AIDS InfoNet www.aidsinfonet.org

SAATHII Solidarity and Action Against The HIV Infection in India

WHAT IS AIDS?

Fact Sheet Number 101

এইড্স কি?

ফ্যাক্ট শিট নং ১০১

এইড্স (AIDS) বলতে কি বোঝায়?

এইড্স (AIDS)-র পুরো কথা হলো "acquired immune deficiency syndrome"।

"Acquired" (অর্জিত) কথার অর্থ হলো এইড্স কোনও বংশগত রোগ নয় বা জন্মের সময় শরীরে নিজে থেকেই হতে পারে না। কিছু বিশেষ কারণে বাইরে থেকে মানবদেহে এই জীবাণুর সংক্রমণ সম্ভব।

"Immune Deficiency" কথার অর্থ হলো ব্যক্তির দেহের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা দুর্বল হয়ে যাওয়া।

"Syndrome" বলতে কয়েকটি শারীরিক সমস্যার সমষ্টিকে বোঝায় যা ব্যক্তির রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার দুর্বলতার সুযোগে ব্যক্তিকে আক্রমণ করে।

এইচ.আই.ভি. সংক্রমণের পরিণতি হল এইড্স। এইচ.আই.ভি. (HIV)-র পুরো কথা হলো "human immunodeficiency virus"। কেউ যদি এইচ.আই.ভি. সংক্রমিত হন তবে তার শরীর সেই সংক্রমণকে প্রতিরোধ করার চেষ্টা করবে। এর ফলে শরীরে "অ্যান্টিবডি" তৈরি হবে, যা হলো সংক্রমণকে প্রতিরোধ করার জন্য বিশেষ মৌলপদার্থ।

রক্তপরীক্ষায় শরীরে এই "অ্যান্টিবডি"-র খোঁজ করা হয়। যদি রক্তে "অ্যান্টিবডি"-র খোঁজ পাওয়া যায়, তার অর্থ হলো শরীরে এইচ.আই.ভি. সংক্রমণ হয়েছে। যাদের রক্তে "অ্যান্টিবডি"-র খোঁজ পাওয়া যায় তাদেরকে এইচ.আই.ভি. পজিটিভ বলা হয়। ফ্যাক্ট শিট ১০২-তে এইচ.আই.ভি. পরীক্ষা সম্পর্কে বিস্তারিত তথ্য পাবেন।

কেউ যদি এইচ.আই.ভি. সংক্রমিত হন তার অর্থ এইড্স হওয়া নয়। একজন এইচ.আই.ভি. সংক্রমিত ব্যক্তির এইড্স-র পর্যায়ে পৌঁছতে বেশ কয়েক বছর সময় লাগতে পারে। এইচ.আই.ভি. শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাকে ধীরে ধীরে দুর্বল করে দেয়। সাধারণ জীবাণু, পরজীবী, ছত্রাক ও ব্যাকটেরিয়া-র সংক্রমণ সাধারণত শরীরে কোনও সমস্যার সৃষ্টি করে না, কিন্তু রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমে গেলে এই সংক্রমণও যে কোনও ব্যক্তিকে অসুস্থ করে দিতে সক্ষম। এ থেকে যে রোগগুলি হয় তাকে বলা হয় সুযোগসন্ধানী সংক্রমণ। যদি সময়মতো চিকিৎসা না করা হয় তবে এইচ.আই.ভি. সংক্রমণ হলে ব্যক্তির সিডি৪ কোষ, যা কিনা ব্যক্তির রোগ প্রতিরোধ করে, ধীরে ধীরে কমতে থাকে। যখন কোনও ব্যক্তির শরীরে প্রতি মিলিলিটার রক্তে সিডি৪ কোষের সংখ্যা ২০০ বা তার কম থাকে, তখন সেই পর্যায়কে বলা হয় এইড্স। সুযোগসন্ধানী সংক্রমণ সম্পর্কে আরও তথ্য পেতে ফ্যাক্ট শিট ৫০০ দেখুন।

আপনার কি ভাবে এইড্স হতে পারে?

প্রকৃতপক্ষে আপনি এইড্স পেতে পারেন না। আপনার এইচ.আই.ভি. সংক্রমণ হতে পারে, এবং ভবিষ্যতে এই সংক্রমণ এইড্স-র পর্যায়ে পৌঁছতে পারে। কোনও এইচ.আই.ভি. সংক্রমিত ব্যক্তির মাধ্যমে আপনি এইচ.আই.ভি. সংক্রমিত হতে পারেন, যদিও এইচ.আই.ভি. সংক্রমিত ব্যক্তিকে দীর্ঘদিন ধরেই সুস্থ সবল দেখাতে পারে, এমনকী সংক্রমণের প্রথম তিন মাসের মধ্যে রক্ত পরীক্ষায় তার ফল এইচ.আই.ভি. পজিটিভ নাও হতে পারে। সংক্রমিত ব্যক্তির রক্ত, বীর্য, যোনিরস এবং স্তন্যদুগ্ধে যথেষ্ট পরিমান জীবাণু থাকে, এর ফলে অন্যের শরীরে এইচ.আই.ভি. সংক্রমণ হতেই পারে। এইচ.আই.ভি. সংক্রমণ হয় মূলত -

- সংক্রমিত ব্যক্তির সঙ্গে অসুরক্ষিত পায়ু, যোনি বা মুখমৈথুনের মাধ্যমে
- এইচ.আই.ভি. সংক্রমিত ব্যক্তির ব্যবহৃত সিরিঞ্জ বা অন্য কোনও তীক্ষ্ণ ইঞ্জেকশন দেওয়ার সরঞ্জাম ব্যবহারের মাধ্যমে
- এইচ.আই.ভি. সংক্রমিত মায়ের থেকে শিশুর সংক্রমণ সম্ভবপর প্রধাণত গর্ভস্থ অবস্থায় (গর্ভে প্রবাহিত রক্তের মাধ্যমে), ভূমিষ্ঠ হওয়ার সময় (রক্ত বা যোনিরসের মাধ্যমে) কিংবা স্তন্যপানের সময় (মাতৃদুগ্ধের মাধ্যমে)

সংক্রমিত রক্ত বা রক্তজাত পদার্থ গ্রহণের মাধ্যমেও সংক্রমণ হতে পারে, কিন্তু বর্তমানে রক্ত সঞ্চালন পদ্ধতি বিশেষ যত্ন সহকারে পর্যবেক্ষণ করা হয় ফলে ঝুঁকির পরিমাণ অনেকাংশে কমে গেছে।

চোখের জল বা ঘামের মাধ্যমে এইচ.আই.ভি. সংক্রমণ হয়েছে এমন কোনও ঘটনা এখনও পর্যন্ত জানা যায়নি, কিন্তু মুখমৈথুনের মাধ্যমে এইচ.আই.ভি. সংক্রমণ হতে পারে। মুখে কাটা বা ঘা থাকলে এইচ.আই.ভি. সংক্রমণ হতে পারে, যদিও এই সম্ভাবনাও খুব কম। আরও বিস্তারিত তথ্যের জন্য নিম্নলিখিত ফ্যাক্ট শিটগুলি দেখুন

১৫০ - এইচ.আই.ভি.-র প্রসার রুখতে

১৫১ - নিরাপদ যৌন আচরণের নীতিসমূহ

১৫২ - ঝুঁকির মাত্রা

জাতীয় এইড্স নিয়ন্ত্রণ সংস্থার হিসেব অনুযায়ী ২০০৬ সালে ভারতে আনুমানিক ২.৪৭ মিলিয়ন মানুষ এইচ.আই.ভি. সংক্রমিত। এর মধ্যে ৪% শতাংশ হলো শিশু, ৮% সংক্রমিত মানুষের বয়স সীমা ৪৯ বছরের উর্দ্ধে, এবং বাকি ৮৮% মানুষের বয়স

সীমা ১৫-৪৯। ইঞ্জেক্টিং ড্রাগ ব্যবহারকারী, যে সকল পুরুষ অপর পুরুষের সঙ্গে যৌন আচরণ করে থাকেন, মহিলা যৌন কর্মী, ট্রাক ড্রাইভার, এবং সাধারণ জনগোষ্ঠী-র মধ্যে এইচ.আই.ভি. সংক্রমণের হার হলো যথাক্রমে ৮.৭%, ৫.৭%, ৫.৪%, ২.৪%, এবং ০.৩%। আরও বিস্তারিত তথ্যের জন্য www.nacoonline.org দেখতে পারেন।

এইচ.আই.ভি. পজিটিভ হলে কি হবে?

এইচ.আই.ভি. সংক্রমণ হয়ে থাকলে আপনি নাও জানতে পারেন। এক্ষেত্রে সংক্রমণ হওয়ার কিছুদিনের বা কয়েক সপ্তাহের মধ্যে কারও জ্বর হয়, কারও মাথা ব্যথা করতে পারে, অনেকের পেশি ও গাঁটে ব্যথা হয়, পেট ব্যথা করে, লসিকাগ্রন্থী ফুলে যেতে পারে, গায়ে ফুসকুড়ি হতে পারে। বেশিরভাগ মানুষই মনে করে থাকেন যে এটা সাধারণ জ্বর বা অসুখ। অনেকের ক্ষেত্রে আবার কোনও লক্ষ্মণই দেখা যায় না। এইচ.আই.ভি. সংক্রমণের প্রাথমিক পর্যায়ে সম্পর্কে জানতে হলে ফ্যাক্ট শিট ১০৩ দেখুন।

আপনার শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা সাড়া দিয়ে ওঠার আগেই সংক্রমণ হওয়ার কয়েক সপ্তাহ বা এমনকী এক মাসের মধ্যেই এইচ.আই.ভি. ধনাত্মক হারে বেড়ে যেতে পারে। এই সময়ে আপনার রক্ত পরীক্ষা করলে আপনার শরীরে এইচ.আই.ভি.-র উপস্থিতি ধরা পরবে না, কিন্তু আপনি অন্যকে সংক্রমিত করতে পারেন।

আপনার শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা সাড়া দিলে আপনার শরীরে এইচ.আই.ভি.-র জন্য বিশেষ "অ্যান্টিবডি"-র উপস্থিথি ধরা পরবে। এই সময়ে পরীক্ষা করলে আপনার এইচ.আই.ভি. পরীক্ষা পজিটিভ হবে। প্রাথমিক স্তরে এইচ.আই.ভি.-র উপস্থিথি ধরা পরলে যে কোনও ব্যক্তি দশ বা তারও বেশি সময় ধরে সুস্থ থাকতে পারেন। যদিও এইচ.আই.ভি. আপনার শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাকে এই সময়ে ক্ষতিগ্রস্ত করার চেষ্টা করে যাবে।

আপনার শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কতটা ক্ষতিগ্রস্ত হলো তা পরিমাপ করার জন্য আপনি আপনার সিডি৪ কোষ গণনা করতে পারেন। এই কোষগুলি, যার অপর নাম টি-হেল্পার কোষ, আপনার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার একটি অপরিহার্য অঙ্গ। একজন সুস্থ সবল মানুষের এক মিলিলিটার রক্তে সিডি৪ কোষের সংখ্যা হলো ৫০০-১৫০০। ফ্যাক্ট শিট ১২৪-এ সিডি৪ কোষ সম্পর্কে বিস্তারিত তথ্য রয়েছে।

সময়মতো চিকিৎসা না হলে আপনার সিডি৪ কোষের সংখ্যা কমে যেতে পারে। আপনার দেহে অসুস্থতার লক্ষ্মণ দেখা দিতে পারে, যেমন জ্বর, রাত্রিকালীন ঘাম, ডায়েরিয়া বা লসিকাগ্রন্থী ফুলে যাওয়া ইত্যাদি হতে পারে। যদি আপনি এইচ.আই.ভি. সংক্রমিত হয়ে থাকেন তাহলে এই সকল সমস্যাগুলি বেশ কিছুদিন বা কয়েক সপ্তাহ ধরে থাকতে পারে।

এইড্স হলে বুঝব কিভাবে?

এইড্স হলো এইচ.আই.ভি. সংক্রমণের বিলম্বিত পর্যায়, যখন আপনার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বিশেষভাবে ক্ষতিগ্রস্ত হয়। যদি আপনার প্রতি মিলিলিটার রক্তে সিডি৪ কোষের সংখ্যা ২০০-র কম হয় বা সিডি৪ কোষ ১৪%-র কম হয় তাহলে বলা হয় আপনি এইড্স পর্যায়ে পৌঁছে গেছেন বা আপনার এইড্স হয়েছে। সিডি৪ কোষ সম্পর্কে বিস্তারিত তথ্য জানার জন্য ফ্যাক্ট শিট ১২৪ দেখুন। আপনার যদি সুযোগসন্ধানী সংক্রমণ হয়ে থাকে তবে আপনার এইড্স হয়েছে বলা হবে। সেন্টার ফর ডিজিজ কন্ট্রোল কোনগুলি ও কতোগুলি সুযোগসন্ধানী সংক্রমণ রয়েছে সে বিষয়ে সরকারী তালিকা প্রস্তুত করেছে। পরিচিত সুযোগসন্ধানী সংক্রমণগুলি হলো

- নিউমোসিস্টিক নিউমোনিয়া, এটি ফুসফুসে হয়
- কাপোসিস সারকোমা, ত্বকের ক্যান্সার
- সাইটোমেগালোভাইরাস, এটি চোখকে ক্ষতিগ্রস্ত করে
- ক্যানডিডা, মুখের মধ্যে ছত্রাক জাতীয় সংক্রমণ অথবা গলা বা যোনিতে সংক্রমণ

ফ্যাক্ট শিট ৫০১ দেখুন

এইড্স সংক্রান্ত অন্যান্য উপসর্গগুলি হলো, ওজন কমে যাওয়া, মস্তিষ্ক টিউমার ও অন্যান্য শারীরিক অসুস্থতা। সময়মতো চিকিৎসা না করালে এই সকল অসুখগুলি আপনার মৃত্যু ডেকে আনতে পারে।

http://www.nacoonline.org/Quick_Links/Publication/Treatment_Care__Support/Operational_Technical_guidelines_and_policies/Operational_Guidelines__for_ART_Centers/nd_policies/Operational_Guidelines_for_ART_Centers/

এই ওয়েবসাইটটি দেখুন এইচ.আই.ভি.-এর বিভিন্ন ধাপ সম্পর্কে হু (WHO)-এর মত জানার জন্য। প্রত্যেক ব্যক্তির ক্ষেত্রে এইড্স-এর প্রকোপ ভিন্ন। অনেকে সংক্রমণের কয়েকদিনের মধ্যেই মৃত্যুবরণ করেন, যদিও বেশিরভাগ সংক্রমিত ব্যক্তিই এইড্স-এর পর্যায়ে পৌঁছনোর পরেও বহুদিন সুস্থসবল জীবন যাপন করতে সক্ষম হন। আবার অনেকে অ্যান্টি-রেট্রোভাইরাল ওষুধ (ART) না ব্যবহার করেও দীর্ঘদিন সুস্থ জীবন যাপন করতে সক্ষম হন। প্রাথমিক পর্যায়ে সংক্রমণ ধরা পরলে সুস্থ জীবন দীর্ঘতর হয়।

এইড্স নিরাময় করা সম্ভব কি?

এইড্স কোনও প্রকারেই নিরাময় করা সম্ভব নয়। বেশ কিছু ওষুধ রয়েছে যা ভাইরাসের প্রগতি রোধ করতে সক্ষম, এবং আপনার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাকে বিনষ্ট হওয়ার গতি রোধ করতে সক্ষম। কিন্তু শরীর থেকে কখনও-ই এইচ.আই.ভি.-কে দূর করতে পারে না।

অন্যান্য ওষুধ সুযোগসন্ধানী সংক্রমণগুলিকে রোধ ও তার প্রতিকার করতে পারে। বেশির ভাগ ক্ষেত্রেই এই ওষুধগুলি ভালো কাজ করে থাকে। নতুন অ্যান্টি-রেট্রোভাইরাল ওষুধগুলিও সিডি৪ কোষের সংখ্যা বাড়িয়ে সুযোগসন্ধানী সংক্রমণের সম্ভাবনা অনেকাংশে কমিয়ে দেয়। যদিও কিছু সুযোগসন্ধানী সংক্রমণের চিকিৎসা করা এখনও বেশ কঠিন। সুযোগসন্ধানী সংক্রমণ সম্পর্কে বিস্তারিত জানার জন্য ফ্যাক্ট শিট ৫০০ দেখুন।

পুনর্বিচার করা হয়েছে সেপ্টেম্বর ২৮, ২০০৭

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