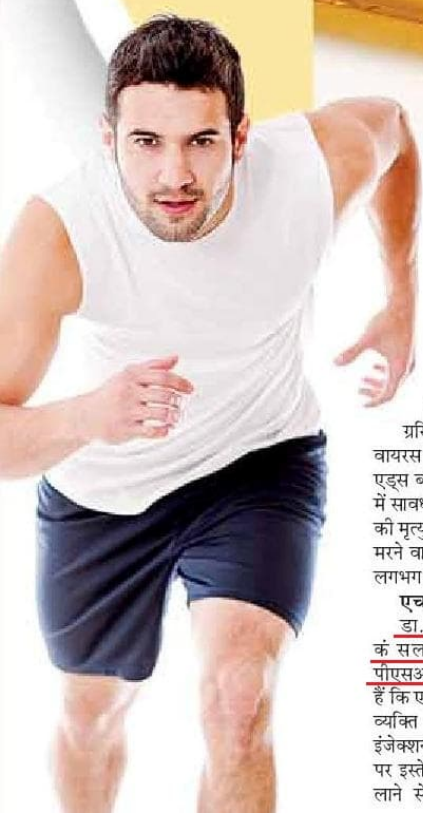
एचआईवी एक प्रकार का सेल है, जो बीमारियों से लड़ने में मदद करता है। इसे सीडी-4 इम्यूहन सेल्स कहते हैं। एचआईवी पॉजीटिव होना और एड्सग्रस्त होना दोनों अलग-अलग बातें हैं।

एड्स बनी विश्व की सबसे गंभीर स्वास्थ्य समस्या

आज पूरे विश्व में तकरीबन 37 मिलियन लोग एड्स की समस्या से जूझ रहे हैं। वहीं भारत में भी लगभग 2.1 मिलियन लोग पीड़ित हैं। लाइलाज होने के कारण एड्स आज सारे विश्व में सबसे गंभीर स्वास्थ्य समस्या बन गई है। डा. मनीषा अरोड़ा, सीनियर कंसलटेंट, इंटरनल मेडिसिन, श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टिट्यूट कहती हैं कि यह शरीर में एचआइवी (ह्यूमन इम्यून डिफिशंसी) नामक वायरस के द्वारा संक्रमण से होती है। यह वायरस मुख्यत:

आम लोगों में यह धारणा रहती है कि एड्स एचआईवी संक्रमित व्यक्ति के साथ सामान्य संबंध जैसे हाथ मिलाने, एक साथ भोजन करने, एक ही घड़े का पानी पीने, एक ही बिस्तर और कपड़ों के प्रयोग, एक ही कमरे अथवा घर में रहने, एक ही शौचालय, स्नानघर प्रयोग में लेने से और बच्चों के साथ खेलने से यह रोग नहीं फैलता है।



शरीर को बाहरी रोगों से सुरक्षा प्रदान करने वाले रक्त में मौजूद टी कोशिकाओं (सेल्स) व मस्तिष्क की कोशिकाओं को प्रभावित करता है और धीरे-धीरे उन्हें नष्ट करता रहता है। कुछ वर्षों बाद (6 से 10 वर्ष) यह स्थिति हो जाती है कि शरीर आम रोगों के कीटाणुओं से अपना बचाव नहीं कर पाता और तरह-तरह के संक्रमण से ग्रसित होने लगता है। एचआईवी वायरस के अंतिम चरण में पहुंचने पर एड्स बन जाता है। जानकारी के अभाव में सावधानी न बरतने पर संक्रमित व्यक्ति की मृत्यु तक हो जाती है। एड्स के कारण मरने वालों की संख्या भारत में अब तक लगभग डेढ़ लाख तक पहुंच चुकी है।

एचआईवी कैसे होता है

डा. चंदन के दावत, सीनियर कंसलटेंट, जनरल मेडिसिन, पीएसआरआई हास्पिटल, नयी दिल्ली बताते हैं कि एड्स मुख्यत: एचआईवी संक्रमित व्यक्ति के साथ यौन संपर्क बनाने, इंजेक्शन के माध्यम से संक्रमित व्यक्ति पर इस्तेमाल की गयी सूई को प्रयोग में लाने से हो जाता है। इसके अलावा एचआईवी पीड़ित महिला द्वारा गर्भधारण करने पर नवजात शिशु के संक्रमित होने की आशंका बढ़ जाती है। इस विषाणु से संक्रमित व्यक्ति का रक्त आदान-प्रदान करने से दूसरे लोगों को संक्रमण हो सकता है। संक्रमित व्यक्ति के अंग प्रत्यारोपण करने से भी एचआईवी हो सकता है।

एचआईवी वायरस की पुष्टि करने वाले लक्षण

गले या बगल में सूजन भरी गिल्टियों हो जाती हैं।
मांसपेशियां और जोड़ों में दर्द शुरू हो जाता है।
लगातार कई-कई हफ्ते अतिसार घटने लगता है।
लगातार कई-कई हफ्ते बुखार आता है।
हफ्ते खांसी बनी रहती है।
अकारण शरीर का वजन घटने लगता है।
मुंह में घाव हो जाते हैं।
स्किन पर दर्द भरे और खुजली वाले

महत्वपूर्ण सावधानियां

सुरक्षित यौन संबंध के लिए निरोध का उपयोग करें।
हमेशा जीवाणुरहित अथवा डिस्पोजेबल सिरिंज ही उपयोग करें।
एचआईवी संक्रमित महिला गर्भधारण के दौरान उनके रक्त में संक्रमण की मात्रा को कम करने वाली दवाइयां नियमित लें ताकि उनके आने वाले नवजात शिशु को संक्रमण से बचाया जा सके। इससे जन्म के पश्चात बच्चे का इलाज कराने में भी मदद मिलेगी।

ददोरे-चकते हो जाते हैं।

आपको बता दें कि आम लोगों में यह धारणा रहती है कि एड्स एचआईवी संक्रमित व्यक्ति के साथ सामान्य संबंध जैसे हाथ मिलाने, एक साथ भोजन करने, एक ही घड़े का पानी पीने, एक ही बिस्तर और कपड़ों के प्रयोग, एक ही कमरे अथवा घर में रहने, एक ही शौचालय, स्नानघर प्रयोग में लेने से और बच्चों के साथ खेलने से यह रोग नहीं फैलता है। इसके अलावा मच्छरों एवं खटमलों के काटने से भी यह रोग नहीं फैलता है।

कुछ उपाय अपनाकर लाइफ क्वालिटी बढ़ायें

संक्रमित व्यक्ति एंटीरेट्रोवायरल दवाइयां लें ताकि शुरूआती चरण में ही इसकी रोकथाम की जा सके।
इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने के लिए हेल्दी एवं संतुलित भोजन का सेवन करें।
इस संक्रमण से पीड़ित व्यक्तियों में स्मोकिंग के कारण हार्ट अटैक और फेफड़ों में कैंसर की समस्या होने की संभावना ज्यादा होती है, इसलिए इस हालात में इस तरह के व्यक्ति स्मोकिंग से परहेज करें।
स्ट्रैस लेवल को कम करने और लाइफ क्वालिटी बढ़ाने के लिए नियमित एक्सरसाइज करें।
गैर कानूनी दवाइयों के इस्तेमाल से बचें।
संक्रमण के कारण वजन में आई कमी को दूर करने का प्रयास करें।

एड्स: मिथक और तथ्य

मिथक : एड्स और एचआईवी दोनों अलग ही हैं

तथ्य : एचआईवी एक प्रकार का सेल है जो बीमारियों से लड़ने में मदद करता है। इसे सीडी-4 इम्यूहन सेल्स कहते हैं। एचआईवी पॉजीटिव होना और एड्सग्रस्त होना दोनों अलग-अलग बाते हैं। उपचार द्वारा एचआईवी को रोका जा सकता है, जबकि एड्स (एक्वानयर्ड इम्यूनोडिफिसिएंशी सिंड्रोम) एचआईवी संक्रमण के कारण होता है।

मिथक : एचआईवी का इलाज है।

तथ्य : नहीं, अभी तक एड्स लाइलाज बीमारी है। इसका कोई उपचार नहीं है लेकिन दवाओं का प्रयोग करके इस वायरस के असर को कम किया जा सकता है।

मिथक : एचआईवी का पता लक्षणों से चलता है।

तथ्य : एचआईवी संक्रमण होने बाद भी कुछ लोगों में कई सालों तक उसके

लक्षण दिखायी नहीं देते हैं, इसलिए इस बीमारी को साइलेंट एपेडेमिक यानि खामोश महामारी कहा जाता है। एचआईवी संक्रमण का पता लगाने के लिए जांच की जानी बहुत जरूरी होती है।