एड्स इनफोनेट

AIDS InfoNet

www.aidsinfonet.org

फैकटशीट नम्बर 204

TELLING OTHERS YOU'RE HIV-POSITIVE

दूसरे को कहना तुम एच आइ वी – पॉसिटिभ हो

क्या है ये विषय वस्तु ?

जब आपके जाँच में एचआइवी पॉसिटिभ आता है, यह जानना कठिन हो सकता है कि किसको इस बारे में बताएँ एव कैसे बताएँ।

दूसरे को कहना अच्छा है क्यो कि :

- आपको प्यार और सहारा मिलेगा जो कि आपको आपने स्वास्थ्य संबध में सहायता करेगा।
- आप अपने नजदीकी दोस्तो एवं संबंधी को उन विषयों की जनकारी दे कर रख सकते है जो आपके लिए जरुरी है।
- आपको अपने एच आइ वी के बारे में झुयाने की जरुरत नहीं है।
- आप सबसे ठीक स्वास्थ्य सुविधा पा सकते है।
- आप दूसरे को इस बिमारी को फैलाने का अवसर को कम कर सकते है।
- बहुत सारे राज्यों में आप एसे महा अपराधी लोग पा सकते है जो कि अपने सेक्सुअल साथी को सेक्स करने से पहले नहीं बताते है कि वे एच आइ वी पॉसिटिभ है।

दूसरे को कहना गलत हो सकता है क्या कि :

- दूसरे को आपके स्वस्थ संबधी जानकारी मानने में कीटनाई हो सकता है।
- कुछ लोग आपको अलग–अलग कर दे सकते है क्यों कि आप के एच आइ वी है।
- आपको सामाजिक स्थिति या मिलने से अस्वीकार किया जा सकता है।

आपको सभी को नहीं वताना है। आप समय लेकर निर्णय किजिए कि किसे बताना है एवं कैसे उनके पास आना है। आश्वस्त हों कि आप तैयार है। एकबार जब आप किसिको बताते है वे कभी नहीं भूलेगें कि आप एच आइ वी वासिटिभ है।

साधारण निर्देश :

- यहाँ सोचने के लिए कुछ निर्देश दिया गए है कि कब आप दूसरे को इस बारे में बताएँगे कि आप एत आइ वी पॉसिटिभ है :
- यह जाने कि आप उनको क्यों बताना जाहते है ? आप उनसे क्या जाहते है।
- उनकी प्रतिक्रिया का अंदाजा किजिए। सबसे अच्छा क्या है जिसकी आप उम्मीद कर सकते है।
- अपनेआप को एच आइ वी के बारे में जानकारी से तैयार किजीए। आप हो सकतै है काई तोख या हाटलानि न. उनके पास छोड़ना चाहते है जिन्हें आप बताना जाहते है।
- समर्थन पाप्त करें। उनसे इस विषय पर आप बात करे जिनपर आप विश्वास करते है एवं साथ ही एक प्लान तैयार किजीए।
- प्रतिक्रिय को स्वीकार करें। दूसरा आपका यह समाचार सुनकर कैसा व्यवहार करेगा, यह आपके वश में नहीं है।

विशेष परिस्थिति

लोग जिन्हे आप एच आइ वी के आपत्ति में डाल सकते है :

उनको इस बारे में बताना बहुत कठिन हो सकता है जो कि आपका सेक्स साथी है या जिससे आप सुई साझा करते है। हाँलाकि यह बहुत जरुरी है कि वे इस विषय में जानें ताकि अपनी जाँच कराने का निर्णय ले पाएँ और अगर जाँच में उन्हें पासिटिव आता है तो जरुरत के मुताबिक स्वास्थ्य सुबिधा ले पाएँ।

स्वास्थ्य विभाग उनलोगों को यह बता सकता है कि आपको खतरा हो सकता है, बिना आपके नाम लिए।

नौकरी में रखनेवाला : आप अपने मालिक को कह सकते है अगर आपके एच आइ वी के उपचार से आपके काम में बाधा पड़ता है। अपने डॉकटर से एक चिट्टी प्राप्त करे जिसमें यह लिखागया हो कि आपको अपने स्वास्थ्य के लिए क्या करना है (दवाइयाँ लेना, आरम का समय इत्यादि)। आप अपने बॉस या परसनल डाइरेक्टर से बात करें। आप उन्हें बताएँ कि आप काम में बने रहना चाहते हैं एवं आपके समय–तालिका या कार्यभार में क्या बदलाव की जरुरत है। आश्वस्त करें कि वे समझते हो अगर आप अपना एच आइ वी की स्थिति को गोपनीय रखना चाहते है।

A project of the New Mexico AIDS Education and Training Center. Partially funded by the National Library of Medicine
Fact Sheets can be downloaded from the Internet at http://www.aidsinfonet.org

अमेरिकन विथ डिसएविलिटि एक्ट (ए डी ए) के तहत अपगरण असमर्थ लोग काम के प्रभेद से सुरक्षित है। जबतक आप अपने कार्य का जरुरी भाग पूरा कर सकते है आपका मालिक वैज्ञानिक रूप से आप के साथ भेदभाव नहीं कर सकता है कयोंकि एच आइ वी के कारण। जब आप किसी नई नौकरी के लिए आवेदन करते है मालिक को आपका स्वास्थ्य या अपंगता के बारे में पूछने की अनुमति नही दी जाती है। वे केवल वैज्ञानिक रूप यह पूछ सकते है कि आपकी ऐसी कोई स्थिति तो नही जो आपके जरुरी कार्य भाग को करने में बाधा डालता है।

परिवार के सदस्य : यह निर्णय लेना बहुत कठिन है कि माता-पिता को, बच्चों को या दूसरे सगेसंबधी को यह बताया जाय या नहीं कि आप एचआइवी पॉसिटिभ है। बहुत लोग डरते है कि उनके सरोसंबधी दुखी होगें या गुस्सा हो जाएँगे। दूसरे सोचना है, नही कहने से सगे-सबधोयों से उनके रिस्ते कमजोर हो जाएँगे एंव उन्हे भावनात्मक सहारा या प्यार से वंचित रखता है जो कि इस समय उन्हें जरुरत है। एक जरुरी गोपनीय बात अपने नजदीकी लोगो से छुपाए रखना बहुत ही तनाव भरा हो सकता है। परिवार के सदस्य यह जानना चाहते है कि आपको एच आई वी कैसे हुआ। निर्णय लिजिए कि कैसे आप उत्तर देंगें कि आप कैसे एच आइ वी से संक्रमित हुए।

आपके रिस्तेदार आपकी बड़ाई कर सकते है कि आप अच्छी स्वास्थ्य सुविधा पा रहें है, आप अपनी देखभाल खुद कर रहे है एवं आपके समर्थक के बारे में जानकर।

स्वास्थकर्ता : यह आपका निर्णय है कि आप अपने स्वास्थ्य कर्ता को यह बताएगें कि नहीं कि आप एच आइ वी पॉसिटिभ है। अगर आपके स्वास्थ्यकर्ता, साथ में दाँत के डॉकटर भी यह जानते है कि आपको एच आइ वी है तो वे आपको और अच्छी स्वास्थ्य सुविधा दे सकते है। सभी स्वास्थ्यकर्ता को अपने को इस बिमारी से सुरक्षित रखना जाहिए जो कि बिमार के खून में मौजूद है। अगर स्वास्थ्यकर्ता आपके खून के संपर्क में आते है तो आपको उन्हें याद दिलाना है कि ग्लॉब्स पहनें।

सामाजिक संपर्क : डेटिंश : यह एच आइ वी लोगों के लिए काफी धमकी भरा हो सकता है। बहुत लोग अपने एच आइ वी के बारे में अस्वीकार होने के डर से नही बताते है। याद रखते हर परिस्थिति अलग है और आपको सबको नहीं बताना है। अगर आप एसी परिस्थिति में नहीं जा रहें है जहाँ एच आइ वी संक्रमण हो सकता है, वहों आपको बोलने की जरुरत नहीं है। जलदी हो या देर से, किसी भी रिश्ते में यह जरुरी है कि आप अपने एच आइ वी के बारे में बात करे। जितना लंबा इंतजार करेंगें, उतनी ही कठिनाई आपको होगी।

एक एच आइ वी पॉसिटिभ बच्चे का स्कुल : यह सबसे उत्तम है कि आप आपने बज्जे के एच आइ वी स्थिति के बारे में ठीक से बात करे। प्रधान शिक्षक से मिले एवं स्कुल की एच आइ वी पॉलिसी एव व्यवहार नीति पर बातजीत करे। आप नर्स एवं बच्चे के शिक्षक से मिले। आश्वस्त हो कर अपने बच्चे के गोपनीयता के बैधानिक अधिकार के बारे में बात करें।

सहायता पाना

आप अपने एचआइवी जाँच केन्द्र के काउसिलर द्वारा एव एच आइ वी केस प्रबंधक के द्वारा दूसरो के अपने एचआइवी स्थिति के बारे में बताकर मदद पा सकते है।

पुनः संशोधन मार्च ***31, 2011***

A project of the New Mexico AIDS Education and Training Center. Partially funded by the National Library of Medicine
Fact Sheets can be downloaded from the Internet at http://www.aidsinfonet.org