महिलामा मात्र देखिने

- योनीबाट असाधारण किसिमको दुर्गन्धयुक्त तरल पदार्थ बग्नु।
- तल्लो पेट दुख्नु।

पुरुषमा मात्र देखिने

- लिङ्गबाट पिप वा धातु चुहिनु।
- अन्डकोष सुन्निनु आदि।

एचआईभी र यौनरोग बीचको सम्बन्ध

एचआईभी र यौनरोगको सर्ने तरिका एकै प्रकारको छ, त्यसैले यौनरोग लागेको व्यक्तिलाई एचआईभीको र एचआईभी लागेकोलाई यौनरोगको पनि शङ्का गर्न सकिन्छ। यौनरोग लागेको व्यक्तिलाई एचआईभी सङ्क्रमण हुनसक्ने सम्भावना अन्य स्वस्थ व्यक्तिको तुलनामा अत्यन्तै बढी हुन्छ, किनकि यौनाङ्गमा हुने घाउहरूबाट एचआईभी सजिलैसँग व्यक्तिको शरीरभित्र प्रवेश गर्न सक्दछ। तसर्थ यौनरोगको समयमै पहिचान गराई उपचार गर्नु पनि एचआईभी सङ्क्रमणको रोकथाम गर्न सहयोग पुऱ्याउनु हो।

एड्स र यौनरोगमा भिन्नता

एड्स, एचआईभी नामक एक विशेष प्रकारको विषाणुको सङक्रमणबाट उत्पन्न हुने समस्या हो। यसलाई निको पार्नसक्ने औषधिको विकास अझै हुन सकेको छैन। तर यौनरोग विभिन्न प्रकारका जिवाणु, बिषाणु तथा ढुसी आदिको सङ्क्रमणबाट हुन्छन् र समयमै पत्ता लगाएर उपचार गराएमा अधिकांश यौनरोगहरू पूर्णरूपले निको पार्न सकिन्छ। यी दुईमा रहेको मुख्य अन्तर यही हो।

यौनरोग रोकथामका उपायहरू

- यौन ब्रह्मचर्यमा बस्ने।
- यौन जोडीप्रति विश्वासिलो बन्ने।
- सही तरिकाले निरन्तर रूपमा कण्डमको प्रयोग गर्ने।
- परीक्षण गरिएको रगत वा अङ्ग मात्र लिने।
- निर्मलीकरण गरिएका औजारहरू मात्र प्रयोग गर्ने।
- यौनरोगीहरूले उपचारपछि मात्र गर्भधारण गर्ने।

यौनरोगको उपचारमा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरू

कुनै व्यक्तिलाई यौनरोग लागेको शङ्का लागेमा चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मीसँग गएर उपचार गराउनु पर्दछ। रोग पूर्णरूपमा निको नभएसम्म पुनः यौनसम्पर्क राख्नु हुँदैन। यदि यौनसम्पर्क राख्नै परेमा सही तरिकाले कण्डमको प्रयोग गर्नु पर्दछ।

स्वास्थ्य शिक्षा र परामर्श :

यौनरोग तथा एचआईभी कसरी फैलिन्छन् र यिनीहरूबाट कसरी बच्न सकिन्छ भनेर जाँच गर्न आउने व्यक्ति तथा सर्वसाधारणहरूलाई सरोकारवालाहरूले स्वास्थ्य शिक्षा दिने र परामर्श गर्ने गर्नु पर्दछ।

संयुक्त उपचार :

असुरक्षित यौनसम्पर्कको माध्यमबाट यौनरोग सर्ने भएको ले यौनरोग लागेका व्यक्तिसँग यौनसम्पर्कमा सङ्लग्न सबैले अथवा श्रीमान् श्रीमती दुवैले एकैसाथ उपचार गराउनु पर्दछ। अन्यथा सङ्क्रमण दोहरी रहने हुन्छ।

कण्डमको प्रयोग :

सही तरिकाले कण्डमको प्रयोगबाट यौनरोगहरूबाट बच्न सकिन्छ।

पूर्ण उपचार :

यौनरोगको उपचार चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह बमोजिम गराउनु पर्दछ। औषधिहरू समयअनुसार मात्रा पुऱ्याएर सेवन गर्नुपर्दछ।

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा खाद्य स्वच्छता मन्त्रालय
राष्ट्रिय एड्स तथा यौनरोग नियन्त्रण केन्द्र
टेकु, काठमाण्डौ

एचआईभी र यौनरोग बारे जान्नुपर्ने आधारभूत कुराहरू

एचआईभी (HIV) भनेको के हो ?

एचआईभी (HIV) आँखाले देख्न नसकिने अतिसुक्ष्म विषाणु हो। यसलाई अङ्ग्रेजीमा Human Immuno-deficiency Virus भनिन्छ। यो मानिसको शरीरमा मात्र बाँच्न सक्छ र यसले रोगसँग लड्ने क्षमतामा कमी ल्याउनुका साथै मानिसको शरीरको प्रतिरक्षा प्रणालीलाई कम्जोर बनाउँछ जस्लेगर्दा मानव शरीर कुनै पनि रोगका बिरुद्ध प्रतिरोध गर्न नसक्ने अवस्थामा पुग्दछ, यस्तो कम्जोर अवस्थालाइ एड्स (AIDS) भनिन्छ।

एचआईभी सर्ने तरिका :

- एचआईभी सङ्क्रमित व्यक्तिसँग असुरक्षित यौनसम्पर्क गर्दा।
- एचआईभी सङ्क्रमित व्यक्तिको रगत वा रगत जन्य पदार्थ वा अङ्ग आदि कुनै पनि तरिकाले स्वस्थ व्यक्तिले लिंदा।
- एचआईभी सङ्क्रमित महिलाले गर्भधारण गर्दा, गर्भावस्थामा, बच्चा जन्मने क्रममा र जन्मिसकेपछि आमाको दूध चुसाउँदा पनि एचआईभी सर्न सक्दछ।

कुन कुन व्यवहारबाट एचआईभी सर्दैन ?

एचआईभी सङ्क्रमित व्यक्तिसँगको सामान्य व्यवहारहरू जस्तै : हात मिलाउँदा, अङ्कमाल गर्दा, चुम्बन गर्दा, जुठो खाँदा, एउटै चर्पी प्रयोग गर्दा, एचआईभी एड्सको कारणबाट मृत्यु भएका व्यक्तिको दाहसंस्कार तथा अन्त्येष्टी कार्यमा सङ्लग्न हुँदा र लामखुट्टेको टोकाइबाट पनि एचआईभी सर्दैन ।

एचआईभी सरेको कुरा थाहा पाउने तरिका

एचआईभी सरेको कुरा थाहा पाउने एकमात्र तरिका रगतको जाँच गर्नु हो । कुनै पनि व्यक्तिलाई माथि भनिएका एचआईभी सर्ने तकिाहरूमध्ये कुनै पनि कुरामा आफूलाई शङ्का लागेमा जोखिममा परेको तीन महिनापछि रगत जाँच गराएर एचआईभी सरे वा नसरेको पक्का गर्न सकिन्छ । आफूलाई पायक पर्ने कुनै पनि अस्पताल वा स्वेच्छिक परामर्श र परीक्षण केन्द्रमा गई गोपनीयताकासाथ आफ्नो रगत परीक्षण गराई शङ्का लागेका व्यक्तिहरूले आफूलाई एचआईभी सरे वा नसरेको कुरा थाहा पाउन सक्दछन् ।

एचआईभी सङ्क्रमण रोकथाम गर्ने तरिका

एचआईभी सङ्क्रमणबाट बच्न वा यसको रोकथाम गर्नका लागि निम्न कुराहरू अपनाउन सकिन्छ :

- समुदायमा एचआईभी र एड्सबारे चेतना फैलाउने ।
- सधै सुरक्षित यौन व्यवहार अपनाउने ।
- रगत वा रगतजन्य पदार्थहरू लिनुपर्ने अवस्था आइ परेमा एचआईभी परीक्षण गरेर मात्र लिने ।
- सुई सिरिञ्ज, ब्लेड जस्ता छाला छेड्ने वा चिरफार गर्ने औजारहरू निर्मलीकरण गरेर मात्र प्रयोग गर्ने वा एकजनाले मात्र प्रयोग गर्ने र प्रयोग गरिसके पछि उचित तरिकाले तिनीहरूको विसर्जन गर्ने ।
- एचआईभी सङ्क्रमित महिलाले गर्भधारण नगर्ने, गर्नैपर्ने भएमा शरीरमा एचआईभीको भार कम भएको अवस्थामा वा कम गरेर गर्ने र सुरक्षित तरिकाले (पिएमटीसिटी सेवा भएको स्वास्थ्य संस्थाको सेवा लिएर) बच्चा जन्माउने ।
- उपचार तथा हेरचाहमा सङ्लग्न स्वास्थ्यकर्मी वा व्यक्तिहरूले सधैं सर्वव्यापि पूर्वसतर्कताका नियमहरूको पालना गर्ने ।
- सङ्क्रमित व्यक्तिहरूलाई राम्रो हेरबिचार गर्ने र उनीहरूलाई सँधै सुरक्षित व्यवहार अवलम्वन गर्न प्रेरित गर्नुका साथै सहयोगी वातावरणको सिर्जना गर्ने ।
- यौनकर्मीहरू र तिनका ग्राहकहरूमा एचआईभी सङ्क्रमणको जोखिमबाट मुक्त गर्न व्यवहार परिवर्तनमा जोड दिने वा जोखिम कम गर्नका लागि आवश्यक ज्ञान सीप र साधनहरू उपलब्ध गराउने ।

हेयभाव र भेदभावको न्यूनीकरण

एचआईभी सङ्क्रमितहरूप्रति घरपरिवार र समुदायमा हेयभाव र भेदभाव भइरहेसम्म उनीहरूमा भय र त्रासका कारण हीनतावोध हुने र अवसरवादी रोगको उपचार एवम् ART औषधी सेवनमा बाधा उत्पन्न हुन्छ । उपचारमा सहज पहुँच नबनेसम्म एच.आई.भी.को अवस्था खुलाउन सक्ने वातावरण बन्न सक्दैन र भेदभावको न्यूनीकरण पनि हुन सक्दैन । त्यसैले एचआईभी सङ्क्रमण हुनसक्ने तथ्यगत जानकारी गराउँदै सङ्क्रमितप्रतिका भेदभावलाई हटाई उपचारमा पहुँच बढाएर सहज जीवनयापनको बातावरण निर्माण गराउन सकेमा मात्र एच.आई.भी.को नयाँ सङ्क्रमणलाई शून्य बनाउन र त्यसबाट हुने भेदभावलाई पनि शून्यमा झार्दै यो मुलुकबाट एचआईभीका कारणबाट हुने मृत्युलाई शून्यमा पुऱ्याउन सकिन्छ र राष्ट्रले लिएको लक्ष्य पनि पूरा हुन सक्दछ ।

त्यसैले विना भेदभाव उपयुक्त उपचारसेवामा सहयोग पुऱ्याएर दैनिक क्रियाकलापका साथ समाजका गतिविधिमा सङ्लग्न हुन उपयुक्त वातावरण तयार गर्नु घरपरिवार, समाज-समुदाय एवम् राज्यका सम्पूर्ण निकायहरूको कर्तव्य हो ।

यौनरोग भनेको के हो ?

प्रायजसो असुरक्षित यौनसम्पर्कको माध्यमद्वारा सर्ने रोगहरूलाई यौनरोग भनिन्छ, तापनि यो रोग सङ्क्रमित आमाबाट बच्चामा र सङ्क्रमित यौनरोगी व्यक्तिको रगत लिंदा पनि सर्न सक्दछ ।

यौनरोग सर्ने तरिकाहरू

- असुरक्षित यौनसम्पर्कबाट (योनी, गुदद्वार तथा मुखमा गरिने) ।
- सङ्क्रमित रगत वा रगतबाट बनेको पदार्थहरू लिंदा वा सङ्क्रमित रगत लागेका सुईहरू निर्मलीकरण नगरीकिन प्रयोग गरिंदा ।
- यौनरोग भएका आमाबाट बच्चामा ।

यौनरोगका चिन्ह र लक्षणहरू

सामान्य रूपमा देखिने यौनरोगका चिन्ह तथा लक्षणहरू निम्न प्रकार छन्:

महिला-पुरुष दुवैमा देखिने (साझा)

- मुख वा यौनाङ्ग वरिपरि घाउ खटिराहरू देखिनु ।
- यौनसम्पर्क गर्दा दुख्नु ।
- पिसाब पोल्नु ।
- काछका ग्रन्थीहरू सुन्निनु ।
- गुप्ताङ्ग चिलाउनु ।