AIDS info net www.aidsinfonet.org

SAATHII Solidarity and Action Against The HIV Infection in India

మీ హెచ్.ఐ.వి. వ్యాధి గురించి ఇతరులకు చెప్పట

TELLING OTHERS YOU ARE HIV POSITIVE Fact Sheet No. - 204

వ్యాధి గురించి ఇతరులకు చెప్పేటప్పుడు ఎదురయ్యే సమస్య ఏమిటంటే?

మనకు వ్యాధి ఉన్నది అని నిర్ధారించినప్పుడు ఆ విషయం ఎవరితో చెప్పాలి? మరియు ఎలా చెప్పాలి? అనేది ముఖ్యమైన సమస్యలు.

మనకు బ్యాధి ఉన్నది అని మన దగ్గర వారితో చెప్పటం చాలా అవసరం. అది ఎట్లా అంటే:

- ❖ మనం హెచ్.ఐ.వి.తో బాధపడుతున్నాము అని తెలిసినప్పుడు మన బంధువులు మన మీద ఆదరాభిమానాలు చూపిస్తారు.
- ❖ మన రక్త సంబంధీకులు మరియు దగ్గర మిత్రులకు మన జబ్బు విషయం కచ్చితంగా తెలియచేయాలి.
- ❖ మనకు హెచ్.ఐ.వి. ఉన్నదన్న విషయం దాచవలసిన అవసరం లేదు.
- ❖ మన జబ్బుకు అన్నిటిలోకి మంచి వైద్యం తీసుకొనవచ్చు.
- ❖ మన ఆరోగ్య సమస్య గురించి మన జీవిత భాగస్వామికి చెప్పలేదు అన్న మనో వ్యధ ఉండదు.
- ❖ ఆ జబ్బు ఇతరులకు సోకకుండా జాగ్రత్త తీసుకోవచ్చు.
- ❖ మనకు హెచ్.ఐ.వి. ఉన్న విషయం ఇతరులకు చెప్పటం వలన కూడా కొన్ని సమస్యలు వస్తాయి.
- ❖ మన దగ్గర సబంధీకులు మనకు హెచ్.ఐ.వి. ఉన్నది అన్న నిజాన్ని తొందరగా ఒప్పుకోలేరు.
- ❖ దీని వలన కొందరు మనలను తక్కువ భావంతో చూస్తారు, వేరు చేస్తారు.
- ❖ మనకు హెచ్.ఐ.వి. ఉన్న విషయం అందరితోను చెప్పాల్సిన అవసరం లేదు.

మన ఆరోగ్య సమస్య గురించి అందరికీ చెప్పవలసిన అవసరం లేదు. ఎవరికి చెప్పటం చాలా అవసరం అని బాగా ఆలోచించుకొని, వారికి ఎలా చెప్పాలో ఆలోచించండి. మనం ఎవరితో చెప్పవచ్చును అన్నది ఆలోచించుట చాలా అవసరము. ఎవరితోనైన ఒక్కసారి మనకు హెచ్.ఐ.వి. ఉన్నది అని చెప్తే మరచిపోరు.

హెచ్.ఐ.వి మనకు ఉన్నది అని ఎవరికి చెప్పాలి? ఎలా చెప్పాలి? అన్న విషయం మీది కొన్ని ఆలోచించవలసిన విషయాలు ఏమంటే?

❖ ముందుగా ఆ వ్యక్తికి ఎందుకు చెప్పాలను కున్నారు? వారినించి మీరు ఏమి ఆశిస్తున్నారు? అన్నది పరిశీలించుకోవాలి.

❖ మీరు వారికి అసలు విషయం చెప్పినప్పుడు ఆ వ్యక్తి ఎలా స్పందిస్తాడు అన్నది ఊహించండి? వారు ఏవిధంగా స్పందించినా అర్థం చేసుకునేందుకు తయారుగా ఉండండి.

❖ మీ మిత్రులతో కలసి బంధువులను ఎలా చెప్పాలి అన్న విషయం గురించి మాట్లాడుకోండి.

ఇతరులు మన హెచ్.ఐ.వి గురించి చెప్పినప్పుడు మంచిగా స్పందించినా లేదా విపరీతంగా స్పందించినా ఎదుర్కొనేందుకు మనలను మనం తయారుగా ఉంచుకోవాలి. వారి భావాలను మనం శాశించలేము.

కొన్ని ప్రత్యేక పరిస్థితులలో: మీ వలన హెచ్.ఐ.వి. జబ్బు సోకగల అవకాశం ఉన్నవారు లేదా మీతో లైంగిక సంయోగం ఉన్నవారు మీతో లైంగిక సంయోగం ఉన్న లేదా జీవిత భాగ స్వాములతో చెప్పుట చాలా కష్టం. కానీ వారికి తెలియచేయుట చాలా ముఖ్యం. ఎందువలన అంటే వారు కూడా హెచ్.ఐ.వి. సోకిందా లేదా అని నిర్ధారణ పరీక్షలు చేయించుకొని కావల్సిన జాగ్రత్తలు తీసుకుంటారు.

యజమాని : మనకు పని ఇచ్చిన యజమానితో కూడా కొన్ని సందర్భాలలో చెప్పవలసి వస్తుంది. ఒక్కోసారి మనం తీసుకునే వైద్యం వలన పనిలో అంతరాయం కలుగుతుంది. ఆ సమయంలో మన వైద్యుని దగ్గర నుండి మన ఆరోగ్య సమస్య గురించి మరియు వైద్యం గురించి యజమానికి వివరిస్తూ ఒక ఉత్తరం తీసుకొని యజమానికి ఇవ్వాలి. యజమానికి మీ ఆరోగ్య సమస్య గురించి అర్థం అయ్యేలా వివరించి మరియు మీరు పని మానకుండా చేస్తాను అని చెప్పండి. మీకు హెచ్.ఐ.వి. వ్యాధి వున్న నిజం కూడా దాచి ఉంచమని కోరండి.

అంగ వైకల్యం ఉన్న వ్యక్తులను ఉద్యోగం చేసే చోట వివక్ష నుండి కాపాడుటకు మన ప్రభుత్వము అనేక చట్టాలు, శాసనాలు చేసింది. కనుక మీరు మీ విధులను సక్రమంగా నిర్వహించినంతవరకు మీ యాజమాని మీ మీద ఎటువంటి వివక్షతను చూపుటకు చట్టపరంగా అవకాశం లేదు. కొత్త ఉద్యోగానికి దరఖాస్తు చేసినప్పుడు, యజమానికి మన ఆర్యోగ పరిస్థితుల గురించి, వ్యాధుల గురించి అడిగే హక్కు లేదు. మన వృత్తి నిర్వహణకు ఆటకం కలిగించే ఆరోగ్య పరిస్థితిని గురించి మాత్రమే అడుగుటకు చట్టం అంగీకరిస్తుంది.

కుటుంబ సభ్యులు: మీ హెచ్.ఐ.వి. వ్యాధి గురించి మీ తల్లి తండ్రులకు, పిల్లలకు మరియు ఇతర కుటుంబ సభ్యులకు చెప్పవలెనా, వద్దా అనేది నిర్ణయించుకొనుట చాలా కష్టం. చాలా మంది ఈ విషయం బంధువులకు చెప్పాలి. అంటే వారు బాధపడతారు లేదా కోపగించుకుంటారు అని భయపడతారు. కొంతమంది కుటుంబ సభ్యులకు నిజం చెప్పక పోవటం వలన వారి మధ్య బాంధవ్యము తగ్గి దూరం ఏర్పడుతుంది. మరియు కుటుంబం నుంచి వచ్చే ఆదరణ, అభిమానము తగ్గిపోతాయి. అని భయపడతారు. ఇలాంటి చాలా కీలకమైన అనారోగ్యం గురించి కుటుంబ సభ్యులకు చెప్పకుండా రహస్యంగా ఉంచటం వలన చాలా మానసిక వత్తిడి కలుగుతుంది. కుటుంబ సభ్యులు మీకు ఆ జబ్బు ఎలా వచ్చిందో తెలుసుకోవాలి అనుకుంటారు. మీకు ఆ జబ్బు ఎలా వచ్చిందో తెలియ చెప్పుటకు సిద్ధంగా ఉండండి.

మీ కుటుంబ సభ్యులకు మీరు తీసుకునే వైద్యం గురించి మరియు ఆరోగ్యపరమైన జాగ్రత్తల గురించి వివరించండి. అది వారికి కాస్త ఊరట కలిగిస్తుంది.

వైద్యుడు : వైద్యుడికి మీ హెచ్.ఐ.వి గురించి చెప్పాలా వద్దా అన్నది మీ నిర్ణయం మీద ఆధారపడింది. దంత వైద్యుడు మరియు ఇతర వైద్యులకు మీ ఆరోగ్యం గురించి తెలియ చేయటం వలన, వారు మీ ఆరోగ్యానికి తగినట్లు మంచి వైద్యం అందించే అవకాశం ఉంది. మరియు వైద్యులు తమని తాము రక్తం ద్వారా వ్యాప్తిచెందే హెచ్.ఐ.వి. లాంటి రోగాల నుండి కాపాడు కొనుటకు ముందు జాగ్రత్త తీసు కుంటారు. రోగికి హెచ్.ఐ.వి ఉన్నది అని తెలియటం

వలన ఆ రోగికి రక్త పరీక్షలు లాంటివి చేసేటప్పుడు ఉపయోగిస్తారు.

ఇరుగు పొరుగు వారు (సంఘము): రోగి చుట్టూ ఉండే బంధువులు లేదా యిరుగు పొరుగు వారికుఇ మీకు హెచ్.ఐ.వి ఉన్న విషయం చెప్పాలా వద్దా అన్నది మీ బంధుత్వం లేదా ఎలాంటి సంబంధము అన్న దాని మీద ఆరారపడి ఉంటుంది. అందరికి చెప్పాలిన అవసరం లేదు. అతి చేరువగా ఉన్నవారికి మాత్రమే చెప్పవచ్చు.

హెచ్.ఐ.వి ఉన్న పిల్లలకు బడి: మీ పిల్లకు ఉన్న హెచ్.ఐ.వి గురించి బడిలోని ప్రిన్సిపాల్‌తోను మరియు ఉపాధ్యాయుడి తోను మాట్లాడి వారికి పరిస్థితిని అర్థం అయ్యేలాగా వివరించండి. మరియు ఆ విషయం రహస్యంగా ఉంచమని చెప్పండి. పిల్లలకు ఉన్న హెచ్.ఐ.వి. గురించి రహస్యంగా ఉంచుట పిల్లల చట్టపరమైన హక్కు అని చెప్పండి.

సహకారం పొందుట: మీ హెచ్.ఐ.వి జబ్బు గురించి కుటుంబ సభ్యులకు పని వచ్చిన యాజమానికి, వైద్యుడుకు మరియు కౌన్సిలర్‌కు చెప్పటం వలన వారి నుండి సహాయ సహకారాలు పొందవచ్చు.