# பெண்கள் மற்றும் எச்ஐவி (WOMEN AND HIV)



**பெண்களுக்கு எச்ஐவி யானது எவ்வளவு அபாயமனது?**
ஒவ்வொரு நாளும் மிக அதிகமான பெண்கள் எச்ஐவி யின் தொற்றுக்குள்ளாகிறார்கள். அதிகமான பெண்கள் பாலுறவு மூலம் எச்ஐவி யை பெறுகிறார்கள், மற்றவர்கள் போதைப் பொருளுக்குப் பயன்படுத்தும் ஊசிகள் மற்றும் சிரிஞ்சுகள் மூலம் பெறுகிறார்கள். 2006 ஆம் ஆண்டு கணக்கின்படி இந்தியாவில் 2 மில்லியனிலிருந்து 3.1 மில்லியன் எச்ஐவி / எய்ட்ஸால் பாதிக்கப்பட்டோர் வாழ்வதாக கணக்கிடப்பட்டுள்ளது. இதில் தோராயமாக 30 % பேர் பெண்களாவர்.

**பெண்கள் இதைப்பற்றி தெரிந்து கொள்வதற்க்கு என்ன செய்ய வேண்டும்?**

**பெண்கள் எச்ஐவி யால் அதிகமாக பாதிக்கப்படும் சூழலில் இருக்கிறார்கள்.** பாதிப்புக்குள்ளாகும் நடவடிக்கையில் ஈடுபடும் ஆண்களுக்குத்தான் எச்ஐவி வரும் என்று பல பெண்கள் நினைக்கிறார்கள். ஆனால் பெண்கள் ஊசிகளை பகிர்ந்து கொள்வதாலும் மற்றும் ஆண் பெண் உடலுறவுகளாலும் எச்ஐவி ஐ பெறுகிறார்கள்.

**உடலுறவின் போது பெண்களிடமிருந்து ஆண்களுக்கு எச்ஐவி பரவுவதைவிட ஆண்களிடமிருந்து பெண்களுக்கு சுலபமாக பரவுகிறது.** பெண்களுக்கு பால்வினை நோய்கள் இருந்தாலும் அல்லது ஆசனவாய் வழியாக உடலுறவு கொண்டாலும் எச்ஐவி வருவதற்க்கான வாய்ப்பு அதிகம். மேலும் எச்ஐவி யானது பிற பால்வினை நோய்களினால் ஏற்படும் புண்கள் மூலம் சுலபமாக உடலுக்குள் சென்றுவிடும். உங்களுடைய உடலுறவு துணைவர் போதை ஊசி பயன்படுத்தியவராக அல்லது பயன்படுத்துபவராக இருந்தாலும், வேறு உடலுறவு துணை வைத்திருந்தாலும், பாதிக்கப்பட்ட நபருடன் உடலுறவு கொள்பவராக இருந்தாலும் அல்லது ஆண்களுடன் உடலுறவு கொள்பவராக இருந்தாலும் எச்ஐவி வருவதற்க்கான வாய்ப்பு மிக அதிகம்.

**பெண்கள் எச்ஐவி தொற்றுக்கு எதிராக தங்களை பாதுகாத்துக்கொள்ள வேண்டும்.**
ஆண் துணைவருடன் உடலுறவில் ஈடுபடும் பொழுது ஆணுறை / பெண்ணுறை பயன்படுத்துவது எச்ஐவி பரவுவதற்கான வாய்ப்பை குறைக்கும் (ஆணுறை / பெண்ணுறை பற்றிய மேலும் விபரங்களை அறிய fact sheet 153 ஐ பார்க்கவும்). பெண்களுக்கான பாலியூரித்தின் (Polyurethane Condom) பெண்ணுறை ஒருஅளவிற்க்கு பாதுகாப்பினை அளிக்கும். ஆனால் ஆணுறையைப் போல் பாதுகாப்பாக இருக்காது. மேலும் குழந்தைப் பிறப்பை தடுப்பதற்க்கு பயன்படுத்தப்படும் மாத்திரைகள் மற்றும் வேறு எந்த முறைகளாலும் எச்ஐவி பரவுவதை தடுக்க முடியாது. எச்ஐவி தொற்றை தடுப்பதற்க்காக பெண்கள் பயன்படுத்தும் கிரீம் அல்லது ஜெல் (மைக்ரோபிசைட்) இதுவரை எதுவும் இல்லை (மேலும் விபரங்களுக்கு fact sheet 157 ஐ பார்க்கவும்).

**நீங்கள் எச்ஐவி யினால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கலாம் என்று நினைத்தால் உடனே எச்ஐவி பரிசோதனை செய்துகொள்ள வேண்டும்.** பல பெண்கள் கர்ப்பகாலத்தில் செய்யப்படும் எச்ஐவி பரிசோதனையின் போது அல்லது நோய்வாய்ப் படும் போது தான் எச்ஐவி யால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளதை அறிகிறார்கள், அதுவரை தாங்கள் எச்ஐவி யால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளதை அறிந்திருக்கமாட்டார்கள். எச்ஐவி பரிசோதனை செய்துகொள்ளாத எச்ஐவி யால் பாதிக்கப்பட்டுள்ள பெண்கள் ஆண்களை விட விரைவாக நோய்வாய் பட்டு இறந்து விடுகிறார்கள். ஆனால் அவர்கள் எச்ஐவி பரிசோதனை செய்து சிகிச்சை எடுத்துக்கொண்டால் ஆண்களை போல் ஆரோக்கியமாக பலகாலம் வாழலாம் (எச்ஐவி பரிசோதனை பற்றிய மேலும் விபரங்கள் fact sheet 102 ல் உள்ளது).

**பெண்களுக்கு இனப்பெருக்க உறுப்புகளில் ஏற்படும் நோய்கள் / பிரச்சனைகள் எச்ஐவி தொற்றிற்கான ஆரம்ப அறிகுறிகளாகும்.** பெண்குறியில் ஏற்படும் புண்கள், தீராத ஈஸ்ட் தொற்றுகள், தீவிர பெல்விக் இன்ப்லம்மேட்டரி டிசீஸ் (PID) எச்ஐவி ற்கான அறிகுறிகளாகும். ஹார்மோன் மாற்றங்கள், குழந்தை பிறப்பை தடுக்கும் மாத்திரைகள் அல்லது நோய் எதிர்ப்பு மருந்துகள் மூலமும் இதுபோன்ற நோய்கள் / பிரச்சனைகள் இனப்பெருக்க உறுப்புகளில் ஏற்படலாம். உங்களது சுகாதார பணியாளரிடம் ஆலோசித்து உண்மையான காரணத்தை தெரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

**ஆண்களை விட பெண்களுக்கு அதிகமான மற்றும் பல வகையான பக்கவிளைவுகள் தோன்றும்.** ஆண்களை விட பெண்களுக்கு தோலில் அரிப்பு (வெடிப்புகள்), கல்லீரல் பிரச்சனைகள் மற்றும் உடல் உருவத்தில் மாற்றங்கள் (கொழுப்பு ஒரே இடத்தில் சேர்தல், fact sheet 553 ஐ பார்க்கவும்) ஏற்படும். மேலும் ஹுயூமன் பாப்பிலோமா வைரஸ் மூலமும் பல பாதிப்புகள் ஏற்படும் (HPV பற்றி மேலும் விபரங்களுக்கு fact sheet 510 ஐ பார்க்கவும்).

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

**பல பெண்கள் பெற்றோர்களாக இருந்துகொண்டு அவர்களின் உடல் ஆரோக்கியத்தையும் மற்றும் அலுவலக வேலைகளையும் செய்துவருகின்றனர்**. இவை அவர்களின் மருத்துவம் எடுத்துக்கொள்வதற்க்கும் அதற்க்கான குறிப்பிட்ட நேரத்தை ஒதுக்குவதற்க்கும் சிரமமானதாக்கும். இருப்பினும் சரியான ஆதரவு கிடைக்கும் பெண்கள் எச்ஐவி க்கான சிகிச்சையை நல்ல முறையில் எடுத்து வருகின்றனர்.

**பெண்களுக்கான ஆராய்ச்சிகள்:**
பெண்கள் கருவுறுகிறார்கள் என்பதற்காக அவர்களை ஆராய்ச்சிகளில் நீண்ட நாட்களுக்கு ஈடுபடுத்தாமல் இருக்க கூடாது என 1997 ஆம் ஆண்டு FDA கூறியது. எச்ஐவி ஆராய்ச்சியில் பெண்களின் பங்கு அதிகரித்து இருந்தாலும் இன்னமும் குறைவாகவே உள்ளன.

எச்ஐவி யுடன் உள்ள பெண்களுக்காக பெரும்பாலான ஆராய்ச்சிகள் நடைபெற்று கொண்டிருக்கின்றன. மருத்துவ நிறுவனங்கள் தங்களது ஆராய்ச்சிகளில் அதிகமாக பெண்களை ஈடுபடுத்த முயன்று வருகின்றது. இவை மிகவும் அவசியமானது, ஏனெனில் பெண்கள் எய்ட்ஸ் தொடர்பான ஆராய்ச்சிகளில் மட்டும் அல்லாமல் மற்ற மருத்துவ ஆராய்ச்சிகளிலும் குறைவாகவே பங்கு பெறுகின்றனர். பெரும்பாலான மருத்துவங்கள் குறிப்பிட்டு பெண்களில் பரிசோதனை செய்யப்படவில்லை.

தற்போதைய ஆராய்ச்சியில் எச்ஐவி யால் பாதிக்கப்பட்ட பெண்களில் இறப்புகள் வெள்ளை அணுக்கள் குறைவாக இருக்கும் போது ஏற்படும் விபத்து அல்லது காயம், வேலை இல்லாமல் இருப்பவர்கள், ஒரு வாரத்தில் 8 முறைக்கும் அதிகமாக மது குடிப்பவர்கள், மன அழுத்தத்துடன் இருப்பவர்கள், போதைப்பொருள் பயன்படுத்துபவர்கள் அல்லது 3 முதல் 5 உடலுறவு துணை வைத்திருப்பவர்கள் காரணமாக நிகழ்வதாக கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது.

**பெண்களுக்கான சிகிச்சை:**
பெண்களுக்கான எச்ஐவி மருத்துவ சிகிச்சையில் தேர்ச்சி பெற்ற சுகாதார பணியாளரால் எச்ஐவி உள்ள பெண்களுக்கு சிகிச்சை அளிக்கப்பட வேண்டும்.

- எச்ஐவி பாதித்த பெண்களுக்கு, எச்ஐவி பாதிக்காத பெண்களைவிட அடிக்கடி பெண்குறியில் தொற்று, இனப்பெருக்க உறுப்பில் புண்கள், பெல்விக் இன்ப்லம்மேட்டரி டிசீஸ் மற்றும் இன்ப்பெருக்க உறுப்புகளில் மருக்கள் போன்றவை அடிக்கடி தோன்றும்.
- ஆண்களை விட பெண்களுக்கு தொண்டையில் புண் (ஒரு பங்கல் தொற்று, fact sheet 501) மற்றும் மருக்கள் (fact sheet 508 ஐ பார்க்கவும்) 30 % அதிகமாக ஏற்படும்.
- நெவிரப்பின் பயன்படுத்தும் போது ஆண்களை விட பெண்களுக்கு சொரிசிரங்குகள் அதிகம் ஏற்படும் (fact sheet 431 ஐ பார்க்கவும்)
- ஆண்களை விட பெண்களுக்கு கொழுப்பு பரிமாற்றம் அதிகம் நிகழ்கிறது (கொழுப்பு பரிமாற்றம் பற்றி fact sheet 553 ல் பார்க்கவும்). குறிப்பாக வயிறு மற்றும் மார்பகங்களில் அதிகமாகவும், கால் மற்றும் கைகளில் குறைந்தும் விடுகின்றன.
- எச்ஐவி பாதித்த பெண்களுக்கு வழக்கத்துக்கு மாறாக கருப்பை வாய் புற்று நோய் அதிகமாக ஏற்படுகிறது (மேலும் விபரங்களுக்கு fact sheet 510 ஐ பார்க்கவும்).

**அடிப்படை வரையறைகள்:**
பல பெண்கள் எச்ஐவி யின் தொற்றுக்கு ஆளாகிறார்கள். உடனடி எச்ஐவி பரிசோதனை மற்றும் சிகிச்சை ஆண்களைபோல் பெண்களும் அதிக காலம் ஆரோக்கியமாக வாழ உதவும். பெண்கள் கட்டாயமாக எச்ஐவி பரிசோதனை செய்துகொள்ள வேண்டும். இது முக்கியமாக கர்ப்ப காலங்களில் சாத்தியமாகிறது. இந்தக காலத்தில் எச்ஐவி யினால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தால் தன்னுடைய குழந்தைக்கும் பாதிப்பு ஏற்படாமல் பார்த்துக்கொள்ள முடியும்.

ஆண்பெண் உடலுறவில் ஆணுறையை பயன்படுத்துவது தொற்றிலிருந்து பாதுகாப்பதற்க்கான மிகச் சிறந்த வழியாகும். மற்ற கர்ப்பத்தடை முறைகள் எச்ஐவி தொற்றை தடுக்காது. போதைப் பொருள் பயன்படுத்தும் பெண்கள் பயன்படுத்திய உபகரணங்களை பகிர்ந்துகொள்ள கூடாது.

பெண்கள் தங்களது இனப்பெருக்க உறுப்புகளில் பிரச்சினைகள் அல்லது பாதிப்புகள் குறிப்பாக தொடர்ந்து காணப்படும் ஈஸ்ட் தொற்றுக்கள் மற்றும் பெண் உறுப்பில் புண்கள் இருந்தால் கண்டிப்பாக சுகாதாரப் பணியாளரிடம் கலந்தாலோசிக்க வேண்டும். அவைகள் எச்ஐவி தொற்றிற்கான அறிகுறிகளாகவும் இருக்கலாம்.

**மேலும் தகவல்களுக்கு:**
இந்தியாவில் உள்ள பெண்கள் மற்றும் எச்ஐவி பற்றிய மேலும் விபரங்களை அறிய கீழ்காணும் இணையதளத்தை பார்க்கவும்.
www.iwhc.org
http://www.breakthrough.tb