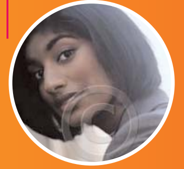
एच.आई.वी. टैस्ट करवाने से पहले, आपको टैस्ट करवाने के लिए स्वंय कहना तथा राज़ी होना होगा। जब आपने खून के अन्य टैस्ट करवाए हैं तो आपको एच.आई.वी. टैस्ट नहीं करवाना होगा। आपकी अनुमति के बिना एच.आई.वी. टैस्ट करना गैरकानूनी है।

आपके खून में एच.आई.वी. की एन्टीबॉडी बनने में कुछ समय लगता है। टैस्ट के ठीक ठीक नतीजे जानने के लिए, आपको तीन महीने तक इन्तजार करना चाहिए जिस दिन से आपको इन्फैक्शन (बीमारी) की सम्भावना हुई हो

मैं अपने पति या साथी से क्या कहूं यदि मैं एच.आई.वी. टैस्ट करवाने का फैसला करती हूं ?

अपने साथी से एच.आई.वी. टैस्टिंग करवाने के बारे में बात करना मुश्किल हो सकता है क्योंकि वह सोच सकता/ती है कि आप उस पर विश्वास नहीं करते या आपने अन्य लोगों के साथ सैक्स किया है। यदि आपकी टैस्टिंग गुप्त रूप से हुई है तो केवल आपको ही टैस्ट के नतीजे मालूम होंगे। तब आप फैसला कर सकती हैं कि इसके बारे में कब और कैसे अपने साथी को बताएं।

अपने साथी से, इस विषय के बारे में किस प्रकार से बात शुरू की जाय, इसके सोच विचार के लिए आप मनचाहा समय लें। हो सकता है, टैस्टिंग करवाने से पहले आप अपने किसी दोस्त से बात करना चाहेंगी या यदि आप गर्भवती हैं तो आप अपने डाक्टर से कहें कि वह आपके साथी से इसके बारे में बात करें और उसे बताए कि सभी गर्भवती औरतों में यह टैस्ट दिया जा रहा है।



क्या मुझे अपने इम्मीग्रेशन दस्तावेज लेने के लिए एच.आई.वी. टैस्ट करवाना होगा?

बहुत मुमकिन है कि मैडीकल के एक हिस्से के रूप मे, आप से एच.आई.वी. टैस्ट करवाने के लिए कहा जाए। यदि आप टैस्ट करवाने के लिए मना करेंगी तो आप मैडीकल में फेल हो जाएंगी। यदि आपका टैस्ट पॉजिटिव हुआ तो शायद आपको इम्मीग्रेशन नहीं मिलेगा। अपना मैडीकल करवाने से पहले, वकील से बात कर लें ताकि आप अपनी आगे की कार्यवाही की योजना बना सकें।

यदि मेरा एच.आई.वी. टैस्ट पॉजिटिव हुआ तो?

एच.आई.वी. की रोगी महिलाएं, कई सालों तक जिन्दा रहते हुए स्वस्थ रह सकती हैं। यह जानते हुए कि आपको एच.आई.वी. की बीमारी है तो आप अपने स्वास्थ्य को ठीक बनाए रखने के लिए अच्छे और सही फैसले कर सकती है।

आप डरी हुई, बहुत परेशान और उलझन में पड़ी हुई महसूस कर सकती है। ऐसी हालत में, अपने किसी भरोसे योग्य व्यक्ति या सोशल वर्कर/कौंसलर से बातचीत करने से आपको राहत मिल सकती है।

समाज के जानकारी स्रोत:

लैगिंक स्वास्थ्य क्लिनिक तथा सामाजिक स्वास्थ्य केन्द्र

Hassle Free Clinic*	416-922-0566
Centre Medico Social Comunautaire*	416-922-2672
Immigrant Women's Health Centre*	416-323-9986
Planned Parenthood Toronto*	416-961-0113

(*गुप्त परीक्षण स्थान)

कानून सम्बन्धी

HIV AIDS Legal Clinic of Ontario	416-340-7790

सहायक सेवाएं

Alliance for South Asian AIDS Prevention	416-599-2727
African Community Health Services	416-591-7600
Africans in Partnership Against AIDS	416-924-5256
AIDS Committee of Toronto	416-340-2437
Black Coalition for AIDS Prevention	416-977-9955
Centre for Spanish Speaking Peoples	416-925-2800
St. Stephens Community House	416-926-8221
Voices of Positive Women	416-324-8703
Women's Health in Women Hands	416-593-7655

आर्थिक सहायता : City of Toronto and the ACT Community Partners Fund • Published 06.2003

Women's Outreach Network

औरतें,

अपना ध्यान स्वंय रखें।

एच.आई.वी. क्या है?

एच.आई.वी. (HIV) एक वाइरस है जिससे एड्स (AIDS) की बीमारी होती है।

एच.आई.वी. का पूरा नाम Human Immunodeficiency Virus है।

एड्स ऐसी बीमारी है जिससे लोग बुरी तरह से बीमार हो जाते है।

क्या सचमच एच.आई.वी. की बीमारी औरतों को होती है?

दुनिया भर में, एच.आई.वी. से पीड़ित लोगों में लगभग आधे रोगी औरतें ही हैं। लेकिन अधिकतर महिलाओं को यह नही मालूम होता है कि वे एच.आई.वी. की रोगी है जब तक वे स्वंय या उनके बच्चे बीमार नहीं होते। एच.आई.वी./एड्स की बीमारी सभी समाजों की औरतों को होती है लेकिन इसके बारे में खुल कर या स्पष्ट रूप से बातें करना मुश्किल होता है क्योंकि बहुत से लोग ऐसा सोचते हैं कि आपको एच.आई.वी. की बीमारी है तो आपने कोई बड़ी गल्ती की होगी। हम में से कुछ ने केवल एक ही व्यक्ति के साथ सैक्स किया है और सोचते है कि ऐसा करने से हम सुरक्षित रहेंगे। वास्तव में यह सच नहीं है - भले ही आप एक ही साथी के साथ सैक्स करें लेकिन फिर भी आपको एच.आई.वी. की बीमारी हो सकती है।

हम में से अधिकतर लोग ऐसा भी सोच सकते है कि एच.आई.वी. केवल उन मर्दों को होता है जो दूसरे मर्दों के साथ सैक्स करते हैं। लेकिन इससे कोई अन्तर नही पड़ता कि आप कौन है या आपका साथी पुरुष या महिला है जिससे आपको खतरा हो सकता है। असली बात तो यह है कि आप क्या करती है?

औरतों को एच.आई.वी. (HIV) की बीमारी कैसे होती है?

औरतो और मर्दों में एच.आई.वी. की बीमारी नीचे लिखे आम तरीकों से होती है:

- कोण्डोम के बिना सैक्स करना - योनि या गुदा से
- नशीली दवाइयों को लेने के लिए सूईयों का एक से अधिक व्यक्तियो द्वारा प्रयोग किया जाना, टैटूइंग या शरीर के अंगो को छिदवाने के लिए साँझे सूईयों का प्रयोग किया जाना।
- यदि आप गर्भवती हैं तो गर्भकाल में, बच्चा होते समय या बच्चे को दूध पिलाते समय आपका एच.आई.वी. वाइरस आपके बच्चे के शरीर में जा सकता है।
- खून लेते या देते समय या खून के पदार्थों द्वारा। हांलाकि कनाडा में, दान दिए जाने वाले सभी खून के नमूनो को एच.आई.वी. के लिए टैस्ट किया जाता है, हो सकता है कि कई देश अपने खून के भंडारों को एच.आई.वी. के लिए टैस्ट नहीं करते हो।

एच.आई.वी. का वाइरस, इतनी आसानी से लोगों में नही पहुँचता। आपको एच.आई.वी. का वाइरस, मच्छरों के काटने, चुम्मन लेने, एक ही कप या प्लेट के अधिक लोगों द्वारा प्रयोग किए जाने या एच.आई.वी. के रोगियों की देखभाल करने से नहीं लग सकता।

मुझे कैसे पता लगेगा कि मुझे एच.आई.वी. की बीमारी है?

आपको एच.आई.वी. है या नहीं इसका पता लगाने का एक ही तरीका है -एच.आई.वी.एन्टीबॉडी टैस्ट (HIV Antibody Test) । किसी को देख के आप नही कह सकते कि उसे एच.आई.वी. की बीमारी है।

एच.आई.वी. वाइरस होते हुए भी लोग कई वर्षों तक बिना बीमार हुए, जीवन व्यतीत कर सकते हैं।

मैं एच.आई.वी. टैस्ट (HIV Test) करवाने के लिए घबराई सी हूँ। मुझे क्या सोचना चाहिए।

एच.आई.वी. टैस्ट करवाना बहुत बड़ा फैसला है। टैस्ट करवाने से पहले, सलाहकार/कौंसलर से बातचीत करें जिससे आपको अपने टैस्ट करवाने के ठीक समय के बारे में सहायता मिलेगी। जब आप टैस्ट करवाने जाएं तब आप अपने साथ, अपना मित्र या सपोर्ट वर्कर को ले जा सकती है।

मैं गर्भवती हूँ।

क्या मुझे एच.आई.वी. टैस्ट करवाना चाहिए?

यदि आपको एच.आई.वी. है और आप गर्भवती हैं तो आपके बच्चे को एच.आई.वी. के वाइरस होने की 25% संभावना है। आपके बच्चे को एच.आई.वी. होने के खतरों को कम करने के इलाज हैं। आपके डाक्टर को, आपको बताना चाहिए कि टैस्ट करवाने से आपको तथा आपके बच्चे को क्या खतरे और लाभ हैं, ताकि आप ठीक फैसला कर सकें।

क्या मेरा एच.आई.वी. टैस्ट, मेरा डाक्टर करेगा या अस्पताल में होगा ?

एच.आई.वी. टैस्ट करवाने के लिए तीन प्रकार की सुविधाएं प्राप्त है।

- गुप्त टैस्टिंग (Anonymous testing) : यह टैस्टिंग कुछ खास क्लिनिकों में पहले से समय निश्चित करके (अपॉइंटमेंट) की जाती है। हर व्यक्ति को उसका कोड नम्बर दिया जाता है जिसे टैस्टिंग लैब को भेजा जाता है। यह कोड केवल आप को ही पता होता है और साथ ही टैस्ट के नतीजे भी केवल आप को ही पता होते हैं। आपका डाक्टर गुप्त टैस्टिंग नहीं कर सकता।
- बिना नाम की टैस्टिंग (Non-Nominal testing): यह टैस्टिंग आपके डाक्टर द्वारा की जाती है। एक कोड टैस्टिंग लैब को भेजा जाता है। यह कोड आपको तथा आपके डाक्टर को पता होता है। टैस्ट के नतीजे आपके मेडीकल चार्ट मे लिखे जाते हैं। टैस्ट के नतीजों के बारे में पब्लिक हैल्थ विभाग को सूचना दी जाती है।
- नाम की टैस्टिंग (Nominal testing): यह टैस्टिंग आपके डाक्टर द्वारा की जाती है। आपका नाम टैस्टिंग लैब को भेजा जाता है। टैस्ट के नतीजे आपके मेडीकल चार्ट में लिखे जाते हैं। टैस्ट के नतीजों के बारे में पब्लिक हैल्थ विभाग को सूचित किया जाता है जो कि एच.आई.वी. टैस्ट के पॉजिटिव होने पर आपसे सम्पर्क कर सकता है।