোৱা যাব।
- যদিহে অতি সামান্যভাবেও আক্ৰান্ত শিশুৰ গাত ৰোগৰ লক্ষণ দেখা যায়, তেন্তে টীকাকৰণ কৰা উচিত।

- যিবোৰ আক্ৰান্ত শিশুৰ গাত পূৰ্ণমাত্ৰাত ৰোগৰ লক্ষণে দেখা দিয়ে আৰু প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা নোহোৱা হৈছে তেওঁলোকক জীৱন্ত টীকা প্ৰদান কৰা অনুচিত।
- ই.পি.আই. তালিকাৰ অন্তৰ্গত আনবোৰ ভেকচিন হৈছে— জাপানীজ্-বি-এনকেফেলাইটিচ্, চিকেনপক্স ভেক্চিন, হেম'ফিলাচ, ইনফ্লুৱেঞ্জা বি ইত্যাদি।

খণ্ড - ৫

বিশেষভাৱে ব্যৱহৃত শব্দ কেতবোৰৰ অৰ্থ তালিকা আৰু প্ৰসংগ টীকা

বিশেষভাৱে ব্যৱহৃত শব্দ কেতবোৰৰ অৰ্থৰ তালিকা

ইয়াত ব্যৱহৃত কেতবোৰ শব্দৰ সূত্ৰায়িত ব্যাখ্যাক ইউ. এন. এইড্ছৰ দ্বাৰা প্ৰকাশিত “এইছ. আই. ভি. / এইড্ছ সম্পৰ্কীয় শব্দ অৰ্থৰ তালিকাৰ পৰা লোৱা হৈছে। ইয়াক http://www.unaids.org/Unaids/EN/ Resources/Terminnology/glossary+of+hiv aids-related_terms.asp. ৰ ৱেব-ঠিকনাত পোৱা যায়। ইয়াত নোপোৱা কেতবোৰ অৰ্থ নামিবিয়াত অনুষ্ঠিত প্ৰশিক্ষণ আই. টি. ই. টি. এইচ. প্ৰশিক্ষকসকলে ব্যৱহাৰ কৰা তথ্যভাণ্ডাৰৰ পৰা লোৱা হৈছে। এনে শব্দ-অৰ্থৰ কাষত (*) চিহ্ন ব্যৱহাৰ কৰা হৈছে। বাকীসকলোবোৰ সূত্ৰায়িত ব্যাখ্যাক ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্ছ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থা (এন. এ. চি. অ’)ৰ ৱেবচাইট্ৰ পৰা লোৱা হৈছে।

এড্হেৰেঞ্চ্	ইয়াৰ দ্বাৰা এক প্ৰক্ৰিয়াক বুজোৱা হৈছে য’ত সুনিৰ্দিষ্ট সময় ধৰি ৰোগী এজনক চিকিৎসকে দিয়া নিৰ্দেশনা আৰু চিকিৎসাবিধান মানি চলাৰ কথা কোৱা হৈছে। এই প্ৰক্ৰিয়াত সকলো জানি বুজি ৰোগী এজনে চিকিৎসা ব্যৱস্থাত অংশগ্ৰহণ কৰে।
এইড্ছ	একুয়াৰ্ড ইমিউন ডেফিচিয়েঞ্চি চিনড্ৰম্। এইচ. আই. ভি. ভাইৰাচৰ দ্বাৰা ই সৃষ্টি হয়।
এইড্ছ হোৱা বুলি ক’ব পৰা অৱস্থা	অসংখ্য সুযোগ সন্ধানী সংক্ৰমণ (কেঞ্চাৰকে ধৰি) দেহত দেখা দিয়ে আৰু ৰোগৰ অনুসন্ধানত দেহত এইছ. আই. ভি. বীজাণু ধৰা পৰে। এইড্ছৰ সৈতে জীয়াই থকা ব্যক্তিৰ দেহত কেতিয়াবা হাওফাও, মগজু, চকু আৰু অন্য অংগত সংক্ৰমণ হয়। তেনে ব্যক্তিয়ে দ্ৰুত গতিত ওজন হ্ৰাস কৰে আৰু ডায়েৰিয়াত আক্ৰান্ত হোৱাৰ লগতে ‘কেপ’চিচ্ চাকেমি’ নামৰ এবিধ বিশেষ কেঞ্চাৰৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হয়।
এ. এন. এম.	অক্সিলাৰি নাৰ্চ মিড্ৱাইফ্
এ. আৰ. ভি.	এণ্টিৰেট্ৰ’ভাইৰেল / এইচ. আই. ভি.ৰ দৰে ভাইৰাচে দেহত কৰা সংক্ৰমণৰ বিৰুদ্ধে যুঁজিবলৈ ব্যৱহাৰ কৰা ঔষধ।
এ. আৰ. টি. বা এ. আৰ. ভি. টি.	এণ্টিৰেট্ৰ’ভাইৰেল থেৰাপি। ই হৈছে ভাইৰাচৰ অধিক সংক্ৰমণত বাধা দিয়া এক চিকিৎসা পদ্ধতি।
এচিম্পট’মেটিক্	লক্ষণ প্ৰদৰ্শন নকৰা ধৰণৰ সংক্ৰমণক বুজাবলৈ ব্যৱহাৰ কৰা হয় অথচ সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিজনৰ গাত এইচ. আই. ভি. / এইড্ছৰ উপস্থিতি আছে।
বীজ-পপোলেচন	যিসকল ব্যক্তি বিপদসংকূল গোটসমূহৰ সান্নিধ্যলৈ আহে আৰু এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হোৱাৰ সম্ভাৱণা থাকে। যেনে- ট্ৰাক চালক,

	প্ৰব্ৰজিত শ্ৰমিক।
চি. দি. ফ'ৰ চেল	১) ইংৰাজী আখৰ 'T'ৰ আকৃতিৰ এবিধ কোষ, যিয়ে ভাইৰাচ, ফাঙ্গি বা প্ৰট'জ'ৱাৰ পৰা হ'ব পৰা সংক্ৰমণৰ পৰা আমাৰ দেহক ৰক্ষা কৰে। ৰোগ প্ৰতিৰোধৰ দৈহিক ব্যৱস্থাটোক এই কোষে সুচল কৰি ৰাখে। ২) এইচ. আই. ভি.য়ে চি. দি. ফ'ৰ কোষবোৰকেই প্ৰাথমিক লক্ষ্য হিচাপে বাচি লয়। 'চিদি ফ'ৰ +' কোষৰ ধ্বংসই হৈছে মান দেহত ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা ধ্বংসৰ মূল অৰ্থাৎ দেহত এইড্‌ছৰ সৃষ্টি। ফলত সুযোগ সন্ধানী সংক্ৰমণৰ সৃষ্টি হয়।
চি. ডি. ফ'ৰ ৰিচেপ্টৰচ্	এক চি ডি ফ'ৰ লিম্ফ'চাইটৰ উপৰিভাগত থকা ৰাসায়নিক দ্ৰব্য য'ত এইচ. আই. ভি.য়ে খোপনি পোতে।*
চিডি ফ'ৰ কাউণ্ট	চি ডি ফ'ৰ কঢ়িয়াই নিয়া লিম্ফ'চাইটৰ গণনা। প্ৰতি মিলি লিটাৰ তেজত ইয়াৰ উপস্থিতিক সুস্থতাৰ চিন হিচাপে গণ্য কৰা হয়। ইয়াক ২০০ মি.লি. তেজতকৈ কম গণনাৰ অৰ্থ হৈছে এইড্‌ছৰ সূচক।*
কম্পলায়েঞ্চ	কিমান মাত্ৰালৈকে হেৰ-ফেৰ নোহোৱাকৈ এগৰাকী ৰোগীয়ে চিকিৎসা বিধান মানিছে।
ক্ৰণিক	ইয়াৰ অৰ্থ হৈছে সুদীৰ্ঘ সময় ধৰি চলা। চিকিৎসা বিজ্ঞানত কোনো ৰোগ ছয়মাহতকৈ অধিক সময় চলিলে বা ইয়াৰ আৰোগ্য হোৱাৰ কোনো লক্ষণ নাথাকিলে ক্ৰণিক্ হিচাপে সমস্যাটোক গণ্য কৰা হয়।
ক্লায়েণ্ট ইনিচিয়েটিভ কাউঞ্চেলিং	এইচ. আই. ভি. প্ৰতিৰোধৰ ক্ষেত্ৰত স্বেচ্ছাই ক্লায়েণ্ট বা তেওঁৰ সংগীয়ে আগবাঢ়ি অহা।
ক'ড্ অব এথিকচ্	কেতবোৰ নীতিৰ সমষ্টি যাক এক সংস্থাই সিদ্ধান্ত গ্ৰহণ বা কোনো আচৰণ কৰোতে মানি চলে। কৰ্মক্ষেত্ৰত যাতে নিৰ্দ্ধাৰিত নীতিমতে চলিব পাৰে তাৰ বাবেই ইয়াক মানি চলা হয়।
কল'ষ্ট্ৰাম	নৱজাতকৰ জন্মৰ পাছতেই মাতৃৰ স্তনৰ পৰা ওলোৱা প্ৰথম গাখীৰ। ইয়াত প্ৰচুৰ পৰিমাণৰ পুষ্টিকৰ উপাদান ঘণীভূত হৈ থাকে। তাৰোপৰি নৱজাতকৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধী এণ্টিবডিও ইয়াত থাকে।
কম্বিনেচ'ন থেৰাপী	এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছৰ ক্ষেত্ৰত ইয়াৰ দ্বাৰা দুই বা তাতোধিক ঔষধ তথা চিকিৎসা পদ্ধতিৰ মিশ্ৰণক বুজোৱা হয়। ভাইৰাচৰ উপস্থিতি হ্ৰাস কৰাৰ ক্ষেত্ৰত এই পদ্ধতি অতি কামত অহা বিধৰ হয়।

কাফ্ হাইজিন	হাত, ৰুমাল, গামোচা আদিৰে মুখ ঢাকি কাঁহ বা হাঁচি মৰা কার্য যাতে মুখৰ পৰা কোনো সংক্ৰমণ ওচৰৰ মানুহৰ গালৈ বিয়পিব নোৱাৰে।
ডি. এন. এ.	ডি অক্সিৰিব'নোক্লেইক্ এচিড। কেতবোৰ ভাইৰাচৰ বাহিৰে সকলো জীৱিত কোষে ডি. এন. এ.ৰ দৰে জীনগত তথ্য কঢ়িয়াই লৈ ফুৰে।*
ডি. অ'. টি. এচ. (ড'টচ্)	ডিৰেক্টলি অৱজাৰ্ভড্ ট্ৰিটমেণ্ট-চৰ্ট ক'ৰ্চ্।
ডি. অ. টি. এচ. প্লাচ্ (ড'টচ্ প্লাচ)	ডিৰেক্টলি অৱজাৰ্ভড্ ট্ৰিটমেণ্ট চ'ৰ্ট্ ক'ৰ্চ ফ'ৰ মাল্টি ড্ৰাগ ৰেজিষ্টেণ্ট চি. বি.
ইফিকেটি	যিমান পালি ঔষধ প্ৰয়োগ কৰা নহওক কিয়, এক ফলাফল পাব পৰাৰ সৰ্বোচ্চ সক্ষমতা।
ই. এল. আই. এচ. এ. (এলিচা)টেষ্ট্	এনজাইম-লিংকড্ ইমিউন'চৰ্বেণ্ট এশ্বে। এই পৰীক্ষাৰ জৰিয়তে তেজত এইচ. আই. ভি.ৰ উপস্থিতি বিচাৰ কৰা হয়।
এপিডেমিঅ'ল'জী	চিকিৎসা বিজ্ঞানৰ এক বিভাগ য'ত কোনো এক জনসমষ্টিত এবিধ ৰোগৰ উপস্থিতি প্ৰসাৰ আৰু নিয়ন্ত্ৰণ সম্পৰ্কে অধ্যয়ন কৰা হয়।
এফ. আই. চি. টি. চি.	ফেচিলিটি ইণ্টিগ্ৰেটেড্ কাউঞ্চেলিং এণ্ড টেষ্টিং চেণ্টাৰ। অন্য ভিন্ন কামৰ লগতে এইচ. আই. ভি. সংক্ৰান্তীয় দিহা পৰামৰ্শ আৰু চিকিৎসা প্ৰদান কৰা হয়।
ফিউজন	ই হৈছে এইচ. আই. ভি.ৰ জীৱন চক্ৰৰ এক পৰ্যায় য'ত ভাইৰাচবিধে চি. ডি. ফ'ৰ ৰিচেপ্তৰৰ সৈতে একাত্ম হৈ পৰে।*
জি. এফ. এ. টি. এম.	গ্লৱেল ফাণ্ড ফ'ৰ এইড্ছ, টি. বি. এণ্ড মেলেৰিয়া।
এইচ. এ. এ. আৰ. টি.	হাইলি এক্টিভ্ এণ্টিৰেট্ৰ'ভাইৰেল থেৰাপি। ইয়াৰ জৰিয়তে প্ৰচণ্ড দ্ৰুততাৰে এইচ. আই. ভি.ৰ উপস্থিতিক দেহৰ পৰা হ্ৰাস কৰোৱা হয়। দুই বা তিনিবিধ ভিন্ন ঔষধ প্ৰয়োগেৰে।
এইচ. আই. ভি.	হিউমেন ইমিউন'ডেফিচিয়েঞ্চি ভাইৰাচ। এইভাইৰাচে দেহৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা নোহোৱা কৰি আক্ৰান্ত ব্যক্তিক এনে এক পৰ্যায়লৈ নিয়ে, যাক আমি এইড্ছ বুলি কও।
এইচ.আই.ভি. ওৱান	প্ৰথম প্ৰকাৰৰ হিউমেন ইমিউন'ডেফিচিয়েঞ্চি ভাইৰাচ। এইচ. আই. ভি. ওৱালক ৰেষ্ট্ৰ'ভাইৰাচবোৰৰ অধীনস্থ উপগোটত থকা এক লেণ্টিভাইৰাচ হিচাপে শ্ৰেণীভুক্ত কৰা হয়।

এইচ. আই. ভি. টু	ই হৈছে দ্বিতীয় প্ৰকাৰৰ হিউমেন ইমিউন'ডেফিচিয়েঞ্চি ভাইৰাচ আৰু এইচ. আই. ভি. ওৱানৰ লগত ইয়াৰ সম্পৰ্ক অতি নিকট। ভিন্ন ক্ষেত্ৰত দুয়োবিধ ভাইৰাচৰ সাদৃশ্যতা থাকিলেও সিহঁতৰ দ্বাৰা হোৱা সংক্ৰমণবোৰৰ ভৌগোলিক ধৰণ-কৰণত পাৰ্থক্য আছে। দ্বিতীয় ভাইৰাচ বিধক প্ৰথমে পশ্চিম আফ্ৰিকাত ধৰা পেলোৱা হৈছিল।
এইচ. আই. ভি. এণ্টিবডি টেষ্ট	যদিহে যোগাত্মক হিচাপে এই পৰীক্ষাৰ ফলাফল প্ৰকাশিত হয়, তেন্তে বুজা যায় যে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিগৰাকী এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হৈছে। উল্ড পৰ্যায়ৰ পাছত ১২ সপ্তাহ অতিক্ৰম কৰা এনে ব্যক্তিৰ দেহত এইচ. আই. ভি.ৰ এণ্টিবডি সৃষ্টি হোৱা বুলি ইয়াৰ জৰিয়তে বুজিব পাৰি।
আই. চি. টি. চি.	ইণ্টিগ্ৰেটেড কাউঞ্চেলিং এণ্ড টেষ্টিং চেণ্টাৰ। এনে এক কেন্দ্ৰত ব্যক্তি এজনক পৰামৰ্শদান কৰি তেওঁৰ অনুমতি সাপেক্ষে (এইচ. আই. ভি. যোগাত্মকৰ ক্ষেত্ৰত) বা চিকিৎসাৰ পৰামৰ্শ অনুযায়ী যাৱতীয় চিকিৎসা সেৱা আগবঢ়োৱা হয়।
ইমিউন'ডেফিচিয়েঞ্চি	বিভিন্ন সংক্ৰমণ, টিউমাৰ আদি সৃষ্টিৰ বিৰুদ্ধে দেহত প্ৰাকৃতিকভাৱে থকা প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা ভাঙি যোৱা।
ইন্সিদেন্স	এক নিৰ্দিষ্ট সময়সীমাত সংঘটিত বা গম পোৱা ৰোগ সংক্ৰমণৰ ঘটনাৰ সংখ্যা।
ইনফৰ্মড্ কনচেণ্ট্	এক স্বেচ্ছাই সন্মতি দিয়া ৰোগীৰ সৈতে জড়িত হ'ব পৰা কোনো ৰোগ সম্পৰ্কীয় ধাৰণা বা সংশ্লিষ্ট বিষয়ত কৰিব খোজা গৱেষণা আদিৰ সৈতে সংগতি থকা সমস্ত তথ্য /খবৰ।
ইণ্টিগ্ৰেচ্	এইচ. আই. ভি.ৰ ডি. এন. এ.ক সমৃদ্ধকৰণত ব্যৱহৃত এক এনজাইম্।*
লিংক এ. আৰ. টি. চেণ্টাৰ (এল.এ.চি.)	এইবোৰ হৈছে ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্‌ছ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থাৰ দ্বাৰা স্বীকৃত এ. আৰ. ভি. ঔষধৰ বিতৰণ কেন্দ্ৰ যিবোৰ ন'ডেল এ. আৰ. টি. কেন্দ্ৰৰ সৈতে সংলগ্ন হৈ থাকে।
লেমিভূডাইন (থ্ৰি-টি.চি.)	অতি কমেও অন্য দুবিধ এণ্টিৰেট্ৰভাইৰেল ঔষধৰ লগত মিহলাই এইচ. আই. ভি. আক্ৰান্তক দিয়া ই এবিধ 'নিউক্লিঅ'চাইড ৰিভাৰ্চ্ ট্ৰেন্সক্ৰিপ্টেজ ইনহিবিটৰ এণ্টিৰেট্ৰ'ভাইৰেল ঔষধ।
মেন্দেট'ৰী	বাধ্যতামূলকভাৱে কৰণীয়।
মেটাৰ্নেল এণ্টিবডিজ	গৰ্ভাৱস্থাত মাকৰ দেহৰ পৰা শিশুৰ দেহলৈ অহা এণ্টিবডি। ১৮ মাহৰ তলৰ শিশুৰ গাত এণ্টিবডি পৰীক্ষণেৰে এইচ. আই. ভি.ৰ উপস্থিতি ধৰা পেলোৱাত মেটাৰ্নেল এণ্টিবডিয়ে অসুবিধা কৰে।

এন. এ. চি. অ'. (নেক')	নেশ্ব'নেল এইড্ছ কন্ট্ৰ'ল অৰ্গেনাইজেচ'ন। দেশত এইচ. আই. ভি. / এইড্ছক নিয়ন্ত্ৰণ তথা চিকিৎসা কৰাত এই সংস্থাই জাগ্ৰত প্ৰহৰীৰ দৰে কাম কৰে।
এন. এ. চি. পি.	নেশ্ব'নেল এইড্ছ কণ্ট্ৰ'ল প্ৰগ্ৰাম- ৰাষ্ট্ৰজোৰা এইড্ছ নিয়ন্ত্ৰণ। বাধা দিয়াৰ কাৰ্যসূচী।
নেভিৰাপাইন (এন. ভি. পি.)	অন্য দুবিধ ঔষধৰ সৈতে ইয়াকো এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণ ৰোধৰ বাবে ব্যৱহাৰ কৰা হয়। বিশেষকৈ এইচ. আই. ভি. আক্ৰান্ত মাকৰ পৰা শিশুলৈ সংক্ৰমণ সোঁচৰাক বাধা দিয়াত ইয়াক ব্যৱহাৰ কৰা হয়।
অকুপেচ'নেল এক্সপ'জাৰ	ৰোগীৰ শুক্ৰসাৰ সময়ত সংক্ৰমিত তেজৰ সংস্পৰ্শলৈ চিকিৎসা কৰ্মীসকল আহিব পাৰে। ইয়াৰ জৰিয়তে তেনে কৰ্মসূত্ৰে সন্মুখীন হ'ব পৰা বিপদৰ সম্ভাৱনাক বুজোৱা হৈছে।
অপৰচুনিষ্টিক ইন্‌ফেকচ'ন(অ'.আই.)	ইয়াক সুযোগ সন্ধানী সংক্ৰমণ হিচাপে জনা যায়। কিয়নো, এইচ. আই. ভি.ত আক্ৰান্ত ব্যক্তিৰ দেহত ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা কমি যোৱাৰ ফলত ভিন্ন ধৰণৰ কেঞ্চাৰ, টি. বি. আৰু অন্যান্য ৰোগে সুযোগ লৈ সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিজনক আক্ৰান্ত কৰে।
পি. চি. আৰ.	পলিমাৰেজ চেইন ৰিয়েকচ'ন্। অতি সামান্য আৰ. এন. এ. বা ডি. এন. এ. পৰীক্ষা কৰি এইচ. আই. ভি.ৰ সন্ধান কৰা ই হৈছে এবিধ পৰীক্ষাগাৰত ব্যৱহৃত পদ্ধতি। বিশেষকৈ শিশুসকলৰ ক্ষেত্ৰত এই পৰীক্ষণ পদ্ধতি ব্যৱহাৰ কৰা হয়।*
পি. ই. পি.	প'ষ্ট-এক্সপ'জাৰ প্ৰ'ফাইলেক্সিচ্। এই প্ৰক্ৰিয়াৰে এইচ. আই. ভি.ৰ সংস্পৰ্শলৈ আহিব পৰাৰ সম্ভাৱনা থকাসকলক পৰীক্ষা কৰা হয়। তেনে সম্ভাৱনা থকাসকলক দিয়া এ. আৰ. ভি. চিকিৎসাই ইয়াৰ জৰিয়তে বুজোৱা হৈছে।
পাৰ্চনেল প্ৰটেক্টিভ্ ইকুইপমেণ্ট	এক ল'বলগীয়া সাৱধানতামূলক প্ৰক্ৰিয়াৰ অংশ হিচাপে ৰোগীৰ তেজ বা অন্য অনুজীৱৰ পৰা যাতে চিকিৎসা কৰ্মী আক্ৰান্ত নহয়, সেই উদ্দেশ্যে ব্যৱহৃত দেহাৱৰণ।
পি.এ. এইচ.আই.ভি.	ইয়াৰ জৰিয়তে চমুৱাই 'দেহত এইচ. আই. ভি.লৈ জীয়াই থকা লোকসকলক বুজোৱা হৈছে।
পি. এম. টি. চি. টি.	চমুকৈ ইয়াৰ অৰ্থ হৈছে 'মাকৰ পৰা শিশুৰ দেহলৈ সংক্ৰমণ প্ৰতিৰোধ।'
পি.পি.টি.চি.টি.	চমুকৈ ইয়াৰ অৰ্থ হৈছে 'পিতৃ-মাতৃৰ পৰা শিশুলৈ সংক্ৰমণ প্ৰতিৰোধ।'

প্রিভেলেন্স্	ইয়াৰ জৰিয়তে অধ্যয়নৰ প্ৰক্ৰিয়াত লাভ কৰা কোনো এক সময়সীমাত ৰোগাক্ৰান্তৰ মুঠ সংখ্যাক বিপদ সংকুল পৰ্যায়ত থকা লোকৰ সংখ্যাৰে কৰা হৰণফলক বুজোৱা হয়।
প্ৰ'ফাইলেক্সিচ্	ৰোগ প্ৰতিৰোধৰ বাবে হাতত লোৱা প্ৰতিৰোধমূলক বা সুৰক্ষামূলক চিকিৎসা ব্যৱস্থাক বুজোৱা হয়।
প্ৰ'ভাইডাৰ ইনিচিয়েটেড্ কাউঞ্চেলিং	স্বাস্থ্য কেন্দ্ৰলৈ যোৱা ৰোগী বা ক্লায়েণ্টক নিয়মিতভাৱে দিয়া এইচ. আই. ভি. সম্পৰ্কীয় গোপন অথচ বিনামূলীয়া পৰামৰ্শ আৰু পৰীক্ষণ।
আৰ. এন. এ.	ৰিব'নুক্লেয়িক এচিড*
ৰেপিড টেষ্ট	এইচ. আই. ভি.ৰ সন্ধানত তেজ লেলাউতি, প্ৰসাৰ, যোনীৰ পৰা নিৰ্গত দ্ৰব্য আদিক পৰীক্ষা কৰি একেটা দিনত পোৱা ফলাফলৰ প্ৰক্ৰিয়া। সম্প্ৰতি ভাৰতত মাথো 'ৰেপিড্ ব্লাড টেষ্ট'হে উপলব্ধ।*
ৰেড্ ৰিবন	এইচ. আই. ভি. / এইড্চৰ সৈতে জীয়াই থকাসকলৰ প্ৰতি সমমৰ্মিতা প্ৰকাশ আৰু সহযোগিতাৰ বিশ্বজুৰি গ্ৰহণ কৰা এক প্ৰতীক।
ৰেজিষ্টেঞ্চ্	এইচ. আই. ভি. বা কোনো জীবাণুৰ ঔষধৰ প্ৰভাৱক বাধা দিব পৰাৰ সক্ষমতা।
ৰেট্ৰ'ভাইৰাচ	ই হৈছে এনে এবিধ ভাইৰাচ, যিয়ে কোষ এটাৰ স্বাভাৱিক বংশগতি সম্পৰ্কীয় তথ্যক সলনি কৰি নিজস্ব ডি. এন. এ.ৰ চৰিত্ৰৰে সমৃদ্ধ কৰে। এইচ. আই. ভি. হৈছে এনে এবিধ ৰেষ্ট'ভাইৰাচ।
এচ. এ. চি.	ষ্টেট এইড্ছ কণ্ট্ৰল চ'ছাইটি। এইবোৰ সংস্থাই ৰাজ্যিক পৰ্যায়ত ৰাষ্ট্ৰীয় এইড্ছ নিয়ন্ত্ৰণ সংস্থাৰ আঁচনিবোৰক ৰূপায়ণ কৰে।
চেফ্ চেক্স্	য'ত যৌন সংগমৰ সময়ত আগতীয়া সাৱধানতা অৱলম্বন কৰা হয়। ইয়াৰ দ্বাৰা সংগীৰ দেহলৈ বা সংগীৰ পৰা এইচ. আই. ভি. বা অন্য সংক্ৰমণ সোঁচৰাত বাধা দিব পাৰি।
চেণ্টিনেল চাৰ্ভেইচ	এক ৰোগ উপস্থিতি নিশ্চিত কৰণৰ বাবে বিশেষ যৌন আচৰণ কৰা গোট বা লোকসকলৰ মাজত চলোৱা অনুসন্ধানবোৰক ইয়াৰ জৰিয়তে বুজোৱা হয়। সমকামী পুৰুষ, যৌনকৰ্মী আদি এনে অনুসন্ধানৰ লক্ষ্য গোট হ'ব পাৰে।
চেৰ' কনৰ্ভাচন্	ইয়াৰ অৰ্থ হৈছে কোনো সুনিৰ্দিষ্ট এণ্টিজেনৰ বিৰুদ্ধে এণ্টিবডি গঢ়ি তোলা। মানুহৰ দেহত যেতিয়া এইচ. আই. ভিৰ প্ৰতি এণ্টিবডি সৃষ্টি হয়, তেতিয়া তেনে লোকৰ আভ্যন্তৰত সংঘটিত প্ৰক্ৰিয়াক 'এণ্টিবডি নিগেটিভ'ৰ পৰা 'এণ্টিবডি পজিটিভ'লৈ 'চেৰ'কনৰ্ভাট' হোৱা বুলি গণ্য কৰা হয়।

চাইড্ ইফেক্টচ্	পাৰ্শ্বফল। ইয়াত ৰোগীক এ. আৰ. ভি. ঔষধ প্ৰদানৰ পাছত সৃষ্ট 'পেৰিফেৰাল নিউৰ'পেথী', হেপাটাইটিচ্ আদিৰ বিষয়ে বুজোৱা হৈছে।
এচ. টি. আই.	ইয়াক ভেনেৰিয়েল ডিজিচ্ (ভি. ডি.) বুলিও কোৱা হয়। বৰ্তমান ইয়াৰ দ্বাৰা যৌন ক্ৰিয়াৰে বিয়পা সংক্ৰমণক বুজোৱা হয়।
উপকেন্দ্ৰ	অতি প্ৰাথমিক পৰ্যায়ৰ স্বাস্থ্যসেৱা প্ৰতিস্থান। সমতল ক্ষেত্ৰত এটা স্বাস্থ্য উপকেন্দ্ৰই ৫০০০ আৰু পাহাৰীয়া অঞ্চলত ৩০০০ জন বসতিক সামৰে। এনে প্ৰাথমিক স্বাস্থ্যকেন্দ্ৰই জনসাধাৰণৰ দুৱাৰ দলিলৈ চিকিৎসা সেৱাক লৈ যায়।
চাৰ্ভেইলেঞ্চ্	কোনো এক ৰোগ বা স্বাস্থ্যাৱস্থা সম্পৰ্কে চলি থকা প্ৰণালীবদ্ধ তথ্য সংগ্ৰহ, বিশ্লেষণ আৰু ব্যাখ্যা বা উপস্থাপনৰ প্ৰক্ৰিয়া। চাৰ্ভেইলেঞ্চৰ বাবে সংগ্ৰহ কৰা তেজৰ নমূনাক চেৰ চাৰ্ভেইলেঞ্চ্ বুলি কোৱা হয়।
চিম্প্‌ট'মেটিক	ৰোগৰ উপস্থিতি সূচকবোৰ প্ৰকাশিত হোৱা। যেনে- ওজন হ্ৰাস, জ্বৰ, ডায়েৰিয়া, কোনো বিশেষ গ্ৰন্থি ফুলি যোৱা, অ'বৈল-কেন্দিদা, হাৰ্প্, ছালৰ ৰোগ ইত্যাদি।*
ভাইৰেল ল'ড্	এইচ. আই. ভি.ৰ ক্ষেত্ৰত ইয়াৰ অৰ্থ হৈছে তেজত থকা এইচ. আই. ভি. আৰ. এন. এৰ. মুঠ পৰিমাণ। ভাইৰেল ল'ড যিমানেই কমকৈ থাকে, সিমানেই এইড্চ. চিনাক্ত / অনুসন্ধানত পলম হয়— অৰ্থাৎ দীঘলীয়া সময়ৰ প্ৰয়োজন হয়।
ডব্লিউ. বি. চি.	শ্বেত ৰক্ত কণিকা— ই হৈছে এনে এবিধ কোষ, যি সংক্ৰমণৰ বিৰুদ্ধে শৰীৰক সুৰক্ষা দানত নিয়োজিত হয়।
উইণ্ড' পিৰিয়ড্	মানুহ এজন এইচ. আই. ভি.ৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হোৱাৰ পাছৰ পৰা চেৰ'কনভাৰ্চন ধৰা পৰালৈকে মাজৰ সময়ছোৱাক উইণ্ড' পিৰিয়ড বোলে। ৯০% সংক্ৰমিত ব্যক্তিৰ ক্ষেত্ৰত এই সময়সীমা ০ ৰ পৰা ৩ মাহ হোৱাৰ বিপৰীতে ১০% ৰ ক্ষেত্ৰত এয়া ৩ ৰ পৰা ৬ মাহ হয়।
জিড'ভূডাইন (জেড. ভি.ডি. বা এ.জেদ.টি.)	এইচ. আই. ভি. সংক্ৰমণৰ বিৰুদ্ধে অতি কমেও দুটা অন্য ঔষধৰ সৈতে এইবিধ এণ্টিৰেট্ৰ'ভাইৰেলক প্ৰয়োগ কৰা হয়।

প্ৰাসংগিক উৎসৰ ব্যৱহাৰৰ তালিকা

- ই. এন. এইড্‌ছ গ্লবেল ৰিপ'র্ট, ২০১০
- এন. এ. চি. অ'. এনোৱেল ৰিপ'র্ট, ২০০৯
- গাইডলাইনচ্ ফ'ৰ এইচ. আই. ভি. টেষ্টিং, মার্চ, ২০০৭
- এণ্টিৰেট্ৰ'ভাইৰেল থেৰাপি গাইডলাইঞ্চ ফৰ এইচ. আই. ভি. ইনফেক্টেড্ এডাল্ট এণ্ড এড'ল'চেণ্টচ্ ইনলোডিং প'ষ্ট এক্সপ'জাৰ
- ৰিভাইচড্ গাইডলাইনচ অন ইনিচিয়েচ'ন অব্ এ. আৰ. টি. অন এডাল্ট এণ্ড এড'ল'চেণ্টচ্
- মেগনিটিউড্ অব্ পেডিয়েট্ৰিক এইচ. আই. ভি. (উৎস ঃ এইডচ্ এপিডেমিক্ আপডেট ২০০৬, ইউ. এন. এইড্‌ছ)
- এন. এ. চি. অ' স্পেচিয়েলিষ্ট ট্ৰেইনিং ৰেফাৰেঞ্চ মডিউল, ২০০৫
- গাইডলাইনচ্ অন দি মেনেজমেণ্ট অৱ অকুপেচ'নেল এণ্ড নন অকুপেচ'নেল এক্সপ'জাৰ টু এইচ. আই. ভি. এণ্ড প'ষ্ট এক্সপ'জাৰ প্ৰফাইলেক্সিচং, ফেব্ৰুৱাৰী, ২০০৭, এন. এ. চি. অ'.
- নেশ্ব'নেল এইড্‌চ কণ্ট্ৰল প্ৰগাম, ফেজ, ২০০৬-২০১১ ষ্ট্ৰেটেজি এণ্ড ইম্পলিটেচ'ন প্লেন ড্ৰাফট্
- প্ৰিভেনচ'ন ষ্ট্ৰেটেজিচ ফ'ৰ পিপ'ল উইথ এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছ, ইণ্টাৰমেশ্ব'নেল এইচ. আই. ভি. / এইড্‌ছ, এলায়েন্স, ২০০৩
- প্ৰিভেনচ'ন এণ্ড পজিটিভচ, কিং স্পুনাৰ ১৯৯৯, ভৰ্নাজা এট এল, ১৯৯৯
- আণ্ডাৰষ্টেণ্ডিং এণ্ড চেলেঞ্জিং এইচ. আই. ভি. ষ্টিগমা টুলকিট্ ফ'ৰ একচন ট্ৰেইনাৰ্চ গাইড, ডেভেল'পড্ বাই ৰচ্ কিড্ (বট্‌চৱানা) এণ্ড চ্যু ক্লেই (জাম্বিয়া), চেপ্তেম্বৰ, ২০০৩
- শ্বেপিং আৱাৰ লাইভচ- এন. এ. চি. অ. টেকনিকেল ডিভিজন
- ইনফেক্চ'ন কণ্ট্ৰ'ল মেনুৱেল, এ. আই. আই. এম. এচ.
- টি. এন. এ. আই., মার্চ, ২০০৯

ৱেবচাইট উৎস ঃ

http://www.cdc.gov/hiv/resources/factsheets/transmission.htm)

www.undp.org.in/NEWS/UNDP%20August%20Newsletter.pdf

http://www.ccghe.jhmi.edu.assets.CCGHE/Documents/Module4-Confidentiality.pdf

http://www.nacoonline.org/policy.htm

www.fhi.org.

www.mohfw.org

www.unaids.org

www.who.org

www.unicef.org

www.indiannursingcouncil.org