डॉ अजय गुप्ता [Dr.Ajay Gupta]

एड्स [AIDS]

क्यों और कैसे [Kyon aur Kaise]

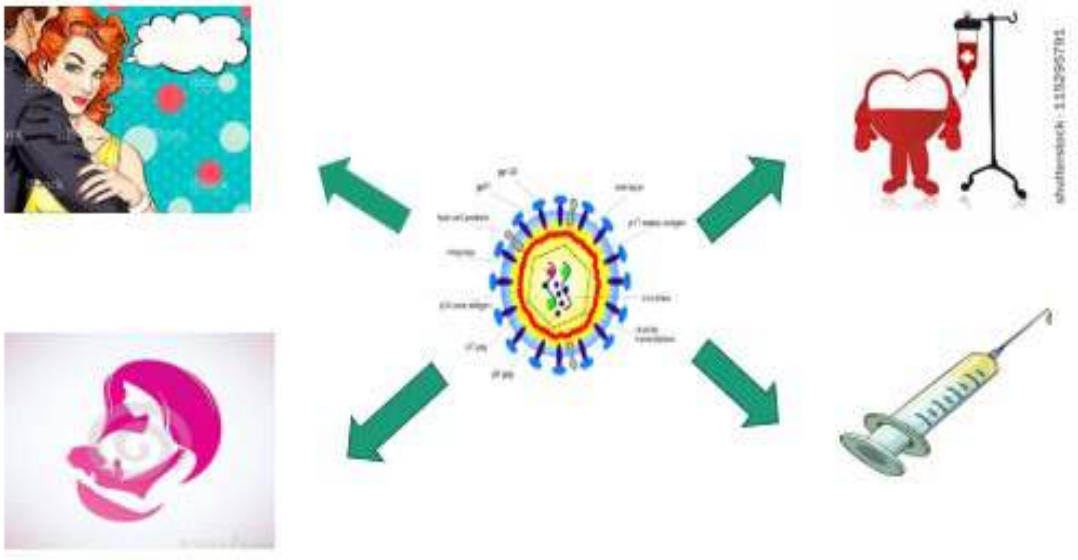
An E-Book { Hindi }

PDF Format

6th Edition (1st E-Book Edition)

Free Download

www.drajaygupta.com



एड्स क्यों और कैसे

** लेखक एवं संपादक **

डॉ अजय गुप्ता

एक्स. एच. एम. ओ.

सेक्टर–9 अस्पताल, भिलाई

चर्म व गुप्त रोग

पताः– लता कुंज, मेडिकल कॉम्पलेक्स,

ओव्हर ब्रिज के सामने, दुर्ग, (छ.ग.) भारत.

फोन – 0788–4052427, (C)

E-mail - ag3april@gmail.com

समर्पित

भगवान श्रीकृश्ण के चरणों में

.....

प्रकाशक

अंजु प्रकाशन

स्टेशन चौक. **दुर्ग, (छ.ग.) भारत.**

प्रथम संस्करण - 1997

द्वितीय संस्करण- 1999

तृतीय संस्करण- 2000

चतुर्थ संस्करण- 2001

पॉचवा संस्करण- अक्टूबर 2006

छटवा संस्करण- 1 दिसम्बर 2016

(प्रथम ई बुक संस्करण)

इस पुस्तक के सभी अधिकार लेखक के पास सुरक्षित बिना उनकी लिखित अनुमति के इसके किसी भी अंश को ना छापे तथा सामयिकों में भी प्रकाशित नाा करें।

आभार

जब भी कोई अच्छा कार्य होता है तो उसके पीछे केवल एक व्यक्ति की मेहनत नही होती, उसके पीछे कई व्यक्तियों की मेहनत होती है। मैं उन सबका अभारी हुँ। मैं इस प्रकाशन से जुड़े प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष सभी लोगो को धन्यवाद देता हुँ। विषेशकर ज्योति, मयूर ,0 रामाराव व आनंदी कम्पयुटर को ।

जब धन्यवाद देने की बात आती है तो लगता है किन–किन को दूं मैं धन्यवाद।

धन्यवाद धन्यवाद धन्यवाद

माता पिता को धन्यवाद, गुरूजनों को धन्यवाद

भाई बंधुओं को धन्यवाद, मित्रो को धन्यवाद

मेरे बच्चों को धन्यवाद, प्यारी पत्नी को धन्यवाद

पत्रकारों को धन्यवाद, जेसीज को धन्यवाद

प्रकाशक को धन्यवाद, टापिस्टों को धन्यवाद

मेरे पाठको को धन्यवाद, इसे पढ़ कर जन जागरण फैलाने वालो को धन्यवाद

समाज सेवकों को धन्यवाद,

सामाजिक

संस्थाओं को धन्यवाद

प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष रूप से जुड़े सभी

लोगों को धन्यवाद इस धरती को धन्यवाद व

उस अंबर को

धन्यवाद व जिसने मुझे इस पुस्तक लिखने के योग्य बनाया उस पैगम्बर को धन्यवाद।

डॉ. अजय गुप्ता

धन्यवाद धन्यवाद धन्यवाद **दुर्ग (छ.ग.)**

xcc

प्रस्तावना (तृतीय संस्करण)

एड्स की बीमारी का दुसरा नाम है मौत क्योंकि इस बीमारी का अभी तक कोई इलाज नहीं है ना कोई दवाई न कोई टीका परन्तु कुछ सावधानी रख कर इससे बचा जा सकता है। विश्व स्वास्थ संगठन के अनुसार सन् 2005 में पूरे विश्व में लाखो लोग एच. आई. वी.पॉजिटिवी थे व इन संख्या बढ़कर 2015 मे 3.67 करोड़ है।
जिसमें बीस लाख लोग भारतीय है एड्स बहुत तेजी से व चुपचाप तरीके से फैलता जा रहा है। पुरे विश्व में प्रतिदिन हजारो लोग इसके शिकार हो रहे हैं, अगर ध्यान नहीं दिया गया तो यह महमारी का रूप ले लेगा। वेश्याओं, नशे –ड़ियों, एक से अधिक यौन संबंधों, समलैंगिक संबंध रखने वालों व ट्रक ड्रायवरों से फैलती हुई यह बीमारी अब आम लोगों में होने लगी है। भारत में 20 लाख लोग एच.आई.वी. पॉजिटिव हो चुके हैं अर्थात् प्रत्येक 600 लोगों में एक एच. आई.वी. पॉजिटिव है।

मेरी यह पुस्तक समर्पित है उन लोगों को जो एड्स के खिलाफ लड़ रहे हैं व आने वाले समय में लड़ेंगें। उनके लिए मैं कहना चाहता हूँ।

आपके ही दम पर होगी, एड्स के खिलाफ लड़ाई पूरी।
आपके बिना हमारी, यह लड़ाई होगी अधूरी।

डॉ. अजय गुप्ता

प्रस्तावना (चतुर्थ संस्करण)

कुछ अफवाहों के चलते लागों में एड्स का डर थोड़ा कम हुआ है। उसके कारण लोग अब पुनः गलत कार्यो की ओर आकर्षित होने लगे है। जिससे एड्स और तेजी से फैलने लगा है। इन भ्रांतियों को दूर करने के लिये मैने इस संस्करण में कई नये अध्याय जोड़े है। जैसे पहले एड्स था अब नहीं है, साइबर सेक्स व एड्स, बच्चो में एड्स, महिला –ओं में एड्स, कंडोम व एड्स, एड्स और परिवार, एड्स के मरीजो को ठगना, महिलाएँ व एड्स के कारण समाज में होने वाले दुष्प्रभाव, एड्स होने के बाद भी जिंदगी है, सामा –जिक संस्थाएं व एड्स, यौन जनित रोग व एड्स, यौन शिक्षा एड्स के संदर्भ में, ऐसा हो सकता है, एड्स के विभिन्न प्रकार के मरीज व यौन जनित रोग व एड्स से संबंध, एड्स का अर्थव्यवस्था का प्रभाव, धर्म व संस्कृति का महत्व, आध्यात्म व एड्स, के विभिन्न प्रकार के मरीज, टी.वी. और एड्स, एस.टी.डी. व एड्स में संबंध, एड्स से होने वाले अपारचुस्निटिक इंफेक्शन, एड्स और कानून व्यवस्था संबंधित परेशानी, एड्स का स्वास्थ व्यवस्था पर प्रभाव, एड्स के कारण समाज में होने वाले दुष्प्रभाव आदि, साथ ही कई पाठक अगर इन विषय में और अधिक जानकारी चाहते है तो वे रिफरेंस में दी गई पुस्तकों का अध्ययन कर सकते है इस विषय में यही कहना चाहुँगा कि

"अब भी वक्त है सुधर जाओ यारों
एड्स से मरना भी कोई मरना है यारों।"

जो किसी के लिए नहीं जीते उनका जीना न जीना बराबर है

प्रस्तावना (पंचम संस्करण)

मेरी पुस्तक का चौथा संस्करण 100 पेज का था अब यह पाँचवा संस्करण बढ़कर 200 पेज का हो गया है मैनें इसमें प्रचार–प्रसार के नये तरीके लिखे है क्योंकि जनजागरण से ही इस बीमारी की रोकथाम संभव है। हमारे देश में एड्स के मरीजों की संख्या बढ़कर 52 लाख हो गयी है अर्थात् प्रत्येक 200 व्यक्तियों में एक एच.आई.वी. पॉजिटिव है और ये तो वे मरीज है जो पहचाने गये है ऐसे बहुत से है जिनकी पहचान हुई नही है। इस पूरी पुस्तक को मैने नये ढंग से लिखा है ताकि आपको पढ़ने में मजा आये। इस पुस्तक में मैंने स्वयं कई कार्टून बनाये है व कहानियाँ व कविताएँ लिखी है। मुझे उम्मीद है आप एक बार यह पुस्तक पढ़ना प्रारंभ करेंगे तो अंत तक पढ़ कर ही छोडेंगे। इसके अलावा मैने इस पुस्तक में मेमोरी टैकनीक (याददाश्त बढाने की तकनीक) का इस्तेमाल किया ताकि एक बार पढ़ने के बाद भी आप इसकी बहुत सी चीजों को याद रखेंगे। आप लोगों से मैं यही कहना चाहूँगा कि

दिल लगा कर पढ़ना, थोड़ा मुस्कुराकर पढ़ना।
अकेले में नहीं, सबको सुनाकर पढ़ना।
यूं तो हमनें, साफ–साफ लिखा है सब।
पर समझ न आये तो, चश्मा लगाकर पढ़ना।

दोष से हम भरे हैं, मगर दोष–मुक्त होने का प्रयास करना हम सबका कर्तव्य है।

अनुक्रमाणिका

विषय सूची

1. एड्स क्या है 11
2. एच.आई.वी (H.I.V.) की खोज 14
3. एड्स का वायरस या एच.आई.वी की संरचना 17
4. एड्स कैसे होता है 19
5. इस तरह से एड्स फैलता है 20
6. इस तरह से एड्स नही फैलता 24
7. एड्स के कारण समाज में होनेवाले दुष्प्रभाव 28
   a. एड्स और परिवार 29
   b. एड्स का देश के विकास पर प्रभाव 30
   c. एड्स का अर्थव्यवस्था पर प्रभाव 33
   d. एड्स और कानून व्यवस्था संबंधित परेशानी 34
   e. एड्स का स्वास्थ व्यवस्था पर प्रभाव 35
   f. बच्चों में दुष्प्रभाव 36
8. एड्स के बीमारी के लक्षण 37
9. बड़े व्यक्तियों में एड्स 39
10. एड्स और कैंसर 42
11. टी.वी. और एड्स 43
12. एड्स से होने वाले अपारचुनेस्टिक इन्फेक्शन 45
13. बच्चों में एड्स 46
14. एड्स की जॉच 50
15. वर्तमान व भविष्य में एड्स की स्थिति 53
16. एड्स बढ़ने के कारण 54
   A. वेश्यावृति व एड्स 56
   A. 1 बाल वेश्यावृति 59
   A. 2 पुरूष वेश्यावृति 60
   B. यौन जनित रोग व एड्स 61
   C. रक्त दान व एड्स 64

D. नशा व एड्स 66
E. ट्रक ड्रायवर व एड्स 67
F. औद्योगिक क्षेत्र व एड्स 69
G. आर्थिक और सामाजिक सुधार व एड्स 71
H. साइबर सेक्स व एड्स 73
I. अध्यात्म व एड्स 75
J. महिलाएँ व एड्स 77
17. एड्स के मरीज का इलाज 79
18. एड्स के मरीज को सलाह या काऊंसलिंग 83
19. एड्स के मरीज में डर की भावना 86
20. पहले एड्स था अब नहीं है 88
21. ऐसा भी हो सकता है 89
22. एड्स होने के बाद भी जिन्दगी है 92
23. एड्स के विभिन्न प्रकार के मरीज 94
24. एड्स के मरीज को ठगना 97
25. सामाजिक संस्थाएँ व एड्स 98
26. कंडोम व एड्स 100
27. कंडोम के फायदे 102
28. धर्म व संस्कृति का महत्व 104
29. एक नई शिक्षा यौन शिक्षा (पारिवारिक शिक्षा) 105
30. यौन शिक्षा का उद्देश्य 106
31. एड्स के वायरस का बचाव 109
32. चिकित्सक एवं चिकित्सकीय कार्यकर्त्ताओं के लिये सावधानी...111
33. विश्व एड्स दिवस 114
34. संक्षेप में एड्स क्या है 116
35. एस.टी.डी. और एड्स में संबंध 117
36. कंडोम का दुरूपयोग न करें 119
37. रक्त कुण्डली 120
38. एड्स जनजागरण कार्यक्रम 122

39. एड्स के खिलाफ जनजागरण के लिए नाटक 126
40. एड्स को भारत से मिटाना है 131
41. मुझे बचा लो 132
42. घर कब आओगे (विद्यार्थी के लिए) 134
43. घर कब आओगे(**ट्रक ड्राइवर के लिए**) 135
44. एड्स के स्टीकर 137
45. एड्स के पॉम्पलेट 138
46. पति जब परदेश जाये 139
47. एड्स वेबसाइट्स 141
48. एड्स के एस.एम.एस. 142
49. एड्स के नारे 145
50. एड्स प्रशिक्षण कार्यक्रम 146
51. संगोष्ठी 147
52. एड्स फोबिया 148
53. एड्स मरीजों की नई दुनियाँ 150
54. एड्स से बचाव व एड्स का नियंत्रण 158
55. एड्स नियंत्रण कार्यक्रम 160
56. **राष्ट्रीय एड्स बचाव व नियंत्रण कार्यक्रम 161**
57. कामसूत्र का सहारा 162
58. मल्टी विटामिन लें एड्स को बढ़ने से रोकें 164
59. सेक्स से दूर रहें एड्स से बचें 165
60. हस्तमैथुन 166
61. बिना समागम के सेक्स के मजा 168
62. सेक्स खिलौने 170
63. प्रश्न व उत्तर 171
64. समाचार पत्रों से 187
65. रिफरेंस 197
66. अंत में 198
67. इंडेक्स 199

एड्स क्या है ?

एड्स (AIDS) का पूरा नाम है एक्वायर्ड इम्युनो डिफिसियेंसी सिंड्रोम (ACQUIRED IMMUNE DEFECIENCY SYNDROME)। **एक्वायर्ड का अर्थ होता है बाहर से प्राप्त किया हुआ। इम्यून का अर्थ होता है हमारे शरीर के बीमारी से लड़ने की क्षमता। डिफिसियेंसी का अर्थ होता है कमी। सिंड्रोम का अर्थ होता है बहुत से बीमारियों का समूह अर्थात् इस बीमारी को हम बाहर से ग्रहण करते है इसके कारण हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बहुत कम हो जाती है इसके कारण बहुत सारी बीमारियॉ हमारे शरीर को जकड़ लेती है इसलिये इस बीमारी को एक्वायर्ड इम्युनो डिफिसियेंसी सिंड्रोम कहते है। इस बीमारी में मनुष्य की बीमारियों से लड़ने की प्रतिरोधक क्षमता बहुत कम हो जाती है और मनुष्य छोटी से छोटी बीमारी से मौत के मुँह में चला जाता है। धीरे–धीरे मनुष्य को कई बीमारी जकड़ लेती है। मनुष्य के खुन में लिम्फोसाइड (श्वेत रक्त कणिकाओं का एक प्रकार है) जो मनुष्य को बीमारी से बचाती है परन्तु इस बीमारी में श्वेत रक्त कणिकाओं की संख्या बहुत कम हो जाती है।**

व्यक्ति के खून में तीन प्रकार की कणिकाएँ होती है

1. **लाल रक्त कणिकाएँ या (R.B.C.) आर.बी.सी.**
2. **श्वेत रक्त कणिकाएँ या (W.B.C.) डब्ल्यू.बी.सी.**
3. **प्लेटलेस्**

इस बीमारी का कोई इलाज नहीं है इसलिए इसे फैलने से रोके

मनुष्य में कितने प्रकार की रक्त कणिकाऐं पाई जाती है।
सर यह तो हमारे शहर के खून चूसने में विशेषज्ञ मच्छर ही बता सकते है।

श्वेत रक्त कणिकाओं का कार्य होता है शरीर को बीमारी से लड़ने में मदद करना अर्थात् हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को बनाये रखना। जब कोई कीटाणु व्यक्ति के शरीर में प्रवेश करता है तो ये श्वेत रक्त कणिकाएँ, मैक्रोफेज, फैगोसाइड्स व एन. के सेल इन कीटाणुओं को मारती है। श्वेत रक्त कणिकाएँ पॉंच प्रकार की होती है। उसी का एक प्रकार है लिम्फोसाइट जो की दो प्रकार की होती है।

1. टी. लिम्फोसाइट
2. बी. लिम्फोसाइट

ये टी लिम्फोसाइट रोगाणुओं को मारती है व स्पलीन या तिल्ली व लिम्फनोड को संदेश देती है ताकि शरीर में और ज्यादा टी लिम्फोनोड बने। एड्स के वायरस इस टी लिम्फोसाइट को मार देते है जिससे व्यक्ति की रोगाणुओं से लड़ने की क्षमता कम हो जाती है एड्स के वायरस टी लिम्फोसाइट में उपस्थित सी.डी.फोर (C.D.4) रिसेप्टर से जुड जाते है व इन लिम्फोसाइट को मार देते है नशा व शराब भी इन टी लिम्फोसाइट को कमजोर कर देते है इसलिए नशा व शराब लेने वाले व्यक्ति को एड्स तेजी से फैलता है।

कितने ध्यान से पढ़ा आपनेः—

1. एड्स का पूरा नाम क्या है?
2. खून में कितने प्रकार के रक्त कणिकाएँ पाई जाती है?
3. लिम्फोसाइट कितने प्रकार की होती है?
4. एड्स के वायरस लिम्फोसाइट के कौन से रिसेप्टर से जुडते है?

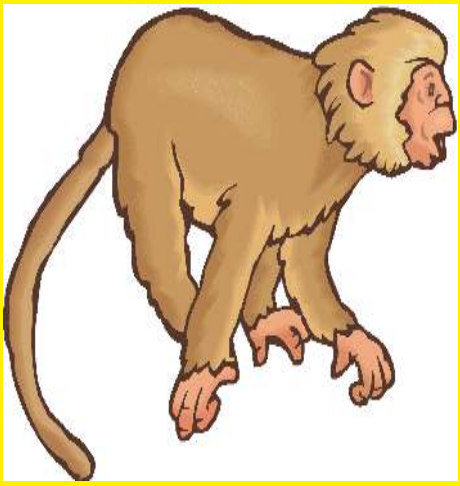
समाधान ना मिलने पर चुपचाप बैठ जाना, उन्नति के लिए बाधक है प्रयत्न जारी रखे।

एच. आई.वी (H.I.V.) की खोज।

एड्स की बीमारी एक मुख्य जीवाणु से होती है जिसका नाम है एच.आई.वी (H.I.V.) हयुमन इम्यूनो डिफिसियेंसी वायरस। सन् 1981 में का पहला केस न्यूयार्क में पाया गया 1983 में पाश्चर इंस्टीटयूट पेरिस के लुफमान्टेगनियर ने एड्स के मरीज मे एक वायरस को खोजा जो कि एड्स की बीमारी उत्पन्न करता था व इस वायरस को उन्होने नाम दिया एल.ए.वी. (L.A.V.) लिम्फोडि –नोपेथी एसोसिएटेड वायरस। सन् 1984 में यू.एस.ए के नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हेल्थ के वैज्ञानिक रार्बट गेलो और उनके साथियों ने भी एड्स के मरीज से वायरस को खोजा व उनको नाम दिया (HTLV) हयूमन टी लिम्फो**ट्राफिक वायरस** III. 1986 में वायरस के नाम में भ्रांति न हो इसीलिये वायरस नामकरण की अंर्तराष्ट्रीय समिति ने इसका नाम एच.आई.वी. रखा।

एड्स बीमारी मनुष्यों में कैसे पहुँची यह तो निश्चित तौर पर तो नहीं कहा जा सकता परन्तु कुछ लोगों का मानना है कि बंदर से मनुष्य में पहुँची है अफ्रीका के हरे रंग के बंदरों में एड्स के वायरस के समान एक वायरस पाया जाता है जिसका नाम है सिमियन इम्यूनोडिफिसियेंसी वायरस (S.I.V.) परन्तु यह वायरस एशिया के लंगुरों में एड्स से मिलती जुलती बीमारी पैदा करते हैं। इसलिए ऐसा माना जाता है कि अफ्रीका के हरे बंदरो में यह वायरस बीमारी को पैदा नहीं करते परन्तु यह वायरस किसी अन्य जानवरों या मनुष्य में प्रवेश करते हैं तो बीमारी पैदा करते हैं।

एक समाचार



एड्स अफ्रीका के बंदरों से मनुष्य में फैला

मनुष्य भी कोई बंदरों से कम है क्या।

रचयिता–
डॉ. अजय गुप्ता

अपनी आंतरिक शक्ति का विकास करे।

1987 में फ्रैन्च वैज्ञानिक ने एच.आई.वी. I I की खोज की। 90% लोगों में एच.आई.वी.। वायरस बीमारी फैलता है। एच. आई. वी. I I केवल 10% लोगो में बीमारी फैलता है।

भारत में एच.आई.वी. पाजिटिव का पहला केस 1986 में पाया गया जो मद्रास की एक वैश्या थी व एड्स का पहला केस 1987 में बॉम्बे में पाया गया जिसने अमेरिका में हृदय की शल्य किया करवाया था।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. एड्स के वायरस का क्या नाम है ?
2. विश्व में एड्स का पहला केस कौन से वर्ष में मिला ?
3. अफ्रीका के बंदरों में एड्स से मिलते जुलते वायरस का नाम क्या है ?
4. भारत में एच.आई.वी. पॉजिटिव व एड्स का पहला केस कौन–कौन से वर्ष में मिले ?

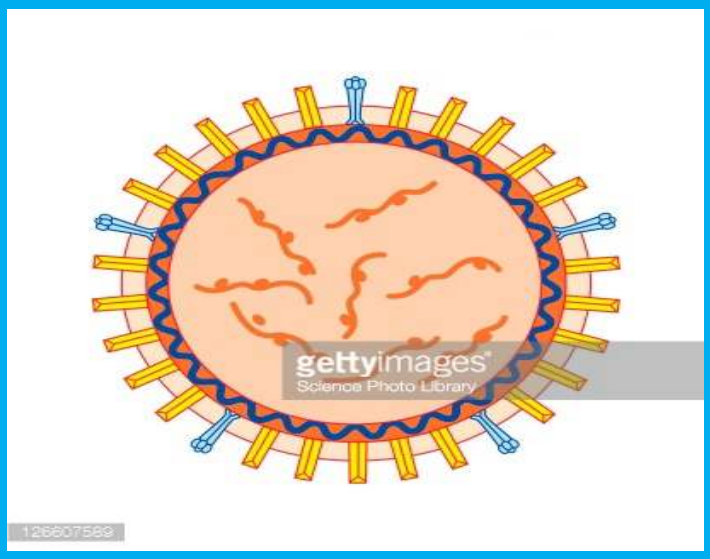
एड्स का वायरस या एच.आई.वी. की संरचना

वायरस एक लेटिन शब्द है जिसका अर्थ होता है जहर। एड्स का वायरस अत्यंत सूक्ष्म होता है व इसके केवल इलेक्**ट्रान माइक्रोस्कोप में देखा जा सकता है इसका आकार होता है। 100 NM (एक नैनो मिली मीटर का अर्थ होता है, एक मीटर का दस लाखवॉ भाग) एक सुई की नोक में लगभग 23 करोड़ वायरस आ सकते है।**

यह वायरस रि**ट्रोवायरेडी फैमिली के लेन्टीवायरस ग्रुप में आता है वायरस दो प्रकार के** होते है DNA व RNA । एड्स का वायरस है DNA वायरस, इसे रि**ट्रोवायरस** RETROVIRUS भी कहते है क्योंकि इस वायरस के आर.एन.ए. में रिवर्स**ट्रासेक्रेप्टस नामक एंजाइम जुड़ा रहता है यह एंजाइम वायरस के** RNA को DNA में बदल देता है जो कि पीड़ित व्यक्ति की कोशिकाओं के क्रोमोसोम से जुड़कर नये RNA वायरस पैदा करता है। इस वायरस कर **ऊपरी सतह में कई उभार होते है यह वायरस श्वेत रक्त कणिकाओं में कई महीनो से लेकर कई वर्षो तक सुप्त अवस्था में पड़े रहते है।**

अभी तक एच.आई.वी. के दो प्रकार HIV-I और HIV-II खोज निकाले गये थे परन्तु अभी खोज के अनुसार के अन्य HIV-I के अन्य प्रकार भी खोजे गये है जैसे– ए.बी.सी.डी.ई व एफ आदि।

एड्स के वायरस की संरचना हमेशा बदलते रहती है इसलिये इस पर दवाईयों का असर नहीं होता हैं।



कितने ध्यान से पढ़ा आपनेः–

1. एड्स के वायरस का आकार कितना होता है ?
2. एड्स का वायरस कौन सी फैमिली व कौन से ग्रुप में आता है ?
3. वायरस कितने प्रकार के होते है ?
4. एड्स के वायरस को रि**ट्रोवायरस क्यों कहते है ?**
5. **एच.आई.वी. वायरस कितने प्रकार के होते है व उनके उपप्रकार कितने होते है ?**
6. एड्स के वायरस पर दवाईयों का असर क्यों नहीं होता है ?

मानव का सच्चा जीवन साथी विद्या है, जिसके कारण वह विव्दान कहलाता है

एड्स कैसा होता है

यह एक अति सुक्ष्म जीवाणु व्दारा होता है जिसका नाम एच. आई.वी या ह्यूमन इम्यूनो डिफिसियेंसी वायरस यह वायरस एक मनुष्य से दुसरे मनुष्य में वैश्वाओं से, नशेड़ियों से (नशेड़ियो लोग नशा करने के लिये जो सुई लगाते है वह एक के बाद एक लगाते है) व एक से अधिक लोगों से शारिरिक संबंध रखने वाले से, समलैंगिक संबंध रखने से, बार बार खून लेने वा देने वाले मनुष्यों से, एड्स से पीड़ित महिला के होने वाले बच्चे में फैलता है 75% लोगों में एड्स असुरक्षित संभोग के कारण फैलता है व अधिकांश लोग 25 वर्ष से कम आयु के होते है। एड्स के वायरस शरीर के बाहर 15–20 मिनट में मर जाते है इस लिये इंजेक्शन व सुई (किसी भी प्रकार की एक्युपंक्चर कर्ण छेदन, नाक छेदना व गोदना के लिये उपयोग कर जाने वाली सुई) को 20 मिनट तक उबालना चाहिये। एस.टी.डी. या यौन जनित रोग जैसे सिफलिस, हर्पिस, चेनकेरायड जैसी बीमारी जिस मरीजों को होती है उसको भी एड्स होने की सम्भावना ज्यादा होती है।

कितने ध्यान से पढ़ा आपनेः–

1. एड्स एक मनुष्य से दुसरे मनुष्य में कैसे फैलता है ?
2. इंजेक्शन की सुई को कितने देर उबालना चाहिए ?

सत्य बात कठोर होती है

इस तरह से एड्स फैलता है।

1. किसी व्यक्ति के साथ असुरक्षित संभोग करने से चाहे वह योनि मार्ग से हो या गुदा मार्ग में साथ ही समलैंगिक संबंध (एक स्त्री दूसरी स्त्री के साथ या एक पुरूष दूसरे पुरूष के साथ) रखने वालों को भी होता है। हालांकि इस तरह होने की संभावना 0.1 से 1 प्रतिशत तक होती है फिर भी 5% लोगो में एड्स इसी कारण फैलता है 60% योनी मार्ग से व 15% गुदा मार्ग से।

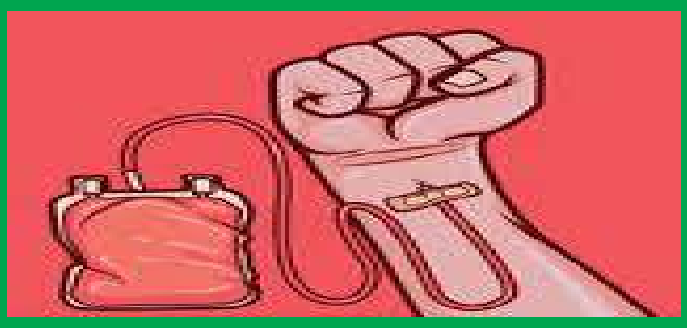
एक मरीज मेरे पास आया और कहने लगा कि क्या मेरे को एड्स हो सकता है परन्तु मैंने योनि मार्ग से शारीरिक संबंध तो बनाये ही नहीं मैंने गुदा मार्ग से शारीरिक संबंध बनाये है। मैंने कहा आपको एड्स होने का और ज्यादा चांस है। बाद में उसने खून जाँच कराया तो पता चला कि उसे एड्स है।

अगर स्त्री या पुरूष को असुरक्षित संभोग के कारण यौन जनित रोग या एस.टी.डी (सेक्सुअली ट्रॅासमिटेड डिसिस) हो जाये तो उसे एड्स होने की ज्यादा संभावना होती है।

कंडोम के प्रयोग से एड्स को 83% रोका जा सकता है।

2. एड्स से पीड़ित महिला के होने वाले बच्चों में एड्स की संभावना 30-50% तक होती है व 10% लोगों में एड्स इसी कारण से होता है।

एक महिला मरीज मुझसे आकर पूछने लगी कि मुझे एड्स है क्या मैं माँ बन सकती हूँ। जो बच्चा होगा वह बढ़ा होकर मेरी देखभाल करेगा। तो मैंने कहा कि एड्स के मरीज अगर गर्भ धारण करते है तो उन्हें एड्स और तेजी से फैलता है और मरीज की प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है और बच्चा भी कमजोर पैदा होता है और एड्स होने का 50% तक का चांस होता है। बच्चा 3 वर्ष के भीतर ही मर जाता है इसलिए आपका गर्भ न धारण करना ही उचित होगा।



जो बिना दान दिए खाता है, वह विष खाता है

3. एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति को खुन लेने व देने पर। 5% लोगों को इस कारण एड्स होता है इसलिये हो सके तो केवल अपने पहचान वालों या रिश्तेदारों से लेना चाहिये खुन बेचने वालों से नहीं।

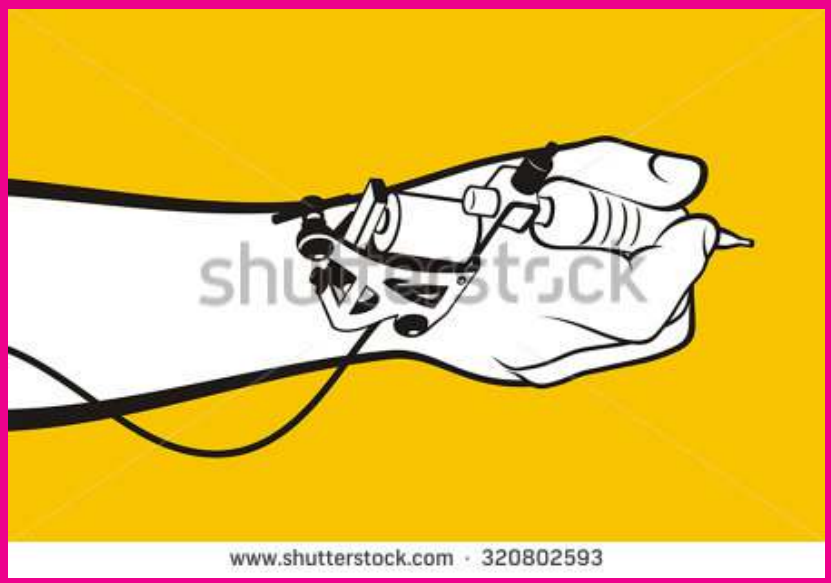
एक चींटी दौड़ते हुए जाती रहती है तो दूसरी चीटी उससे पूछती है कि कहां जा रही है तो वह बोलती है हाथी का एक्सीडेंट हो गया है उसको खून देने जा रही हूँ।

4. टीकाकरण, बीमारीयों व नशेडियों द्वारा उपयोग की जाने वाली दुषित सुई के उपयोग से भी एड्स एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैलता है। नशेड़ियों द्वारा उपयोग की सुई से 9% व अन्य सुईयों से 1% लोगों में एड्स होता है।

बीमार होने पर सुई का इस्तेमाल कम से कम करें

नशेड़ी लोग हमेशा झुंड बना कर नशा करते है। वे अंधेरी जगह में रहना ज्यादा पंसद करते है। नशे की सुईयां काफी मंहगी आती है इसलिए 5-6 लोग मिलकर वह सुई खरीदते है व एक के बाद एक बिना सुई को बिना धोए उपयोग में लाते है। उसमें से अगर किसी एक व्यक्ति को एड्स होता है तो धीरे-धीरे उस ग्रुप के सभी लोगों को एड्स हो जाता है।

5. देश विदेश में प्रचलित गोदना, नाक कान छेदने के लिये उपयोग की गयी दुषित सुईयों से भी एड्स एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैल सकता है।



बहुत कम होते है जिन्हें जिंदगी की पहचान होती है, कुछ गलत करने से पहले सोच लेना क्योंकि गवाने के लिए सिर्फ एक जान होती है।

इस तरह से एड्स नहीं फैलता

कई लोगों में भ्रांतियां है कि एड्स कई अन्य तरीकों से भी फैलता है जो कि गलत है।

1. हाथ मिलाने, छुने, गले मिलने, चुबंन लेने, साथ उठने बैठने उसके कपड़े इस्तेमाल करने से यह बीमारी एक दूसरे में नहीं फैलती है।

हाथ मिलाने से एड्स नहीं फैलता

किसी ने ठीक ही कहा है

जब भी मिलिए मुस्कुराते रहिए
दिल मिले न मिले हाथ मिलाते रहिए।

सुई का इस्तेमाल करना ही है तो डिस्पोसेवल सुई का प्रयोग करें।

चुंबने से एड्स नहीं फैलता

दूसरे की बीबी का चुंबन लेने पर भी ?

एक दूसरे के कपड़े इस्तेमाल करने से एड्स नहीं फैलता।

(हाँ खुजली और दाद जरूर फैल सकता है।)

ईमानदारी सर्वोत्तम नीति है।

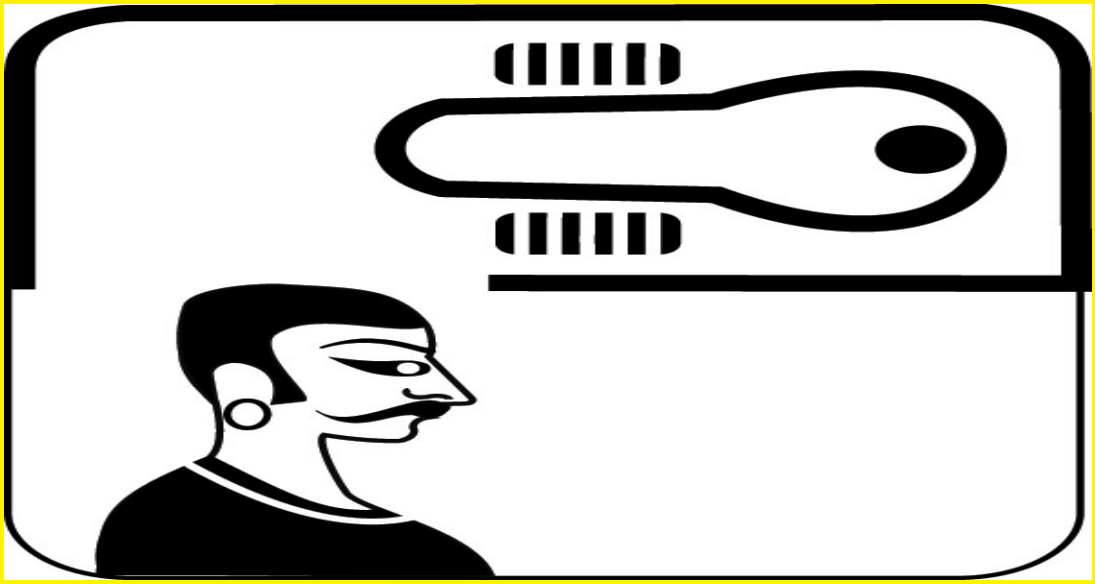
2. स्वीमिंग पूल में नहाने से, मरीज के लार, पसीने, ऑसु व मुत्र से भी एक दुसरे को एड्स नहीं फैलता।

डॉ. साहब चुमा चाटी तो कर सकते है ना ?

बुरे कर्मो की सजा एक न एक दिन जरूर मिलती है।

3. एड्स के मरीज के साथ रहने से भी एड्स नहीं फैलता जब तक कि शारिरिक संबंध स्थापित न हो।

4. सार्वजनिक शौचालय से भी एड्स नहीं फैलता।



अगर फैले भी तो डरने की बात नहीं है क्योंकि हमारे देश में आधी जनसंख्या तो मैदान में जाती है।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने:–

1. एड्स किन–किन तरीको से फैलता है ?
2. एड्स किन–किन तरीको से नहीं फैलता है ?

गुदा मार्ग से मैथुन ना करें।

एड्स के कारण समाज में होने वाले दुष्प्रभाव

एड्स अब केवल स्वास्थ संबंधित ही परेशानी ही नहीं रह गया है परन्तु इसका असर समाज व हमारी अर्थव्यवस्था में भी पड़ने लगा है क्योंकि यह अधिकांश 20–45 वर्ष के लोगों में हो रहा है जिन पर समाज व अर्थव्यवस्था की जिम्मेदारियॉ है इस बीमारी के कारण समाज में विभिन्न प्रकार की प्रतिक्रियाएँ हो रही है जैसे

1. जानकारी के अभाव में व्यक्ति में इस बीमारी के कारण डर फैल रहा है।
2. समाज में कुछ डॉक्टरों में भी इस बीमारी के कारण घबराहट फैल रही है।
3. अभी भी कई लोगों को लगता है यह बीमारी केवल वेश्वाओं के पास जाने से व नशा करने वालो को ही होती है।
4. डर व जानकारी के अभाव में एड्स के मरीजो के साथ भेदभाव भी बढ़ने लगा है। बाद में एड्स के मरीजों के मन में यह आने लगता है कि

हजारों हमदर्द मिलते है मगर काम के चंद मिलते है
जब बुरा वक्त आता है तो सभी दरवाजे बंद मिलते है।।

एड्स के कारण समाज में होने वाले दुष्प्रभाव पर हम निम्न बिंदुओं पर चर्चा करेगें :–

a) एड्स व परिवार
b) एड्स का देश के विकास पर प्रभाव।
c) एड्स का स्वास्थ व्यवस्था पर प्रभाव।
d) बच्चों में एड्स
e) एड्स व कानुन व्यवस्था संबंधित परेशानी
f) एड्स का अर्थ व्यवस्था पर प्रभाव
g) धर्म व संस्कृति का महत्व

a. एड्स और परिवार

1. एड्स के बारे में पता चलते ही व्यक्ति को लगता है क्या मैं इस बीमारी के बारे में परिवार को बताऊँ **या नहीं, या बताऊँ तो कैसे बताऊँ।**
2. **कई बार अपने घर के सदस्य के बारे में एड्स का पता चलते ही व्यक्ति व परिवार गुमनामी के अंधेरे में चले जाते हैं।**
3. **पति को एड्स है यह पता चलते ही पति पत्नी के रिश्ते में दरार पड़ जाती है कई पत्नियाँ तो आत्महत्या कर लेती है व कुछ अपने पति व परिवार को खत्म कर देती है पति लोग भी कई बार इस प्रकार की हरकत करते हैं।**

पत्नी : अगर मै मर जाऊँ तो तुम क्या करोगी।
पति : तो मै भी मर जाऊँगा।
पत्नी : वो कैसे।
पति : क्या कोई आदमी खुशी से नहीं मर सकता है क्या!

4. यदि माता व पिता दोनों को एड्स है तो ज्यादा परेशानी बच्चों को होती है।
5. परिवार के एक सदस्य को एड्स होने पर पूरे परिवार पर उसकी देखभाल व इलाज का बहुत अधिक खर्च पड़ता है।

पारिवारिक चिकित्सक एड्स को बढ़ने से रोक सकते है।

b. एड्स का देश के विकास पर प्रभाव

यह प्रभाव प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष दोनों रूप में पड़ता है।

प्रत्यक्ष प्रभावः–

कार्य में अनुपस्थिति (छुट्टी)
ओवर टाइम
आदि कारणो से अस्थायी कर्मचारी को कार्य में रखना व प्रशिक्षण देना होगा।

परीक्षा का समय

रचियता
डॉ. अजय गुप्ता

क्लास

सर मुझे छुट्टी चाहिये मुझे एड्स हो गया

ओवर टाईम कर रहा हूँ।

सर क्या कर रहे हो

रचियता
डॉ. अजय गुप्ता

यौवन विचारों को जीतने के लिए मिला है उसे व्यर्थ ही न जाने दें।

अप्रत्यक्ष प्रभाव :-

कर्मचारी के बीमारी होने के कारण घरेलू आमदनी कम होगी। बचत कम होगी, कर्मचारी नौकरी की जगह से जमा पूंजी निकालेंगें।

मेरे एक मरीज को एड्स था। प्रारंभ में उसे पता नहीं चला वो बार-बार बीमार होते रहता था। उसके कारण वह कारखाने से छुट्टी लेता रहता था। मगर एक बार उसके परिवारिक डॉक्टर ने एड्स के लिए खून की जॉच कराई तो पता चला कि उसे एड्स है। उस व्यक्ति ने अपने एक दो दोस्तों से अपनी बीमारी की चर्चा की धीरे-धीरे यह बात कारखाने के काफी लोगों को मालूम हो गई। कारखाने के मालिक ने उसे नौकरी से निकाल दिया। कई दिन तक वह भटकते रहा फिर वह एक वकील से मिला और उन लोगों ने कारखाने मालिक के खिलाफ कोर्ट में केस दायर कर दिया। अंत में कोर्ट ने फैसला दिया कि कोई भी मालिक किसी नौकर को इस आधार पर नौकरी से नहीं निकाल सकता कि वह एड्स से पीड़ित है। बाद में उस मरीज को फिर से उसी कारखाने में नौकरी मिल गई।

कितने ध्यान से पढ़ा आपनेः-

1. एड्स का देश के विकास पर क्या प्रभाव पड़ेगा ?

अभी भी वक्त है सुधर जाओ।

C. एड्स का अर्थव्यवस्था का प्रभाव

एड्स के कारण कर्मचारियों की बिमारी अनुपस्थिति व छुट्टी व इलाज के बढ़ते खर्चे के कारण अर्थव्यवस्था पर बुरा प्रभाव पडेगा।

अफसर कर्मचारी से : क्या तुम पुर्नजन्म में विश्वास करते हो।

कर्मचारी : जी हाँ

अफसर : जिस चाचा के मरने पर पिछले महीनें तुमने छुट्टी ली थी वह तुमसे मिलने आयें है।

एड्स से प्रभावित विशेष क्षेत्र :

कपड़ा उद्योग व बिल्डींग निर्माण :–

क्योंकि इस व्यवस्था का कार्य, पलायन किये हुँए मजदूरों व्दारा किया जाता हैं जो कि अपने घर परिवार में दूर रहने के कारण वेश्याओं के पास जाते है।

ट्राँसपोर्ट :–

ट्रक ड्राइवरों को एड्स होने का ज्यादा खतरा रहता है क्योंकि आजकल पुरे हाइवे वेश्याओं से भरे पड़े है।

बंदरगाह व जहाज :–

दूसरे देश के कर्मचारी भी यहाँ कार्य करते है और उन्हें भी वेश्यावृति के कारण एड्स होने का ज्यादा खतरा रहता है।

पर्यटन :–

समुद्रों के किनारे वाले शहरों में वेश्यावृत्ति ज्यादा होती है।

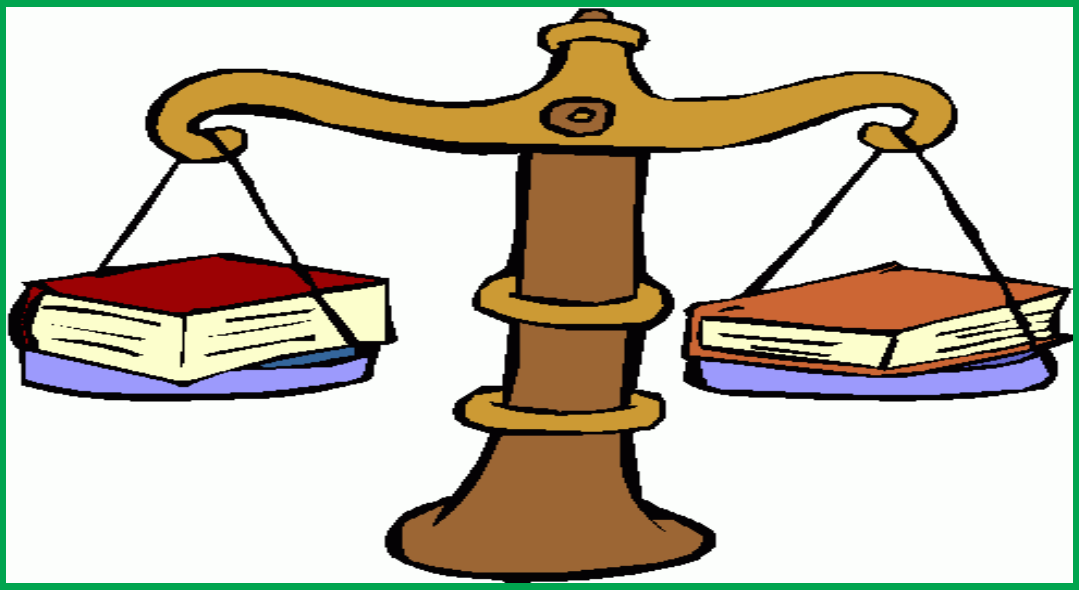
कृषि :–

पंजाब व हरियाणा में अधिकांशतः पलायन किये हुए मजदूर कार्य

अभिलाषा के पूर्ण होने को सुख कहते हैं, अभिलाषा के न पूर्ण होने को दुःख कहते है।

d. एड्स और कानून व्यवस्था संबंधित परेशानी

जब लाखो जवान व्यक्ति एड्स के कारण मरने लगेंगें तब लाखो बच्चे अनाथ होंगे विधावाओ व ठुकराए हुएँ व्यक्तियों की संख्या तेजी से बढ़ेगी तब ये लोग दूसरे लोगों द्वारा गलत राह व अपराध की ओर ले जाये जायेंगे। उसके कारण वेश्यावृत्ति, बच्चों का उपयोग चोरी, डकैती व नशे जैसी घटनाएँ बढ़ेगी। इन बच्चों का समाज को देखने का नजरिया बदल जायेगा कुछ लोग आंतक –वादी भी बन जायेगें। जनसंख्या के अनुपात में वैसे ही पुलिस की संख्या कम है और जब इस तरह अपराधों की संख्या बढ़ेगी तब कानुन व्यवस्था का क्या हाल होगा इसका अंदाजा लगाना मुश्किल होगा?



कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. एड्स का कानून व्यवस्था पर क्या प्रभाव पड़ेगा ?

बदला लेने से मनुष्य अपने शत्रु के समान हो जाता है

e. एड्स का स्वास्थ व्यवस्था पर प्रभाव

एड्स का सबसे ज्यादा प्रभाव स्वास्थ विभाग व व्यवस्था पर पड़ेगा।

1. नर्स व पैरामेडिकल कर्मचारियों में इसके प्रति जागरूकता कम है।

2. काऊँसलिंग में अधिक समय लगता है परन्तु यह एड्स को फैलने से रोकती है परन्तु चिकित्सक लोग व्यस्त होने के कारण इसमें कम समय देते है।

3. मरीज बार–बार बीमार होगा व बार बार भर्ती होगा।

4. एड्स की दवाई बहुत महंगी है व आसानी से उपलब्ध भी नहीं है।

5. जनसंख्या के अनुपात में वैसे ही स्वास्थ कर्मचारी व सेवाओं की कमी है तो एड्स के ज्यादा फैलने के बाद स्थिति क्या होगी।

6. स्वास्थ सेवाओं के लिये सरकार के पास वैसे ही बजट कम है तो फिर एड्स फैलने के बाद क्या होगा।

7. एड्स के कारण मृत्यु के नजदीक पहुँचे व्यक्तियों की देखभाल अत्यंत कठिन हो जायेगी।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. एड्स का स्वास्थ व्यवस्था पर क्या प्रभाव पड़ेगा?

मूर्ख स्वयं को बुद्धिमान समझते है, किन्तु वास्तविक बुद्धिमान स्वयं को मुर्ख ही समझते हैं।

f. बच्चों में दुष्प्रभाव

बच्चों में एड्स के कारण बहुत बुरा असर होगा।

1. वर्तमान में विश्व में कई लाख बच्चों को एड्स हो गया है।
2. विश्व के कई लाख बच्चे एड्स के कारण अनाथ हो गये है।
3. कई लाख महिलाएं प्रजनन की आयु में एड्स का शिकार हो चुकी है। उनसे होने वाले 30–50 प्रतिशत बच्चे एड्स का शिकार होंगे।
4. आजकल 2 वर्ष से कम के बच्चों में भी एड्स के लक्षण दिखाई देने लगे है।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. एड्स का बच्चों में क्या दुष्प्रभाव पड़ेगा ?

एच. आई. वी. पीड़ित बच्चों को भी टीके दिये जा सकते है।

एड्स की बीमारी के लक्षण

एड्स में शरीर की बीमारीयों से लड़ने की प्रतिरोध क्षमता एकदम कम या लगभग खत्म हो जाती है इसलिये शरीर में होने वाली छोटी से छोटी बीमारी जैसे फोड़ा, सर्दी, खांसी भी भयानक रूप लेकर मरीज को मौत के मुहँ में पहुँचा सकती है परन्तु किसी मरीज में निम्न लक्षण हो तो उसे एड्स हो सकता है।

मुख्य लक्षणः–

1. बहुत कम समय में शरीर का वजन 10% तक कम हो जाना अर्थात् मान लो अगर आपका वजन 50 किलो है तो 5 किलो वजन कम हो जाना।

तेरी वादों की खा–खा के चोटे यह दिल हमारा पत्थर हो गया। पहले था वजन 80 किलो वह घटकर अब 70 हो गया।

2. ऑव या डायरिया का एक माह तक लगातार होना व दवाईयों व्दारा ठीक नहीं होना।

मरीज : सर मुझे पतले दस्त हो रहे है।
डॉक्टर : तुम ऐसा करो लाल रंग की अंडरवियर पहन लो। दूसरे दिन मरीज आता है। वह कहता है।
मरीज : सर मेरे दस्त तो नहीं रूके।
डॉक्टर : लाल रंग के कपड़े से इतनी बड़ी रेलगाड़ी रूक जाता है तुम्हारे दस्त नहीं रूके।

3. बुखार का तीन माह तक लगातार आना व दवाईयों से ठीक ना होना।

"वजन का कम होना, बुखार व दस्त जारी है। जल्दी चेकअप करा, लगता है तुझे एड्स की बीमारी है।"

बुरे कर्मो की सजा एक ना एक दिन अवश्य मिलती है।

W - WEIGHT LOSS
D - DIARRHOEA
F - FEVER

छोटे लक्षण :–

1. लगातार खांसी का लम्बे (एक माह से अधिक) समय तक आना दवाईयों व्दारा ठीक **न होना।**
2. **पूरे शरीर में चमड़ी की बीमारी हो जाना।**
3. **अग्नि माता या हर्पिस जोस्टर का बार–बार होना।**
4. **पुरानी व लगातार बढ़ने वाली हर्पिस सिम्पलेक्स का होना।**
5. **किसी व्यक्ति का थोड़े समय में बार–बार बीमार होना।**
6. **शरीर की अधिकांश लिम्फनाडे का एक साथ बढ़ जाना।**
7. **मुँह व पेट की आंत में फंगस इन्फेक्शन का होना।**

बच्चों में एड्स के लक्षण :–

उपरोक्त बताये गये तीन मुख्य व सात छोटे लक्षणों के अलावा।

ए) बच्चे की वृध्दि (GROWTH) बहुत धीरे होना (मुख्य लक्षण)

संता : यार मेरे बच्चे की लम्बाई नहीं बढ़ रही है।

बंता : तू अपने बच्चे का नाम भ्रष्टाचार रख दे, देखना कितनी तेजी से बढ़ेगा।

बी) बच्चे के माता को एड्स होना।

सी) बच्चे का बार–बार बीमार पड़ना

परमात्मा सत्य है, और प्रकाश उसकी छाया
– वैज्ञानिक अलबर्ट आइंस्टीन

उपरोक्त बतायें गये लक्षणों में 2 मुख्य व 1 छोटे लक्षण (बच्चों में 2 छोटे लक्षण) का किसी मरीज में बिना किसी अन्य बीमारी के पाया जाना एड्स की संभावना व्यक्त करता है।

उपरोक्त बताये गये लक्षण जनसामान्य को समझाने के लिये है परन्तु बड़े व्यक्तियों में एड्स के लक्षण, विस्तारपूर्वक अध्ययन हम अगले अध्याय में करेंगें।

बड़े व्यक्तियों में एड्स

बड़े व्यक्तियों में जब एड्स के वायरस शरीर में प्रवेश करते है तो उनकी बीमारी को हम निम्न क्रम में रखते हैं।

1. सीरो कन्वरसन
2. एच. आई. वी. पॉजिटिव
3. ए. आर. सी. या पी. जी. एल या दोनो
4. एड्स

सीरो कन्वरसन : जब व्यक्ति के शरीर में एड्स के कीटाणु प्रवेश करते हैं तो कुछ हफते बाद मरीज को हल्का बुखार आता है। गले में खराश होती है। शरीर की लिंफनोड बढ़ जाती है। शरीर में हल्के–हल्के चकते आते है। कई बार मरीज के शरीर में वायरल ज्वर के समान लक्षण मिलते हैं। कई बार हाथ–पॉव में झुनझुनाहट भी होती है। कुछ समय बाद यह सब तकलीफे कम हो जाती है।

एच. आई. वी. पॉजिटिव : सीरोकनवर्सन के कुछ समय बाद मरीज पूर्णतया स्वस्थ हो जाता है परन्तु एड्स के वायरस उसके शरीर में रहते है व मरीज को कोई तकलीफ या बीमारी नहीं होती। एच. आई. वी. पॉजिटिव से एड्स होने में 3 से 10 साल का समय लग सकता है जो कि कम या ज्यादा भी हो सकता है। इस दौरान एच. आई. वी. पॉजिटिव व्यक्ति से एड्स किसी स्वस्थ मनुष्य में फैल सकता है।

इंटरव्यू के समय अधिकारी (प्रत्याशी) से अपने घर वालों के बारे में बताओं।

प्रत्याशी : मेरे पिताजी चकला चलाते है मॉ लॉटरी में पागल है। बहन आवारागर्दी करती है।

अधिकारी : बाप रे ! तुम्हारे घर में सब निगेटिव-निगेटिव ही है या कुछ पॉजेटिव भी है।

प्रत्याशी : जी, मै हूँ ना, एच. आई. वी. पॉजेटिव।

ए.आर.सी. या पी.जी.एल या दोनों :– जब मरीज को किसी बड़ी अपारचुनिस्टिक (OPPORTUINSTIC) बीमारी न हो परन्तु एड्स के अन्य लक्षण उपस्थित हों तो हम उसे ए. आर. सी. (A.R.C.) या एड्स रिलेटेड कॉम्पलेक्स कहते हैं।

पी.जी.एल.(P.G.L.) जब शरीर की सभी लिम्फोनोड एक साथ बढ़ जाये व तीन महीने तक दवाईयों व्दारा ठीक न हो तो उसे पी.जी.एल. परसिसटेंट जनरेलाइजड् लिम्फेडेनोपेथी कहते हैं।

एड्स :– जब व्यक्ति एड्स से सम्बन्धित सभी लक्षण दिखने लगते है व उसके

आदमी सदा दुखी ही रहेगा क्योकि उसे पता ही नहीं है कि वह चाहता क्या है।

अलावा उसके शरीर में अपार्च्युनिस्टिक – इन्फेक्शन दिखने लगते हैं तो उसे एड्स या फुलब्लोन एड्स कहते है।

एड्स के कुछ प्रमुख लक्षण हैं।

1. 1 माह के भीतर शरीर का वजन 10% तक कम हो जाना।

सुना है एड्स में वजन कम हो जाता है।
हमें भी हो जाए एड्स, कम्बख्त वजन बहुत ज्यादा है।

2. बुखार का लगातार तीन माह तक बने रहना।
3. पतले दस्त या डायरिया का एक माह से अधिक समय तक ठीक न होना।
4. मरीज का बार–बार व जल्दी–जल्दी थक जाना है।
5. मरीज को रात को सोते समय पसीना आना।
6. शरीर में सभी लिम्फनोड का एक साथ बढ़ जाना व तीन माह तक ठीक न होना।
7. मरीज के शरीर में अपार्चनुस्टिक इन्फेक्शन का पाया जाना।
8. मरीज के शरीर में कैपोसीस सारकोमा, प्राइमरी सी. एन. एस. सारकोमा व नॉन हॉकिंस लिम्फोमा का पाया जाना।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. बड़े व्यक्ति में एड्स के कौन कौन से लक्षण होते है ?
2. बच्चो में एड्स के कौन–कौन से लक्षण होते है ?
3. एच. आई. वी. पॉजीटिव अवस्था में व एड्स अवस्था में क्या अंतर है ?

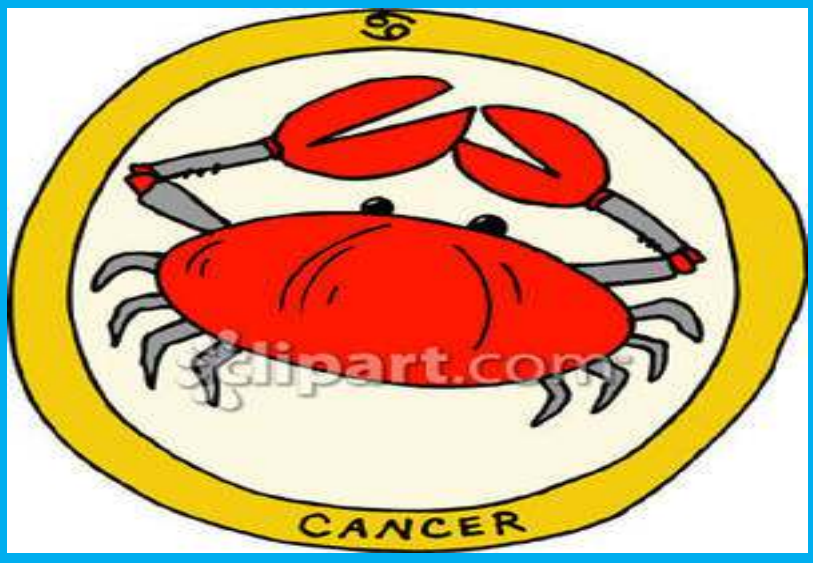
लापरवाही प्रायः अज्ञानता से भी अधिक क्षति पहुँचाती है।

एड्स और कैंसर

एड्स के मरीज को कई बार कुछ विशेष प्रकार के कैंसर होते है। जैसे कैपोसीस सारकोमा, प्राइमरी सी. एन. एस सारकोमा, नॉन हाजकिंन लिम्फोमा, जैसे कैंसरों का पाया जाना। प्रायः यह कैन्सर 60 साल से अधिक व्यक्ति की उम्र में हो सकते हैं परन्तु सामान्य व्यक्ति में इनके होने की संभावना बहुत कम रहती है। कैपोसीस सारकोमा चमड़ी के किसी भी भाग में नीले या भूरे रंग की छोटी सी गठान के समान होने वाला कैंसर है। यह फेफड़े या पेट के आंत में भी हो सकता है। फेफड़े का कैपोसीस सारकोमा मरीज में बहुत तेजी से फैलता है। जिससे मरीज की बहुत कष्टदायक मृत्यु होती है। एड्स के 40% मरीजों में यह कैंसर होता है।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. एड्स में होने वाला प्रमुख कैंसर का क्या नाम है ?



टी. बी. और एड्स

1. विश्व में टी.बी. की बीमारी के बढ़ते प्रभाव को देखते हुएँ सन् 1996 में विश्व में टी.बी. के खिलाफ ग्लोबल इमरजेंसी घोषित की गयी।

एक समाचार
बच्चे
टी.वी. (T.V.) के
दीवाने।

शक्तिमान जैसी
हरकतें करते हुए
दो बच्चे मरे।

एक समाचार
एड्स के बहुत
से मरीज टी.बी.
से मरते हैं।

क्या जमाना है कुछ लोग टी.बी. से मर रहे है
और कुछ लोग टी.वी. से

रचयिता
डॉ. अजय गुप्ता

2. सन् 2015 में विश्व में 1.04 करोड़ लोग टी.बी. के नये मरीज थे व उसमें से आधे लोग विकासशील देशों में है।

3. 2015 मे भारत में 22 लाख टी.बी. के नए मरीज थे।

4. भारत में 2013 मे 5,5 लाख लोग टी.बी. की बीमारी के कारण गय थै।

एड्स के मरीज को टी.बी. नामक बीमारी होने का खतरा 15–30 गुना ज्यादा होता है। एड्स के मरीज को टी.बी. होने पर एड्स उसके शरीर में तेजी से फैलता है। लगभग **30%** प्रतिशत एड्स के रोगियों में टी.बी. होती है टी.बी. होने पर मरीज को हल्का बुखार रहता है रात को सोते समय पसीना आता है टी.बी. के लिये उसकी छाती का एक्सरे व उनकी चमड़ी की जॉच व थुक की जॉच की जाती है।

5. वर्तमान में टी.बी. के कीटाणु टी.बी. की बहुऔषधी चिकित्सा से भी मर नहीं रहे है जिससे इस बीमारी को ठीक करने में काफी कठिनाई हो रही है।

टी.बी. होने पर तुरन्त इलाज करना चाहिए। एड्स के मरीज में एटिपिकल जीवाणु व्दारा टी.बी. होने पर मरीज की मृत्यु 6–10 माह में ही हो जाती है।

कितने ध्यान से पढ़ा आपनेः–

1. टी.बी. और एड्स में क्या संबंध है ?

हर मर्ज ठीक हो सकता है हर मरीज नही

एड्स से होने वाले अपारचुनिस्टिक इंफेक्शन

एड्स के मरीज में जैसे–जैसे प्रतिरोधक क्षमता कम होती जाती है वैसे–वैसे उसमें विभिन्न बीमारियां होती जाती है इन्हें हम अपारचुनिस्टिक इनफेक्शन कहते है। एड्स के 80 प्रतिशत मरीज की मौत इन्ही बीमारियों के कारण होती है।

एड्स में होने वाली इन बीमारियों का प्रतिशत निम्न प्रकार से होता है

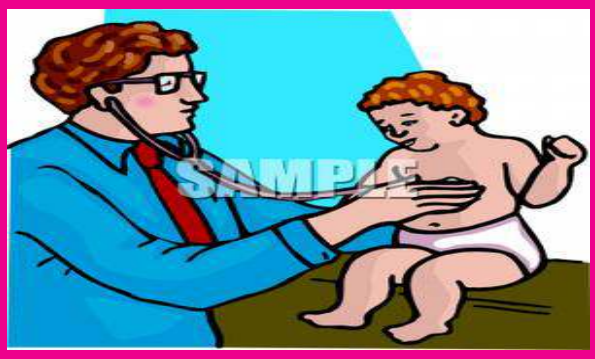
टी–बी	–	64%
केन्डीडियेसिस	–	58%
क्रिपटोस्पोरोडियल डायरिया	–	35%
हर्पिस जोस्टर	–	11.8%
टाक्सोप्लास्मोसिस	–	7.4%
बेक्टेरियल इन्फेक्शन	–	7%
न्यूमोस्टिस कैरीनाइ न्युमोनिया	–	4%
क्रिपटोकोकल मैनीनजाइटिस	–	3%
कैपोसी सारकोसा	–	0.6%
अन्य	–	8%

कितने ध्यान से पढ़ा आपनेः–

1. एड्स में होने वाले तीन प्रमुख अपारचुनिस्टिक इंफेक्शन के नाम बतायें ?

मरने वाले तो खैर बेबस हैं। जीने वाले कमाल करते है।

बच्चों में एड्स



बच्चों में एड्स उसी तरह से फैलता है जिस तरह से बड़े व्यक्तियों में, परन्तु कुछ बच्चे यौन दुराचार के शिकार हो जाते है। कुछ बच्चों को हीमोफिलिया नामक रोग हो जाता है। जिसके कारण उन्हें बार–बार खून देना पड़ता है। इन कारणों से भी बच्चों में भी एड्स फैलता है।

एड्स से पीड़ित महिला से होने वाले बच्चे में भी एड्स होने की संभावना लगभग 50% तक होती है गर्भ में 14–20 हफते के बच्चें में भी एड्स के वायरस पाये जाते है। बच्चे के जन्म (डिलवरी) के समय भी बच्चे को एड्स होने की संभावना होती है। अगर मां को एड्स है। स्तनपान व बच्चे को दूध पिलाने पर भी बच्चे को एड्स होने की संभावना रहती है।

बच्चों में एड्स की परिभाषा :– अगर किसी 14 साल से कम उम्र के बच्चे को एड्स हो जाये या उसके खुन में एच. आई. वी वायरस पाये जाये तो उसे पिडियाट्रियक्स **एड्स कहत है। मॉ के खून से एड्स की एंटरबाडी बच्चे के खून में प्रवेश कर जाती है। इसलिये 18 माह तक एड्स के पता लगाना इन बच्चों में कठिन होता है। इसलिए 18 माह से कम उम्र के बच्चों में एड्स, वायरस कलचर, पी 24 एंटीजन द्वारा, वेस्टर्न ब्लाट व पी. सी. आर जांच व्दारा पता लगाया जा सकता है।**

इंटरनेट व वेबसाइट सेक्स (इसलिए एड्स) को बढ़ावा दे रही है।

डॉक्टर – मरीज से मुँह खोलो और मुँह खोलो

मरीज – अब और कितना मुँह खोलू क्या मुँह के अंदर बैठकर जॉच करोगे।

रचियता
डॉ. अजय गुप्ता

गलती करने के भय से घिरे रहना ही जीवन की सबसे बड़ी गलती है।

बच्चों में एड्स के प्रमुख लक्षण :–

1. बार–बार व खतरनाक बैक्टीरियल इन्फेक्शन का होना।
2. लगातार 2 माह तक पतले दस्त या डायरिया का होना।
3. मुँह के अन्दर केन्डेडियल बीमारी का होना।
4. बच्चे की वृद्धि न होना।
5. लिम्फाइड इन्स्टरस्टिरियल निमोनिया का होना।
6. अपारर्चुनिस्टिक बीमारियों का होना।
7. बुखार का 2 माह तक लगातार होना।
8. गलसुआ या गले की पैराटिड ग्रंथि की सूजन लगातार 2 माह तक होना।
9. बच्चे का यकृत या लीवर (LIVER) लगातार 2 माह तक बढ़े रहना।
10. तिल्ली या स्पलीन का लगातार 2 माह तक बढ़े रहना।
11. सिबोरिया व केन्डीडियेसिस नामक चर्म रोग होना।
12. बार–बार कान का बहना।
13. बार–बार सायनस की बीमारी होना।
14. मस्तिष्क संबंधी बीमारी जैसे दिमाग का छोटा होना।
15. शरीर की दोनो तरफ की नसों की कमजोरी होना।

कम उम्र की लड़कियों व महिलाओं में एड्स होने की संभावना होती है।

बच्चों में एड्स का इलाज

एड्स से पीड़ित बच्चों का बहुत ध्यान रखा जाना चाहिये। बच्चो के साथ–साथ पूरे परिवार के **ऊपर भी ध्यान देना चाहिये। अगर बच्चे की माँ एड्स से पीड़ित है तो उसे पुनः माँ न बनने की सलाह देनी चाहिये। बड़ो की तुलना में एड्स बहुत तेजी से फैलता है एक बार एड्स हो जाने पर बच्चा एक से तीन वर्ष के अंदर मर जाता है। बड़ों की तरह ही बच्चों में भी जीडोबुडीन दी जा सकती है। बच्चे को मां का दूध नहीं देना चाहिये क्योंकि बच्चे को माँ के दुध से भी एड्स हो सकता है।**

एड्स से पीड़ित बच्चों का टीकाकरण

एड्स से पीड़ित बच्चों को डी.टी.पी., बी.सी.जी. के टीके दिये जा सकते है। मुँह से दिये जाने वाले पोलियो वैक्सीन दिया जाना चाहिये। मीसल्स व एम.एम.आर. का टीका भी दिया जा सकता है।

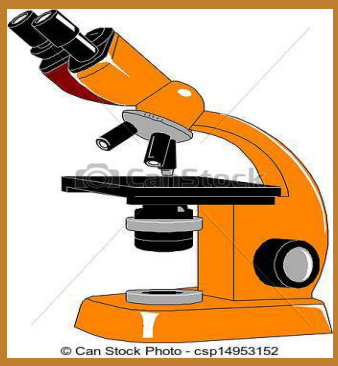
कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. 18 माह तक के बच्चों में एड्स का पता लगाना क्यों कठिन होता है ?

2. एड्स से पीड़ित बच्चों को कौन–कौन से टीके दिये जा सकते है ?

एड्स के कारण पूरे विश्व में सन् 2000 तक 1 करोड़ बच्चे अनाथ हो गये है।

एड्स की जॉच



एड्स की जॉच तीन तरह से होती है :–

1. इम्युनोलॉजिकल टेस्ट
2. स्पेसिफिक टेस्ट
   1. एंटीजन की जॉच
   2. वायरस को अलग करना
   3. एन्टी बॉडी की जॉच करना

   अ) एलीसा ब) सिरोड़िया स) कारपस टेस्ट ड) वेस्टर्न ब्लॉट
3. नये टेस्ट
   1. पी.सी.आर.
   2. सीरम बीटा–2 माइक्रोग्लोबुलिंग की जॉच
   3. सीरम व मुत्र में नियोपटेरिन की जॉच

इम्युनोलॉजिकल टेस्ट :–

इसके तहत खून में श्वेत रक्त कणिकाओं की संख्या की जॉच करते हैं।

1. एड्स में श्वेत रक्त कणिकाओं की संख्या कम हो जाती है व लिम्फोसाइट (श्वेत रक्त कणिकाओं का एक प्रकार) की संख्या भी काफी कम हो जाता है।
2. लिम्फोसाइड का एक प्रकार होता है T4 लिम्फोसाइड, एड्स के मरीज में T4 लिम्फोसाइट की संख्या 200 cmm से भी काफी कम हो जाती है तथा T4 व T8 कोशिकाओं का अनुपात उल्टा हो जाता है।
3. प्लेटलेट (एक प्रकार की रक्त कणिकाओं) की संख्या भी कम हो जाती है।
4. खून में IgG व IgM नामक एंटीबाडी की मात्रा बढ़ जाती है।

डरे नही मुकाबला करें।

स्पेसिफिक टेस्ट :–

1. एन्टीजन की जॉच – अगर किसी व्यक्ति को एड्स से पीड़ित व्यक्ति के खून दे दिया जाय तो उस व्यक्ति के खून में दो हफते बाद P24 वायरस एंटीजन मिलने लगती है और 6–8 हफते बाद यह P24 एंटीजन रक्त में नहीं पाया जाता व जब मरीज को एड्स पूरी तरह जकड़ लेता है तब पुनः खून मे एंटीजन पाई जाने लगती है। यह एंटीजन एलीसा टेस्ट द्वारा पता लगाया जा सकता है।

2. खून में वायरस की जॉच :– वायरस की संख्या इन्फेक्शन के प्रारम्भ में अधिक होती है व बाद में कम हो जाती है। उसके बाद जब मरीज को एड्स पूरी तरह घेर लेता है तब वायरस की संख्या अधिक होती है। वायरस को मरीज के खून में लिम्फोसाइट (श्वेत कणिकाओं का एक प्रकार) से प्राप्त करते हैं।

3. एन्टीबॉडी की जॉच :– इसकी जॉच आसान होती है व सभी जगह खून में इसकी जॉच द्वारा एड्स का पता लगाया जाता है। अगर मरीज के शरीर में एड्स के वायरस प्रवेश कर जाये तो मरीज के खून में 1–6 माह के भीतर एंटीबॉडी का पता खून जॉच व्दारा लगाया जा सकता है। मरीज के शरीर में वायरस प्रवेश करने के बाद IgM व IgG एंटीबॉडी की मात्रा बढ़ने लगती है।

IgM एन्टीबॉडी 8–10 हफते बाद समाप्त होने लगती है जबकि IgG एंटीबॉडी मरीज के शरीर में जिंदगी भर रहती है। इन एंटी बाडी की हम

घृणा मर्ज से करें मरीज से नहीं।

खून में निम्न जॉच व्दारा पता लगा सकते है।

(ए) एलीसा टेस्ट (बी) सिरोडिया (एच.आई.वी.) टेस्ट
(सी) कारपस टेस्ट

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. एड्स की जॉच कितने तरीके से होती है ?

2. एड्स के मरीज में वायरस की संख्या प्रारंभ में अधिक होती है, या बाद में ?

एड्स तुमको हुआ है जालिम चेकअप करा कर देख,
फिर भी यकिन ना आये तो ब्लड टेस्ट करा कर देख।

वर्तमान में एड्स की स्थिति

विश्व स्वास्थ संगठन (W.H.O.) के अनुसार

- सन् 2015 में एच.आई.वी. पाजिटिव की संख्या पूरे विश्व में लगभग 3.67 करोड है जिसमें कई लाख लोगो को एड्स है।
- इस संख्या में 20 लाख लोग भारतीय हें।
- विश्व में वर्तमान में प्रतिदिन सैकड़ो लोगों को एड्स हो रहा है।
- वर्तमान समय में महिला व पुरूष समान रूप से एड्स से पीड़ित हैं पहले पुरूषों की संख्या ज्यादा थी।
- सन् 2015 में पूरे विश्व में21 लाख नये पीड़ित लोगों में से 1.5 .....0लाख 15 वर्ष से कम के होगें।
- 2015 मे 51 लाख नये एड्स पीड़ित मरीज एशिया के देशों में व 1.91 करोड अफरीकी देशो मे है ।
- भारत में एच.आई.वी. पॉजिटिव की संख्या 20 लाख हो चुकी है अर्थात् लगभग प्रत्येक 600 व्यक्तियों में एक एच. आई. वी. पॉजिटिव है।
- महानगरों में प्रत्येक 200 व्यक्तियों में एक एच. आई. वी. पॉजिटिव है।
- हमारे देश में 50 लाख **ट्रक ड्राइवर है जिसमें** 5 **प्रतिशत एच. आई. वी. पॉजिटिव है।**
- **हमारे देश में 9 लाख वेश्याएं है जिसमें कई लाख वेश्याओं एच. आई. वी. पॉजिटिव है।**
- **भारत में सबसे ज्यादा एच. आई. वी. पॉजिटिव केस महाराष्ट्र में व सबसे कम अरूणाचल प्रदेश में है।**

हम सुधरेगे तो जग सुधरेगा।

एड्स बढ़ने के कारण

वर्तमान में एड्स बहुत तेजी से व बहुत चुपचाप से बढ़ता जा रहा है। आने वाले कुछ ही समय में यह महामारी का रूप ले लेगा। सन् 2015 तक पूरे विश्व के लगभग 50 लाख लोग एड्स से पीड़ित होगें। एड्स के लिए दो शब्दावली प्रयोग की जाती है। पहला एच. आई. वी. पॉजिटिव अर्थात् एड्स के वायरस शरीर में प्रवेश कर गये हो और दूसरा एड्स अर्थात् जब बीमारी ने पूरी तरह जकड़ लिया हो। एच. आई. वी. पॉजिटिव से एड्स होने में 3–10 वर्ष भी लगा सकते हैं और कई बार यह समय कम या ज्यादा भी हो सकता है। एक बार एड्स हो गया तो रोगी की मौत 1–3 वर्ष में हो सकती है।

पूरे विश्व में लगभग सैकड़ों लोग प्रतिदिन एड्स का शिकार हो रहे है। ये तो वह संख्या है जो पहचाने जा रहे हैं परन्तु वास्तविक संख्या बहुत अधिक है। एड्स इतनी तेजी से क्यों बढ़ रहा है इसकी चर्चा हम अलग–अलग बिन्दुओं में विस्तार से करेंगे। जैसे

A. वेश्यावृत्ति व एड्स
B. यौन जनित रोग व एड्स
C. रक्तदान व एड्स
D. नशा व एड्स
E. **ट्रक ड्राइवर व एड्स**
F. औद्योगिक क्षेत्र व एड्स
G. आर्थिक और सामाजिक सुधार व एड्स
H. साइबर सेक्स व एड्स
I. आध्यत्म व एड्स
J. महिलाएँ व एड्स

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. एड्स बढ़ने के प्रमुख कारण कौन–कौन से है।

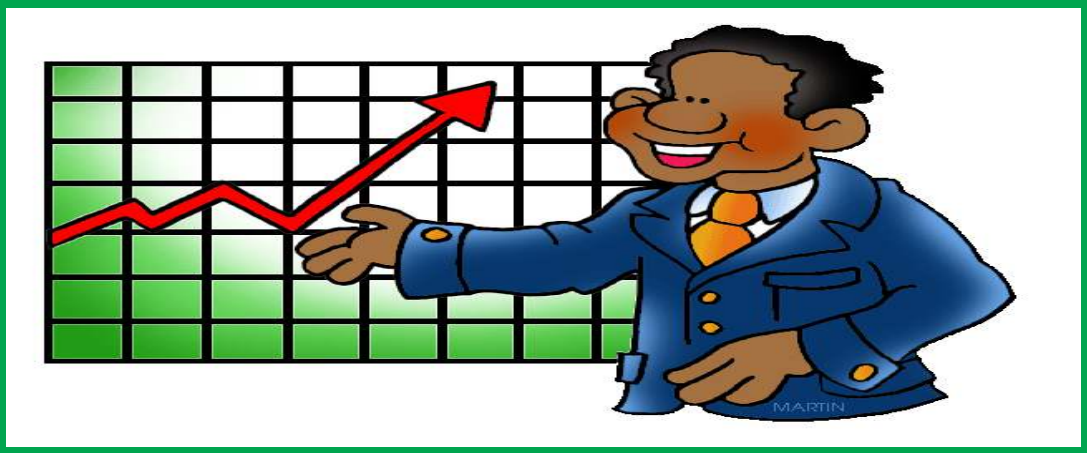
आपने व्यवहार में परिवर्तन से ही एड्स का बचाव संभव है।

एक समाचार

एड्स तेजी से बढ़ रहा है

एक समाचार

मंहगाई तेजी से बढ़ी



अर्थशास्त्री

यह एड्स तो मंहगाई की तरह बढ़ रहा है ?

रचयिता
डॉ. अजय गुप्ता

A. वेश्यावृत्ति और एड्स

75% लोगो में एड्स वेश्याओं से शारीरिक संबंध स्थापित करने से होता है।

हमारे भारत देश में लगभग 9 लाख वेश्याएँ हैं जिसमें 4 लाख वेश्याएँ 18 वर्ष से कम उम्र की है और इसके अलावा भी कई औरतें इस धंधे में सम्मिलित है जिनकी जानकारी हमें नहीं हो पाती। कुछ औरते इसे गरीबी व मजबुरी के कारण अपनाती है व कुछ औरते इसे अपनी यौन संतुष्टि के लिए अपनाती है। केवल मुम्बई में लगभग 50,000 वेश्याएँ है जिनमें लगभग बहुत सी वेश्याओं को एड्स है। एड्स और वेश्यावृत्ति का बहुत बड़ा संबंध है क्योकि 75% लोगों में एड्स वेश्याओं से शारीरिक संबंध स्थापित करने से होता है। इसमें से 60% लोगों को योनि मार्ग से संभोग करने पर तथा 15% लोगों को गुदा मार्ग से संभोग करने पर एड्स होता है। कई लोग अपनी सेक्स की संतुष्टि के लिए गुदा मार्ग का उपयोग करते हैं जिसे सुडोमी कहते हैं।

जब एक पुरूष किसी स्त्री से समागम करता है तो उसे विपरित लिंगी समागम या हेटरोसेक्सुअल कहते हैं। जब एक पुरूष किसी पुरूष से या एक महिला किसी महिला से संभोग करते है तो उसे समलैंगिक या होमोसेक्सुअल कहते है।

अधिकांश लोग केवल हेटरोसेक्सुअल होते है। केवल 1–4 प्रतिशत लोग होमोसेक्सुअल होते है जिसमें हिजड़े भी सम्मिलित है। गुदा मार्ग से एड्स होने का ज्यादा चांस होता है। 9 लाख वेश्याओं में लगभग 3–4 लाख वेश्याओं को

एड्स है अगर 1 वेश्या के पास एक ग्राहक को भी रोज एड्स हो तो लगभग 3–4 लाख लोगों को प्रतिदिन एड्स हो सकता है। इससे हम एड्स के फैलने की भयानकता का अंदाजा लगा सकते है।

इस तरह से हम देखे तो तो बीमारी के बढ़ने का खास कारण वेश्यावृत्ति है।

परन्तु लोग वेश्याओं के पास जाऐंगे ही नहीं तो वेश्यावृत्ति खत्म हो जाएगी।

वेश्यावृत्ति के बढ़ने के कुछ खास कारण भी है जैसे :

1. वेश्यावृत्ति से आसानी से बहुत अधिक रूपया मिलता है इसलिये कुछ गरीब परिवार की महिलाएँ इसे रोजी–रोटी का साधन बनाती है परन्तु कुछ अमीर लड़कियाँ इसे पॉकेट खर्च का साधन बनाती है।

2. प्रायः यह देखा गया है कि छोटी उम्र के लड़के व लड़कियाँ वेश्यावृत्ति व नशे को उत्सुकतावश अपना लेते है क्योंकि 25 वर्ष से कम के लड़के व लड़कियों में सेक्स बहुत ज्यादा होता है।

3. प्रायः यह देखा गया हैं कि सामान्य से कम बुद्धि वाली महिलाएँ वेश्यावृत्ति ज्यादा अपनाती हैं।

4. उत्तेजक साहित्य व टी. वी. में आजकल विदेशों चैनलों में जो अश्लील दृश्य दिखाया जाता है उससे भी युवतियों में सेक्स की भावना जाग्रत होती है। बढ़ते हुए व्यापार व आवागमन के साधन के कारण लोग एक शहर से दूसरे शहर में जाते है और वहाँ वे वेश्याओं के पास जाते है और

अपने शहर में शरीफ बनकर घुमते हैं इससे भी वेश्यावृत्ति को बढ़ावा मिलता है।

5. शराब का नशा, लोगों का गिरता हुआ चरित्र, और इन सबके लिए समाज की मौन स्वीकृति भी वेश्यावृत्ति को बढ़ने में सहायक है।

6. अधिकांश व्यक्तियों में ये गलतफहमी है कि किसी कुँवारी कन्या से यौन संबंध रखने से यौन जनित बीमारियॉ ठीक हो जाती है और लोगों की यह गलत धारणा ही नाबालिग युवतियों को इस धन्धे की ओर धकेल देती है।

इसलिए वेश्याओं के पास जाने से पहले यह ध्यान रखना कि

बगैर जाने पहचाने इकरार ना कीजिए।
मुस्कुराकर दिल को बेकरार ना कीजिए।
फूल भी दे जाते है जख्म गहरे कभी–कभी।
हर फूल पर यूं एतबार ना कीजिए।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. कितने प्रतिशत लोगो में एड्स वैश्याओं में शारीरिक संबध स्थापित करने के कारण होता है ?
2. वैश्यावृत्ति बढ़ने के कौन–कौन से कारण है ?

पत्नियॉ अपने पति को एड्स से बचाने में काफी सहायक हो सकती है।

A. 1 बाल वेश्याएं

हमारे देश में नौ लाख वैश्याओं में लगभग चार लाख बाल वैश्याऐं है और इन बालिकाओं को इस धंधे में धकेलने वाले ज्यादातर उनके परिवार के पुरूष ही होते हैं। छोटी लड़कियों को प्रारंभ में बीमारियां (यौन जनित रोग व एड्स) कम होता है इसलिए ग्राहक लोग इन लड़कियों की मांग ज्यादा करते है।

- प्रति वर्ष इस काले धंधे में 40 हजार करोड़ लगते हैं।
- इसमें से 11 हजार करोड़ बाल वैश्याओं में लगते है।
- इन वैश्याओं के पास जाने वाले ग्राहकों में 20 प्रतिशत ग्राहक छात्र (Students) होते है।
- 33 प्रतिशत ग्राहक 50 वर्ष के **ऊपर के होते हैं।**

(भारत में चन्द्र गुप्त मौर्य व चाणक्य के समय वेश्वाओं को समाज में सम्मान का दर्जा प्राप्त था)

दिल क्या चीज है आप मेरी जान लिजिए पर कृपया मुझे एड्स जैसी बीमारी मत दीजिए।

मधुर फूल धीरे–धीरे उगते है लेकिन घांस जल्दी–जल्दी।

A. पुरूष वैश्यावृत्ति

कार्लगर्ल के बाद अब कार्ल बॉयस भी

पहले तो हम दबे स्वर में सुनते थे कि पुरूष लोग भी वेश्यावृत्ति करते है परन्तु अब इनकी मांग तेजी से बढ़ते जा रही है अभी कुछ दिनों पूर्व ही इंटरनेट की वेबसाइट में विज्ञापन आ रहा था कि काल बॉयस (पुरूष वैश्यावृत्ति) लिए हमसे सम्पर्क करें व महीने में 20–50 हजार कमायें। एक पुरूष वैश्या ने बताया कि पहले अजीब लगता था परन्तु अब इसकी आदत हो गयी है तो मजा आता है परन्तु कई बार बुजुर्ग महिलाओं के साथ बेमन से समागम करना पड़ता है।

एक बार महिला मेरे पास आई व कहने लगी कि मेरे पति नौकरी करते है व कई बार 8–10 दिनों के लिए बाहर जाते है महिने में 5–7 दिन घर में रहते है बाकि दिन घर से बाहर रहते है इसी बीच मेरा शारीरिक संबंध पड़ोस के एक युवक से हो गया, वह बेरोजगार है व पढ़ा लिखा है कभी कभी मेरे से कुछ रूपय भी मांग लेता था, क्या मेरे को एड्स हो जाएगा ? कृपया मुझे एड्स के लक्षण बताइए। मैने कहा एड्स आपको पड़ोसी से होगा कि पति से यह कैसे पता चलेगा तो वह बोली मेरे पति हमेशा निरोध लगाते है, परन्तु पड़ोसी नहीं। मैंने उससे कहा अब आप उस पड़ोसी से दूर रहे व अपने खून की जॉच करा ले परन्तु बाद में वह दुबारा मेरे पास नहीं आई।

एक बार लड़के की शादी होती है। वह लड़का प्रायः वैश्याओं के पास जाता था। सुहागरात में समागम के बाद आदत अनुसार उसने पर्स से 100 रू. निकाला व अपनी पत्नी को दे दिया। पत्नी ने 50 रू. वापस कर दिया !!!

(अगर लोग अभी भी नहीं समझे तो आने वाले कुछ वर्षो में यही हाल होगा)

मनुष्य को अपने स्वार्थ के सामने अपना पराया कुछ दिखाई नहीं देता।

B. यौन जनित रोग व एड्स

जब कोई पुरूष किसी वेश्या के पास जाता है तो उसके लिंग में विभिन्न प्रकार की बीमारियां हो जाती है जैसे घाव, मवाद निकलना आदि जिसे यौन जनित रोग कहते है।

जब लिंग में इस तरह की बीमारियॉ हो तो इन बीमारियों व घाव के रास्ते से एड्स के वायरस व्यक्ति के शरीर में आसानी से प्रवेश कर जाते है इस तरह किसी व्यक्ति को यौन जनित रोग हो तो उसे यौन रोग व एड्स होने की संभावना 5–10 गुना ज्यादा बढ़ जाती है मुम्बई में कुछ समय पूर्व हुये सर्वेक्षण में यह पाया गया कि यौन जनित रोग व एड्स के जितने भी मरीज थे उनमें से 70% को कोई ना कोई यौन जनित हुआ था जबकि वेश्याओं के पास जाने से एड्स होने की संभावना 0-1% व 1 प्रतिशत तक होती है।

यौन जनित रोग कई प्रकार के होते है परन्तु 5 प्रमुख है।

- सिफलिस
- गोनोरिया
- चेनकराइड्
- लिम्फोग्रेन्युलोमा विनेरियम
- ग्रन्युलोमा इन्गवाइनेल

परन्तु इनके अलावा अन्य यौन जनित रोग है।

- हर्पिस जैनाइटेलिस
- नान स्पेसीफिक, यू.टी.आई.
- जेनाइटल वारट्स
- मोलस्कम कान्टेजियोसम
- स्केबीस
- जुएँ
- हेपेटाइटिस बी

और सबसे खतरनाक है **एड्स**

निर्लज्ज हारकर भी नहीं हारता, मरकर भी नहीं मरता।

आइये अब इनमें से कुछ प्रमुख बिमारियों के बारे में मैं आपको बताऊ।

सिफलिस :–

यह भी एक खतरनाक यौन जनित रोग है हिन्दी में इसे गर्मी कहते है पूरे विश्व में प्रतिवर्ष लगभग एक करोड़ बीस लाख लोग इस बीमारी का शिकार होते है इस बीमारी की तीन अवस्थाएं होती है प्रथम, व्दितीय व तृतीय।

प्रथम अवस्था में लिंग में एक घाव हो जाता है व ध्यान ना देने पर लिंग के पास की ग्लैंड बढ़ जाती है फिर भी ध्यान ना देने पर थोड़े दिन बाद घाव ठीक होने लगता है परन्तु यह बीमारी अंदर ही अंदर खून में फैलने लगती है जिसे हम व्दितीय अवस्था कहते हैं। जिसमें पूरे शरीर में लाल रंग के चकते निकलने लगते है। पूरे शरीर की ग्लैंड बढ़ जाती है लिंग व मुँह के अंदर घाव हो जाते है। इस अवस्था में ध्यान न देने पर यह तृतीय अवस्था में परिवर्तित हो जाती है जिसके कारण हृदय व दिमाग में असर होने लगता है व मरीज की मृत्यु तक हो जाती है।

गोनोरिया :–

हिन्दी में इसे सुजाक कहते है। पूरे विश्व में प्रतिवर्ष, 6 करोड़ बीस लाख लोग इसके शिकार होते है इसमें मुत्र नली में जलन होती है व वहॉ से मवाद निकलती है व इसी प्रकार महिलाओं में समागम के समय जलन व मुत्र नली में जलन होती है समय से इलाज न कराने पर या अधुरा इलाज करने पर मुत्र नली में सिकुड़न, अंडकोष में सुजन व शुकाणु नली बंद हो जाती है जिससे भविष्य में वह व्यक्ति बाप नहीं बन सकता।

चेनकराइड् :–

इसमें लिंग में कई घाव एक साथ हो जाते है लिम्फोग्रे न्युलोमा विनेरियम व ग्रेन्युलोमा इन्गवाइनेल में भी लिंग में घाव हो जाते है।

हर्पिस जेनाइटेलिस :–

आजकल यह बीमारी तेजी से फैलती जा रही है क्योंकि इस बीमारी का कोई इलाज नहीं है इसलिये इसके मरीजों की संख्या भी तेजी से बढ़ रही है हालांकि इसमें मरीज की मौत नहीं होती है परन्तु यह बीमारी उसे बार–बार होती रहती है व इलाज करने पर ठीक हो जाती है पुरूषों में लिंग में छोटी छोटी फुंसियों के रूप में होती है स्त्रीयों में होने से बार–बार गर्भपात हो जाता है व कई बार होने वाले बच्चों में भी बीमारी हो जाती है कई बार इस बीमारी से बच्चे ना होने कर समस्या भी उत्पन्न होती है।

हिपेटाइटिस बी :–

दूषित सुई व खून के अलावा यौन संबंधों के कारण भी होती है इसके आजकल टीके भी लगने लगे है।

खुजली व फोड़ा भी एक दूसरो को छुने व उनके कपड़े के इस्तेमाल करने के अलावा यौन संबंधों के कारण भी होते है।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. यौन–जनित रोग किसे कहते है ?
2. यौनजनित रोग होने पर एड्स होने की संभावना कितने गुना बढ़ जाती है ?
3. पॉच प्रमुख यौन जनित रोगो के नाम बताएं ?
4. सिफलिश क्या है ?
5. गोनोरिया क्या है ?

पूरे विश्व में प्रतिवर्ष 60 करोड़ निरोध का इस्तेमाल होता है।

C. रक्तदान व एड्स

लगभग 15% लोगों को एड्स रक्त लेने के कारण होता हैं। किसी मरीज को किसी एड्स के मरीज का रक्त चढ़ा दिया जाये तो उसे एड्स होने की संभावना 90% होती हैं।

अगर खून बेचने वाले व्यक्ति से खून लिया जाये तो एड्स होने की संभावना ज्यादा होती है। इसलिए खून हमेशा अपने पहचान या रिश्तेदारों से लेना चाहिए। रक्त बेचने वाले व्यक्तियों में प्रायः ऐसा व्यक्ति होता है जिसके पास कोई काम नहीं होता व उसके पास आय का कोई साधन नहीं होता न ही उसका कोई स्थाई पता होता है, उनको नशे की आदत होती है और वे लोग वेश्याओं के पास भी जाते है, उन्हें एड्स होने की संभावना ज्यादा होती है इसलिए उन व्यक्तियों का खून लेने पर एड्स होने की ज्यादा संभावना होती हैं।

इसलिए रोगी को रक्त देने से ज्यादा अच्छा होता है ब्लड काम्पोनेन्ट थेरेपी जिसका अर्थ होता है अगर मरीज को लाल रक्त कणिकाओं की आवश्यकता है तो उसे लाल रक्त कणिकाएँ दें श्वेत कणिकाओं की जरूरत है तो श्वेत रक्त कणिकाएँ दी जानी चाहिए पूरा खून नहीं। आटो ब्लड **ट्रांसक्यूशन भी एड्स को बढ़ने से रोकता है। रक्तदान के पहले रक्तदान करने वाले व्यक्ति की खून जॉच एड्स के लिए करनी चाहिए।**

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. **कितने प्रतिशत लोगो को एड्स रक्त देने के कारण होता है ?**
2. **खून बेचने वालों को एड्स होने की संभावना ज्यादा क्यों होती है ?**
3. **ब्लड काम्पोनेन्ट थैरेपी किसे कहते है ?**

खून बेचने वालों से खून ना लें।

एक
समाचार

दूषित खून से भी
एड्स एक व्यक्ति से दूसरे
व्यक्ति में फैल सकता है।

नेता लोग जनता का
खून चूस रहे है।

खून चूस पार्टी

ये नेता लोग जनता का
खून चूसते है इन्हें एड्स
नहीं होता क्या ?

रचयिता
डॉ.अजय गुप्ता

अपनी गलती स्वीकार करने में लज्जा की कोई बात नहीं।

D. नशा व एड्स

हाल ही में हुई विभिन्न जॉच से यह पता चला है कि शराब व तम्बाकू (बीड़ी, सिगरेट व गुटका) एड्स के बढ़ने में काफी सहायक हैं। शराब की ज्यादा मात्रा लेने पर यह शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को कम कर देती है व एड्स भी ऐसा ही करता है। यदि एड्स का मरीज शराब व नशे का सेवन करें तो उसकी मृत्यु बहुत जल्दी हो जाती है।

आज की भागती दौड़ती जिंदगी में एक दूसरे को नीचा दिखाने में, अपने को समाज में **ऊँचा दिखाने, रूपया कमाने की होड़ में, आदमी इतना ज्यादा तनाव ग्रस्त होते जा रहा है व वह तनाव से बचने के लिए वह नशे को अपनाते जा रहा हैं। एक दूसरे व्यक्ति के प्रति विश्वास की कमी व परिवार से स्वतंत्रता के कारण वह अपना तनाव परिवार व मित्रों के बीच बांट नहीं पा रहा है तब उसे एक ही सहारा दिखता है वह है नशा और इस स्थिति में वह अपने साथी से कहता है कि**

मै पीता नहीं हूँ,
पीता हूँ तो गम भुलाने के लिए।
यह कौन सा ब्रांड ले आये,
भेजा था तुमको विस्की लाने के लिए।

,

नशा करने वाला व्यक्ति शीघ्र ही किसी अन्य स्त्री या पुरूष से शारीरिक संबंध स्थापित करता है व उससे फैलता है एड्स। एड्स का व्यक्ति तनाव व शर्म के कारण अपनाता है नशे को इसलिए आज के तनाव भरी जिंदगी में नशा व एड्स एक दूसरे को बढ़ाने में काफी सहायक हो रहे है।

नशा एड्स को बढ़ाता है।

अगर अपनी जिंदगी से है, प्यार तो नशे को छोड़ दो मेरे यार।

E. ट्रक ड्राइवर और एड्स

हमारे देश में लगभग 50 लाख **ट्रक ड्राइवर** है। जिसमें से लगभग 22 लाख **ड्राइवर ट्रासंपोर्ट में है। विशेषकर जब ड्राइवर लोग किसी दूर के सफर में ट्रक लेकर जाते है तब वे 10–15 दिन के लिए अपनी पत्नी से दूर हो जाते हैं, उस समय वे अपनी सेक्स के पूर्ति के लिए वेश्याओं के पास जाते है इसलिए ट्रक ड्राइवरों में यौन जनित रोग व एड्स तेजी से फैल रहा है और उनसे ये बीमारी उनकी निर्दोष पत्नियों में फैल रही है।**

हम लोग विभिन्न सामाजिक संस्थाओं के साथ एड्स जनजागरण का कार्यक्रम करते रहते है इसी तरह के कार्यक्रम में मेरी मुलाकात एक महिला मरीज से हुई। जो एड्स की मरीज थी उसने बताया कि उसका पति ट्रक ड्राइवर था और वह हमेशा ट्रक लेकर बाहर जाया करता था। पता नहीं वहॉ क्या करता था तीन साल पहले उसकी तबियत बार-बार खराब होने लगी। इसी बीच मेरी एक लड़की है जिसकी तबियत खराब होने पर उसे अस्पताल में भर्ती कराया गया वहॉ डॉक्टरों ने उसे खून चढ़ाने के लिए कहा मेरे पति ने उन्हें खून दिया बाद में पता चला मेरे पति को एड्स है मगर उसके कारण से मुझे व मेरी बच्ची को भी एड्स हो गया। मेरे पति की मौत तो दो वर्ष पहले हो गई। मेरी व मेरी बच्ची की भी तबियत खराब रहती है। मेरे आंखों में बीमारी के कारण दिखाई देना बंद हो गया। उससे मिलने के बाद मुझे यह लगा कि उस महिला का क्या दोष था। लेकिन वह महिला इतनी अच्छी थी कि वह हमारे कार्यक्रम में सब लोगो को संबोधित करते हुए बोली कि ऐसा कोई कार्य न करो जिससे आपको एड्स हो जाये और एड्स किस तरीके से फैलता है और किन तरीकों से नहीं फैलता यह जानकारी उसने लोगों को दी और उसने मुझसे कहा कि आपको इस तरह के कार्यक्रम में कभी भी हमारी जरूरत हो तो आप मुझे बुला सकते है।

हाइवे पर चलता चल ट्रक तुम्हारे साथ है वेश्याओं व नशे से दूर रहे तो डरने की क्या बात है।

ट्रक ड्राइवरों में यह गलत फहमियॉ है लम्बे समय तक ट्रक चलाने से उनका शरीर गरम हो जाता है। जिसे ठण्डा करने के लिए वे लोग वेश्याओं के पास जाते है। इस तरह एड्स वेश्याओं से ट्रक ड्राइवरों में व उन पीड़ित ट्रक ड्राइवरों से दुसरी वेश्याओं में फैल रहा हैं। ट्रक ड्राइवर लोग जब बाहर जाते है तो हाइवे में उन्हें कई बार वेश्याऐं मिलते रहती है मगर कुछ गलत सलत करते समय वह यह नहीं सोचते कि उन्हें कुछ और बीमारी भी हो सकती है और बाद में यह पछताते है और कहते है कि

ना जाने वह कौन थी जिसे देखा ,
,,,,,,,,और पहली नजर में मोहब्बत हो गई।
और वो बेवफा मुझे प्यार के
बदले एड्स दे गई।

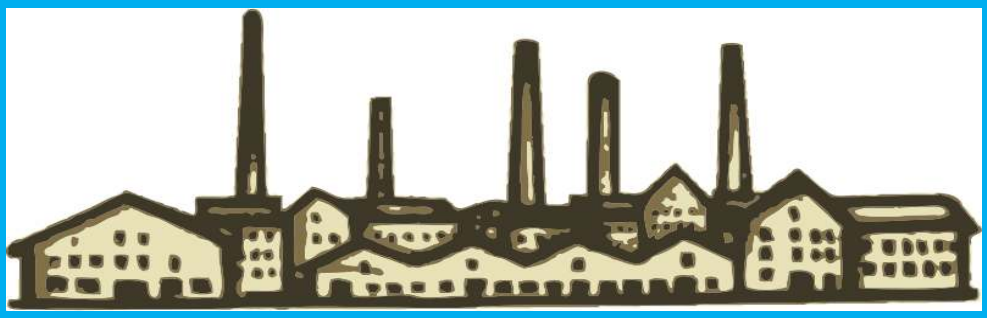
5% से 10% **ट्रक ड्राइवर एच. आई. वी. पाजिटिव है।**

कितने ध्यान से पढ़ा आपनेः–

1. ट्रक ड्राइवर में एड्स तेजी से क्यों फैल रहा है?

सबसे ऊँचा आदर्श राग व द्वेष से मुक्त हो जाना है।

F. औद्योगिक क्षेत्र व एड्स



औद्योगिक क्षेत्रो में वो सभी बाते पायी जाती है जो एड्स को बढ़ाने में सहायक है।

प्रत्येक विकासशील देशों में तेजी से औद्योगिकरण होते जा रहा है और औद्योगिक क्षेत्रो में वो सभी बातें पायी जाती है जो एड्स को बढ़ाने में सहायक है।

लोग दूसरे प्रदेशों में औद्योगिक क्षेत्रो में काम करने आते है। जहाँ उन्हें कोई जानता नहीं हैं और इसलिए ये निडर होकर वेश्याओं के पास चले जाते है, औद्योगिकरण के कारण वहाँ नौकरी करने वाले व्यक्ति के हाथ में काफी रूपया होता है उनका परिवार उनके प्रदेश में रहता है और अपनी यौन तृप्ति के लिए वेश्याओं के पास जाते है।

औद्योगिक क्षेत्र में जिंदगी बहुत भाग दौड़ वाली होती है, जिससे व्यक्ति बहुत अधिक तनाव ग्रस्त हो जाता है और इस तनाव से बचने के लिए व्यक्ति नशा करने लगता है, नशे की सुईयों से भी एड्स फैलता है और जहाँ आप एक बार इस लाईन में घुसे तो आप को आप ही की तरह कई दोस्त भी मिल जायेंगे और वह आपको यह सब करने के लिए प्रोत्साहित भी करेंगे।

क्या आपने सोचा है कि अगर आपको एड्स हो जायेगा तो आपका व आपके परिवार का क्या होगा

आप ही के पैसे से पियेंगे, ऐश करेंगे और जब आपको एड्स हो जायेगा तो अपनी शक्ल भी नहीं दिखायेंगे तो उनके लिए आप यही कहेंगे कि

जिन्हें पुण्य समझा था वे पाप निकले,
जिन्हें वरदान समझा था वे अभिशाप निकले।
जिन्हें मित्र समझकर अपनाया था मैंने,
वे आस्तीन में छुपे सांप निकले।।

कितने ध्यान से पढ़ा आपनेः—

1. औद्योगिक क्षेत्र में एड्स ज्यादा क्यों होता हैं?

What is MMS -
Men Having Sex with Men

ABC of AIDS -
A - Abstinance
B - Be faithful with your partner
C - Condom

काम करने से पहले सोचना बुद्धिमता है, काम करते समय सोचना सतर्कता है, काम कर चुकने के बाद सोचना मूर्खता है।

G. आर्थिक व सामाजिक सुधार और एड्स

1960 के बाद से पूरे विश्व में लोगों की आर्थिक व सामाजिक स्थिति में सुधार हुआ है। उसके बाद से ही गुप्त रोगों में लगातार वृद्धि होने लगी है। जिसके कुछ खास कारण है। जैसे युवा पीढ़ी आत्मनिर्भर होने लगी है व उनके पास रूपया अधिक मात्रा में आने लगा है। संयुक्त परिवार बिखरने लगा है, हर व्यक्ति अपने लिए एक अलग घर बनाकर स्वतंत्र रहना चाहता है ताकि वह सेक्स का आंनद ले सके। इन्ही कारणों से विपरीत लिंग के प्रति आकर्षण के अलावा वह समलैंगिक भी होने लगा। मीडिया व साहित्य में सेक्स को देखना आजकल बुरा नहीं माना जाता, समाज ने उसे मौन स्वीकृति दे दी है तभी शायद उसका विरोध नहीं होता। एक पति –व्रता व एक पत्निव्रता की भारतीय संस्कृति भी अब नष्ट होने लगी है। शायद स्त्रियों के आर्थिक रूप से स्वतंत्र होने के कारण ही ? और ये सब कारण ही एड्स को तेजी से फैलना में मदद कर रहे हैं।

ना ना करते सेक्स की गली निकल गई। हुआ जो मुझे एड्स तो मैं बेमोत मर गई।।

वेश्यावृति, लोगों का गिरता हुआ चरित्र, समलैंगिक संबंधों के अलावा नशा व शराब इस बीमारी के फैलाव में सहायक है। आप कौन हैं ? आपकी हैसियत क्या है, आप कौन सी जाति के हैं ? अमीर हैं या गरीब हैं ?

इन सब बातों के एड्स होने पर कोई फर्क नहीं पड़ता है। अधिकांश लोगों मे यह व्यक्तिगत लापरवाही के कारण होता है।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. आर्थिक व सामाजिक सुधार एड्स को फैलाने में किस तरह से मदद करता है ?

अंधा सिर्फ वही नहीं है जो देख नहीं सकता, बल्कि वह भी अंधा है जो देखकर भी अपने दोषों को अनदेखा करता है।

H. साइबर सेक्स व एड्स

आज पूरे विश्व में कम्प्यूटर व इंटरनेट छाया हुआ है। इसके बहुत फायदे है तो कुछ नुकसान भी है जहाँ हमें नई तकनीकों व सूचनाओं की जानकारी मिलती है साथ ही मिलता है सेक्स, जी हाँ साइबर सेक्स। यह सेक्स का एक विकृत रूप है जो हमारी संस्कृति के खिलाफ है परन्तु सेक्स का आकर्षण इतना ज्यादा होता है कि आजकल के युवक व युवतियां इस साइबर सेक्स की ओर आकर्षित होते जा रहे है ये लोग वो सब देखते है जो उन्हे नहीं देखना चाहिए इसके चलते ही विवाह पूर्व यौन संबंधों व वेश्यावृत्ति से तेजी में बढ़ोतरी हो रही है। जिसके कारण यौन जनित रोगों व एड्स में तेजी से बढ़ोतरी हो रही है। आज से कुछ वर्ष पूर्व यौन जनित रोग व एड्स से पीड़ित व्यक्ति की उम्र प्रायः 20 वर्ष से ज्यादा होती थी परन्तु अब यह 14 से 20 वर्ष के युवक व युवतियों में भी तेजी से फैल रहा है।

स्त्रियों का प्रेम शुद्ध नहीं होता। वह उन्हीं को प्रेम करती है जिनकी उनको जरूरत होती है।

एड्स क्यों और कैसे डॉ.अजय गुप्ता (74)

मेरे पास एक मरीज आया उसने बताया कि उसकी अभी शादी नहीं हुई है और बहुत ज्यादा मात्रा में ब्लू फिल्म देखता था। उसने मुझे बताया कि मेरी हालत अब ऐसी हो गई है कि मैं किसी भी लड़की को देखता हूॅ तो मुझे ब्लू फिल्म के सीन याद आते हैं। यहॉ तक कि मेरी बहन की शादी हो गई है जब मैं उसके ससुराल गया तो वहॉ मुझे उसकी सास और ननद को देखके भी ब्लू फिल्म के सीन और गलत विचार आने लगते है। इन विचारों के कारण मैं बहुत परेशान हो गया हूॅ कृपया मुझे कोई इलाज बताइये। मैंने उसे सलाह दी कि आप ब्लु फिल्म तो बिल्कुल देखना छोड़ दें। उसकी कांऊसलिंग की व दवाई लिख दी।

फैंशन समझकर बढा रहा है सेक्स की रफतार।
वक्त अभी भी है सुधर जा नही तो पहुंचेगा एड्स के द्वार।

I. अध्यात्म व एड्स

आध्यात्म अर्थात धर्म का मार्ग, चाहे वह कोई भी धर्म का क्यों ना हो। हमें गलत राह चलने से रोकता है और अगर हम गलत कार्य नहीं करेंगे तो एड्स होगा ही नहीं। पहले लोगों को भगवान का डर था कि हम कोई गलत कार्य करेगे तो भगवान हमें उसकी सजा देगा। भगवान श्रीकृष्ण ने भी गीता में कहा है कि "कर्म किये जा फल की चिंता मत कर इंसान, जैसे कर्म करेगा वैसा फल देगा भगवान "।

एक बार एक मरीज मेरे पास आया बातों ही बातों में आध्यात्म की बात निकल गई उसने कहा कि आपके कृष्ण भगवान तो गोपियों का चीर हरण करते थे। तो वह कैसे भगवान थे। उस समय मुझे बुरा लगा पर मैंने कुछ नहीं काहा और इसकी चर्चा मैंने कुछ विव्दान पंडितो से की तो उन्होंने मुझे बताया कि भगवान कृष्ण को यह पता था कि कलयुग में क्या होने वाला है इसीलिए उन्होंने चीर हरण के माध्यम से अपने सेक्स को नियंत्रित करने का तरीका बताया है। चीर हरण के किसी भी तस्वीर में आप देखेंगे तो आपको पता चलेगा कि गोपियों के निर्वस्त्र होने के बाद भी भगवान कृष्ण के चेहरे व शरीर पर किसी भी प्रकार की यौन उत्तेजना नहीं हुई। यहाँ तक कि उनके बालों में भी उत्तेजना नहीं है। इसे कहते है सेक्स कंट्रोल। कलयुग में जहाँ आप के चारों तरफ सुंदर सुंदर स्त्रियाँ होंगी। पिक्चर में, टी. वी. में, कम्प्युटर में, मॉडल लोग, स्कूल और कॉलेज में व कार्यालयों में आप के आस-पास हो सकता है कई सुंदरियां हो, अगर उन्हें देखकर आप अपना सेक्स नियंत्रण खो देंगे तब क्या होगा और कुछ लोग तो शायद खो भी देते है। इसलिए आजकल लड़कियों

से छेड़छाड़ और बलात्कार की घटनायें बढ़ती जा रही है इसलिए आप भी भगवान कृष्ण की तरह सेक्स को नियंत्रित करना सीखें।

आधुनिकता के इस दौर में हम धर्म व भगवान को भुलते जा रहे है और ना ही उसके प्रति हमारे मन में डर रह गया है कि हम कोई गलत कार्य करेंगे तो हमें उसकी सजा भगवान देगा परन्तु उसी व्यक्ति को जब एड्स हो जाता है तो तब उसे याद आती है भगवान की, पर जब तक बहुत देर हो चुकी होती है।

हा हा हा .....
मैं दस साल से एच. आई. वी. पाजिटिव हूँ अब मैने इतना रूपया जमा कर लिया है कि मैं चैन से मर सकुंगा और उस रूपये से मेरे परिवार वालों की जिंदगी आराम से कट जायेगी!

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. क्या धर्म का मार्ग एड्स को बढ़ने से रोकता है ?

वक्त को नष्ट मत करो, क्योंकि जीवन इसी से बना है।

J. महिलाएँ व एड्स

अब से कुछ वर्ष पूर्व एड्स से पीड़ित मरीजों में पुरूषो की संख्या अधिक थी व महिलाओं की संख्या कम परन्तु अब यह संख्या लगभग बराबर होते जा रही है उसका कारण है एड्स ग्रसित पुरूषो से यह बीमारी उनकी निर्दोष पत्नीयों में फैल रही है। महिलाओं में एड्स के तेजी से फैलने के कुछ अन्य कारण है जैसे.....

1. स्त्रीयों के योनि मार्ग में म्युकस मैब्रन (अंदर की चमड़ी) का क्षेत्रफल ज्यादा होता है यह नाजुक होने के कारण इसमें कटने फटने डर भी अधिक होता है। जिसमें एड्स के वायरस आसानी से प्रवेश कर सकते हैं।

2. **योनि मार्ग व बच्चे दानी में वीर्य 24–48 घंटे तक रहता है जिसके कारण एड्स के वायरस को इसमें होकर शरीर में प्रवेश करने के लिये पर्याप्त समय मिलता है।**

3. **गरीबी के कारण वेश्यावृत्ति में अधिक वृद्धि हो रही है।**

4. **उत्तेजक साहित्य मीडिया व यौन उनमुक्ता के कारण महिलाएँ भी एक से अधिक यौन संबंध रखने में अब हिचकती नही है।**

5. **कई बार परिवार में आर्थिक रूप से सक्षम ना होने के कारण वह अपने पति से भी नही पूछ सकती है कि किसी कार्य से बाहर गये उसके पति ने बाहर में कोई यौन संबंध स्थापित तो नहीं किया।**

एड्स के सबसे अधिक मरीज असुरक्षित संभोग के कारण होते है।

6. आने वाले समय में जब एड्स के कारण पुरूषों की मौत होने लगेगी तो उनकी विधवाओं को रोजी रोटी के लिए असामा–जिक तत्वों द्वारा वेश्यावृत्ति की तरह धकेल दिया जायेगा जहां उन्हें एड्स होने का खतरा बढ़ जायेगा।

7. अगर किसी महिला को एड्स है और वह गर्भ धारण करती है तो उसमें एड्स बहुत तेजी से फैलता हैं।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. महिलाओं में एड्स पुरूषों की तुलना में ज्यादा तेजी से क्यों फैलता है ?

यदि तुम वह करते हो जो तुम्हें नहीं करना चाहिए, तो तुम्हें वह सहना पड़ेगा जो तुम नहीं सहना चाहते।

एड्स के मरीज का इलाज

एड्स की बीमारी को पूरी तरह से ठीक करने के लिए अभी तक कोई दवाई नहीं बनी है। जितनी भी दवाइयाँ अभी है वे सब एड्स को बढ़ने से रोकती है उसे ठीक नहीं करती है। जैसा मैने पहले बताया है कि एड्स में शरीर की बीमारियों से लड़ने की प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है। इसलिए मरीज को वे सभी कार्य करने चाहिए जिससे उसकी प्रतिरोधक क्षमता बढ़े। जैसे–

- व्यायाम करना।
- 8 घंटे तक नींद पूरी करना।
- हरी सब्जियों व अंकुरित दाल खाना।
- योग करना।
- नशे व शराब का सेवन नहीं करना चाहिए।
- मानसिक तनाव से बचने के लिए योग करना चाहिए।
- सुबह पैदल चलना चाहिए।

एड्स का टीका या वैक्सीन

एड्स की वैक्सीन अभी तक नहीं बनी है हालांकि उसको बनाने के लिए बहुत प्रयास हो रहे है। एड्स की वैक्सीन बनाने में सबसे बड़ी बाधा है एड्स वायरस की बाह्य संरचना। वायरस की संरचना तेजी से बदलते रहती है अलग–अलग मरीजों में एड्स के वायरस की संरचना अलग–अलग होती है। यहाँ तक कि एड्स के मरीज में अलग–अलग समय में वायरस की संरचना

अलग–अलग होती है। इसलिए उसमें वैक्सीन का असर नहीं होता है। अभी प्रयास जारी है आने वाले समय में उसकी वैक्सीन तैयार कर ली जाएगी।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. एड्स के टीके बनाने में कठिनाई क्यों उत्पन्न हो रही है ?

एक वर्ष एक बुरी आदत को मूल से खोद कर फेंका जाए
तो कुछ ही वर्षो में बुरे से बुरा व्यक्ति भी भला हो सकता है।

एंटी एड्स वायरस थेरेपी :

एड्स के वायरस की वृद्धि को रोकने के लिए उपयोग की जाने वाली दवाओं को हम एंटी एड्स वायरस थेरेपी कहते हैं। इन दवाईयों को जानने से पहले हमें ये जानना होगा कि एड्स के वायरस की वृद्धि कैसे होती हैं।

जब एड्स का वायरस लिम्फोसाइड में प्रवेश करता है तो उसमें उपस्थित आर. एन. ए. रिवर्स **ट्रांसक्रिपटेस की मदद से डि. एन. ए. में बदल जाता है यह डि. एन. ए. लिम्फोसाइड के क्रोमो–सोम से जुड जाता है और वहॉ से नये प्रोटीन बनता है। यह प्रोटिएस इन्हीबिटर एंजाइम व्दारा छोटे–छोटे प्रोटीन के टुकडों में बदल जाते हैं। जिससे नये वायरस बनते हैं।**

एड्स विरोधी दवाईयॉ इन दोनों एनजाइम की क्षमता भी कम कर देती हैं। जिससे वायरस की वृध्दि रूक जाती हैं।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. एड्स विरोधी दवाईयॉ किस तरीके से काम करती हैं ?

विनाश काल में मनुष्य की बुध्दि विपरीत हो जाती है।

एंटी एड्स वायरस दवाईयों का वर्गीकरण –

A. रिवर्स ट्रासंक्रिपटेस एंजाइम इन्हीबिटर

न्यूक्लियोसाइड	नान न्यूक्लियोसाइड
1. जिडोवुडीन	1. नेवीरेपीन
2. लेमीवुडीन	2. डेली वरडीन
3. स्टावुडीन	3. इफेवाइरेंज
4. डायडेनोसीन	4.इटरावेरीन
5. जेलसिटाबीन	5.इडयूरेन्ट
6. एबेकेवीर	

B. प्रोटीएस एंजाइम इन्हीबिटर

1. नेल फिनेवीर 2. रिटोनेवीर
3. इंडीनेवीर 4. सेक्वीनेवीर
5. एमप्रिनेवीर 6. एटेजेनेवीर
7. फोसम्प्रीनेवीर 8.डयूरेनावीर 9.टीप्रीनेवीर

C. **फयुजन इनहीबीटर** 1 इनफयूवरआइट

D.**एन्ट्री इनहीबीटर** 1.सेलजेन्ट्री

E.**इन्टीग्रस इन्हीबीटर** 1.रेलटेग्रेवीर 2.डोल्यूटेग्रवीर

भारत में भी एंटी एडस वायरस दवाईयॉ उपलब्ध हैं। एडस के मरीज के शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढाने के लिए उपयोग की जाने वाली दवाईयॉ जैसेः–गामा इंटरफेरान व गामा ग्लोबुलिनके परिणाम भी अच्छे मिल रहें हैं। इन सब के अलावा मरीज में होने वाली अन्य बीमारियों का इलाज बीमारी के स्वरूप के आधार पर किया जाता हैं।

जैसे टी.बी. के लिए बहुऔषधी चिकित्सा, न्युमोसिसटिस बेक्टीरिया व्दारा होने वाली न्युमोनिया के लिए को**ट्राइमेक्सेजान व फंगस के लिए फलुकोनेजॉन व केपोसी सारकोमा के लिए एन्टी कैंसर दवाईयॉ।**

यदि आप अपने किसी रहस्य को अपने शत्रु से छुपाये रखना चाहते हो तो उसका उल्लेख अपने किसी मित्र तक से मत करो

एड्स के मरीज को सलाह या काउन्सेलिंग

कई बार कुछ बीमारियों का नाम सुनते ही मरीज एकदम डर जाता हैं। वैसी ही एक बीमारी है ''एड्स'' क्योंकि एड्स का पता चलते ही एड्स के मरीज डरने लगता है कि मृत्यु निश्चित है साथ ही उसे डर लगता है कि क्या होगा अगर उसके दोस्तों, रिश्तेदारों को पता चलेगा। मैने पिछले अध्याय में बताया है कि एड्स की जॉच एलिसा व बेस्टर्न ब्लॉट तरीके से की जाती हैं। अगर व्यक्ति को एलिसा टेस्ट से एड्स बताया जाय तो इस व्यक्ति को 6 हफते व 6 माह बाद पुनः टेस्ट करवाना चाहिए।

एलिसा टेस्ट में एड्स का पता चलने पर वेस्टर्न ब्लॉट टेस्ट व्दारा इसकी पुष्टि करवा लेना चाहिए।

एड्स रोग सम्बन्धित सलाह का उदेश्य होता है।

1. एड्स के फैलाव को रोकना।
2. एड्स के मरीज को समझाना।
3. मरीज के साथ–साथ मरीज के करीबी रिश्तेदारों दोस्तों को समझाना।

एड्स के मरीज को सलाह देना इसलिए जरूरी है क्योंकि :–

1. एड्स का कोई इलाज नहीं है।
2. एड्स के मरीज की मृत्यु निश्चित है।
3. नवयुवक व नवयुवतियों को एड्स होने की संभावना सबसे ज्यादा होती है।
4. एड्स के मरीज में अधूरे ज्ञान के कारण असुरक्षा की भावना आ जाती है।
5. एड्स के मरीज के इलाज के लिए एक साथ कई विशेषज्ञ डाक्टरों की आवश्यकता होती है।
6. मरीज को सही सलाह उसकी व उसके परिवार की कई परेशानियों को कम कर सकता हैं।

मुर्ख को उपदेश देना उसके क्रोध को बढ़ाना है।

एड्स के मरीज को सलाह

एड्स के मरीज को सलाह दी जानी चाहिए कि :–

1. मरीज शारीरिक समागम से दूर रहें। उसके बदले वह चाहे तो हस्थमैथुन कर सकता है। अगर वह नहीं माने तो उसे निरोध के इस्तेमाल की सलाह देना चाहिए।

2. एड्स के मरीज की पत्नी या उससे शारीरिक संबंध रखने वाली महिला को भी एड्स के जॉच की सलाह देनी चाहिए।

3. एड्स के मरीज को रक्तदान व शरीर के किसी अन्य भाग जैसे किडनी, नेत्र, खून तथा वीर्य का दान नही करना चाहिए।

4. एड्स से पीड़ित महिला को गर्भ न धारण करने की सलाह देना चाहिए।

5. मरीज को अपना दॉत साफ करने का ब्रश व दाढ़ी बनाने के सामान को अलग रखना चाहिए।

6. एड्स के मरीज को छोटी सी छोटी बीमारी होने पर डॉक्टर की सलाह लेनी चाहिए।

7. एड्स से पीड़ित मरीज को डिस्पोजेबल (एक बार उपयोग के बाद फेंक देने वाली) सुई व इंक्जेक्शन का इस्तेमाल करना चाहिए।

8. एड्स के मरीज को शादी नहीं करनी चाहिए।

9. एड्स के मरीज को सलाह दी जानी चाहिए कि बीमारी से डरे नहीं।

हॅसोगे तो संसार तुम्हारे साथ हॅसेगा रोओगे तो तुम्हे अकेले रोना पड़ेगा

बल्कि लोगों के लिए एक मिसाल बनें कि एड्स से कैसे बचा जा सकता है व एड्स होने के बाद भी जिंदगी है।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. एड्स के मरीज को सलाह देने का क्या उदेश्य होता है।

2. एड्स के मरीज को क्या सलाह देनी चाहिए।

3. एड्स के मरीज को सलाह देना क्यों जरूरी है।

यदि तुम्हें जीवन से प्रेम है तो अपने समय को नष्ट मत करो, क्योंकि जीवन उसी से बना है।

एड्स के मरीज में डर भावना

जैसे ही किसी मरीज को पता चलता है कि उसे एड्स है उसके मन में कई सवाल उठने लगते हैं।

जैसे:

1. क्या मैं मरने वाला हूँ ?
2. मेरे बाद मेरी पत्नी और बच्चों का क्या होगा ?
3. मेरी नौकरी और धन्धे का क्या होगा ?
4. मेरे दोस्त मेरे रिश्तेदारों व यह समाज मेरे साथ कैसा व्यवहार करेगा ?

और आप उनसे यह भी नहीं कह सकेंगे कि

मेरे मरने के बाद यूं आंसू न बहाना।
अगर आये मेरी याद, तो सीधा ऊपर चले आना।।

यह सवाल उठते ही कई बार दिमाग एकदम काम करना बंद कर देता है। कुछ मरीज रिपोर्ट पर विश्वास ही नहीं करते। कई मरीजों के मन में आत्मग्लानि होने लगती है। कई मरीज तो आत्महत्या तक कर लेते है। इसलिए एड्स के मरीज को सलाह अवश्य दी जानी चाहिए।

किन लोगों को सलाह दी जानी चाहिए ?

1. एच. आई. वी. पाजिटिव मरीज।

2. एड्स के मरीज।

> कलयुग में ऐसे बहुत कम मनुष्य मिलेगें जो कनक व कान्ता दोनों पर मुग्ध ना हो।

3. एड्स से पीड़ित महिला को विशेषकर जब वह गर्भ धारण के विषय में सोच रही हो।

4. एड्स से पीड़ित बच्चों व नशेड़ियों को।

5. **ट्रक ड्राइवर, वेश्याओं व नशेड़ियों को।**

6. **वेश्याओं के पास जाने वाले व्यक्तियों को।**

7. **ऐसे व्यक्ति जिनको किसी बीमारी के कारण बार–बार खून चढ़ाने की आवश्यकता पड़ती है।**

एड्स की सलाह कौन दे सकता हैं ?

डाक्टरों के अलावा, एड्स की सलाह नर्स, सामाजिक कार्यकर्ता, मनोरोग सलाहकार, चिकित्सा क्षेत्र से जुडे अन्य लोग। एड्स की सलाह देने वाले को एड्स के बारे में पूरी तरह मालूम होना चाहिए तथा एड्स की सलाह दवाखानों के अलावा परिवार नियोजन केन्द्र, समाजिक संस्थाओं में स्कूल कालेज में दी जा सकती है।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. **एड्स के मरीज में डर की कौन–कौन सी भावनाएँ होती है।**

2. **किन–किन लोगों को सलाह दी जानी चाहिए।**

3. **एड्स की सलाह कौन–कौन दे सकता है।**

अनीति की राह पाप की ओर ले जाती है उससे बचें।

पहले एड्स था अब नहीं है।

जी हॉ कई बार आपने पढ़ा होगा या सुना होगा कि उस व्यक्ति को एड्स था अब नहीं हैं अखबारों व चैनलों में बड़ी बड़ी हैड़िंग हमें यह सोचने पर मजबुर कर देती है कि क्या वास्तव में एड्स नहीं हैं परन्तु मेरा यह कहना है कि केवल एक दो मरीजों के साथ ऐसा होने पर इतना हल्ला क्यों, जब पुरे विश्व में लोग एड्स का शिकार हो रहे व मर रहे उसके बारे में लोग इतने चुप क्यों हैं।

पहले आप यह समझ ले कि ऐसा क्यों होता है अर्थात् पहले एड्स था अब नहीं। जब एड्स की जॉच किसी भी विधियों से किया जाता है तो 95–99 प्रतिशत तक यह टेस्ट सही रिपोर्ट देते है परन्तु कुछ तकनीकी कारणों से कई बार मरीज को एड्स नहीं होता परन्तु टेस्ट में एड्स आ जाता है जिसे हमें फॉल्स पॉजिटिव कहते है व कई बार मरीज को एड्स होता है परन्तु टेस्ट में नहीं पता चलता इसे फाल्सनिगेटिव कहते है।

इन भ्रांतियों से बचने के लिये पूरे विश्व में अब यह प्रचलित है कि किसी भी व्यक्ति को एड्स का मरीज घोषित करनें में पहले तीन अलग–अलग जगहों में अलग–अलग टेस्ट करना चाहिए। अगर तीनों बार टेस्ट में एड्स के वायरस पाये जाते है तो उसे वेस्टर्न ब्लॉट टेस्ट से निश्चित किया जाना चाहिए।

इस तरह की अफवाह से लोगों में एड्स का डर कम हुआ है और लोग फिर से गलत कार्यो की ओर आकर्षित होने लगे है पर मेरा यह कहना है एक दो ऐसे प्रकरण होने पर इतना हल्ला और लाखों लोग इस बीमारी में मर रहे है उनका क्या ?

मौत का भी इलाज हो शायद। जिन्दगी का कोई इलाज नहीं।।

ऐसा भी हो सकता है ?

एड्स जिस तेजी से फैल रहा है कि वो दिन दूर नही कि जब आपके आस पास भी एड्स के मरीज नजर आने लागे या उनको एड्स हो और आपको पता ना हो और आप कहीं अनजाने या धोखे से इस बीमारी के शिकार हो जाये मै आपको कुछ परिस्थि –तियां बता रहा हूँ जिनसे आपकों धोखे से एड्स हो सकता है।

1. अधिकांश लोग दाढ़ी व हेयर कटिंग के लिए जाते है क्या आपने ध्यान किया है कि उनके औजारो को प्रत्येक ग्राहक के उपयोग के बाद 20 मिनट उबाला गया है या नहीं उसे एंटीसेप्टीक लोशन से धोया गया है कि नही। पहले लोग नहाने के पहले दाढ़ी बनवाते व कटिंग करवाते थे परन्तु आजकल लोग कभी भी यह कार्य करते है। इस लिए बेहतर होगा दाढ़ी बनाने व कटिंग कराने के बाद उस जगह साबुन से धोकर एंटिसेप्टीक लोशन लगा लें। इस तरह के केस में व्यक्तिगत सावधानी ज्यादा जरूरी है।

2. अचानक आपके किसी नजदीकी रिश्तेदार का एक्सीडेंट हो गया व आपको 4–5 बोतल खून की जरूरत है तो आप रिश्तेदार या खून देने वालो से खून मॉगोगे या यह पूछगें कि कही आप एच. आई. वी. पाजिटिव तो नहीं या आपको सेक्सुअल स्टेट्स क्या है। माना खून की एच. आई. वी. के लिये जॉच कर भी लिया तो कहीं वह व्यक्ति विंडो पिरियड (वह समय जब मनुष्य के शरीर में एच. आई. वी. वायरस तो रहते है परन्तु खून की जॉच से पता नहीं चलता है परन्तु वह दूसरे व्यक्ति में एड्स फैला सकता है) मे तो नहीं है।

एक्सीडेंट व एड्स दोनों खतरनाक है।

3. आपकी लड़की जवान हो रही है कभी कभार घर देर से पहुँचती है। क्या आपको उसके दोस्तो का एच. आई. वी स्टेट्स पता है।

4. आपका लड़का जवान हो रहा है व कभी यौन उत्तेजना की अवस्था में निरोध का उपयोग ना कर सके या निरोध का उपयोग करना चाहता हो परन्तु उस समय वह उसके पास ना हो।

5. कभी आप छोटी–मोटी बीमारी के लिये किसी आर. एम. पी. डॉक्टर के पास पहुँचे तो क्या आपने ध्यान दिया की उसके व्दारा उपयोग की जा रही सुई या औजारों को 20 मिनट उबाला गया है या नहीं या आपके घाव के लिये उपयोग की जा रही पट्टी या रूई स्टरलाइज है कि नहीं।

6. आपके घरेलू कार्य के लिए एक काम वाली बाई है। वह बहुँत अच्छी है। परन्तु उसका आदमी उससे झगड़ा करता है, शराब पीता है, व कई बार वेश्याओं के पास भी जाता है क्या उस बाई को बीमारी नहीं हो सकती मानलो कोई काम करते समय उसकी अंगुली कट गई आपने पट्टी कर भी दी तो क्या उस खून से बीमारी नहीं फैल सकती या उस चाकु का या उस मिक्सी की ब्लेड का क्या ?

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. किन परिस्थितियों में आपको एड्स धोखे से हो सकता है।

एड्स के मरीज की काऊँसलिंग आवश्यक है।

एक समाचार

मजनुओं व्दारा
लड़कियों को छेड़ने
की घटना बढ़ी।

देखती हुँ अब
कौन मनचला
मुझे छेड़ने की
हिम्मत
करता है।

एड्स सुंदरी

रचियता
डॉ. अजय गुप्ता

ज्ञान प्राप्त करने की कोई उम्र नहीं होती।

एड्स होने के बाद भी जिंदगी हैं

जी हॉ एड्स होने के बाद भी आप कई वर्षो तक जीवित रह सकते है कई लोगों को जब तक पता चलता है कि उन्हें एड्स है तो वे एक दम डर जाते है, रोने लगते है, चिखने चिल्लाने लगते है, यहॉ तक कि आत्म –हत्या तक कर लेते है उन्हें लगता है जिंदगी चंद दिनों की मेहमान है और उसके बाद मौत ? परन्तु मेरा यह कहना है कि जब आपको एड्स नहीं हुआ था या जिनको एड्स नहीं है क्या वे कह सकते है कि वे कितने दिन जीयेंगे ? मौत किसी भी तरीके से आ सकती है जैसे एक्सीडेंट, हत्या, भूकंप, बाढ़ आदि। कोई व्यक्ति यह नहीं कह सकता है कि मैं इतने दिन जीयुँगा ही ? तो एड्स होने के बाद इतना डर क्यों ?

जैसे मैने पहले भी बताया था कि इस बीमारी की दो प्रमुख अवस्थाएं है एच. आई. वी. पाजिटिव अर्थात् वायरस ने आपके शरीर में प्रवेश कर लिया है व एड्स अर्थात् बीमारी ने मरीज को पूरी तरह जकड़ लिया है एच. आई. वी. से एड्स होने में 3–10 वर्ष का समय लगता है व एड्स होने के 1–3 वर्ष बाद मरीज की मृत्यु हो जाती है परन्तु अब आप दोनों के समय का देखेगें तो थोड़ी सी सावधानी रखने पर एड्स (एच. आई. वी.) के मरीज 10–12 वर्ष तक जीवित रह सकते है। इस समय भी वह समान्य व्यक्ति की तरह रह सकता है अपनी नौकरी, धंधा कर सकता है व अपने परिवार के लिये इतना पैसा जमा कर सकता है उसके बाद उसके परिवार को कोई आर्थिक परेशानी ना हो।

जैसे मैनें पहले बताया है कि एड्स के मरीज की प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है अगर मरीज वे सब कार्य जिसे उसकी प्रतिरोधक क्षमता बढ़े तो वह लंबे समय तक जीवित रह सकता है जैसे योग करना, 8 घंटे नींद पूरी करना, नशे का प्रयोग नहीं करना, चिंता व तनाव से बचना व अंकुरित दाल का सेवन करने से प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है।

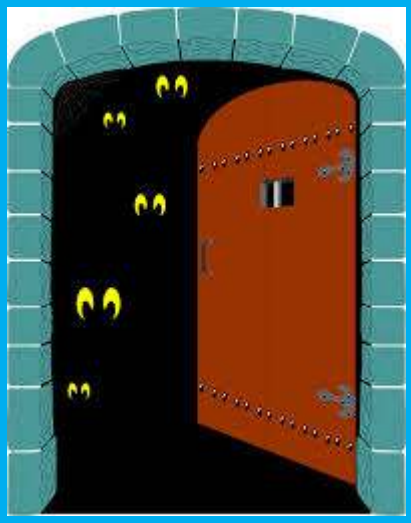
कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. क्या एड्स होने के बाद भी व्यक्ति सामान्य जिंदगी जी सकता है ?

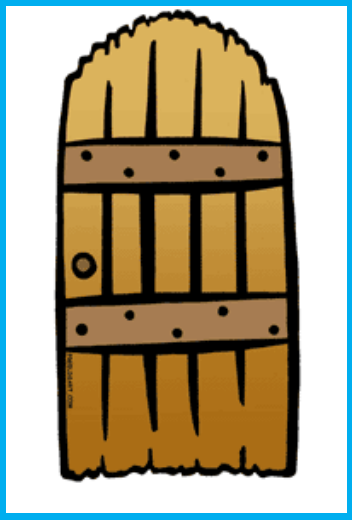
जीवन व मृत्यु भगवान के हाथ में है।

एड्स के मरीज मरने के बाद

स्वर्ग



नरक



यहाँ ना आरक्षण होगा ना ही जाति भेद,
लिंग भेद व रंग भेद

रचियता
डॉ. अजय गुप्ता

जीवन अमूल्य है जीवन का एक क्षण असंख्य स्वर्ण मुद्राऐं देने पर भी नहीं मिलता।

एड्स के विभिन्न प्रकार के मरीज

एड्स अब छोटे–छोटे शहरो व गॉव में भी फैलने लगा है मेरे पास भी कुछ मरीज आये थे मैं नाम व पता गुप्त रखते हुए उनके बारे में बता हूँ।

1. मेरा पहला केश था एक सरदार जी उम्र लगभग 50 वर्ष की वे फेक्टरी में कार्य करते थे वे मेरे पास एक्जीमा (बेमची) की शिकायत लेकर आये थे दवाई देने से चमड़ी की बीमारी ठीक हो जाती थी परन्तु बाद में फिर हो जाती थी बाद में खून जॉच कराने पर पता चला कि उसे एड्स है उससे पूछने पर बताया कि कई उसने रूपय देकर वेश्याओं से संर्पक किया था खैर तीन साल से एड्स का पता चलने के बाद भी वह जीवित है।

2. एक बार ड्रायवर अपनी पत्नी के साथ आया दोनों एच. आई. वी पॉजिटिव थे परन्तु उन्हें एड्स के बारे में विशेष कुछ नहीं मालूम था, केवल इतना पता था कि यह बीमारी ठीक नहीं होती है उन्हें समझाया उसके बाद वे कोई भी छोटी बीमारी के लिये मेरे पास आते थे मेरे कई बार समझाने पर उन्हें समझ आ गया कि एड्स के बाद भी जिंदगी है व जितने दिन हम जिंदा रहे अपना कार्य व परिवार की देखभाल कर सकते है अब एच. आई. वी. पॉजिटिव होने के बाद भी 2 साल से वे जीवित है।

3. एक स्कूटर मेकैनिक मेरे पास आया वह भी एच. आई. वी. पॉजिटिव था कई डॉक्टरों से मिलने के बाद भी उसे लग रहा था कि जिंदगी अब समाप्त होने वाली है, हॉलाकि उसे कोई अन्य बीमारी नहीं थी परन्तु

एक बार उसे निमोनिया हुँआ जो कि ठिक हो सकता था परन्तु उसके डर के कारण एक हफते में मौत हो गयी।

4. एक बार मेरे क्लीनिक में एक बुजुर्ग पति व पत्नी आये व आते ही रोने लगे कि हमारे बेटे को बचा लो उसे एड्स हो गया है उसकी शादी नहीं हुई है वह **ट्रक चलाता था परन्तु जबसे उसे पता चला हे वह काम पर नहीं जाता है दिन भर घर में रहता है। हमें लगा कि उसकी शादी कर दे परन्तु लड़की वालों को पता चला कि लड़के को एड्स है उन्होने शादी तोड़ दी, हमारा यह एक बेटा बचा है इससे बड़ा बेटा भी ट्रक ड्रायवर था वह एक्सीडेंट में मर गया है। उनकी बात सुनकर मुझे बहुत दुख हुआ कि उन** बुजुगों कि क्या गलती थी। अभी कुछ समय पूर्व ही उस एड्स पीड़ित बेटे की भी मौत हो गयी हैं।

5. एक बार एक **ट्रक ड्रायवर मेरे पास आया उसे एक अन्य डॉक्टर ने मेरे पास भेजा था। वह बिल्कुल स्वस्थ था वह केवल एच.आई. वी. पॉजिटिव था। मैने उसे समझाया कि उसे कई वर्ष तक जीवित रहना है केवल कुछ सावधानियॉ रखनी है। जैसे अब किसी अन्य स्त्री से समागम नहीं करना अपना खून व शरीर का कोई अंग दान नहीं करना, नशे से दूर रहना, अपनी पत्नी के साथ भी निरोध लगाकर ही समागम करना, व्यायाम करना व पौष्टिक आहार लेना कई वर्ष आराम से गुजर जायेंगे व इस बीच अपना काम करते हुएँ इतना रूपया जमा कर लेना कि आपके बाद परिवार वालों कि जिदंगी आराम से कटे। यह सुनकर वह**

जाने क्या मुझसे जमाना चाहता है दिल तोड़कर मुझे रूलाना चाहता है जब से हुआ है एड्स मुझे हर शख्स मुझसे दूर जाना चाहता है।

बहुत खुश हुआ और कहाँ कि ऐसा ही करूगां और व आज भी जीवित है। अपने परिवार के साथ खुश है।

वैसे तो और भी मरीज है परन्तु मैने केवल कुछ ही मरीजों के बारे में बतलाया हैं। मेरा यहां इनके बारे में बतलाने का केवल यह मकसद है कि हर व्यक्ति इस बीमारी को अलग अलग ढंग से लेता है क्या आप एड्स होने के बाद जिंदगी जीने की चुनौती स्वीकार कर पायेंगे ?

एड्स के मरीज बनकर मुस्कुराओं दुनिया में यहाँ बुजदिलों की गुजर नहीं होती, मुस्कुराना भी जरूरी है जिंदगी में, रोकर जिंदगी बसर नहीं होती।

आप जिंदगी कैसे जीते है यह आप पर निर्भर है क्योंकि

मर्जी है आपकी, क्योंकि जिंदगी है आपकी

जीवन ईश्वर की अनमोल देन है, उसे समाप्त करने का अधिकार मानव को नहीं है।

एड्स के मरीज को ठगना

आज कल आपने सुना होगा कि इस पैथी में एड्स का इलाज है उस पैथी में एड्स का इलाज है। बाद में जब आप पहुँचे तो आपसे दवाई के नाम पर 5–10 हजार रूपये ले लिया गया और मरीज ठीक भी नहीं हुआ। पहले तो आप यह समझ ले कि दुनिया में कभी भी एड्स के इलाज की खोज हुई तो पूरी दुनिया में तहलका मच जायेगा इसलिये किसी के बहकावे में ना आये इस बीमारी का इलाज फिलहाल किसी पैथी में नहीं है और इसकी जितनी भी दवाईयां बनी है। वह एड्स को बढ़ने से रोकती है ठीक नहीं करती। कई बार एड्स बीमारी के प्रारंभ अवस्था में खुन की जॉच से बीमारी का पता चलता है परन्तु जब अंत में बीमारी बहुत बढ़ जाती है तो खून की जांच से पता नहीं चलता है अर्थात् मरीज को एड्स होते हुए भी टेस्ट की रिपोर्ट निगेटिव आती है इसका फायदा कुछ लोग उठा रहे है। उनकी दवाईयां लेने से बीमारियॉ अंदर ही अंदर बढ़ती जाती है जिससे एड्स का टेस्ट निगेटिव हो जाता है और वो लोग आपसे कहते है कि देखो बीमारी ठीक हो गई जबकि बीमारी बहुत ज्यादा बढ़ चुकी होती है व कुछ ही समय में मरीज की मृत्यु हो जाती है इसलिये किसी के बहकावे में ना आये व एड्स होने पर किसी अच्छे चिकित्सक से सलाह ले।

दिल ए नादान तुझे हुआ क्या है आखिर इसकी एड्स दवा क्या है,
हमको है उनसे इलाज की उम्मीद, जो जानते नहीं एड्स क्या है।

सामाजिक संस्थाएँ व एड्स

सामाजिक संस्थाओं की जिम्मेदारी एड्स को फैलने से रोकना है इसके लिये आम लोगों में जागरूकता लानी होगी व सेक्स के आकर्षक से बचना होगा परन्तु उसके पहले उन्हें स्वंय इससे बचाना होगा। एक सामाजिक संस्था में जब यौन शिक्षा का कार्यक्रम रखा गया तो इस संस्था के सदस्यों ने कहा शिक्षा मत दो, कोई गर्म सीन या फोटो हो तो दिखाओ। जब तक हम इस मानसिकता से नहीं उभरेंगे तो लोगों को क्या शिक्षा देंगे। आजकल के युवा बुर्जगों की नहीं सुनते उनमे एक जनरेशन गेप आ गया है इसलिये बुर्जग उन्हें कुछ कहते नहीं है इससे युवा लोग निरंकुश हो गये है।

वे गलत भी कर रहे है तो उन्हें कोई रोकने वाला नहीं है। इस विषय पर तो किसी ने ठीक ही काहा है

"इतना ना प्यार करो की बिगड़ जाये हम
थोड़ा बहुत डॉटा भी करो की सुधर जाये हम"

सामाजिक संस्थाओं को निम्न विषय पर ध्यान देना चाहिए

1. बुर्जगों के साथ कैसे रहे।
2. माता पिता व बच्चों के आपसी संबंध ।
3. हमारी संस्कृति क्या है।
4. नशे के खिलाफ लड़े।
5. अश्लील पिक्चर, साहित्य, व चैनलों का खुलकर विरोध करे।
6. नारी प्रमुख संस्थाए नारियों के अंग प्रदर्शन का विरोध करे।
7. समाज में ऐसी परिस्थिती पैदा करे जिससे वेश्यावृति को बढ़ावा ना मिले।
8. युवक व युवतियों का मार्ग दर्शन करे।

एक पत्नीव्रता व एक पतिव्रता धर्म का पालन करे।

9. यौन शिक्षा पर जोर दे हमारी भारतीय संस्कृति के अनुसार, अगर इन विषयों पर ध्यान हम देंगे तो युवक व युवतिया गलत कार्य नहीं करेगें जिससे उनमें यौनजनित रोग व एड्स का फैलाव कम होगा वर्ना वह दिन दूर नहीं जब प्रत्येक घर में एक सदस्य या आपके नजदीकी रिश्तेदार एड्स का मरीज हो।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. सामाजिक संस्थाओं को एड्स का फैलाव रोकने के लिए किन–किन विषयों पर ध्यान देना चाहिए ?

ए. बी. सी. क्लब

एड्स कार्यशाला

ज्यादा लेक्चर बाजी
मत करो कोई हॉट सीन
हो तो दिखाओं

साफ पैर में कीचड लपेटकर धोने की अपेक्षा उसे न लगने देना ही अच्छा है।

कंडोम व एड्स

हिन्दी में इसे निरोध के नाम से जाना जाता है यह परिवार नियोजन का एक अच्छा साधन हैं। यह पुरूषों व स्त्रीयों दोनों व्दारा प्रयोग में लाया जाता है परन्तु पुरूषों का कंडोम ज्यादा प्रचलित हैं। पूरे विश्व में प्रतिशत 60 करोड़ कंडोम का उपयोग होता है।

एड्स को रोकने में इसकी महत्वपूर्ण भूमिका है यह 83 प्रतिशत लोगों में एड्स को फैलने से रोकता हैं परन्तु इसके उपयोग के बाद भी 17 प्रतिशत लोगों को एड्स हो सकता है। इसीलिए आप लोगों से मैं यही कहना चाहता हूँ कि

कंडोम पहनने से न करो इंकार
क्योकि एड्स से हमें यही बचायेगा मेरे यार।

कंडोम के असफल (फेल) होने के कई कारण है।

1. नियमित रूप से कंडोम का उपयोग न करके कभी–कभी इसका प्रयोग करना।
2. सहवास के प्रांरभ से प्रयोग न करके मध्य या आखरी में प्रयोग करना।
3. कंडोम के प्रयोग का सही तरीका मालूम ना होना।
4. कंडोम का फट जाना।
5. पहनते समय हाथ की अंगुलियों का नाखुन व्दारा कंडोम फट जाना।
6. कंडोम पहनने के पहले लिंग में तेल या चिकनाई लगाना, तेल के कारण कंडोम जल्दी फट जाता है।
7. कंडोम बहुत पुराना होना व कंडोम गर्म जगह पर रख देने से भी कंडोम जल्दी फट जाता है।
8. कंडोम फट जाने पर तुरंत अपने डॉक्टर की सलाह ले।

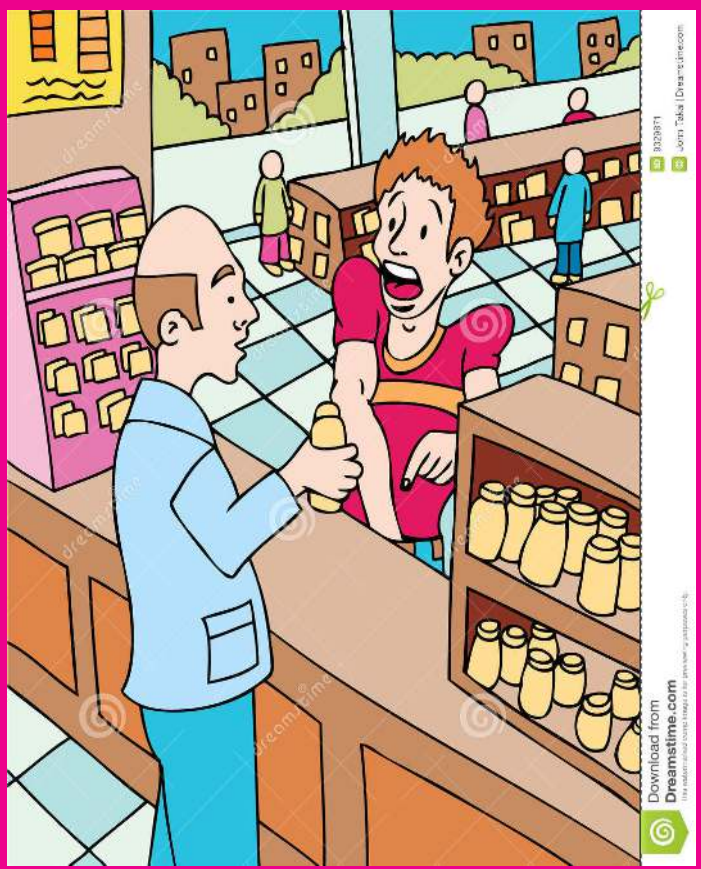
IF YOU WANT SAFE SEX USE CONDOM IF YOU WANT SAFEST SEX DO MASTURBATION.

एक
समाचार

परीक्षा के
समय बहुत से
बच्चे बीमार

कंडोम के
उपयोग से बहुत
सी यौन जनित
बिमारीयों से
बचाव

अंकल कंडोम देना
सुना है इससे
बहुत सी
बिमारीयों से बचा
जा सकता है।



रचियता
डॉ. अजय गुप्ता

अच्छे निर्णय अनुभव से आते है, कई बार बुरे निर्णय भी अनुभव दे जाते है।

कंडोम के फायदे

1. सस्ता व सरल है आसानी से उपलब्ध है।
2. उपयोग में भी आसान है।
3. सरकारी अस्पतालों में निशुल्क मिलता है।
4. इसमें यौन जनित रोग, एड्स व हेपेटाइटिस बी (एक प्रकार पीलिया रोग) होने का खतरा कम होता है।
5. परिवार नियोजन के काम आता है।
6. पुरूषों को परिवार नियोजन की जिम्मेदारी का अहसास करता है।

इसलिए कंडोम का सही उपयोग करे उसके लिए मैं आपसे कहना चाहता हूँ

कि अगर नहीं जाना चाहते हो एड्स के द्वार
तो अच्छी तरह से कंडोम का उपयोग करो मेरे यार।

कंडोम के इस्तेमाल का सही तरीका

प्रायः पुरूषों के कंडोम ही ज्यादा प्रचलित है इसे पुरूष द्वारा सहवास के ठीक पूर्व लिंग की उतेजना के बाद लगाया जाता है। लगाने के पूर्व लिंग की सामने की चमड़ी पीछे कर लेना चाहिए व लिपटे हुए कंडोम को थोडा सा खोलकर, फिर पहनना चाहिये। पहनने के बाद कंडोम के सामने के भाग व लिंग में लगभग आधे इंच का अंतर होना चाहिए।

एक बार एक व्यक्ति अपने मित्र से कहता है कि आज मेरा फैंसी ड्रेस प्रतियोगिता है तुम देखने जरूर आना। वह मित्र

चरित्र दो वस्तुओं से बनता है, अपनी मृत्यु महान उद्देश्य के लिये होती है।

फैंसी ड्रेस देखने पहुँचता है कार्यक्रम समाप्त होने के बाद वह अपने मित्र से पूछता है कि तुम तो इस कार्यक्रम में दिखाई ही नहीं दिए तो वो बताता है एक कंडोम वाला फैंसी ड्रेस था उस कंडोम के अंदर तो मैं ही था।

कंडोम के इस्तेमाल में सावधानी

1. कंडोम की जरूरत पड़े उसके पहले ही वह अपने पास हो।
2. सहवास के प्रत्येक दौर में कंडोम का उपयोग करे।
3. एक कंडोम का प्रयोग एक बार करे।
4. कंडोम का पाकेट या कंडोम पुराना हो, सुखा हो या चिपचिपा हो तो इसका उपयोग ना करे।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. कंडोम के प्रयोग से एड्स का बचाव कितने प्रतिशत तक हो सकता है ?
2. कंडोम के उपयोग के बाद भी कितने प्रतिशत लोगों को एड्स हो सकता है ?
3. कंडोम के असफल होने के क्या – क्या कारण है ?
4. कंडोम के फायदे क्या – क्या है ?
5. कंडोम के इस्तेमाल का सही तरीका क्या है ?
6. कंडोम के इस्तेमाल में क्या – क्या सावधानी रखनी चाहिए ?

कंडोम का उपयोग कर करेगा जो दूसरी औरत से रोमांस 83% तो बच जायेगा, 17% फिर भी रहेगा, एड्स होने का चांस।

धर्म व संस्कृति का महत्व

हमारे देश में धर्म व संस्कृति का अभी भी काफी महत्व है। यदि हम यौन शिक्षा के साथ–साथ एड्स व धर्म व संस्कृति की शिक्षा दे तो यह एड्स को बढ़ने से रोकने में काफी सहायक होगी जैसे

एक पतिव्रता व एक पत्नीव्रता का महत्व
शादी का महत्व
परस्त्रीगमन ना करने की शिक्षा व रोकथाम
नशे पर रोकथाम
ना मानने पर समाज व्दारा सजा या बहिष्कार
धर्म संस्कृति व स्वास्थ

इस तरह हम देखे तो एड्स एक स्वास्थ्य समस्या ही नहीं है परन्तु इसका प्रभाव हमारे परिवार बच्चों, समाज, स्वास्थ सेवाओ, अर्थ व्यवस्थाओं व पूरे देश पर पड़ेगा इसलिये इसके फैलने से रोकने के लिए बहुत अधिक प्रयास करने होगे।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. धर्म और संस्कृति एड्स को बढ़ने से रोकने में किस तरह सहायक होगी।

अफ्रीका में दस करोड़ की जनसंख्या में कइ लोगों को एड्स हो चुका है।

एक नई शिक्षा यौन शिक्षा (पारिवारिक शिक्षा)

आज कल प्रायः पाठकों के देखने सुनने व पढ़ने में आता होगा कि एक और नई शिक्षा की बात चल रही है वह है यौन शिक्षा, आखिर क्या है ? क्यों कुछ लोग इसका विरोध कर रहे है। क्यों कुछ चाहते है कि यौन शिक्षा होनी चाहिए। आये दिन आप न्यूज पेपर व होडिंग बोर्ड में पढ़ते होगें कि बचपन में गलत आदतों के कारण नसों में कमजोरी नपुसंकता, स्वप्न दोष, घात जाना, शीघ्र पतन, सिफलिस, गोनोरिया हर्पिस, एड्स का शार्तिया इलाज कई युवक इन विज्ञापन को पढ़कर गुमराह हो जाते है व हजारो रूपये लुटा देते है परन्तु ठीक नहीं होते भारत में 10–20 प्रतिशत तक तलाक सेक्स संबंधित बीमारियों के कारण, यूरोप में 70–80 प्रतिशत तलाक यौन संबंधो में तनाव के कारण होते है व यूरोप में स्त्री व पुरूष कई बार शादी करते है। क्या जवाब है आपके पास व उनके पास जो कि यौन शिक्षा का विरोध करते है। दरअसल वे सोचते है कि यौन शिक्षा से आज के युवक युवतियां गलत राह में जायेंगे परन्तु ऐसा नहीं है। एक बार आप इस को पढ़े आपको पता चल जायेगा कि वास्तव में यौन शिक्षा क्या है व कितनी आवश्यक है।

अभी तक इस विषय बहुत कम उच्चशिक्षित चिकित्सकों ने प्रयास किया है अधिकांश पुस्तके गैर चिकित्सकों ने लिखी है या अधिकांश पुस्तके अनाधिकृत चिकित्सकों या नीम हकीम डॉक्टरों ने लिखी गयी है जिन्हें स्वयं तथ्यों का ज्ञान नहीं है तथा उनका उदेश्य पीडितों को डराकर या गुमाराह कर पैसा कमाना होता है। स्वप्न दोष, शीघ्रपतन, नसों में कमजोरी, नपुसंकता क्या वास्तव में बिमारी है या नहीं है ? इन सवालो का जवाब मैं अपने इस लेख के माध्यम से पाठको को देना चाहता है।

आइये पहले हम यह जाने कि यौन शिक्षा का उदेश्य क्या है।

योग व ध्यान एड्स को बढ़ने से रोकता है।

यौन शिक्षा का उद्देश्य

1. **स्त्री व पुरूष के शरीरिक रचना की जानकारी देना।**
2. **शादी के पहले होने वाले शारीरिक संबधों को रोकना।**
3. **प्यार व सेक्स के चक्कर में पढ़ाई पर ध्यान न देना व अपना केरियर खराब करना जैसे मुदो को रोक थाम करना।**
4. **प्यार व सेक्स में असफलता के बाद शराब व नशे की आदत से बचाव करना।**
5. **कम उम्र में बच्चे पैदा न करने ही सलाह व उसके दुष्प्रभाव के बारे में जानकारी देना।**
6. **कम उम्र में गर्भपात न कराने की सलाह व उसके दुष्प्रभाव के बारे में जानकारी देना।**
7. **परिवार नियोजन के तरीकों की जानकारी देना व छोटे परिवार के महत्व को बताना।**
8. **गंदे व नग्न विज्ञापनों के दुष्प्रभाव के बारे में जानकारी देना।**
9. **यौन जनित रोग जैसे सिफरिस, गोनोरियां व एड्स जैसे खतरनाक रोग जो मृत्यु का कारण बन जाते है के बारे में जानकारी देकर उनकी रोकथाम करना।**
10. यौन संबंधो में तनाव के कारण होने वाले तलाक की रोकधाम करना यूरोप में 80% तलाक इन्ही कारण होते है परन्तु वहां एक स्त्री व पुरूष व्दारा 3–4 बार शादी की जाती है जिसे बुरा नहीं माना जाता। भारत में 20% तलाक इसी के कारण होते है। महानगरों में इनका प्रतिशत और भी ज्यादा है।
11. प्यार व यौन संबंधो में असफलता के कारण होने वाली आत्महत्या को रोकना ! भारत में प्रतिदिन लगभग 200 लोग आत्महत्या करते है। जिसमें 25–30% लोग प्यार व यौन संबंधो में असफलता के कारण आत्महत्या करते है। एक दिन **ट्रेन दुर्घटना में 200 लोग मर जाते है तो पूरे देश में तुफान आ जाता है परन्तु प्रतिदिन 200 लोग आत्महत्या करते है उनकी ओर कोई ध्यान नहीं देता।**

अब भी वक्त है सुधर जाओ ओर एड्स से मरना भी कोई मरना है यारों।

आइये इसके बाद हम यह जाने कि यौन शिक्षा में क्या क्या विषय होंगे उनका संक्षिप्त विवरण इस प्रकार है

1. स्वास्थ क्या है ?
2. गुप्त रोग क्या है व इसके कितने प्रकार है ?
3. सेक्स का विकास, बचपन से युवावस्था तक ?
4. पुरूष व महिला के शरीर की यौन संबंधित बनावट ?
5. पुरूषो की बनावट व कार्य विधि से उत्पन्न गलत धारणाये जैसे लिंग में छोटापन, हस्त मैथुन, स्वप्न दोष, घाव जाना इत्यादि ?
6. पुरूषो में नपुसंकता के कारण ?
7. कामोत्तेजक दवाईयां व उनका दुस्प्रभाव ?
8. व्यायाम जो सेक्स को बढाते है ?
9. सफल पति के गुण ?
10. सफल पत्नी के गुण ?
11. शादी के अयोग्य स्त्री ?
12. समागम के अयोग्य स्त्री ?
13. स्त्रीयों में यौन संबंधों में होने वाली परेशानियां ?
14. गंदे व नग्न विज्ञापनों का दुष्प्रभाव ?
15. परिवार नियोजन के विषय में जानकारी ?
16. विभिन्न प्रकार की यौन संबंधित बिमारी (बी. डी.) व एड्स ?

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

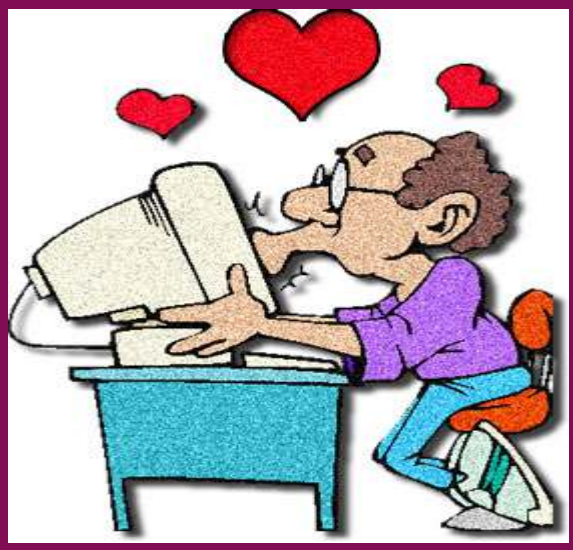
1. यौन शिक्षा का क्या उदेश्य है ?

यौवन हलचल चाहता है पग–पग पर कठिनाईयों को ढूँढता है और अपनाता भी है।

एक समाचार

भारतीय संस्कृति को नष्ट की विदेशी साजिश

भारत में साइवर सेक्स बढ़



विदेशी साजिश

A = "All "

I = " India" will be

D = " Destroyed by "

S = " Sex "

डॉ. अजय गुप्ता

एड्स के वायरस से बचाव :

एड्स के वायरस शरीर के बाहर 15–20 मिनट में ही मर जाते हैं। इसलिए क्लीनिक और अस्पतालों में साफ सफाई के लिए आवश्यक सावधानी रखी जाती है उसको छोड़कर कोई अतिरिक्त विशेष सावधानी की जरूरत नहीं पड़ती। एड्स के पीड़ित व्यक्तियों के उपयोग की गयी आवश्यक सामग्रियों को उसी तरह ठिकाने लगाई जानी चाहिए जैसे अन्य मरीजों के लिए करते हैं। एंटीसेप्टिक दवाओं का छिड़काव बहुत अधिक आवश्यक नहीं हैं। अस्पताल को केवल साबुन व पानी से अच्छी तरह साफ कर लेना चाहिए। एड्स के मरीज से निकले खून से सने औजारों लगभग 30 मिनट तक 2% ग्लूटरएल्डीहाइड में डूबाकर रखना चाहिए। उसके बाद आटोक्लेव करना चाहिए। औजारों को 20–30 मि. उबालने पर भी एड्स के वायरस मर जाते है। अगर कोई एड्स से पीड़ित व्यक्ति मर जाये तो डॉक्टरों को पोस्टमार्टम करते समय शरीर में एप्रान व दस्ताने पहनने चाहिए व मुँह में मास्क व ऑखों में चश्मा लगाना चहिए। क्योंकि कई घंटों बाद तक भी मृत व्यक्ति के शरीर से वायरस स्वस्थ व्यक्ति के शरीर में प्रवेश कर सकते हैं। मृत व्यक्ति के शरीर को पॉलिथिन या रबड़ की झिल्ली से सील कर देना चाहिए। उसका अंतिम संस्कार तुरंत ही कर देना चाहिए।

अगर हम मर जायें तो रोना नहीं दिल को थाम लेना, तुम्हारे तो सिर्फ सौ रूपये है जिसके बीस हजार है उसको सांत्वना देना

विवाह के पूर्व खून की जांच एड्स के लिए अवश्य करालें।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. एड्स का वायरस शरीर के बाहर कितने देर में मर जाता है।
2. क्या अस्पतालो की साफ–सफाई के लिए विशेष सावधानी रखी जानी चहिए ?
3. चिकित्सकीय औजारों को कितनी देर उबालने पर एड्स के वायरस मर जाते है।
4. अगर कोई एड्स से पीड़ित व्यक्ति मर जाये तो डॉक्टरों को पोस्टमार्टम करते समय क्या–क्या सावधानी रखनी चाहिए।

साधना की सामग्री तो पवित्रता ही हैं।

चिकित्सक एवं चिकित्सकीय कार्यकर्ताओं के लिए सावधानी

वैसे तो चिकित्सक व चिकित्सा क्षेत्र से जुड़े अन्य लोग जैसे नर्स, कम्पाउन्डर, स्वास्थ कार्यकर्ता लोग जब किसी मरीज का इलाज करते हैं तो मरीज की बीमारी इन लोगों को भी होने की सम्भावना रहती हैं अन्य बीमारी तो ठीक है, परन्तु अगर एड्स हो गया तो इनके लिए मुसीबत है परन्तु कुछ सावधानीयाँ रखकर इनसे बचा जा सकता है। इन सावधानीयों को हम सार्वत्रिक सावधानियाँ कहते है। इनकी जानकारी मै आपको दो भाग मे दे रहा हुँ।

1. **जोखिम भरे चिकिसकीय कार्य**
2. **चिकित्सको के लिए सावधानियाँ**

जोखिम भरे चिकित्सकीय कार्य :

ये वो कार्य है जिनके कारण मरीज की बीमारी चिकित्सक को हो सकती है।

1) मरीज की जांच जैसे पी.वी/ पी.आर.
2) चमड़ी व छेदनें वाली सभी क्रियाएं।
3) मुँख से मुँख स्वसंन
4) घाव में पटी करना।
5) आपरेशन थियेटर मे होने वाले सभी चिकित्सकीय कार्य।
6) वार्ड के कार्य
7) खुन व शरीर अन्य द्रव्यों का चिकित्सकीय कार्य मे उपयोग।
8) अस्पताल में साफ सफाई
9) धुलाई के कार्य

10) पोस्ट मार्टम के कार्य
11) स्टरलाइजेशन के कार्य।

चिकित्सकों के लिए सावधानियॉ :

1) हाथ ठीक से धोना चाहिए।
2) नुकीली चीज जैसे कैंची, चाकू व सूई का सावधानी पूर्वक उपयोग।
3) अस्पताल व क्लीनिक की अच्छी तरह साफ सफाई।
4) एक ही बार उपयोग की जाने वाली वस्तुएं (डिस्पोजेबल आईटम) को उपयोग करने के बाद जला अथवा जमीन में गाढ़ देना चाहिए।
5) अपने शरीर के बचाव के लिए दास्ताने, मुंह पर मास्क, शरीर पर ऐप्रान या गाउन, आंखों में चश्मा, पैर में फुट कवर का उपयोग करना चाहिए।
6) चिकित्सकों को हिपेटाइटिस–बी टीका लगवाना चाहिए।
7) सुई को वापस अपने कवर में लगाते समय काफी सावधानी रखनी चाहिए हो सके तो नही लगाना चाहिए।
8) इन्जेक्शन के लिए कांच के एम्प्युल को तोड़ते समय काफी सावधानी रखना चाहिए।
9) काम करते समय अपने आंख, नाक, मुंह, व म्युकस मेम्ब्रेन को हाथ ना लगावें।
10) अगर आपके हाथ में कोई खरोंच या जख्म हो तो जोखिम भरे चिकित्सकीय कार्य न करें।
11) कार्य करते समय मरीज का खून, मवाद या शरीर का अन्य द्रव्य जमीन में गिर गया हो तो 10% हाइपोक्लोराइड सलुशन से साफ करें।

स्वयं अपने **ऊपर विजय प्राप्त करना सबसे बड़ी विजय है।**

12) **चिकित्सकीय कार्य करने की जगह को प्रतिदिन सुबह शाम** 10% हाइपोक्लोराइड सलुशन से साफ करें।

13) चिकित्सकीय व मरीज व्दारा उपयोग किये गये कपड़ो को धुलाई में भेजने के पहले 20 मिनट तक 10% हाइपोक्लोराइड सलुशन में डुबा कर रखें।

14) औजारों का स्टरलाइजेशन ठीक से करें। औजारों का स्टरलाइजेशन भाप के व्दारा 121^0 ताप पर 20 मिनट तक करें या औजारों को 20 मिनट तक उबाले या **ड्राई हीट (शुष्क ताप) व्दारा 2 घंटे तक 170^0** पर औजारों का स्टरलाइजेशन करें। औजारों के स्टरलाइजेशन के लिए औजारों को 20 से 30 मिनट तक निम्न घोलो में डुबों कर किया जा सकता है।

A) 10% हाइपोक्लोराइड सलुशन
B) 2% ग्लुटरएलडीहाईड
C) 70% इथाइल एलकोहल
D) 70% सर्जिकल स्प्रीट
E) 5% पोविडोन आयोडिन
F) 4% फर्मलडिहाइड
G) 6% हाइड्रोजन परआक्साइड

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. **जोखिम भरे चिकित्सकीय कार्य कौन–कौन से है ?**

2. **चिकित्सकों को क्या–क्या सावधानी रखनी चाहिए ?**

किसी के गुणों की प्रशंसा करने में अपना समय नष्ट मत करो, उसके गुणों को अपनाने का प्रयत्न करों।

विश्व एड्स दिवस

पूरे विश्व में 1 दिसम्बर को विश्व एड्स दिवस मनाया जाता है। जिसका मुख्य उदेश्य होता है कि पूरे विश्व के लोग एक जुट होकर इस बीमारी का मुकाबला करे व उसके बारे में बाते करे उसे फैलने से रोके और एड्स से पीड़ित व्यक्ति की देख माल करें। पहला विश्व एड्स दिवस 1988 में मनाया गया था जिसका उदेश्य था लोगो का एड्स के बारे मे जानकारी देना और उनमें जागरूकता पैदा करना। 1989 मे दूसरे विश्व एड्स दिवस का उदेश्य था कि युवाओं के व्दारा

इस बीमारी की रोकथाम। 1990 में तीसरे विश्व दिवस का उदेश्य था कि महिलाओं में तेजी से बढ़ते हुये एड्स की रोकथाम करना।

अब पूरे विश्व में, विश्व एड्स दिवस मनाने के 10 मुख्य उदेश्य है।

उदेश्य :

1. एड्स किसी एक देश की समस्या नही है। यह पूरे विश्व की समस्या है। आप किस देश के है, किस जाति के है, आपकी हैसियत क्या है, आप अमीर है या गरीब है, इन सब बातों का एड्स होने पर फर्क नही पड़ता।
2. अगर किसी व्यक्ति में एड्स के वायरस प्रवेश कर गये है तो भी उसे एड्स होने में 2 साल से 10 साल का समय लग सकता हैं परन्तु इस व्यक्ति से एड्स किसी दूसरे व्यक्ति में फैल सकता है। जिसे रोका जाना चाहिए।
3. शारीरिक सम्बन्धों से भी एड्स के फैलाव को रोका जाना चाहिए।
4. खून या रक्त के व्दारा जो एड्स फैलता है। उसे भी रोका चाहिए।
5. एड्स किन तरीकों से नही फैलता यह भी लोगो को बताया जाना चाहिए।
6. एड्स के मरीज को समाज व स्वस्थ व्यक्तियों से अलग नही रखा जाना

प्रसिध्द होने के बजाय ईमानदार होना अधिक अच्छा है

चाहिए। ऐसा करने से एड्स के मरीजों में डर पैदा होगा। जिससे वे सामने आने से डरेंगे और उनकों खोजना और मुश्किल हो जायेगा।

7. लोगों को एड्स के बारे में जानकारी देना व उससे बचाव की शिक्षा देना। एड्स पूरे मानव समाज के लिए खतरा है और वह किसी भी व्यक्ति को हो सकता है।

8. एड्स के बारे में लोगो को समाचार पत्रों, टेलीविजन, रेडियों, नाटको के व्दारा जानकारी देना और उनमें जागरूकता पैदा करना।

9. मिल जुल कर मुकाबला करना, एड्स पूरे विश्व की समस्या है। अगर उसे हम एक देश में रोकना चाहते है तो हमें उसे विश्व के सभी देशों में फैलने से रोकना पड़ेगा। इसलिए विश्व के सभी देशों को मिल जुल कर एक साथ काम करना चाहिए।

10. हम क्या कर सकते है। प्रत्येक व्यक्ति का यह कर्तव्य होना चाहिए कि वह एड्स के फैलाव को रोकने में एक दूसरे की मदद करें और उसके बारे में समझें ताकि एड्स का फैलाव कम हो सके।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. **विश्व एड्स दिवस कब मनाया जाता है।**
2. **प्रथम विश्व एड्स दिवस कब मनाया गया था।**
3. **विश्व एड्स दिवस मनाने के क्या – क्या उदेश्य है।**
4. **एड्स किन – किन तरीकों से नहीं फैलता।**

संयम सफलता की कुंजी है।

संक्षेप में एड्स क्या है।

एड्स एक यौन जनीत रोग है इसका पूरा नाम है एक्वायर्ड, इम्यूनों डिफिसिंयेंसी सिंड्रोम यह एच. आई. वी. I व II वायरस के कारण होता है। अधिकांश लोगों में यह वेश्यावृत्ति के कारण होता है इसके अलावा यह दूषित खून लेने से, दूषित इंजेक्शन या सुई सें व एड्स से पीड़ित महिला के गर्भ में पल रहे बच्चे को भी एड्स हो सकता है। इस बीमारी में मरीज की बीमारियों से लड़ने की प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है व मरीज छोटी से छोटी बीमारी होने पर मर जाता है यह छूने, हाथ मिलाने, चुबंन व एक दूसरे के कपड़े इस्तेमाल से नहीं फैलती है यह मुत्र, आंसु व लार से भी नहीं फैलती है। इस बीमारी का वर्तमान में कोई इलाज नहीं है। एक बार बीमारी होने से मौत निश्चित है इसलिये इलाज से बेहतर है बचाव।

हाथ मिला भी लो मैं
एड्स का मरीज
नहीं हूँ।

किताब मांग कर नहीं खरीद कर पढ़े।

एस. टी. डी. व एड्स में संबंध

अधिकांश लोगों को यह नहीं मालुम कि यौन जनित रोग (STD - Sexually Transmitted Diseases) व एड्स में क्या संबंध है जबकि एड्स भी एक प्रकार का यौन जनित रोग है व यौन जनित रोग की रोकथाम करके हम एड्स पर भी नियंत्रण कर सकते है।

1. दोनों बीमारी के होने व फैलने का ढंग एक ही है।
2. दोनों ही बीमारियों यौन सक्रिय ग्रुप अर्थात् 15–45 वर्ष की उम्र में ज्यादा होती है।
3. यौन जनित रोग (एस. टी. डी.) के कारण होने वाले लिंग में घाव के कारण एड्स होने का खतरा 10 गुना व मुत्र नली में जलन होने के कारण एड्स होने का खतरा 5 गुना ज्यादा बढ़ जाता है।
4. यौन जनित रोगों की रोकथाम व जल्दी इलाज द्वारा एड्स के फैलाव को भी हम नियंत्रित कर सकते है।
5. एड्स के मरीज में होने वाले यौन जनित रोग बड़ी मुश्किल से ठीक होते है।
6. भारत में प्रतिवर्ष 40 लाख नये केस यौन जनित रोगों के होते है।
7. मुम्बई में एक सर्वेक्षण में एड्स के जितने भी मरीज थे उनमें से 70% लोगों को कभी न कभी यौन जनित रोग हुआ था।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

1. एस. टी. डी. व एड्स में क्या संबंध है।

एक समाचार

यौन जनित रोग **(STD)** कम होने से
एड्स भी कम होगा।

टेलीफोन निगम द्वारा
STD
की दरों में कमी

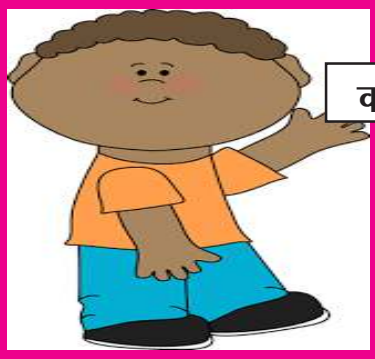
तो क्या **STD**
की दर कम होने से
एड्स भी कम होगा।

रचियता
डॉ. अजय गुप्ता

कंडोम का दुरूपयोग न करें

कंडोम एड्स को बचाने में काफी सहायक सिद्ध होता है। इसके उपयोग से एड्स होने की संभावना 83 प्रतिशत तक कम हो जाती है। यह एक तरह से छतरी का कार्य करता हे। सरकार इसको बनाने के लिए व इसके निशुल्क वितरण के लिए करोड़ों रूपये खर्च करती है परन्तु कुछ लोग इसका दुरूपयोग करते है। जैसे बच्चे लोग फुग्गा फुलाकर खेलते है। गाँव वाले मैदान जाते समय इसमें पानी भरकर ले जाते है। कुछ लोग इसका उपयोग साड़ी बनाने के लिए करते है। कुछ लोग बारिश से बचने के लिए इसका उपयोग छत में भी करते है। आप इसका दुरूपयोग न करें क्योंकि कंडोम एक ऐसी छतरी है जो आपको, आपके अपनो को व आपके रिश्तेदारों को एड्स की महामारी से बचाएंगी। कंडोम आपको एड्स के अलावा यौन जनित रोग व हेपेटाइटिस बी से भी बचाता है। पूरे विश्व में परिवार नियोजन के लिए सबसे ज्यादा इसी का उपयोग किया जाता है। यह शीघ्रपतन, की बीमारी को भी दूर करता है।

पापा पापा मै इसका(कंडोम)
फुग्गा बना कर खेंलू।



रूप के साथ ही गुण का भी महत्व है जिसको अनदेखा नहीं करना चाहिए।

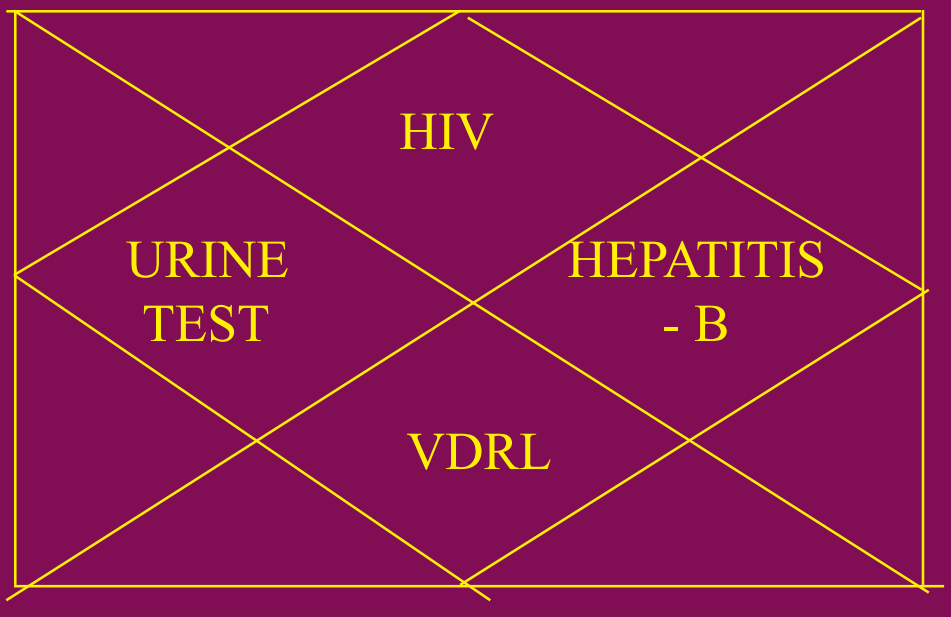
रक्त कुण्डली

भारतीय संस्कृति और परम्परा के आधार पर सभी परिवार वाले शादी ब्याह से पहले लड़के लड़कियों की कुण्डली मिलाना उचित समझते हैं। दोनो के गुणों का मिलाना आवश्यक होता है ताकि उन दोनों की शादी शुदा जिन्दगी में कोई बाधा न आए। इसी प्रकार से अब रक्त कुण्डली यानी खून की जॉच करना भी आवश्यक हो गया है। आज कल रक्त संबंधित कई बिमारियां होने लगी है जैसे हिपेटाईटिस बी, सिकलिन, हिमोग्लोबिन की जॉच ब्लड शुगर और अन्य बीमारी होती है जो कि लाइलाज बीमारीयॉ है इन बिमारियों का ईलाज नहीं होता है परन्तु इनकी रोकथाम की जा सकती है जिससे वह बिमारी नियंत्रित रहे। इसलिए बिमारियों का पता लगाने के लिए जन्म कुण्डली के साथ–साथ खून की जांच कराना भी आवश्यक है यानी रक्त कुण्डली बनाना चाहिए।

एक प्रतिष्ठित और अच्छे परिवार की एक लड़की जिसकी शादी एक कपड़ा बेचने वाले लड़के साथ कर दी गयी। वह लड़का कपड़े का व्यापार करता था। जिसकी वजह से उसे बाहर दूसरे राज्यों में जाना पड़ता था वह अधिकतर बाहर ही रह था वो वहॉ रह कर क्या करता था किसी को पता नहीं था। अचानक कुछ दिनों के बाद उस लड़के की तबियत खराब होने लगी वह लड़का कमजोर होने लगा लेकिन उसकी पत्नी को किसी ने कुछ नहीं बताया कि उसे क्या हुआ है। फिर उस लड़के की मृत्यु हो गयी लड़की कम उम्र में विधवा हो गयी। लड़के के घर वालों ले भी उसे नहीं बताया बेटे को क्या हुआ था। लड़के के माता पिता ने उस लड़की की दूसरी शादी कर दी। दूसरी शादी से

रक्त कुण्डली

उन्हें एक बच्ची हुई उसके बाद लड़की भी बिमार रहने लगी उसने डॉक्टर से सलाह लेकर टेस्ट करवाये जिससे पता चला कि उसे एड्स है फिर उसने अपनी छोटी सी बच्ची और अपने दूसरे पति का भी टेस्ट करवाया टेस्ट के बाद पता लगा कि सभी को एड्स हुआ है। सब बहुत दुखी हुए। किसी की एक गलती के कारण सभी की जिन्दगी को कितनी मुश्किल का सामना करना पड़ा। अनजाने में ही हुई एक गलती की वजह से बड़े-बड़े दुष्परिणाम का सामना करना पड़ सकता है।



रक्त कुंडली

कोई एक काम समय पर न होने से सारे काम गड़बड़ा जाते है।

एड्स जनजागरण कार्यक्रम

1. आम जनता को एड्स के विषय में जानकारी विभिन्न माध्यमों के द्वारा दी जानी चाहिए।
2. एड्स के मरीजों को ज्यादा संख्या में पहचान की जानी चाहिए व पहचान होने पर उनका पूरा रिकार्ड जैसे नाम, पता, काम व उनके यौन संबंधों का पुरा ब्यौरा रखा जाना चाहिए।
3. छोटे–छोटे गॉव में निःशुल्क एड्स सलाह केन्द्र खोले जाने चाहिए।
4. एड्स से पीड़ित व्यक्ति के परिवार व उससे संबंध रखने वालों की पहचान व जॉच की जानी चाहिए।
5. रक्त दाताओं, वेश्याओं, नशेड़ियों एक से अधिक यौन संबंध रखने वालों व समलैंगिक यौन संबंध रखने वालों **ट्रक ड्राइवरों के खून की नियमित जॉच की जानी चाहिए।**
6. **एड्स से पीड़ित व्यक्ति डर व शर्म के कारण बीच में ही कहीं चले जाते है उन पर नजर रखी जानी चाहिए व उन्हें यौन शिक्षा दी जानी चाहिए।**
7. **किसी भी प्रकार के यौन रोग ये पीड़ित व्यक्ति की एड्स संबंधित जॉच भी की जानी चाहिए।**
8. **एक पतिव्रता व एक पत्निव्रता की सलाह लोगों को दी जानी चाहिए जो लोग इसे स्वीकार नहीं करते उन्हें निरोध के इस्तेमाल की सलाह दी जानी चाहिए।**
9. **वेश्याओं, नशेड़ियों व एड्स से पीड़ित लोगों के लिए विशेष कानून बनाना चाहिए।**

आज जिंदगी उस दो राह पे खड़ी है जहॉ हमे समझ नही आ रहा है क्या सही है व क्या गलत

10. समाज में ऐसी परिस्थिति पैदा की जानी चाहिए की लोग वेश्यावृति व नशे को ना अपनायें। वेश्याओं व नशेडियों का पुर्णवास किया जाना चाहिए ताकि इस रोग का फैलाव कम हो सके।

11. उत्तेजक साहित्य किताबों, पिक्चरों व टी. वी. चैनलों व टी. वी. विज्ञापनों पर रोक लगाना चाहिए।

12. यौन शिक्षा का प्रचार व प्रसार भारतीय संस्कृति के अनुसार होना चाहिए।

13. सभी पालको व शिक्षकों को यह जानकारी अपने बच्चों व विद्यार्थीयों को देनी चाहिए।

14. अगर किसी महिला को एड्स है तो उसे गर्भधारण नहीं करना चाहिए क्योकि उसके बच्चे को भी एड्स हो सकता है व एड्स होने पर बच्चा 3 वर्ष की आयु पुर्ण करने से पहले ही मर सकता है।

15. टीकाकरण, गोदना, कर्ण छेदन व नाक छेदने के कार्य को भी बहुत सावधानी रखनी चाहिए व प्रत्येक शिशु को 20 मिनट उबाली हुई सुई या अलग सुई और हो सके तो डिस्पोजेबल सुई (एक बार उपयोग होने के बाद फेंक देने वाली सुई) का उपयोग करना चाहिए।

कितने ध्यान से पढ़ा आपने :–

एड्स जन – जागरण के लिए कौन – कौन से कार्यक्रम है।

एड्स के खिलाफ लड़े, एड्स से पीड़ित व्यक्ति से नहीं।

एड्स जनजागरण का अर्थ है लोगों में इस बिमारी के खिलाफ जागरूकता फैलाना ताकि लोग इस बिमारी से बचें और यह बिमारी एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैलने से रूके। जनजागरण के बहुत से तरीकें हो सकते हे परन्तु मैं आपको कुछ तरीके बता रहा हूँ जैसे :–

1. नाटक
2. गाना
3. कविता
4. कहानी
5. घर कब आओगे (विद्यार्थीयों के लिए)
6. घर कब आओगे (**ट्रक ड्रायवरों के लिए**)
7. **एड्स के स्टीकर**
8. **एड्स का पॉम्पलेट**
9. **पति जब परदेश जायें**
10. **एड्स की वेबसाईट्स** (Websites)
11. एड्स के एस. एम. एस (SMS)
12. एड्स के नारे
13. एड्स प्रशिक्षण कार्यक्रम
14 संगोष्ठी
15. एड्स फोबिया
16. एड्स के मरीजों की नई दुनियाँ
17. एड्स का प्रचार

इसके अलावा भी अन्य कई तरीके हो सकते है जो आप अपने अनुसार उपयोग कर सकते है।

दुनिया में सबका इलाज है पर मुर्खो का नहीं।

एक समाचार
भारत की जनसंख्या
तेजी से बढ़ रही है

क्यों ना हम एड्स को
जनसंख्या नियंत्रण
कार्यक्रम में शामिल
कर लें।

एक समाचार

एड्स से मरने वाले की संख्या बढ़ी।

एड्स के खिलाफ जनजागरण के लिए नाटक

मैं चाहता हूँ कि एड्स कैसे फैलता है व इसकी रोकथाम कैसे की जाये यह छोटे – छोटे शहरों व गॉव में नाटक के माध्यम से बताया जा सकता है। मैं यहॉ एक छोटा सा नाटक लिखा हूँ परन्तु आप चाहे तो अपने मन से नये नाटक तैयार करे जो कि आपके गॉव की बोली व भाषा के अनुरूप हो, साथ ही उसमें हॅसी मजाक भी हो।

नाटक :– एक नई बला

(छोटा सा स्टेज है। पर्दा खुलता है एक छोटे से दवाखाने का दृश्य है उसमें एक डॉक्टर टेबल कुर्सी में बैठा है उसमें एक 14 वर्ष का लडका व 12 वर्ष की लडकी स्टेज में प्रवेश करते है।)

लड़का :– डॉक्टर साहब, डॉक्टर साहब, क्या चुंबन लेने से एड्स हो सकता है।

डॉक्टर :– इस उम्र में यह हाल हमारे जमाने में तो इस उम्र के लड़के लड़कियों को नजर उठाकर देखते भी नहीं थे और यह चुंबन की बात कर रहा है!

लड़का :– डॉक्टर साहब वो ऋतिक रोशन ने भी तो हीरोइन का चुंबन लिया था ना फिल्म कहो ना प्यार है में, इसीलियें मैंने भी इस लड़की को ले लिया, बताॅऊ **कैसे।**

डॉक्टर :– अरे ठहर – ठहर। क्या जमाना आ गया है! खैर चुंबन लेने से एड्स नहीं फैलता है परन्तु अब ऐसा नहीं करना चलो जाओ यहॉ से लड़का – लड़की भागते हुए बाहर चले जाते है फिर **ट्रक ड्रायवर क्लीनिक में प्रवेश करता है।**

ड्रायवर :– नमस्ते डॉक्टर साहब।

डॉक्टर :– नमस्ते नमस्ते, बैठिये, बोलिये क्या तकलीफ है।

अति सर्वत्र वर्जेयते।

ड्रायवर :– डॉक्टर साहब यह एड्स क्या बला है मैंने सुना है कि इसका कोई इलाज नहीं है। हम ट्रक लेकर घर 10–10, 15–15 दिन बाहर रहते है कुछ गलत – सलत भी कर लेते है मुझे देखकर बताओ कि मुझे एड्स तो नहीं है।

डॉक्टर :– एड्स, एच. आई. वी. वायरस से होने वाली बीमारी है इसका कोई इलाज नहीं है यह अधिकांश परस्त्रीगमन के कारण होती है कई बार दूषित सुई लगाने, दूषित खून चढ़ाने से भी यह बीमारी हो जाती है प्रारंभ में इस बीमारी से तकलीफ नहीं होती केवल खून जॉच कर ही इसका पता लगाया जा सकता है।

ड्रायवर :– अच्छा तो क्या मैं खून जॉच करा लूँ

डॉक्टर :– हॉ आप चाहे तो खून जॉच करा सकते है। ड्रायवर चला जाता है एक हीरो टाइप का लड़का गाना गुनगुनाते हुए मस्ती के साथ अंदर आता है कहो ना प्यार है, कहो ना प्यार है

लड़का :– डॉक्टर साहब अंदर फोड़ा हो गया है। (डॉक्टर लड़के को अंदर ले जाकर जॉच करता है व कहता है।)

डॉक्टर :– तुम्हें तो सिफलिस हो गया है।

लड़का :– डॉक्टर साहब मेरे दोस्त भी कई बार दूसरी औरतों के पास गये है उन्हें तो कुछ नहीं हुआ।

डॉक्टर :– बीमारी कई बार, एक बार गलती करनें में भी हो जाती है ठीक उसी तरह एड्स भी, आप कौन है ? आपकी हैसियत क्या है ? अमीर हो या गरीब इन बातों का एड्स होने पर कोई फर्क नहीं पड़ता मैं यह दवाई लिख रहा हूँ खाते रहना व यह खून जॉच करा लेना (वह लड़का चला जाता है फिर एक दूसरा लड़का घबराया हुआ पहुँचता है व कहता है।)

लड़का :– डॉक्टर साहब मैं पिक्चर देखने गया था वहॉ टायलेट में मैंने

यूरिन किया, बाद में मेरे दोस्त ने मुझे बताया कि जिसमें तूने यूरिन किया उससे पहले जिस व्यक्ति ने यूरिन किया उसे एड्स था। क्या मुझे एड्स हो जायेगा मैने तो इंटर में उससे हाथ भी मिलाया था मुझे बहुत डर लग रहा है।

डॉक्टर :– देखो मुत्र, लार, पसीने व हाथ मिलाने से एड्स नहीं फैलता है एक दूसरे के कपडे इस्तेमाल करने व सार्वजनिक टायलेट से भी एड्स नहीं फैलता है। (लड़का राहत महसूस करता है व चले जाता है फिर उसके बाद पहले वाला **ड्रायवर खून जॉच की रिपोर्ट लेकर आता है।**)

ड्रायवर :– ओ डॉक्टर साहब, मै रिर्पोट लेकर आ गया देखो तो इसमें क्या लिखा है।

डॉक्टर :– अरे तुम्हारे खून में तो एड्स के वायरस है तुम्हे एड्स हो गया है। (यह सुनकर ड्रायवर एक दम रोने लगता है वो डॉक्टर के पैर पकड़कर गिड़गिड़ाने लगता है कि) मुझे बचालो, मै आईंदा कोई गलत काम नहीं करूँगा, मेरे छोटे –छोटे बच्चे है, क्या मैं जल्दी मर जाऊँगा ?

डॉक्टर :– देखो अभी तुम्हारे खून में एड्स के वायरस ने प्रवेश किया है इसे एच. आई. वी. पॉजिटव अवस्था कहते है व इससे एड्स होने में 7–10 वर्ष भी लग सकता है इतने समय तक आप चाहे तो अच्छे से रह सकते हो केवल कुछ बातों का ध्यान रखना।

1. **दुसरी औरतों के पास नहीं जाना।**
2. **अपना खून व शरीर का कोई अंग दान नहीं करना।**
3. **नशे से दूर रहना।**
4. **नियमित रूप से व्यायाम करना।**
5. **अंकुरित अनाज व फल व दूध लेना।**

प्रत्येक रात (दुख) के बाद दिन (सुख) अवश्य आता है।

6. अपनी पत्नी के साथ भी निरोध लगाकर समागम करना।

7. इस बीच आप अपना काम अच्छे से करो व इतना रूपया जमा करो कि आपके बाद आपके परिवार के लोग चैन से अपना जीवन गुजार सके।

नाटक के अंत में डॉक्टर अपनी कुर्सी से उठता है व दर्शको की ओर देखते हुँए कहता है कि

एड्स का कोई इलाज नहीं है केवल बचाव व्दारा ही इसका फैलना हम रोक सकते है फिर भी अगर एड्स हो गया तो उसके बाद जिंदगी है क्या आप तैयार है उससे लड़ने के लिये ?

समाप्त

रचियता
डॉ. अजय गुप्ता

अज्ञानता से कभी कोई समस्या नहीं सुलझती।

एड्स जागरण के लिए गाना

ट्रक वालो के लिए :–

(मैं निकला गड्डी ले के.....
गाने की धुन पर आधारित)

मैं निकला गड्डी लेके,
ओ रास्ते पे, सडक में,
एक बाई के साथ सो आया,
मैं एड्स ले आया।

न जाने कब **ट्रक पर उसे बुलाया,**
ना जाने कब एक पती उसको दे आया,
मैं एड्स ले आया।

एक मोड़ पे वो चुपचाप मिली,
मैं यमला पागल हो गया,
मैं उसकी बाँहों में बिस्तर डाल के सो गया,
जब जागा, तब भागा,
मैं सारी मानमर्यादा तोड़ आया,
मैं कंडोम घर छोड आया,
मैं एड्स ले आया।

आदतें अनियंत्रित होने पर शीघ्र ही लत बन जाती है।

कविता

एड्स को भारत से मिटाना है

जन – जन ने यह ठाना है एड्स को भारत से मिटाना है
एच. आई. वी. वायरस की यह है कारस्तानी सबको बताना है।

असुरक्षित यौन संबंध, दूषित सुई, दूषित रक्त व गर्भ के
समय में फैलती यह बिमारी है। दुनिया को समझाना है।

हाथ मिलाने, कपड़ो, मशीने, लार व मुत्र व ऑसु से,
नहीं फैलती यह बिमारी, जन – जन को बताना है।।

वैश्याओं, नसेड़ियों व **ट्रक ड्रायवरों** से यह बिमारी,
आम लोगों में फैल रही है, उनको हमें बचाना है।।

प्रारंभ में यह पकड़ में नहीं आती
इसलिए हम सबको खून जॉच करवाना है।

एक बार एड्स हो गया तो, मौत के मुहँ में जाना है
बचाव ही इसका इलाज, यह जन चेतना जगाना है।

एक पतिव्रता व एक पत्नि व्रता की भारतीय संस्कृति को दुनिया में फैलाना है। एड्स को भारत से मिटाना है एड्स को भारत से मिटाना है।

रचियता
डॉ. अजय गुप्ता

वक्त सबसे अधिक बुध्दिमान परामर्शदाता है।

कहानी

मुझे बचा लो.

एक शहर में एक राजू नाम का लड़का रहता था। वह एक सीधा सादा और दुबला पतला लड़का था। वह एक अच्छे परिवार से था उसके परिवार में उसके पिताजी, माताजी और एक छोटी बहन थी। पिताजी स्कूल में शिक्षक थे और उसकी माताजी एक घरेलू महिला थी राजू पढ़ाई में तेज और होशियार लड़का था उसके पिताजी हमेशा उसकी पढ़ाई में मदद किया करते थे जिससे वह 12वीं की परीक्षा को मेरिट से उत्तीर्ण किया। उसके बाद राजू ने पी.ई.टी की परीक्षा दिलाई और उसमें भी सफल हो गया पी.ई. टी. उत्तीर्ण करने के पश्चात् उसके उज्जवल भविष्य के लिए उसे इंजीनियरिंग कॉलेज भेज दिया गया। कॉलेज में उसकी कुछ लड़कों के साथ दोस्ती भी हो गयी लेकिन राजू को यह बिल्कुल नहीं पता था कि वे किस प्रकार के लड़के हैं। राजू उनके साथ रहता बाहर घूमता–फिरता था वह उनकी कुसंगति का शिकार हो गया वह उनके साथ रहकर जुऑ, शराब, नशा करना आदि की बुरी आदतों में फॅस गया। कुछ लड़के हॉस्टल में लड़कियाँ लाने लगे जिसकी वजह से राजू का भी शारीरिक संबंध हो गया। ऐसे ही समय बीतता चला गया और इंजीनियरिंग पास करने के बाद राजू एक इंजीनियर बन गया। इंजीनियर बनने के बाद राजू की तबियत खराब रहने लगी उसे बुखार रहने लगा दवाई लेने से बुखार ठीक हो जाता परन्तु फिर वापस बुखार हो जाता था। उसे बहुत थकान लगने लगी, वह कमजोर होने लगा, उसका वजन भी घटने लगा था। उसके शरीर पर कई छोटे फोड़े – फुंसियॉ होने लगी वह कमजोर होने लगा उसके शरीर उसका स्वास्थ्य औंर ज्यादा खराब रहने लगा था। फिर एक दिन राजू चर्मरोग और गुप्त रोग के डॉक्टर से मिला उन्होंने उसे कुछ टेस्ट

कराने को कहा कई खून की जॉच कराने के बाद डॉक्टर ने उसे बताया कि उसे एड्स हुआ है वह रोने लगा और उसे अपनी गलती का एहसास हुआ तब तक बहुत देर हो चुकी थी फिर अचानक एक दिन उसकी कष्टप्रद मृत्यु हो गयी और अपने पीछे वह माता–पिता और छोटी बहन को छोड़ गया। राजू के माता पिता व्दारा देखा गया सपना टूट गया। पिताजी ने सोचा था कि बेटा आगे चलकर हमारे बुढ़ापे का सहारा होगा, हमारे परिवार का नाम रोशन करेगा। माताजी ने सोचा था कि मेरे बेटे की शादी के बाद बहु आयेगी जो मेरी सेवा करेगी और घर के कामों में मेरी मदद करेगी। राजू की छोटी बहन ने सोचा था कि उसकी पढ़ाई के बाद उसका भाई उसकी शादी के लिए दहेज की तैयारी करेगा उसके लिए एक अच्छा घर–परिवार देखेगा और उसको विदा करेगा लेकिन सबके सपने अचानक टूट कर बिखर गए और राजू का परिवार अकेला बेसहारा और दुखी हो गया।

दोस्तों पर क्या गुजरेगी,
तेरी जिंदगी का क्या होगा।
अगर हो गया एड्स तुझे,
तो तेरे घर वालों का क्या होगा।

विषय भोग तत्काल ही स्मणीय होते है, अंततः वे नुकसान ही पहुँचाते है।

घर कब आओगे (विधार्थी के लिए)

माता पिता अपने बच्चों को घर से बाहर पढ़ने के लिए भेजते है इंजीनियर डॉक्टर या कोई बड़ी पढ़ाई करने के लिए परन्तु कई बार कुछ कुसंगति के कारण वेश्याओं के पास चले जाते है और एड्स का शिकार हो जाते है आप वेश्याओं के पास जाना चाहते हो ना ? मगर एक बार मेरी बात सुन लो।

1. घर में माँ इंतजार कर रही होगी कि मेरा बेटा डॉक्टर बनकर आएगा तो बुढ़ापे में मेरा सहारा बनेगा मेरा इलाज करेगा। आप की माँ अपनी पड़ोसन से यह कह सकेगी कि देखो मेरा बेटा डॉक्टर बन गया।
2. घर में आपके पिताजी आपका इंतजार कर रहे होंगे कि मेरा बेटा इंजीनियर बनकर आयेगा।
3. आपकी बहन घर में इंतजार कर रही होगी कि उसका भाई पढ़ाई करके आयेगा तो उसको अच्छी नौकरी लग जाएगी। तनख्वाह से मिलने वाले रूपयों से उसकी शादी अच्छे तरीके से हो सकेगी।
4. आपका बड़ा भाई इंतजार कर रहा होगा कि मैं तो घर की परि–स्थिति के कारण नहीं पढ़ पाया मगर मेरा भाई जब पढ़कर आयेगा तो दोस्तो से शान से मिलवा सकूंगा।
5. आपका छोटा भाई आपके घर में इंतजार कर रहा होगा कि हमारा बड़ा भाई पढ़कर आयेगा और हम सबका भविष्य बनायेगा।
6. आपके दोस्त गर्व महसूस कर रहे होंगे कि हमारा साथी इंजीनियर या डॉक्टर बनकर आयेगा।

तो आप अपने परिवार समाज च दोस्तों को क्या देना चाहते हैं गर्व या शर्मिन्दगी।

बहुत से लोग आपका इंतजार कर रहे है कि "घर कब आओगे"।

रचियता डॉ. अजय गुप्ता

जिंदगी और दौलत की तरह, जवानी को जाते देर नहीं लगती।

घर कब आओग (ट्रक ड्रायवरो के लिए)

ट्रक ड्रायवरो का भी अपना परिवार होता है। उन्हीं परिवार में से राजू ट्रक ड्रायवर का भी परिवार है उसके एक बेटा–बेटी है व घर में माता–पिता भी है उसकी 9 वर्ष की बेटी के मन में क्या गुजरती है जब उसके पिता ट्रक लेकर दुसरे शहर जाते हैं।

* घर कब आओगे
भैया बड़ी शरारत करता है, ठीक से नहीं पढ़ता है।
मोहल्ले वाले उसकी करते शिकायत।
वापस आकर उसे डॉट कब लगाओगे।

* घर कब आओगे
घर का राशन भी खत्म हो गया
दुकान वाला माँ को, कई बात सुनाता है,
रूपया लेकर जल्दी आना,
कर्जा चुकाकर, घूमने हमें, ले जाना,
पिक्चर कब दिखाओगे,

* घर कब आओगे
दादा रहते है बीमार,
डॉक्टर कहते है चलेगा लंबा इलाज,
दवाई कब लाओगे,

जहॉ सौ में से अस्सी आदमी भुख मरते हो वहॉ दारू पीना गरीबो के रक्त पीने के बराबर है।

* **घर कब आओगे**
दादी को दिखता नहीं ठीक से,
लग गई चोट, टूट गया चश्मा भी,
चश्मा कब बनाओगे।

* **घर कब आओगे माँ खडी रहती है रोज शाम दरवाजे पर,**
कहती है एड्स और एक्सीडेंट दोनों खतरनाक,
एक्सीडेंट तो मुझे पता है पर एड्स होता है क्या
मुझे कब समझाओंगे
घर कब आओगे। घर कब आओगे।

रचयिता डॉ. अजय गुप्ता

सामाजिक संस्थाओं से अनुरोध है कि इस तरह के स्टीकर छपवाकर वाहनों में चिपकायें।

एक व्यर्थ जीवन ही शीघ्र मृत्यु है।

एड्स के स्टीकर

एड्स का ज्ञान, बचाए जान

एड्स और एक्सीडेंट
दोनो खतरनाक है।

सौजन्य :– .....

अपनी संस्था का नाम लिखें व इस तरह के स्टीकर छपवाऐं

एड्स का ज्ञान, बचाए जान

जब हर व्यक्ति होगा होशियार
तभी होगी एड्स की हार

सौजन्य :– .....

अपनी संस्था का नाम लिखें व इस तरह के स्टीकर छपवाऐं

एड्स की बीमारी का अजब दस्तुर होता है।
मौत पास होती हैं पर इलाज दूर होता है।

एड्स का पाम्पलेट

एड्स का ज्ञान बचाए जान

एड्स की बीमारी का दूसरा नाम है मौत इस बीमारी का कोई इलाज नहीं है न कोई दवाई ना कोई टीका परन्तु केवल कुछ सावधानियां रख कर इस बीमारी से बचा जा सकता है भारत में लगभग 20 लाख व्यक्ति एड्स शिकार हो चुके हैं अगर इस पर ध्यान नहीं दिया गया तो यह महामारी का रूप ले लेगा वेश्याओं, नशेडियों, एक से अधिक यौन संबंधो, समलैंगिक संबंध रखने वालों व **ट्रक ड्रायवरों से फैलती हुई यह बीमारी अब आम लोगों में भी होने लगी है। क्या हैं यह बीमारी क्यों होती है आदि के बारे में जानें।**

एड्स क्या है

एड्स का पूरा नाम एकायर्ड इम्युनो डिफिसियेंसी सिड्रोम **है। इस बीमारी में मनुष्य की बीमारियों से लडने की प्रतिरोधक क्षमता** कम हो जाती है व मनुष्य छोटी से छोटी बीमारी में भी मौत के मुँह से चले जाता है। धीरे–धीरे मनुष्य को एक साथ कई बीमारी जकड़ लेती है। मनुष्य के रक्त में श्वेत रक्त कणिकाएं या लिम्फोसाइट (श्वेत रक्त कणिकाओं का एक प्रकार) होता है जो मनुष्य को बीमारियों से बचाती है परन्तु इस बीमारी में यह श्वेत रक्त कणिकाओं की संख्या अत्यंत कम हो जाती हैं।

एड्स इस तरह फैलता है

किसी व्यक्ति के साथ असुरक्षित संभोग करने से चाहे वह योनि मार्ग में हो या गुदा मार्ग में साथ ही समलैंगिक संबंध (एक स्त्री दूसरी स्त्री के साथ या एक पुरूष दूसरे पुरूष के साथ) रखने वालों को भी होता हैं। 75% लोगों में एड्स इसी कारण फैलता है।

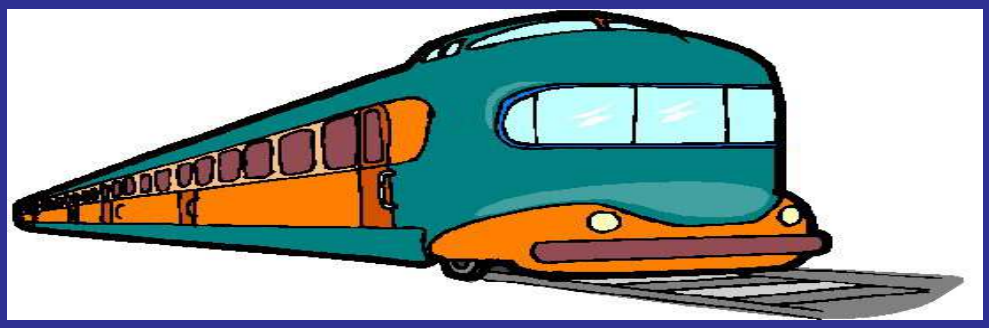
* एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति को खून लेने व देने पर टीकाकरण, बीमारीयां व नशेड़ियों व्दारा उपयोग की जाने वाली दूषित सुई के उपयोग से भी एड्स एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैलता हैं।
* **एड्स से पीड़ित महिला के होने वाले बच्चों में एड्स की संभावना 30–50% तक होती है।**
* **गोदना, नाक व कान छेदने के लिए उपयोग कि गई दूषित सुईयों से भी एड्स एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैल सकता है।**

इस तरह से एड्स नहीं फैलता है

* हाथ मिलाने से एड्स नहीं फैलता
* एड्स के मरीज के साथ रहने से भी एड्स नहीं फैलता, जब तक शारीरिक संबंध न हो।

पति जब परदेश जाये

जब आपके पति किसी कार्य से दूसरे शहर या विदेश जाये तो आप ध्यान रखें क्योंकि उनकी आदत ठीक है कि नहीं। उन्हें सेक्स में असंतुष्टि तो नहीं है फिल्म अर्थ में शबाना आजमी कहती है कि पत्नी को तीन तरह से व्यवहार करना चाहिए। वह खाना बनाये तो मॉ जैसा। बाहर घुमने जाये तो गर्लफ्रेंड के जैसे, जैसे वह बिस्तर में एक वैश्या जैसा अर्थात् बिस्तर में उसे सारी शर्म छोड़कर वह सब करना चाहिए जिससे उनके पति को संतुष्टि मिले।



मेरे पास कई मरीज आते है जो किसी कार्य के लिए बाहर जाते है वो वहॉ वैश्याओं के पास जाते है व वापस आकर अपने शहर मे शरीफ बनकर घुमते रहते है कई बार अगर आपके पति अच्छे है तो उनके मित्र उन्हें इस कार्य के लिए भड़काते है अरे तुने उसका मजा लिया कि नहीं ? चल मैं तेरे को जन्नत की शैर करा के लाता हूँ ? अरे वाहॉ की कार्लगर्ल को देखेगा तो वे हिरोईन से भी ज्यादा सुंदर रहती है तु अपनी पत्नी को भुल जाएगा आदि!

एक बार मेरे पास मरीज आया तो उसने बताया कि मैं मुम्बई सामान खरीदने जा रहा था साथ में कई पहचान के लोग भी मिल गये। हम लोग होटल में रूके। जब काम समाप्त कर रात को होटल में पहुँचे तो सब पहचान वाले शराब पीने की जिद करने लगे। मैं कभी–कभी लेता था इसलिए उन्हें मना नहीं कर पाया। थोड़ी देर बाद उसमें से एक व्यक्ति एक कार्लगर्ल को लेकर कमरे

में आ गया व मेरे ना करने के बाद भी वह कार्लगर्ल मेरे से लिपटने लगी व मेरे कपड़े उतारने लगी मैं भी नशे में अपने को रोक नहीं पाया। अब मेरे लिंग में घाव हो गया उसके लिए आप दवाई लिख दीजिए। मुझे एड्स तो नहीं हो जाएगा, मैंने दवाई लिख दी दो दिन बाद वह मरीज फिर मेरे पास आया, कहने लगा सर मुझे एड्स के लक्षण बताओ कहीं मुझे एड्स तो नहीं हो जाएगा। मैंने कहा डरो नहीं। वह एक हफते बाद फिर आया व मेरे पैर पकड़ने लगा व कहा सर मुझे बचा लीजिए, मेरे दो छोटे–छोटे बच्चे है उनको देखता हूँ तो रोना आता है मुझे एड्स तो नहीं हो जाएगा ?

इस तरह के कई मरीज मेरे पास आते है, एक मरीज ने बताया कि उसने कंपनी के सेल्समेन के रूप में अच्छा कार्य किया इसलिए कंपनी ने उसे प्रमोशन (Incentive) के रूप में बैंकाक व पट्टाया भेजा, वहाँ पर लड़कियों (कालगर्ल) के शो रूम होते है जहाँ कांच के कमरे होते है।

लड़कियां बैठे रहती है व उनके पास उनकी कीमत लिखे रहती है कि एक रात के लिए कितना रूपया खर्च करना पडेगा। इन देशों में सरकार की आय वैश्याओं से होने वाली कमाई पर आधारित है। वहाँ के लोग लड़की होने पर खुशी मनाते है व लड़का होने पर दुखी होते हैं। खैर मैंने कुछ नहीं किया पर लड़कियों को छु–छुकर देखा था। मेरे साथी लोग तो शारीरिक संबंध बना लिए परन्तु मैंने कुछ नहीं किया, मुझे एड्स तो नहीं होगा ना ? खैर मैंने उसे बता दिया कि छुने से एड्स नहीं फैलता।

परन्तु आपके पति बाहर जाते है इन सब बातों का भी ध्यान रखें।

डर हमें मनुष्य प्रकृति का अनुभव कराता है।

AIDS Websites

1. AIDS.ORG
   www. aids.org

2. The Joint United Nations Programme
   on HIV/AIDS (UNAIDS)
   www. unaids. org

3. AIDS Education Global information system
   (AEGIS) www. aegis. com.

4. AIDS - learn more from mediline plus
   www. nlm. nih. gov/medilineplus/aids. html

5. TheBody.com
   www. thebody. com

6. AVERT {Global Information and advice on HIV & Aids}
   www.avert.org.

7. AIDS
   aidsonlinecom.

8. CDC- Divisons of HIV/ AIDS
   www.cdc.gov/hiv

9. The AIDS Memorial Quilt
   www.aidsquilt.org.

10. VIRUSMYTH AIDS
    www.virusmyth.com/aids

दंभ का अंत सदैव नाश होता है और घमंडी की आत्मा सदैव पतित होती है।

एड्स के एस. एम. एस (S M S)

एड्स तुझको हुआ है जालिम चेकअप करा कर देख
फिर भी यकीन ना आये तो ब्लड टेस्ट करा कर देख।

अगर हम एड्स से मर जाये तो रोना नहीं दिल को थाम लेना।
तुम्हारे तो सिर्फ सौ रूपये है जिसके बीस हजार हैं उसको सांत्वना देना।

एड्स के मरीज बनकर भी मुस्कुराओ दुनिया में
यहॉ बुजदिलो की गुजर नहीं होती।
मुस्कुराना भी जरूरी है जिंदगी में
रोकर जिन्दगी बसर नहीं होती।

हाइवे पर चलता चल ट्रक तुम्हारे साथ है।
वेश्याओं व नशे से दूर रहे, तो डरने की क्या बात है।

एड्स की बिमारी का अजब दस्तुर होता है।
मौत पास होती है व इलाज दूर होता है।

दिल ए नादान तुझे हुआ क्या है आखिर इस एड्स की दवा क्या है।
हमको उनसे है इलाज की उम्मीद, जो जानते नहीं कि एड्स क्या है।

एड्स की बीमारी में कुछ ऐसे भी मुकाम आये।
अपनो ने किया रूसवा गैरो के सलाम आये।।

दोस्तों पे क्या गुजरेगी, तेरी जिंदगी का क्या होगा।
अगर हो गया एड्स तुझे, तो तेरे घर वालों का क्या होगा।।

नियत साफ तो एड्स माफ।

मन सरसो की पोटली जैसा है, एक बार बिखर गई तो उसे, समेटना असंभव हो जाता है।

बहुत कम होते है जिन्हें जिंदगी की पहचान होती है।
कुछ गलत करने के पहले सोच लेना,
क्योंकि गवाने के लिए सिर्फ एक जान होती है।

दोस्ती करो कॉलेज वाली से, प्यार करो आफिस वाली से
बात करो पड़ोस वाली से, दिल लगाओ दिलवाली से
उससे आगे मत बढ़ना, वरना हो जायेगा एड्स सुंदर दिखने
वाली से।

जाने क्या मुझसे जमाना चाहता है।
दिल तोड़कर मुझे रूलाना चाहता है।
जब से हुआ है एड्स मुझे।
हर सख्स मुझसे दूर जाना चाहता है।

सुना है एड्स में वजन कम हो जाता है।
हमें भी हो जाए एड्स कमबख्त वजन बहुत ज्यादा है।

दिल क्या चीज है आप मेरी जान लीजिए।
पर कृपया मुझे एड्स जैसी बीमारी मत दीजिए।

मेरे ख्वाबों में जो आये, मेरे ख्वाबों में भी आये।
उससे कहों मुझे एड्स का मरीज मत बनाये।

सेक्स करो एक से, वो भी किसी नेक से।
एड्स आपको हो जायेगा, अगर सेक्स करोगे अनेक से।

सेक्स से बचकर रहना ओ जाने वाली नयी पीढ़ी।
हो गया एड्स तो नहीं मिलेगा इलाज के लिए कोई सीढ़ी।

कंडोम का उपयोग कर करेगा जो दूसरी औरत के साथ रोमांस 83 प्रतिशत तो बच जायेगा, 17 प्रतिशत फिर भी रहेगा एड्स होने का चांस।

ना–ना करते मैं सैक्स की गली में निकल गई।
हुआ जो मुझको एड्स, तो मैं बेमौत मर गया।।

एक पतिव्रता व एक पत्नीव्रता धर्म को पालन करते है उनका जीवन बनता न्यारा।
एड्स उनसे दूर रहता, एड्स करता उनके जीवन से किनारा।

What is MMS

Men Having Sex With Men

ABC of AIDS

A - Abstinance

B - Be faithful with your partner

C - Condom

मनुष्य परिस्थितियों का दास नहीं बल्कि उनका स्वामी है।

एड्स के नारे

आओ बनाए एक ऐसा हिन्दुस्तान।
जहाँ ना हो एड्स का नामोनिशान।।

एक दो तीन चार
एड्स को भारत से दूर करो यार।

हर नौजवान का है यह नारा।
एड्स को करे नौ दो ग्यारह।

जब हर व्यक्ति होगा होशियार।
तभी होगी एड्स की हार।।

जन–जन ने ठाना है।
एड्स को मिटाना है।।

एड्स का विरोध।
बस एक निरोध।।

जो लोग आगे बढ़ना चाहते है वे पीछे देखना पसंद नहीं करते।

एड्स प्रशिक्षण कार्यक्रम

एड्स कैसे फैलता है कैसे नहीं फैलता व इसके बचाव के क्या–क्या तरीकें है इस विषय पर आप स्कूल, कॉलेज व अन्य संस्थानों में जानकारी प्रदान करें व जानकरी के अंत में यह प्रश्नावली लोगों में दे ताकि उनसे यह पता चल सके कि लोगों ने इस जानकारी को कितने अच्छे तरीके से ग्रहण किया व जो लोग इसका सही जवाब देते है तो आप उन्हें पुरस्कृत करते है तो और भी अच्छा होगा।

1. AIDS का पूरा नाम क्या है।
2. भारत में एड्स का पहला केस कब पता चला?
3. यह किस वायरस से होता है ?
4. इस वायरस का पूरा नाम क्या है ?
5. यह वायरस कितने प्रकार के होते है ?
6. एड्स कैसे फैलता है ?
7. एड्स कैसे नहीं फैलता ?
8. एड्स के प्रमुख लक्षण क्या है ?
9. एड्स के बढ़ने के कारण क्या है ?
10. अगर किसी व्यक्ति को एड्स हो जाए तो आप उसे क्या सलाह देंगे ?

नाम :.....

पता :.....

दिनाक :.....

संगोष्ठी

आप अपने गॉंव या मोहल्लों में एड्स के ऊपर चर्चा या संगोष्ठी आयोजित कर सकते है कि एड्स कैसे फैलता है, एड्स कैसे नहीं फैलता है व इसके बारे में क्या–क्या जानते है। आप लोगों को बोलने के लिए प्रोत्साहित करें व जो एड्स के विषय में अच्छी तरह बोले उसे आप छोटा–मोटा ईनाम भी दे सकते है और एड्स के बारे में याद करने के क्या–क्या सरल तरीके हो सकते है उस पर भी चर्चा करें। उन तरीकों में से मैं आपको एक बता रहा हूँ।

A – असुरक्षित समागम
I – एक से दो होने पर (गर्भावस्था के दौरान)
D – दान (रक्त दान लेने से)
S – सुई (दुषित सुई व्दारा)

इस तरह की परिचर्चा आयोजित करने से एड्स के विषय में जनजागरण फैलेगा। वह एड्स को याद रखने के और भी सरल तरीके लोगों के माध्यम से प्राप्त होते जायेंगे। उन्हें आप कह भी सकते है कि ;.....

जब हर व्यक्ति होगा होशियार,
तभी होगी एड्स की हार ।

अच्छे काम में शुरू में दिक्कतें आती है पर बाद में अच्छे परिणाम भी मिलते है।

एड्स फोबिया

एक शादीशुदा व्यक्ति जो अपनी पत्नी के साथ खुश है। उनकी शादी को एक साल हुआ है और इसी बीच उनकी पत्नि गर्भधारण करती है जिसकी वजह से उन्हें अलग रहना पड़ता है। अलग रहने की वजह से वह व्यक्ति यौन उतेजना के कारण वे एक वेश्या के पास जाने पर विवश हो जाता है परन्तु उनके बीच ऐसा कोई भी संबंध नहीं होता वह सिर्फ उसे छू लेता है और उसके मन में यह भ्रम हो जाता है कि उसे एड्स हो गया है। वह व्यक्ति इतना ज्यादा डर जाता है कि वह डॉक्टर के पास जाकर इलाज कराता है। डॉक्टर उसे कुछ टेस्ट कराने को कहते है टेस्ट से पता चलता है कि उसे कुछ नहीं हुआ है तो वह बार-बार खून की जाँच कराता है और अन्य दूसरे डॉक्टर के पास जाकर अपना फिर से इलाज कराता है। वह अपना अपनी पत्नी और उस दौरान हुई अपनी बच्ची का भी टेस्ट कराता है। टेस्ट की रिपोर्ट में कुछ न होने के बाद भी वह इतना ज्यादा डर जाता है कि वह मनोरोग का शिकार हो जाता है। डॉक्टरों के पास जाकर कहता है कि मुझे एड्स हो गया है मेरा इलाज करो।

जीवन एक पुष्प है और प्रेम उसका मधु।

एड्स के मरीज को अपने डॉक्टर पर पूरा विश्वास करना चाहिए क्योंकि आप अपनी परेशानी जब डॉक्टर को बताते है तो डॉक्टर उसे सुनकर आपको उसका हल देते हैं। डॉक्टर हमेशा आपके हितकर होते है, वह आपका बुरा नहीं चाहते हैं। इसलिए डॉक्टर पर हमें पूरा भरोसा करना चाहिए क्योंकि वह आपको सही उपचार और सलाह देते हैं। एक डॉक्टर को छोड़कर दूसरे अन्य डॉक्टरों के पास जाने से मन विचलित होता हैं इसलिए एक योग्य डॉक्टर के पास जाने से वह हमें सपूर्ण और सही इलाज देते हैं। हमें उनकी बताई हुई हर बात का पालन करना चाहिए।

जब चिकित्सक कहे तब ही उनकी सलाह से दो या तीन बार टेस्ट कराना चाहिए और दोनों तीनों टेस्टों के बाद जब एच. आई. वी. पॉजेटिव हो तो ही एड्स की संभावना रहती है। एड्स का पता लगाने के लिए आज कल कई प्रकार का टेस्ट कराये जाते है जैसे एलिया टेस्ट, बेस्टर्न ब्लॉट आदि के टेस्ट कराने से भी एड्स का पता लगाया जाता है।

मेरे ख्वाबों में जो आये, मेरे ख्वाबों में जो आये उनसे कहो मुझे एड्स का मरीज मत बनाये

एड्स के मरीजों की नई दुनियाँ

एक विज्ञापन स्थानीय समाचार पत्र में

मैं एक प्रतिष्ठित व पैसे वाले परिवार का 30 वर्षीय अविवाहित युवक हूँ। मैं विवाह करना चाहता हूँ परन्तु मैं एड्स से पीड़ित हूँ। मैं ऐसे युवती से विवाह करना चाहता हूँ जो मेरी तरह एच. आई. वी. से ग्रसित हो ताकि हम दोनों एक दूसरे को समझे और अपनी जिंदगी जी सकें।

जब मैंने यह विज्ञापन देखा तो मुझे बहुत अजीब लगा, परन्तु मैंने काफी विचार करने के बाद यह निष्कर्ष निकाला की ठीक भी है।

जैसा ही किसी व्यक्ति को पता चलता है कि उसे एड्स है तो बाहर वाले तो अलग ही है घर वाले भी कतराने लगते है उन्हें यह डर लगने लगता है कि उन्हें एड्स ना हो जाये और वे मरीज की उपेक्षा करने लगते है ऐसे में इन मरीजों में आपस में शादी होने लगे व इनकी एक नई कॉलोनी बन जाये तो समाज के अलावा इन्हें भी फायदा होने लगेगा। सरकार जो सहायता देती है वह सीधे इन कॉलोनी तक पहुँचने लगेगी। सामाजिक कार्यकर्ता भी इन तक आसानी से पहुँचने लगेंगे। पीडित मरीज एक दूसरे की परेशानी को समझकर एक दूसरे की सेवा करेंगे। मैं तो ऐसे लोगों से कहुँगा कि अगर वे कुछ काम करते है तो उनसे होने वाले आय को वे एक दूसरे पर खर्च करें, व जीवन समाप्त होने के बाद अपनी जाय जाद एड्स पीडित के नाम कर दें। प्रारंभ में इसमें कुछ परेशानियाँ आयेगी, परन्तु कई कार्य प्रारंभ में कठिन ही लगते है कहते है ना।

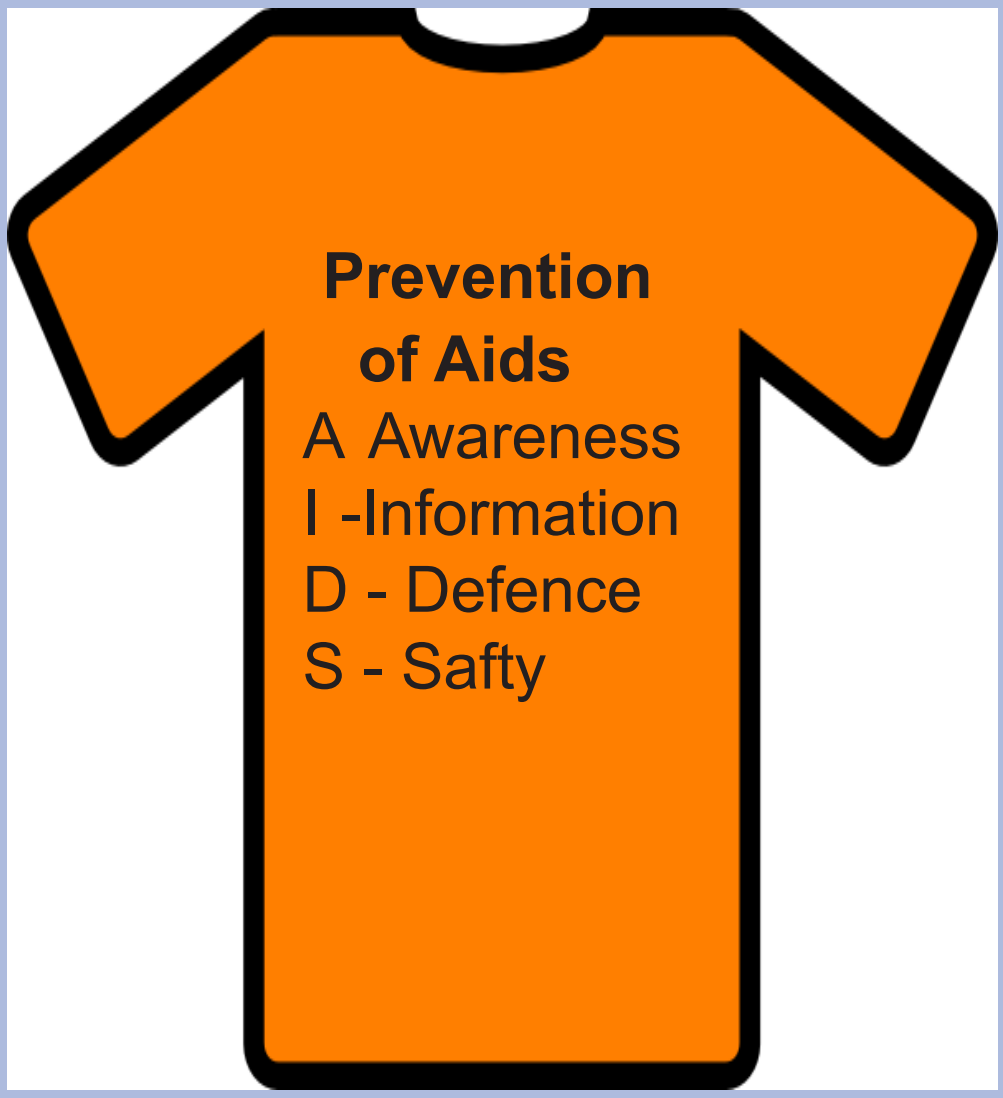
" हिम्मत ए मर्दा मद्द ए खुदा " अर्थात् भगवान उनकी ही मदद करता है जो स्वंय हिम्मत करता है तो क्या तैयार है आप इसके लिए ?

एड्स की बीमारी में कुछ ऐसे भी मुकाम आये अपनो ने किया रूसवा, गैरो के सलाम आये।

एड्स का विरोध
बस एक निरोध

विभिन्न तरह के नारे लिखे हुए रैली का आयोजन कर अपने क्षेत्र के व्यस्त इलाकों से ले जाये ताकि जनजागरण हो सके।

दोस्ती करो कॉलेज वाली से, प्यार करो आफिस वाली से,
बात करो पड़ोस वाली से, दिल लगाओ दिलवाली से,
उससे आगे मत बढ़ना, वरना हो जायेगा एड्स सुंदर दिखने वाली से।



टी शर्ट व बनियानों पर इस तरह के नारे लिखे होने चाहिए।

सेक्स से बचकर रहना ओ जाने वाली नयी पीढ़ी।
हो गया एड्स तो नहीं मिलेगा इलाज के लिए कोई सीढ़ी।

एक पतिव्रता व एक पत्नीव्रता धर्म को पालन करते है उनका जीवन बनता न्यारा। एड्स उनसे दूर रहता, एड्स करता उनके जीवन से किनारा।

सुंदरता का अर्थ लज्जावान होना है।

अंडर वियर – सरकार को एक नियम लागु करना चाहिए जिसमें अंडर वियर व अधो वस्त्रों पर इस तरह के नारे लिखे होने चाहिये।

सोच कर उतारना वर्ना एड्स हो जायेगा।

एड्स से बचो

पिशाच हुए बिना ऐश्वर्य इकठ्ठा नहीं होता।

टोपी

I
HATE
AIDS

अगर आप को किसी सहारे की जरूरत है देखो अपने दोनों हाथों को

सेक्स अगर अच्छी चीज है तो खराब भी अगर एक तरफ ये आपको खुशी (मानसिक संतुष्टि व बच्चे) प्रदान करती है तो दूसरी तरफ दुख (एड्स) भी।

संकल्प, प्रतिरक्षण, सजगता और समर्पण की मांग करता है।

एड्स से बचाव व एड्स का नियंत्रण

इंडियन कौंसिल ऑफ मेडिकल रिसर्च के अनुसार भारत में एड्स बहुत तेजी से बढ़ते जा रहा है। अभी तक इसके इलाज के लिए न कोई दवाई है न ही कोई टीका। इसलिए इससे बचाव के लिए हमें जानना जरूरी है एड्स कैसे होता है ? व एक दूसरे में कैसे फैलता है ताकि इसके फैलाव को हम रोक सकें।

A - Acceptance by community
(समाज द्वारा मरीज को स्वीकार करना)

I - Importance to Aids Worker
(एड्स के लिए कार्य करने वालों को महत्व)

D - Devotion of Medical Person
(चिकित्सकीय कार्यकर्ताओं का समर्पण)

S - Service to HIV Positive Patient
(एड्स के मरीज की सेवा)

75% लोगों में एड्स शारीरिक समागम के व्दारा फैलता है। इसलिए उससे बचाव के लिए निरोध का उपयोग करना चाहिए। लेटेक्स से बने हुए निरोध सबसे अच्छे होते है। कुछ निरोध मे नोनोक्सीनाल –9 नामक दवाई होती है जो कि एड्स के किटाणु को मारता है। भारत में अधिकांश लोगों को एड्स स्त्रियों, पुरूषों के समागम के कारण फैलता है व पुरूषों के अपेक्षा स्त्रियों में एड्स होने की संभावना ज्यादा होती है। इसलिए उनके बचाव पर ध्यान दिया जाना चाहिए।

हम सबकी यही पहचान, भारत से मिट जाये एड्स का नामोनिशान

अधिकांश युवक–युवतियों को न एड्स के बारे में मालूम है न ही यौनजनित रोगों के बारे में। विशेषकर 12 से 16 साल तक के लड़के – लड़कियों को अपने गुप्तांगो की संरचना कार्य नहीं मालूम होते। इसलिए अपने परिवार व समाज की भलाई के लिए उन्हें यह सब जानना चाहिए।

वेश्याओं को भी यौन शिक्षा दी जानी चाहिए। उन्हें ये बताया जाना चाहिए कि एड्स व यौन जनित रोगों से कैसे बचा जाना चाहिए व उनको निःशुल्क निरोध भी दिये जाने चाहिए।

एड्स

एड्स का ज्ञान, बचाये जान

यौवन और सौन्दर्य में विवेक शायद ही होता है।

एड्स नियंत्रण कार्यक्रम

अगर किसी व्यक्ति को एड्स हो जाए या जिन लोगों को एड्स हो गया है उनसे यह बिमारी दूसरे लोगों में न फैले इसके लिए हम जो–जो सावधानियॉं रखते है वह सब एड्स नियंत्रण कार्यक्रम के अंतर्गत आती है। जैसे :–

1. **राष्ट्रीय एड्स बचाव व नियंत्रण कार्यकम**
2. **कामसूत्र का सहारा**
3. **मल्टी विटामिन लें एड्स को बढ़ने से राकें**
4. **सेक्स से दूर रहें और एड्स से बचें (सुरक्षित नहीं संयमित सेक्स)**
5. **हस्तमैथुन** (MASTURBATION)
6. बिना समागम के सेक्स का मजा (NON PENETRATIVE SEX)
7. सेक्स खिलौने (SEX TOYS)

वैसे तो इसके अलवा भी अन्य कई कार्यक्रम हो सकते है जो अलग – अलग राज्यों व समाजों के अनुसार हो सकते है अगर इस तरह के कुछ और कार्यक्रम भी आपको पता हो तो मुझे भी बतायें।

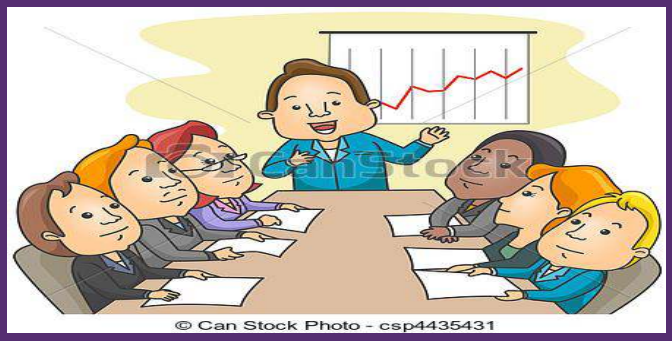
आओ बनाये एक ऐसा हिन्दुस्तान, जहॉं ना हो एड्स का नमो निशान

राष्ट्रीय एड्स बचाव व नियंत्रण कार्यक्रम :

राष्ट्रीय एड्स बचाव व नियंत्रण कार्यक्रम के अंतर्गत एड्स की रोकधाम के लिए निम्नलिखित कार्यक्रम बनाये गये हैं।

1. राष्ट्रीय स्तर पर एड्स दिवस को मनाना।
2. प्रत्येक जाति व धर्म के लोगों को इस कार्यक्रम में भाग लेने की प्रेरणा देना।
3. एड्स की बीमारी पर प्रदर्शनी लगाना।
4. स्वस्थ स्त्री व पुरूषों की प्रतियोगिता।
5. रेडियो व टेलिविजन में एड्स नियंत्रण के कार्यक्रम को प्रसारित करना।
6. समाचार पत्रों में एड्स से कैसे बचा जा सकता है इसके विषय में जानकारी देना।
7. यौन शिक्षा सम्बन्धी फिल्म व स्लाइड दिखाया जाना।
8. बस, रेल व टैक्सियों में एड्स से बचाव के पोस्टर दिखाया जाना।
9. एड्स पर पाम्पलेट व किताबों का प्रकाशित करना।
10. स्वस्थ संबंधी देखरेख के कार्यक्रम तैयार करना।
11. निःशुल्क खून जॉच, निःशुल्क एड्स सलाह केन्द्र व निःशुल्क दवा वितरण केन्द्र की स्थापना करना।

यह सब बातें स्कूलों व समाज सेवी संस्थाओं के मध्य बतायी जानी चाहिए।

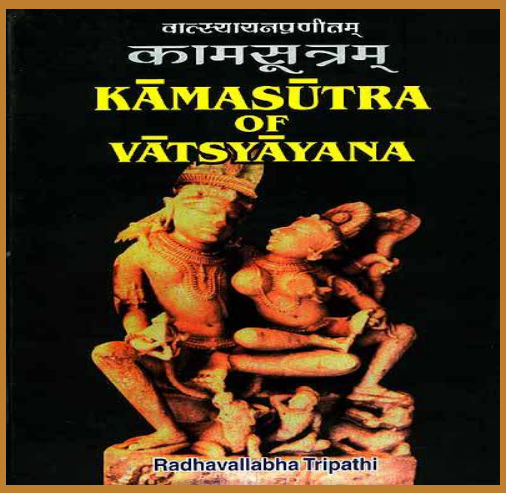


जन – जन ने यह ठाना है एड्स को भारत से मिटाना है।

कामसूत्र का सहारा

जी हाँ साथियों अब एड्स से बचाव के लिए सदियों पुराने वात्सायन व्दारा लिखे यौन सम्बन्धों पर आधारित ग्रन्थ कामसूत्र का सहारा लिया जा रहा है। कामसूत्र में जानकारी दी गयी है स्त्रियाँ किस – किस प्रकार की होती है। पुरूष किस – किस प्रकार के होते है। किस तरह की स्त्रियों से शारीरिक संबंध रखना चाहिए और किस तरह की स्त्रियों से शारीरिक संबंध नहीं किया जाना चाहिए।

इसके अलावा समागम के 64 आसनों का भी उल्लेख किया गया है।



एक सर्वेक्षण के अनुसार पुरूष लोग दूसरी स्त्रियों के पास इसलिए जाते है क्योंकि अपनी स्त्री से शारीरिक संबंध करने के बाद संतुष्ट नहीं होतें परन्तु वैश्याओं को यह सब तरीके मालुम रहते है। जो पुरूष को समागम के समय संतुष्टि प्रदान कर सके। संस्कृत के एक श्लोक के अनुसार

आचरण एक शीशे के समान है, जिसके व्दारा हर व्यक्ति का अपना प्रतिबिंव दिखता है।

स्त्री को भोजन माँ के जैसा बनाना चाहिए। जब वह पति के साथ बाहर जाए तो उसका व्यवहार एक गर्लफ्रेंड जैसा होना चाहिए व बिस्तर में पति के साथ व्यवहार एक वैश्या जैसा होना चाहिए इसका यहाँ अर्थ है इसका कि पत्नी को वो सब तरीके मालुम होना चाहिए कि समागम के समय वह अपने पति को संतुष्टि प्रदान कर सके।

आचार्य रजनीश ने भी कहा है कि शारीरिक समागम के पश्चात् स्त्रियों को मन ही मन ईश्वर से यह प्रार्थना करनी चाहिए कि हे ईश्वर मेरे पति को संतुष्टि प्रदान करें।

अगर पुरूष संतुष्ट होगा तो वह दूसरी स्त्रियों के पास नहीं जाएगा क्योकि एक से अधिक यौन संबंध रखने वाले को एड्स होने की ज्यादा संभावना रहती है और उसके कारण उसके निर्दोष पत्नी व बच्चे को एड्स होने की संभावना अधिक रहती है।

इसी तरह पतियों को भी ध्यान रखना चाहिए कि उनकी पत्नियाँ भी संतुष्ट हो।

एक पत्नीव्रता और एक पतिव्रता धर्म का पालन करना ही एड्स से बचाव के लिए सहायक हो सकता है।

मनुष्य की कामनाओं का अंत नहीं

मल्टी विटामिन लें एड्स को बढ़ने से रोकें

जैसा कि हम जानते है कि एड्स में हमारे शरीर में बीमारी से लड़ने की प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है व शरीर को विभिन्न बीमारिया जकड़ने लगती है।

विटामिन हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाते है। इसमें विशेषकर विटामिन "ए" "सी" "ई" तथा जिंक व सेलेनियम, "एंटी आक्सीडेंट" की श्रेणी में आते है। ये एन्टीआक्सीडेंट शरीर में होने वाली विभिन्न रासायनिक क्रियाओं के दौरान उत्पन्न विषैले तत्वों को नष्ट करने में सहायक होते हैं। जिससे हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बनी रहती है। आप चाहें तो विटामिन प्राकृतिक रूप से भी ले सकते है। ये हरी सब्जियों फल सलाद व अंकुरित दालों में पाये जाते है। साथ ही ये दाल, गेहूँ व चावल के बाहरी छिलकों में भी पाये जाते है। जो इन अनाजों की पालिश के दौरान निकल जाते है। प्रत्येक व्यक्ति को प्रतिदिन आधी कटोरी अंकुरित दाल, एक प्लेट सलाद, एक फल, एक गिलास दूध व एक छोटा टुकड़ा गुड़ अपने भोजन में शामिल करना चाहिए।

मल्टीविटामिन कैप्सूल, टेबलेट, सिरप व **ड्राप** के रूप में उपलब्ध होते है परन्तु बेहतर होगा कि आप इन्हें किसी डॉक्टर की सलाह से लें।

असमंजयस में बहुत समय व्यतीत नहीं किया जाना चाहिए, लक्ष्य विशाल और विस्तृत है।

सेक्स से दूर रहें और एड्स से बचें
(सुरक्षित नहीं संयमित सेक्स)

सेक्स से बच पाना किसी भी व्यक्ति के लिए बहुत मुश्किल बात है पर ये सलाह अविवाहित युवक, युवतियों के लिए विशेष जरूरी है। कामसुत्र का सहारा भी विवाहित लोगों के लिए है। कंडोम के उपयोग के बाद भी एड्स होने की संभावना 17% होती है। इसलिए एड्स रोग के विशेषज्ञ यह सलाह देने लगे है। कि अगर आप सेक्स से अपने अपको दूर रख सकते है तो बेहतर है। ऐसा कहा जाता है।

If you want safe sex use condom,
but if you want safest sex do masterbation.

अर्थात् आप सुरक्षित सेक्स चाहते है तो निरोध का उपयोग करें। सबसे सुरक्षित सेक्स चाहते है तो हस्तमैथुन करें। एक सर्वेक्षण के अनुसार 100 प्रतिशत लड़के लोग हस्तमैथुन करते है और लगभग 35 प्रतिशत लड़कियॉ भी हस्तमैथुन करती है। आप चाहें तो नॉन पेनेट्रेटिव सेक्स अर्थात लिंग को योनि मार्ग में प्रवेश कराये बिना भी सेक्स का मजा ले सकते है। जैसे अलिंगन करना, चुबंन लेना, जननांगो का हाथों से सहलाना आदि।

पर अन्त में सबसे बेहतर यही होगा कि सेक्स से दूर रहें व एड्स से बचें।

ज्यों – ज्यों लाभ होता है, त्यों – ज्यों लोभ होता है। इस तरह लाभ से लोभ लगातार बढ़ता ही जाता है।

हस्तमैथुन (MASTURBATION)

लोग हस्तमैथुन कैसे करते है यह बताने की जरूरत नहीं है, परन्तु यह आप जान ले 99 प्रतिशत लड़को व 35 प्रतिशत लड़कियॉ हस्तमैथुन करती है व लड़किया इसके लिए कोई भी लंबी चीज जैसे, पेंसिल, पेन, भाटा (बैगन), रबर, प्लास्टिक व लोहे के बने लिंग का उपयोग करती है।
कुछ विभिन्न परिस्थितियों में डॉक्टर लोग भी हस्तमैथुन की सलाह देते है।
जैसे :–

* गर्भावस्था के अंतिम अवस्था (Third Trimester) में पति को।
* हदय रोगियों
* हड्डी की कुछ बीमारियों में व पत्नी के बीमार रहने पर।

परन्तु इनके अलावा मैं तो यह कहना चाहुँगा अगर आप वैश्याओं के पास जाने के बदले हस्तमैथुन करते है तो कम से कम यौन जनित रोगो व एड्स से बच सकते है।

कुछ लोगों को शारीरिक संबंध से ज्यादा मजा हस्तमैथुन करने में आता है उसका कारण यह है कि हस्तमैथुन करते समय आप किसी हिरोइन या हीरो या सुंदर व्यक्ति की कल्पना करते है व कल्पना, हकीकत से ज्यादा उत्साह (जोश) पैदा करती है।

कुछ नीम हकीम यह झूठा प्रचार – प्रसार करते है कि हस्तमैथुन से शारीरिक कमजोरी, याददास्त में कमी, पाचन में कमी, नसो में कमजोरी व नपुंसकता आती है, यह सब गलत है हस्तमैथुन से किसी भी प्रकार की कमजोरी

नहीं आती है व किसी भी ऐलोपैथी आयुर्वेदिक तथा होमियोपैथिक की किसी भी अच्छे लेखक की किताब में नहीं लिखा है कि हस्तमैथुन से कमजोरी आती है, मैनें वात्सायन् की कामसूत्र भी पढ़ी है उसमें लिखा है लोग कैसे कैसे हस्तमैथुन करते है ?

जैसे :– स्वयं व्दारा, पति या पत्नी व्दारा, दूसरे स्त्री व पुरूष व्दारा, बच्चो व्दारा, बड़े व्यक्तियों का हस्तमैथुन परन्तु उसमें कही नहीं लिखा कि हस्तमैथुन से कोई नुकसान होता है।

* एक मरीज मेरे पास आया उसकी उम्र लगभग 40 वर्ष थी उसने बताया कि उसकी पत्नी की उम्र 35 वर्ष है इसलिए स्त्रीरोग चिकित्सा ने उन्हें समागम के लिए मना किया है इसलिए मैं अपनी पत्नी से कहता हूँ कि वह मेरा हस्तमैंथून करें इससे मुझे संतुष्टि मिलती है क्या यह सही है मैंने कहा अगर दोनों राजी है तो यह गलत नहीं है। पहले के समय युवक युवतियों की शादी कम उम्र में ही हो जाती थी इसलिए हस्तमैंथून की जरूरत नहीं पड़ती थी परन्तु आजकल पढ़ाई व कैरियर बनाने के चक्कर में शादी काफी देरी से होती है। हम इस उम्र में (15–25 वर्ष) सेक्स ज्यादा होता है अब इस समय वह वैश्याओं के पास जाता है, या अपनी कक्षा सहपाठी से शारीरिक संबंध बनाने से तो अच्छा है वह हस्तमैथून करे। (एक रिपार्ट के अनुसार भारत में 20% छात्र वैश्याओं के पास जाते है।) इससे वह एड्स की बिमारियों से बचेगा व वैश्याओं के पास जाने के बाद होने वाली आत्मग्लानी से भी। इससे बलात्कार की घटनाऐं भी कम होंगी।

संतुष्टि सुख का सुंदरतम रूप है।

बिना समागम के सेक्स का मजा
(NON PENETRATIVE SEX)

बिना संभोग के सेक्स का मजा लेने का अर्थ है लिंग को योनी मार्ग में प्रवेश कराए बिना सेक्स का मजा लेना। जैसे :–

* चुबंन लेना
* आलिंगन करना
* एक दूसरे का हस्तमैथून करना
* एक दूसरे के शरीर में तेल या पावडर लगाकर मालिश करना।

क्योकि जब लिंग योनी मार्ग में प्रवेश करता है तभी एड्स होने का ज्यादा खतरा रहता है इसलिए नान पेने**ट्रिटिव सेक्स में एड्स होने का खतरा कम हो जाता है व आप सेक्स का मजा भी ले सकते है। इसके अलावा यह अन्य कई परिस्थितियों में उपयोगी हो सकता है। जैसे :–**

* **प्रेमी प्रेमिकाओं के लिए**
* **सगाई के बाद परन्तु शादी के पहले**
* **नपुंसकता** (Impotance)
* स्त्री में ठंडापन (Frigidity)
* लिंग या योनि मार्ग में कोई बिमारी होने पर।
* शरीर में ऐसी कोई बिमारी हो जिससे आपको समागम करनें कठिनाई हो।

मेरे पास एक मरीज आया वह बोला मैं शादी शुदा हूँ मेरे दो बच्चे है मेरी एक दुकान है व खरीदी के लिए दिल्ली जाता रहता हूँ वहॉ मैं एक कालगर्ल के

पास जाता रहता हूँ हम लोग प्रेमी प्रेमिका के तरह घुमते रहते है। होटल में खाना खाते है, रात को डिस्को भी जाते है, मैं उसे होटल के कमरे में भी लाता हूँ परन्तु बिमारी ना हो इसलिए उससे कोई शारीरिक संबंध नहीं बनाता हूँ केवल हम लोग कपड़े उतारकर एक दूसरे से चिपकते है साथ में नहाते है व हस्थमैथुन भी वो कर देती हे परन्तु मैं उससे शारीरिक संबंध नहीं बनाया। क्या यह सब ठीक है तो मैंने कहा शारीरिक संबंध नहीं बनाते यह अच्छी बात है परन्तु बाकी चीजें भी ना करे तो अच्छा है। यह सब आप अपनी पत्नी के साथ क्यों नहीं करते, तो उसने काहा कि पत्नी इस सब के लिए तैयार नहीं होती। घर में यह सब नहीं कर सकता क्योंकि मेरा संयुक्त परिवार है।

परन्तु मैं यह कहना चाहूँगा कि जहॉ चाह वहॉ राह !

सेक्स करो एक से व किसी नेक से एड्स आपको हो जायेगा
अगर सेक्स करोगे अनेक से

सेक्स खिलौने (SEX TOYS)

सेक्स में संतुष्टि प्राप्त करने के लिए कोई जरूरी नहीं है कि आपके पास कोई साथी हो। बिना साथी के भी आप सेक्स का मजा ले सकते है जैसे सेक्स खिलोने में जैसे

आदमी के आकार की रबर या कपड़े की गुड़िया Dommy Female

आदमी के आकार का रबर या कपड़े की गुड़डा Dommy Male

रबर या कपड़े के योनि मार्ग Artificial Vegina

रबर, धातु या कॉच के लिंग Artificial Penis

हॉलाकि इस तरह के खिलौने चोरी छुपे ही मिलते है व काफी मंहगे भी होते है परन्तु मेरा यह मानना है कि सरकार यह व्यवस्था करे कि सेक्स खिलोने आसानी से उपलब्ध हो व सस्ते हो ताकि लोग वैश्याओं के पास न जा सके व उनका एड्स से बचाव हो सके। इन खिलौने की आसानी से उपलब्धता होने के कारण बलात्कार की घटनायें भी कम हो जायेंगी व वैश्याओं के पास जाने के बाद होने वाली आत्मग्लानी से भी बच जायेंगें। इसके अलावा गद्दे, तकिया व रजाई का उपयोग भी सेक्स खिलौने के बदले में किया जाता है।

इन खिलौने का उपयोग अन्य प्रकार से भी हो सकता है जैसे :–

1. छात्र–छात्राओं के लिए क्योंकि पढ़ाई के कारण शादी देरी से होती है।
2. विधवा व विधुर लोगों के लिए।
3. तलाक शुदा लोगों के लिए।
4. सेक्स में असंतुष्ट लोगों के लिए।
5. ऐसा शारीरिक रोग या गुप्त रोग जिसके कारण शारीरिक संबंध मना हो।

मविष्य विज्ञान का है और उन लोगों का भी, जो विज्ञान के साथ चलेंगे।

प्रश्न व उत्तर

प्र. 1. एड्स क्या है ?

उ. यह वायरस से होने वाली एक बीमारी है। जिसमे मरीज से लड़ने की प्रतिरोधक क्षमता कम होते जाती है। अंत में वह मरीज छोटी से छोटी बीमारी से भी मर जाता है। वर्तमान मे इस बीमारी का कोई इलाज नही है। एक बार बीमारी हो जाने पर मौत निश्चित है।

प्र. 2. एड्स का पुरा नाम क्या है ?

उ. एड्स का पुरा नाम है।

A	एक्वायर्ड	ACQUIRED
I	इम्युनो	IMMUNO
D	डिफिसियेंसी	DEFECIENCY
S	**सिंड्रौम**	SYNDROM

प्र. 3. एड्स के वायरस का क्या नाम है ?

उ. एड्स के वायरस का नाम है एच. आई. वी अर्थात् हयुमन इम्युनोडिफिसियंसी वायरस यह दो पकार के होते है एच आई वी 1 और 2, परन्तु अभी एच आई वी 1 और 2 को अन्य प्रकार A.B.C.D. और E भी पाये जाते है।

प्र. 4. क्या एड्स छूत की बीमारी है ?

उ. एड्स छूत की बीमारी नहीं है मरीज को छुने, उठने बैठने, हाथ मिलाने गले मिलने उसके कपड़े इस्तेमाल व चुम्बन लेने से एड्स दूसरे में नही फैलता है।

नारी के गुण आ जाये तो वह महात्मा बन जाता है व नारी मे पुरूष के गुण आ जाये तो वह कुलटा हो जाती है – चाणक्य

प्र. 5. एड्स किन किन तरीको से फैलता है ?

उ. एड्स एक व्यक्ति से दुसरे व्यक्तियों मे इस तरह फैलता है।

1. असुरक्षित (या बिना निरोध के) संभोग करने से, चाहे वह योनि मार्ग हो या गुदा मार्ग 75% लोगो में एड्स इसी तरीके से फैलता है।
2. एड्स से पीड़ित व्यक्ति का खून लेने से।
3. नशेडियों व बिमारीयों के लिए उपयोग की जाने वाली दूषित सुई के उपयोग से।
4. गर्भवती माता को एड्स हो तो उसके बच्चों को एड्स होने की सम्भावना 30% से 50% तक होती है।

प्र. 6. क्या मच्छर काटने से एड्स हो सकता है ?

उ. अभी तक ऐसा कोई प्रमाण नही मिला है जिससे पता लगे कि मच्छर काटने से एड्स हो सकता है। मच्छर मनुष्य का खून चूसता है वह अपनी लार मनुष्य के शरीर मे डाल देता है और लार से एड्स होने की सम्भावना नही होती है।

प्र. 7. एड्स के वायरस को हयुमन – इम्युनो डिफिसियंसी वायरस ही क्यों कहते है क्या एड्स जानवरो में नही होता है ?

उ. एड्स का वायरस केवल मनुष्यो मे ही एड्स की बीमारी उत्पन्न करता है अन्य जानवरो मे नही इसलिए इसे हयुमन – इम्युनो डिफिसियंसी वायरस कहते है। कई अन्य जानवरो मे एड्स से मिलती जुलती बीमारी पायी गयी है।

यदि पत्नी आपकी चापलुसी करती है तो वह अवश्य ही कुछ बुरा करना चाहती है – चाणक्य

प्र. 8 एड्स इम्युन सिस्टम को ही क्यों पकड़ता है, शरीर के अन्य भाग जैसे **हृदय** या किडनी को सीधे क्यों नही पकड़ता है ?

उ. मनुष्य के श्वेत रक्त कणिकाओं में विशेष प्रकार के रिसेपटर होते है जिन्हें सी डी 4 रिसेपटर कहते हैं। इसमें जाकर वायरस फिट हो जाते है। शरीर के अन्य भाग में इस तरह के रिसेपटर नहीं होते हैं। इसलिए उन जगहों पर वायरस सीधे आक्रमण नहीं करते हैं।

प्र. 9 एड्स क्या एक बार के शारीरिक संबंध में ही संभव है।

उ. हां, एड्स एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में केवल एक बार के शारीरिक संबंध में ही संभव है परन्तु कई बार ऐसा भी होता है कि कई बार शारीरिक संबंध स्थापित करने पर भी एड्स नहीं होता है।

प्र. 10 क्या निरोध के उपयोग से एड्स होने से बचा जा सकता है यदि एक के बदले दो निरोध के उपयोग एक साथ करें तो?

उ. निरोध के उपयोग से एड्स होने की संभावना कम हो जाती है परन्तु फिर भी एड्स होने की संभावना 17% तक रहती है। दो निरोध के उपयोग से भी कोई विशेष बचाव की संभावना नहीं होती है परन्तु दो निरोध के उपयोग में दोनों निरोध से घर्षण या रगड़ होने के कारण स्त्री की मार्ग व पुरुष के लिंग की चमड़ी जल जाती है व उसमें घाव हो जाता है इसलिये दो निरोध के उपयोग से एक निरोध का उपयोग ही बेहतर होगा।

प्र. 11 क्या एड्स के मरीज को समाज से अलग कर एड्स को फैलने से रोका

डॉक्टर काऊसलिंग के महत्व को समझे

जा सकता है ?

उ. नहीं। अधिकांश लोगो में यह भ्रांतिया है कि ऐसा करने से इसका फैलाव रुक सकता है ऐसा करने पर वे मरीज जिनको शक है कि उनको एड्स हो सकता है वे सामने नहीं आयेगें दूसरा कई मरीज में एड्स के वायरस पाये जाते है परन्तु शुरु –शुरु मे उनकी खून की जांच करने पर एड्स का पता नहीं चलता उस स्थिति में भी यह मरीज दूसरे व्यक्ति को एड्स फैला सकते है इसलिये मरीज को समाज से अलग कर भी दिया तो भी इन मरीजों को कैसे अलग करेगें।

प्र. 12 विंडो पिरियड किसे कहते है ?

उ. जब किसी व्यक्ति को एड्स की बीमारी पकड़ती है तब शुरु –शुरु में कई बार एड्स के वायरस मरीज के शरीर में रहते तो है परन्तु खून में एड्स की साधारण जांच से पता नहीं लगता कि मरीज को एड्स है कि नहीं। इस समय मरीज को कोई परेशानी नहीं होती परन्तु वह एड्स के वायरस को दूसरे व्यक्तियों में फैला सकता है। इस समय को ही विंडो पिरीयड कहते है।

प्र. 13 एड्स होने की ज्यादा संभावनाये किसमें रहती है। स्त्री से पुरुष में या पुरुष से स्त्री मे और क्यों ?

उ. पुरुष से स्त्री में एड्स होने की संभावना ज्यादा रहती है क्योकि स्त्रियों के योनि मार्ग म्युकस मेम्ब्रन का क्षेत्रफल ज्यादा होता है साथ ही साथ वीर्य पुरुष के लिंग से निकल कर 1–2 दिन स्त्री की योनि मार्ग में पड़ा रहता है जिससे की वायरस को शरीर में प्रवेश करने के लिये काफी

समय मिलता है।

प्र. 14 आपरेशन थियेटर मे एड्स के मरीज का आपरेशन करते कोई विशेष सावधानी रखनी पड़ती है ?

उ. नहीं। आपरेशन करते समय जो सावधानी साधारण मरीज के लिये रखी जाती है वही सावधानी एड्स के मरीज के लिये रखना चाहिए। एड्स के वायरस शरीर से बाहर 15–20 मिनट मे ही मर जाते है। फिर भी विशेष सावधानी के लिए साफ सफाई का ध्यान देना चाहिए।

प्र. 15 आपरेशन के दौरान यदि कही कट जाये या छिल जाये तो क्या करना चाहिये ?

उ. यदि मरीज को एड्स है तो आपरेश के दौरान यदि डॉक्टर या उनके सहयोगियो को कही कट या छिल जाये उस भाग से जितना खुन बह जाता है। बह जाने दे, उसके बाद उस भाग को स्प्रीट से साफ (क्लीन) करे व एंटीसेप्टिक क्रीम से पटी करे व जिडोबुडीन दवाई का एक हफते तक सेवन करे।

प्र. 16 आपरेशन के दौरान यदि दो दास्ताने या डबल ग्लोब का उपयोग करने से क्या एड्स का बचाव संभव है ?

उ. आपरेशन के समय दो दस्तानें के प्रयोग से सर्जन या डॉक्टर को असुविधा होती है जिससे उसे छिलने व कटने का डर ज्यादा होता है, इसलिये दो दास्तानो का प्रयोग करना उचित नहीं होता है।

प्र. 17 एड्स का वायरस शरीर के बाहर कितनी देर तक जिंदा रह सकता है ?

उ. एड्स का वायरस शरीर के बाहर 15–20 मिनट तक जिंदा रहता है, इसलिए एड्स के मरीज व्दारा उपयोग व मरीज के लिये प्रयोग किये जाने वाले उपकरणों को 20 मिनट तक उबालना चाहिए।

प्र. 18 एड्स की बीमारी के लिए कोई वेक्सीन क्यों नही बनी ?

उ. किसी भी बीमारी की वेक्सीन बनती है तो वह किसी भी वायरस या बेक्टीरिया की एक निश्चित संरचना या आकार के लिये बनती है अगर उस जीवाणु की संरचना बदल जाए तो यह वेक्सीन असर नही करती और एड्स के वायरस की संरचना बदलते रहती है। दो अलग–अलग व्यक्तियों में एड्स के वायरस की संरचना अलग–अलग रहती है यहां तक की दो अलग–अलग समय में एक ही व्यक्ति में एड्स के वायरस की संरचना अलग–अलग होती है इसलिए एड्स के खिलाफ अभी तक कोई वेक्सीन नही बन पाई है।

प्र. 19 एड्स के मरीज में एड्स के वायरस की संख्या कब अधिक होती है रोग की शुरूआत में या रोग के अंतिम समय में ?

उ. एड्स के रोगी में वायरस की सबसे अधिक संख्या रोग प्रारंभ होने के समय होती है।

प्र. 20 एड्स या एच. आई. वी. वायरस को रिट्रो **वायरस क्यों कहते है ?**

उ. एड्स के वायरस मे रिर्वस ट्रॉसक्रिपटेस नामक एंजाइम पाया जाता है। यह एंजाइम वायरस के आर. एन. ए. को डी. एन. ए. में बदलने में मदद

करता है। आर. एन. ए. से डी. एन. ए. का बनना उल्टी (रिर्वस) प्रक्रिया है। इसलिए इस एंजाइम को रिर्वस **ट्रॉसक्रिपटेस एंजाइम कहते है और वायरस को** रिट्रो **वायरस** कहते है।

प्र. 21 पर स्त्री गमन में असुरक्षित समागम से एड्स होने की संभावना कितनी रहती है ?

उ. पर स्त्री गमन में असुरक्षित समागम से एड्स होने की संभावना 1:1000 होती है परन्तु अभी तक जितने भी एड्स व एच. आई. वी पाजिटिव केस है उनमे 75% लोगो को एड्स असुरक्षित समागम के कारण हुआ है।

प्र. 22 अगर एड्स से पीड़ित महिला गर्भ धारण करे तो उसके वाले होने बच्चो को एड्स होने की कितनी संभावना रहती है ?

उ. एड्स पीड़ित महिला से होने वाले बच्चे में एड्स होने की संभावना 30% से 50% तक होती है। इसलिए हो सके तो एड्स पीड़ित महिला को गर्भ धारण नही करना चाहिए वैसे भी गर्भवती महिलाओं में एड्स उनके शरीर मे बहुत तेजी से फैलता है क्योंकि गर्भधारण के समय महिला की प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है।

प्र. 23 एड्स पीड़ित महिला को अपने बच्चे को स्तनपान कराना चाहिए कि नहीं ?

उ. एड्स पीड़ित महिला को अपने बच्चे को स्तनपान नहीं कराना चाहिए क्योंकि स्तनपान से भी एड्स होने की संभावना रहती है उस स्थिति में वह बच्चे को गाय का दूध या डिब्बे का दूध पिला सकती है।

जिसने एक बार मदिरा की मादकता को जान लिया वह फिर मदिरा नही छोड़ सकता

प्र. 24 क्या एड्स से पीडित बच्चे को टीका दिया जा सकता है ?

उ. हॉ एड्स से पीडित बच्चे को टीका दिया जा सकता है। केवल मीसल्स का टीका छोड़कर।

प्र. 25 यौन जनित रोग या वी. डी. होने पर एड्स होने की संभावना क्या ज्यादा होती है ? और क्यों ?

उ. यौन जनित रोग विशेषकर ऐसे रोग जिसमें लिंग में घाव हो जाते है उसमें एड्स होने की ज्यादा संभावना होती है क्योकि घाव में एड्स के वायरस शरीर में जल्दी प्रवेश कर लेते है साथ आसपास एकत्रित लिम्फोसाइट (एक प्रकार की श्वेत रक्त कणिकाएं) वायरस के लिए रिसेपटर का कार्य करती है इसलिए यौन जनित रोग होने पर एड्स होने की संभावना लगभग 5–10 गुणा बढ़ जाती है।

प्र. 26 क्या खून (ब्लड) देने वालो को **एड्स हो सकता है ?**

उ. खून देने पर व्यक्ति को एड्स नहीं होता है। किसी अन्य कारण से एड्स हो जाए तो बात अलग है।

प्र. 27 एड्स के लिये खून जांच के पहले (प्री टेस्ट काउंसलिंग) व जांच के बाद (पोस्ट टेस्ट काउंसलिंग) में मरीज को क्या सलाह दी जानी चाहिए ?

उ. एड्स के मरीज को खून जांच के पहले सलाह देना चाहिए कि उसे खून जांच करने के लिये डरने की आवश्यकता नहीं हैं। अगर खून में कोई खराबी नहीं है तो उसका सारा डर निकल जायेगा। अगर खून में खराबी है तो उसे बाद में क्या करना है यह सलाह दी जायेगी। पैथोलाजिस्ट को

खून किसी जान पहचान वालों से लें।

खून की रिपोर्ट मरीज को नहीं बतानी चाहिए उसे बंद लिफाफे में देना चाहिए और मरीज को कहना चाहिए वह अपने घरेलु डॉक्टर से संपर्क करें।

खून में खराबी आने पर अर्थात् मरीज एच. आई. वी. पॉजिटिव है तो उसे बताना चाहिए एच. आई. वी. पॉजिटिव बीमारी का जन्म है व एड्स रोगी की मृत्यु जैसे जन्म व मृत्यु में अंतर होता है उसी प्रकार एच. आई. वी. पॉजिटिव व एड्स में अंतर है एच. आई. वी. पॉजिटिव से एड्स होने में लगभग 8 से 10 वर्ष तक लग सकते है इस बीच वह स्वस्थ रहेगा व अपनी दिनचर्या वह अपने परिवार, अपनी नौकरी व धंधे को पहले की तरह देखभाल कर सकता है। जब पहले टी.बी. व कैंसर जैसी लाइलाज बीमारी अब ठीक होने लगी है तो भविष्य में इस बीमारी का इलाज भी होने लगेगा और आपको तो अभी 8 से 10 वर्ष और जीना है। तब तक कोई दवाई इसके इलाज के लिए बन ही जायेगी।

प्र. 28 क्या मृत व्यक्ति से एड्स हो सकता है ?

उ. हॉ। व्यक्ति के मरने के कुछ घंटे बाद भी उससे एड्स के वायरस दुसरे व्यक्ति के शरीर में प्रवेश कर सकते है। इसलिए एड्स के रोगी को मरने के पश्चात् हो सके तो तुरंत उसका दाह संस्कार करना चाहिए यदि उसके मृतक शरीर को कुछ घंटे रखना है तो उसे पॉलिथिन या प्लास्टिक की झिल्ली में सील कर देना चाहिए।

प्र. 29 एच. आई. वी. से एड्स होने मं इतना समय क्यों लगता है ?

नशा एड्स को बढ़ाता है।

उ. एड्स के वायरस श्वेत रक्त कणिकाओं में सुप्त अवस्था में पड़े रहते है वे उसी अवस्था में बढ़ते है जब श्वेत रक्त कणिकाओं क्रियाशील या एक्टीव हो, और तब ही एक्टीव होती है जब शरीर में कोई बीमारी प्रवेश करें इसलिए अगर मरीज स्वस्थ है। उसको शरीर में एड्स बहुत धीरे धीरे फैलेगा और अगर एड्स का मरीज बार बार बीमार होता है तो उसमें एड्स तेजी से फैलेगा।

प्र. 30 एड्स की जॉच किन किन तरीकों से की जाती है ?

उ. एड्स की जॉच बहुत तरीको से की जाती है परन्तु सामान्य व्यक्ति के लिये यह जानना ही बहुत है एड्स की जांच दो तरीको से की जाती है

1. एलिसा टेस्ट 2. वेस्टर्न ब्लॉट टेस्ट

एलिसा जांच एक सस्ती जांच है व छोटे छोटे शहरो में उपलब्ध है जब इसमें खराबी आती है तो उसकी पुष्टी वेस्टर्न ब्लॉट टेस्ट से करते है, वेस्टर्न ब्लॉट एक मंहगी जांच है व केवल बड़े शहरो में उपलब्ध है।

प्र. 31 एड्स के वायरस शरीर में प्रवेश करने के बाद एलिसा टेस्ट में कितने दिन बाद एड्स का पता चलता है ?

उ. एड्स के वायरस को शरीर में प्रवेश करने के बाद एलिसा टेस्ट कम से कम 6 हफते बाद पॉजिटिव आता है अर्थात 6 हफते बाद ही एलिसा जांच से पता चलता है कि एड्स है की नहीं परन्तु कई बार इस जांच से एड्स का पता लगने में 6 हफते से भी ज्यादा समय लगता है इसलिए एलिसा टेस्ट की जांच 6 हफते व दुसरी बार 6 माह बाद करवाना चाहिए

एड्स से पीड़ित महिला को गर्भ धारण नही करना चाहिए।

और दोनो बार जांच में कोई खराबी नही आने पर ही यह समझना चाहिए कि मरीज को एड्स की संभावना नही है।

प्र. 30 विश्व में अनेक किस्म की बीमारी है परन्तु एड्स प्रति देश विदेशो में व लोगो में इतना डर क्यों फैल रहा है ?

उ. एड्स के प्रति देश विदेशों में व लोगो में जो डर फैल रहा है उसके कई कारण है जैसे :–

1. वर्तमान में इस बीमारी का कोई इलाज नही है एक बार एड्स होने पर मौत निश्चित है।
2. बहुत से लोगो मे इस बीमारी के प्रति अभी भी अज्ञानता है कैसे फैलता है ? छुत की तो नही है ? इस तरह की जानकारी के अभाव के कारण भी डर फैल रहा है।
3. यह बीमारी यौन सक्रिय उम्र (सेक्सवली एक्टिव एज ग्रुप) अर्थात् 15 से 50 वर्ष के व्यक्तियों में ज्यादा होती है क्योंकि इस उम्र में सेक्स के प्रति ये लोग ज्यादा सक्रिय होते है। इस उम्र के लोगो पर ही नौकरी व धंधे व अपने परिवार, समाज व देश की सबसे ज्यादा जिम्मेदारी रहती है। अगर इस उम्र के लोग ही बीमार होगें तो परिवार, समाज देश सभी पर असर पड़ेगा।
4. इस उम्र के लोग ही सबसे ज्यादा समान खरीदते है जैसे टी . वी, फ्रिज, स्कूटर, कार आदि अगर ये ही लोग बीमार होगें तो इन समानो को कौन खरीदेगा जिसमें देश की अर्थव्यवस्था खराब होगी।
5. वर्तमान में इस बीमारी की दवाईया इतनी मंहगी हैं कि एक साल में एक मरीज के लिए दवाई का खर्च 50 हजार से एक लाख रूपये प्रति साल

एड्स से पीड़ित बच्चो को टीके दिये जा सकते है।

आयेगा अगर करोड़ो लोग इस बीमारी के शिकार होंगे तो आप सोच सकते है कि अरबो रूपये केवल एड्स की दवाई में लगा करेगें जिसका उपयोग हम किसी अच्छे कार्य के लिए कर सकते है।

6. अभी हमारे देश में लगभग कई लाख लोग एच. आई. वी. पाजिटिव है। 2015 में लगभग 20 लाख भारतीयों के एच. आई. वी. पाजिटिव होने की संभावना है। इतनी बडी संख्या में लोग बीमार होगें तो खेती कौन करेगा, कारखाने कौन चलायेगा, घर परिवार के लिए आमदनी का साधन कम होने लगेगा। इन सब बातों के कारण एड्स के प्रति इतना डर फैल रहा है।

प्र. 33 मुझे एड्स नहीं हो सकता है क्योकि मैंने कोई गलत कार्य नहीं किया क्या यह सच है ?

उ. नही। कई बार लोग एक या दो बार पर स्त्री गमन करते है परन्तु शर्म के कारण या छुपाने के लिए कहते है हमने कोई गलत कार्य नहीं किया। केवल एक बार असुरक्षित समागम से की एड्स हो सकता है दुषित सुई व एड्स पीड़ित व्यक्ति का खून में भी एड्स हो सकता है जबकि आपने कोई गलत कार्य ना भी किया हो तो भी। आप किस देश के हो, किस जात के हो, अमीर हो या गरीब हो या मध्यम वर्गीय हो, छोटी उम्र के है या बड़ी उम्र, के इन सब बातों का एड्स होने पर कोई फर्क नहीं पड़ता है।

प्र. 34 एड्स या एच. आई. वी. पॉजिटिव होने पर कहाँ संर्पक करें ?

उ. सबसे पहले आप अपने घरेलु डॉक्टर से संर्पक करें फिर वह जिस विशेषज्ञ के पास भेजे वहाँ संर्पक करें। प्रत्येक जिला अस्पताल व

मेडिकल कॉलेज में भी संर्पक कर सकते है।

प्र. 35 पर स्त्री गमन के दौरान यदि निरोध फट जाये तो क्या साव –धानी रखनी चाहिए ?

उ. सबसे पहले मैं यह सलाह दुंगा कि ऐसा कोई कार्य ना करें फिर भी अगर गलती हो जाए तो अगर स्त्री कोई जान पहचान की है और उसे एड्स नहीं हो तो डरने की कोई बात नही है।

अगर स्त्री अंजान है तो आप लिंग को ऐंटीसेप्टिक लोशन में धोले व यह देखे की लिंग कट या छिल तो नहीं गया है। अपने परिवारिक डॉक्टर से मिले। हो सके तो चार हफते तक जिडोवूडीन व लेमीवूडिन दवाई का सेवन करे तथा 6 हफते व 6 माह बाद एच. आई. वी. के लिए एलिसा टेस्ट करवाना उचित होगा।

प्र. 36 एड्स का बचाव कैसे किया जाता है ?

उ. एड्स (AIDS) का बचाव भी AIDS द्वारा किया जा सकता है

A - Awareness जागरूकता
I - Information जानकारी
D - Defence बचाव
S - Safty सुरक्षा

प्र. 37 एड्स से पीड़ित व्यक्ति के खुन को ब्लड बैंक के डीप फ्रीजर में लंबे समय

तक रख दिया जाय तो एड्स के वायरस मर जाते है या नहीं ?

उ. इस स्थिति मे एड्स के वायरस भी खुन के साथ प्रिर्जव हो जाते है व बाद मे यह खुन दुसरे व्यक्ति को चढ़ाया जाय तो उस व्यक्ति को एड्स हो सकता है।

प्र. 38 मैं नशे की सुईया लेता हूँ। क्या मुझे एड्स हो सकता है।

उ. हॉ नशे की सुईयों से एड्स होने की संभावना 10% तक होती है। नशेड़ी लोग सुईयो को उबालते नहीं है व एक के बाद एक सुई लेते जाते है । जिससे एड्स होने की संभावना ज्यादा हो जाती है।

प्र. 39 समलैंगिक कौन है।

उ. सामान्यतः एक स्त्री और एक पुरूष समागम करते है परन्तु कई बार दो स्त्री या दो पुरूष आपस में समागम करते है तो उसे समलैंगिकता कहते है और इन लोगों को समलैंगिक।

प्र. 40 क्या समलैंगिक को एड्स होने का ज्यादा खतरा रहता है।

उ. जी हॉ, क्योकि विशेषकर पुरूषों में समलैंगिक लोग गुदा मार्ग का उपयोग करते है जो कि प्रायः छोटा होता है व समागम के दौरान छिल व कट जाता है जिससे एड्स की कीटाणु शरीर में प्रवेश कर जाते है।

प्र. 41 क्या सभी एड्स के मरीजों को एक जैसे ही लक्षण मिलते है।

उ. यह जरूरी नहीं है व्यक्ति के शरीर की बनावट व प्रतिरोधक क्षमता व जीवन जीने के तरीके के अनुसार लक्षण भी बदल जाते है।

विपरित स्थितियों में से धैर्य नहीं छोड़ना चाहिए विचलित होने से कुछ नहीं मिलता।

प्र. 42 क्या शरीर की प्रतिरोधक क्षमता एड्स के अलावा अन्य कारणों से भी कम हो सकती है।

उ. जी हॉ जैसे डायबिटिज, खून की कमी, विटामिन व प्रोटीन की कमी, बहुत लम्बे समय तक बीमार रहना, टी.बी. की दवाईयॉ, कैंसर की दवाईयॉ, स्टेराइड्स की दवाईयॉ भी शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को कम करती है।

प्र. 43 मेरे खून में खराबी है मुझे बार–बार खून लेना पड़ता है, मुझे क्या सावधानी रखनी चाहिए।

उ. हो सके तो आप अपने जान पहचान वालों या अपने रिश्ते–दारों से ही खून लें जिनके बारे में आप जानते हो कि उनका चरित्र अच्छा है और खून लेने के पहले आप खून में एच. आई. वी. हेपेटाईटिस–बी व वी. डी. आर. एल. की जांच जरूर करवा लें।

प्र. 44 मुझे शक है मेरे पति का संबंध अन्य कई औरतो से है, वे जब भी घर से 2–3 दिनों के लिए जाते है व होटल में रूकते है तो वहॉ अन्य औरतों के साथ शारीरिक संबंध भी रखते है, क्या मुझे सावधानी रखनी चाहिए।

उ. आप हो सके तो अपने पति को हमेंशा निरोध लगाने के लिए बाध्य करें अगर वे तैयार हो तो उनकी खून की जांच एच. आई. वी. के लिए करावा लें।

प्र. 45 मैं एक सामाजिक कार्यकर्ता हूँ व एड्स के कई मरीजों को अंतिम अवस्था में देखता हूँ मुझे क्या सावधानी रखनी चाहिए।

कर्तव्य और वर्तमान हमारा है, फल और भविष्य ईश्वर का है।

उ. एड्स के मरीज की अंतिम अवस्था यहॉ तक कि एड्स के मरीज के मरने के बाद भी एड्स के विषाणु एक व्यक्ति से दूसरे में फैल सकते है। इसलिए अगर आप उनके घाव या खून को छूते है तो साबुन से हाथ धो ले। घर आने के बाद अगर हो सके तो स्नान कर लें। मरीज को छूते समय हाथ में दास्ताने, ऑखों में चश्मा, मुँह में कपड़ा (कैप) बांधे, शरीर में एप्रन पहने लें।

प्र.46 मैं एक शादीसुदा औरत हूँ मेरे पति नौकरी करते है व कई–कई दिन बाहर रहते है इसी बीच मेरा शारीरिक संबंध एक पड़ोसी से हो गया है, लगभग 7–8 साल हो गये है मेरे पति हमेशा कंडोम का प्रयोग करते है पर मेरा प्रेमी नहीं क्या मुझे एड्स हो सकता है।

उ. सबसे पहले तो मैं आपको सलाह दूंगा कि आप अपने उस प्रेमी से दूर रहें। उससे अगर आपको एड्स भी नहीं भी हुआ और अगर ये बात आपके पति को पता चली गई तो भी आपकी जिंदगी खराब हो सकती है। प्रेमी के व्दारा भी आपको एड्स हो सकता है। हो सके तो उसे भी निरोध के उपयोग के लिए बाध्य करें और अपने खून की जांच एच. 9आई. वी. करवा लें।

व्यक्ति की आवश्यकता पूरी हो सकती है इच्छाएँ नहीं।

समाचार पत्रों से

India a haven for child-sex tourists, says study

NEW DELHI, Jan 15 (IANS)

INDIA is slowly turning into a centre for child-sex tourists, says a path-breaking study on trafficking, while calling for a global battle against child sex.

"In India, the abuse of both male and female children by tourists has acquired serious dimensions," said the 748-page study called "Trafficking in Women and Children in India", which was sponsored by the National Human Rights Commission.

"Unlike Sri Lanka and Thailand, this problem has not been seriously tackled or discussed openly (in India) and has remained more or less shrouded in secrecy, making the likelihood of child abusers being caught and punished very low," it said.

"The silence of the community and its unwillingness to speak out and openly discuss the issue has further compounded the problem."

The study said Goa had become a sex destination for many tourists, and added that sex tourism had become a problem in Kerala too.

Detailing a case study that led to the conviction of a foreigner in Goa, it said that beach boys, shack owners and former victims of paedophiles were facilitating the procurement of boys and girls for sex.

Along with the growth of tourism in Kerala, there was increasing victimisation of children, it said.

The study quoted other investigators as saying that hoteliers in areas like Alleppy and Ernakulam promoted sex tourism "because such services bring in extra income.

"Victims are often projected by agents as college girls in search of fun and excitement or wanting to earn an extra buck.

The study said Goa had become a sex destination for many tourists, and added that sex tourism had become a problem in Kerala too

"In places like Alleppy, foreign tourists stay in houseboats, making houseboat sex tourism a new and thriving concept. This is a safe method, as there are hardly raids on houseboats."

Enforcement agencies, the study said, "have turned a blind eye to this problem and cases have seldom been registered".

The study quoted investigators as saying that many children mentioned that they had sex with a varied range of tourists for Rs 50 to Rs 200.

"It is hard to measure the incidence of child sex tourism as it is difficult to conduct quantitative research on such a clandestine and illegal industry," the study said.

"Qualitative research and anecdotal evidence suggests that child sex tourism is growing and spreading into different regions of the world.

"There is also evidence that over the last few years, increasing numbers of sex offenders, particularly from Western countries, are shifting to less developed countries due to increasing vigilance and action against paedophilia in their own countries.

"There are fewer laws against child abuse in India and the beaches of Goa and Kovalam in Kerala are increasingly becoming the main destinations for those seeking child prostitutes." The study, which was researched by the New Delhi-based Institute of Social Sciences and funded by USAID, calls for greater international battle against child sex tourism.

"There is a need for global cooperation to fight the menace of child sex tourism. This is an internationally organised crime and a global perspective and coordinated plan of action are necessary to deal with it.

"The destination countries need to enact and enforce stringent laws and punish the exploiters and their collaborators.

"Child pornography, which is closely associated with child sex tourism, is a technically advanced crime. It is necessary to set up trained and equipped police units to combat Internet based child pornography."

Hit-Vada Ratna 16.1.2006

मनुष्य का चरित्र उसकी वाणी से प्रकट हो जाता है।

2 CityLine

Several programmes mark World AIDS Day

(Contd from page 1)

Development Officer Nandlal Chaudhary, District Information Officer Sanjay Ghule, CARE India State Programme Manager Basantakar, CARE NGO Coordinator Irfan Akhtar and Health Action Project Coordinator Farhat Mirza were present. Literature on AIDS were distributed and Nukkad plays were staged to mark the day.

In a programme at Durga College, there was a lively presentation of a Youths' Parliament, in which a Bill was passed for imparting AIDS education to school students above 15 years of age.

The programme was designed by Prof Dr Aman Jha of Durga College. Vice-Chancellor of Pt Ravishankar Shukla University Prof B P Chandra was the chief guest while Education Secretary Alok Shukla presided over the function.

Students from other colleges also participated in the programme.

Literature being distributed as part of the awareness programme on World AIDS Day in the capital.

Nukkad play being staged at Subhash Stadium.

Oppn alleges flaws in

Dharsiwa PH being modernised

नियत साफ तो एड्स माफ।

विश्व एड्स एवं वैज्ञानिक दिवस पर रैली

भिलाई नगर. विश्व एड्स दिवस एवं वैज्ञानिक दिवस के उपलक्ष्य में बी.एस.पी. उ.मा.वि. से. 8 की एन.सी.सी. छात्राओं ने संयुक्त रुप से मनाया. प्रात: 8 बजे एन.सी.सी. छात्राओं ने इस घातक बीमारी के फैलाव पर रोक लगाने के लिए विशाल जुलूस निकाला. शाला प्रांगण से प्रारंभ होकर यह जुलूस सेक्टर-7, 8 एवं मुख्य चिकित्सालय होकर 9.30 बजे शाला प्रांगण में समाप्त हुआ. शाला के वरिष्ठ प्राचार्य सी.एल. पचरैया एवं वरिष्ठ उप प्राचार्य बी.एन. सिंग ने झंडी दिखाकर रैली का स्वागत किया. रैली का नेतृत्व एन.सी.सी. आफिसर श्रीमती रीता पाली एवं शाला के लैब असिस्टेंट श्री गणपति के नेतृत्व में किया गया. रैली के पश्चात एड्स विषय पर एक गोष्ठी का आयोजन किया गया. एन.सी.सी. आफिसर श्रीमती रीता पाली ने एड्स के बढ़ने के कारण पर प्रकाश डाला. एन.सी.सी. छात्रा कु. वेणु दीक्षित एवं अम्बिका के द्वारा महिला की भूमिका पर विस्तार से बताया गया. शाला के वरिष्ठ उपप्राचार्य बी.एन. सिंग ने छात्राओं से कहा कि समय रहते हुए हमें इस बीमारी से बचने का उपाय खोजना होगा एवं इस कार्य का शुभारंभ एन.सी.सी. के छात्राओं को ही करना होगा. एन.सी.सी. के छात्राओं को प्राचार्य सी.एल. पचरैया ने विस्तार से इस विषय की जानकारी दी.

वैज्ञानिक दिवस पर उन्होंने सर जगदीश चंद्र बसु के जन्म दिवस एवं उनके वैज्ञानिक आविष्कारों की भी जानकारी छात्राओं को दी. प्राचार्य के द्वारा डॉ. अजय गुप्ता द्वारा लिखित एड्स क्यों और कैसे किताब छात्राओं को पढ़ने के लिए दिया गया. कु. प्रमिला, नैनकुंअर, ममता, मीना,सोनू, प्रमिला, रंजोता, गुलापा, तरुणा, अल्का, पूर्णिमा, सुनीता, लीतरुपा, लीना, आरती, रेखा, गीतिका, हेमलता, नमिता, लक्ष्मी, तारकेश्वरी, कल्पना जया, मीना एवं एनसीसी छात्राओं का योगदान रहा.

बी.एस.पी. उ.मा. विद्यालय सेक्टर-1 एन.सी.सी. (एयर विंग) के छात्रों द्वारा एक रैली का आयोजन किया. जिसका शुभारंभ प्राचार्य एस. पाल द्वारा झंडी दिखाकर किया गया. रैली में करीब 75 कैडेटों ने एन.सी.सी. अधिकारी जे.एस. संण्डो के मार्गदर्शन में भाग लिया. इसका नेतृत्व कैडेट सार्जेंट निलेश, क्रांति कर रहे थे. आशीष ठाकुर, नितिन, सिंघल द्वारा स्लोगन लिखे गये थे.

एड्स के कुप्रभाव उपचार पर व्याख्यान

दल्लीराजहरा, 5 दिसम्बर (देशबन्धु)। स्थानीय सीनियर सेकेण्डरी स्कूल के सभागार में विश्व एड्स दिवस का आयोजन किया गया। समारोह का संचालन करते हुए डॉ. सुबोध साहा ने इसके कुप्रभाव, उपचार एवं इसके निराकरण पर व्याख्यान दिया।

इस अवसर पर दल्लीराजहरा के महाप्रबंधक एच.सी.सरकार, सहायक महाप्रबंधक कार्मिक प्रभाकर राव, वरिष्ठ उप सहायक निर्देशक चिकित्सा डॉ. राजेन्द्र प्रसाद, विशेषज्ञ डॉ. सुबोध साहा, मनीषपंत, समीर, आर.के.शर्मा, ओ.पी.नेमा, के.आर. देशमुख, आर.बी.सिंग, ई न्यूटन उपस्थित थे। डॉ. सुबोध साहा ने एड्स के कुप्रभाव एवं उपचार पर जानकारी दी। तत्पश्चात् उच्चतर माध्यमिक विद्यालय दल्लीराजहरा एवं उच्चतर माध्यमिक विद्यालय डौंण्डी में भी डॉ. सुबोध साहा, प्रभाकर राव, मनीष पंत ने विचार व्यक्त किये।

स्कूल एवं महाविद्यालय के छात्र-छात्राओं ने अनेक प्रश्न पूछे जिनका समाधान सरल भाषा में किया गया। सीनियर सेकेण्डरी स्कूल के छात्रों ने एक रैली निकाली जिनका संचालन प्राचार्य श्री द्विवेदी एवं श्री पटेल ने किया। ज्ञात हो कि भारत में लगभग 5 करोड़ लोग इस वायरस से ग्रसित हैं। सही जानकारी के अभाव में प्रतिवर्ष लाखों लोग मौत के मुंह में समाते जा रहे हैं। भिलाई इस्पात संयंत्र के एड्स कंट्रोल विभाग के प्रमुख डॉ. अशोक घोरपड़े ने इस क्षेत्र के लोगों में जागरूकता उत्पन्न करने के लिए हरसंभव सहायता देने का आश्वासन दिया है। गौरतलब है कि गरीबी और अज्ञानता की वजह से लोग अभी भी एड्स के विषय में चेतना उत्पन्न नहीं हुई है। इस अवसर पर उपस्थित लोगों ने इस बात की प्रतिज्ञा की कि वे दिये गये ज्ञान का उपयोग समाज में जागृति फैलाने के लिए करेंगे। बी.एस.पी. एड्स कंट्रोल यूनिट द्वारा प्रदत्त आडियों विजुअल भी बच्चों के सामने प्रदर्शित किये गये। नाको द्वारा भिलाई के एड्स कन्ट्रोल विभाग को समय-समय पर निर्देश प्राप्त होते रहते हैं। इस बीमारी को जांचने में प्रयुक्त उपकरण भी भिलाई इस्पात संयंत्र के सेक्टर 9 अस्पताल में उपलब्ध है। अंचल के लोग इस विषय पर जानकारी के लिये एड्स कंट्रोल विभाग में सम्पर्क कर सकते हैं।

दिसंबर 2006, बुधवार

प्रसन्न रहना हमारा कर्तव्य है। यदि हम प्रसन्न रहेंगे तो अज्ञात रूप में संसार की बहुत भलाई करेगें।

एड्स आधारित चित्रकला प्रदर्शनी उद्घाटित

भिलाई 3 दिसम्बर (अ.सं.)।

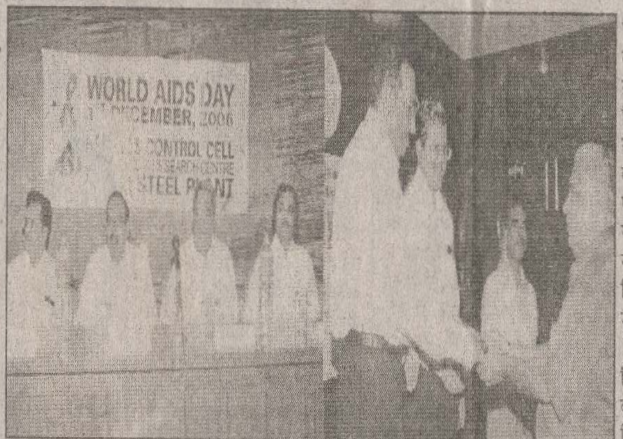
भिलाई इस्पात संयंत्र के जनसंपर्क विभाग द्वारा संचालित नेहरू आर्ट गैलरी में 1 दिसम्बर को एड्स पर आधारित चित्रकला प्रतियोगिता के पुरस्कृत और चयनित कृतियों की सामूहिक प्रदर्शनी का उद्घाटन भिलाई इस्पात संयंत्र के कार्यपालक निदेशक (खदान) एन के मेसन ने किया । भिलाई इस्पात संयंत्र के जनक, स्वप्नदृष्टा भारत के प्रथम प्रधानमंत्री पं. जवाहरलाल नेहरू के जन्म दिवस 14 नवम्बर को आरंभ बाल कला उत्सव के आयोजन की श्रृखंला की यह तीसरी प्रदर्शनी है । प्रदर्शनी में लगभग 40 कृतियां प्रदर्शित की गई हैं । इस अवसर पर भिलाई इस्पात संयंत्र के निदेशक (चिकित्सा एवं स्वास्थ्य सेवायें) डॉ. पी एस ए शर्मा, संयुक्त निदेशक द्वय (चिकित्सा एवं स्वास्थ्य सेवाये) डॉ. वी एस बॉथ और डॉ. अशोक घोरपड़े, संचार प्रमुख अशोक सिंघई सहित जनसंपर्क विभाग के अन्य अधिकारियों के साथ ही कलाकार और भिलाई के नागरिक बड़ी संख्या में उपस्थित थे । यह प्रदर्शनी अवकाश के दिनों को छोड़कर संध्या 5:30 से 8:30 बजे तक दर्शकों के लिये खुली रहेगी ।

उल्लेखनीय है कि 30 दिसम्बर तक चलने वाले अपनी तरह के इस अभिनव कार्यक्रम बाल कला उत्सव के तहत अनेक प्रदर्शनियों का आयोजन किया जाता है । इसमें विकलांग बच्चों की कृतियों की प्रदर्शनी, तात्कालिक चित्रकला प्रतियोगिता के पुरस्कृत और चयनित कृतियों की प्रदर्शनी आदि प्रमुख हैं ।

रायपुर, सोमवार, 4 दिसम्बर 2006 7 अमृत संदेश ना

एड्स रोकने सजगता व चौकसी आवश्यक: एन के

भिलाई 3 दिसम्बर (अ.सं.)।



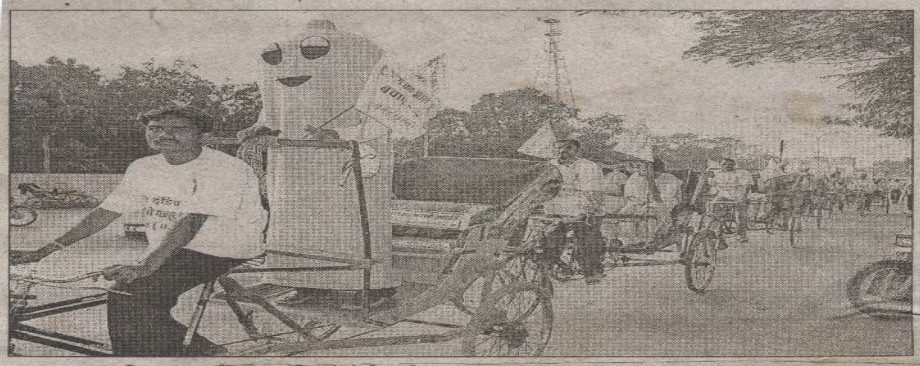
भिलाई इस्पात संयंत्र के जवाहरलाल नेहरु चिकित्सालय एवं अनुसंधान केन्द्र, सेक्टर-9 स्थित एड्स नियंत्रण प्रकोष्ठ और राष्ट्रीय एड्स नियंत्रण संगठन 'नाको' के संयुक्त तत्वावधान में 1 दिसंबर को विश्व एड्स दिवस पर अनेक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। एड्स जैसे लाईलाज रोग के के प्रति समाज में जागरूकता फैलाने तथा इसके प्रति जन चेतना का संचार करने के उद्देश्य से आयोजित इस कार्यक्रम का समापन जवाहर लाल नेहरू चिकित्सालय एवं अनुसंधान केन्द्र सेक्टर-9 के सभागार में पुरस्कार वितरण समारोह के साथ हुआ । पुरस्कार वितरण और समापन समारोह में भिलाई इस्पात संयंत्र के कार्यपालक निदेशक (खदान) एन के मेसन मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित थे । कार्यक्रम में निदेशक (चिकित्सा एवं स्वास्थ्य सेवा) डॉ. पी एस ए शर्मा, डॉ. पी एस बॉथ और डॉ. अशोक घोरपड़े दोनों संयुक्त निदेशक मंच पर उपस्थित थे । इस अवसर पर अपने संबोधन में श्री मेसन ने भिलाई इस्पात संयंत्र के चिकित्सा विभाग के सेल के सभी चिकित्सा विभागों से सर्वश्रेष्ठ और चौकस प्रयास नहीं किये गये तो आने वाले 20-30 वर्षों में यह नियंत्रण से बाहर हो जायेगा । आज का समय विश्व एड्स दिवस का आयोजन किया गया । भिलाई के चिकित्सा विभाग द्वारा समाज के हर वर्ग के लोगों को साथ लेकर एड्स के प्रति जागरूकता और सजगता पैदा करने के लिये जो कार्य किये जा रहे हैं वे सर्वश्रेष्ठ है । श्री मेसन ने कहा कि पूरे विश्व में एड्स को लेकर आज जो स्थिति है उसे रोकने एवं नियंत्रित करने के लिये यदि सजगता और चौकस प्रयास नहीं किये गये तो आने वाले 20-30 वर्षों में यह नियंत्रण से बाहर हो जायेगा । आज का समय गति का समय है, जिस गति से प्रगति हो रही है वह कल्पनातीत है । एड्स जैसे रोग के नियंत्रण के कार्य में भी गति लाने की आवश्यकता है। भारत में एड्स प्रभावित जैसे रोग के नियंत्रण के कार्य में भी आज गति लाने की आवश्यकता है । भारत में एड्स प्रभावित लोगों, खासतौर से युवा और महिलाओं की संख्या तेजी से बढ़ती जा रही है । यदि जवाबदेही और लक्ष्य निर्धारण कर आगे बढ़ें तो मुझे पूरा विश्वास है कि इस पर नियंत्रण किया जा सकेगा । श्री मेसन ने शालेय बच्चों के लिये आयोजित चित्रकला प्रतियोगिता के विजेताओं को पुरस्कृत भी किया । इसके अलावा आयोजन को सफल बनाने में योगदान देने वाले कार्मिक और शालाओं को सम्मानित भी किया । शालेय बच्चों को

अमृत संदेश

कुछ नहीं करोगे तो कुछ नहीं बनोगे

9 नवभारत रायपुर, शनिवार 2 दिसम्बर 2006

राजधानी



विश्व एड्स दिवस पर रिक्शों में निकली जागरूकता रैली. अगुवाई की कंडोम के पुतले ने.

एड्स को लेकर निकली जागरूकता रैली

विश्व एड्स दिवस पर विचज व प्रदर्शनी भी

नगर प्रतिनिधि

रायपुर. विश्व एड्स दिवस पर आज एड्स की भयावहता से लोगों को अवगत कराते हुए सतर्क रहने जागरूकता रैली निकाली गई. स्कूली बच्चों व स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं द्वारा पैदल रैली के अलावा स्कूटर व रिक्शा रैली भी निकाली गई.

एड्स दिवस के मौके पर आज दिनभर राजधानी में कई कार्यक्रम आयोजित किए गए. मुख्य कार्यक्रम शहीद स्मारक भवन में राज्य एड्स नियंत्रण समिति द्वारा आयोजित किया गया. समिति के प्रोजेक्ट डायरेक्टर डा. आर.के. राजमणी के मार्गदर्शन में प्रातः 9 बजे जागरूकता रैली निकाली गई. रैली में स्कूली छात्रों, एनसीसी, एनएसएस के कैडेट शरीक हुए. रैली के दौरान बच्चे एड्स की जानकारी एवं बचाव के संबंध में पोस्टर हाथ में लिए हुए थे. रैली शहीद स्मारक भवन से शुरू होकर शास्त्री चौक, नगर घड़ी चौक, मोतीबाग, फायर ब्रिगेड चौक, कोतवाली, मालवीय रोड व जयस्तंभ चौक होते हुए शहीद स्मारक भवन में समाप्त हुई. डा. राजमणी ने बताया कि रैली के पश्चात शहीद स्मारक भवन में स्कूली छात्रों के लिए क्वीज प्रतियोगिता आयोजित की गई. इस दौरान कला जत्था द्वारा एड्स की जानकारी एवं बचाव के संबंध में सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए गए. इसके अलावा बच्चों द्वारा बनाये गये चित्रों से पूरे शहीद स्मारक भवन को सजाया गया था. शाम को तेलीबांधा से स्कूटर रैली निकाली गई. इधर, केन्द्रीय सूचना एवं प्रसारण मंत्रालय के क्षेत्रीय प्रचार निदेशालय द्वारा भी आज एड्स दिवस पर श्याम नगर, जल विहार व तेलीबांधा की झुग्गी बस्तियों में रैली निकाली गई. रैली सरदार प्रीतम सिंह सैनी हायर सेकेण्डरी स्कूल श्याम नगर से प्रारंभ हुई.

एचआईवी पॉजीटिव में आधे से ज्यादा युवा

■ राजधानी रिपोर्टर |रायपुर.

राज्य में जितने एचआईवी पॉजीटिव हैं, उनमें आधे से ज्यादा युवा हैं. इनकी उम्र 15 से 34 वर्ष के बीच है. युवाओं का अलावा 40 फीसदी महिलाएं भी एड्स की बीमारी से पीड़ित हैं. सबसे

चिंताजनक

- राज्य के चौदह हजार युवा एचआईवी पीड़ित
- 40 फीसदी महिलाओं को एड्स की बीमारी

चौंकाने वाली बात यह है कि 65 फीसदी महिलाओं को शादी के बाद एड्स की बीमारी हुई है. डॉक्टरों का कहना है कि शादी से पहले एचआईवी जांच नहीं कराने के कारण ऐसी भयावह स्थिति बन रही है.

एचआईवी जैसी भयावह बीमारी का शिकार सबसे अधिक प्रदेश का युवा वर्ग है. राज्य एड्स समिति की रिपोर्ट के मुताबिक 2002 से लेकर अब तक एचआईवी के कुल 23476 मरीज रजिस्टर्ड हैं. इनमें 13 हजार 945 पीड़ित 15 से 34 वर्ष आयु वर्ग के हैं. इन आंकड़ों ने स्वास्थ्य अमले की चिंता बढ़ा दी है. दरअसल, लगातार जागरूकता कार्यक्रमों के बावजूद एचआईवी पॉजीटिव की संख्या बढ़ी है. युवा वर्ग की संख्या अधिक होने के कारण भी महकमा चिंतित है. एक एनजीओ की सर्वे रिपोर्ट के मुताबिक 65 फीसदी महिलाओं को अपने जीवनसाथी से एड्स की बीमारी हुई है. राज्य में 9 हजार 573 महिलाएं और 102 थर्ड जेंडर एचआईवी पॉजीटिव मिले हैं. विशेषज्ञों का कहना है कि युवाओं में एचआईवी का मुख्य कारण असुरक्षित यौन संबंध, ड्रग इंजेक्शन और होमो सेक्स हैं. अन्य आयु वर्ग में एचआईवी होने की मुख्य वजह इन्फेक्टेड ब्लड चढ़ाना और इन्फेक्टेड सीरिंज है. सात फीसदी बच्चों को यह रोग अपनी मां के गर्भ से ही मिला है.

फैक्ट फाइल

कुल मरीज -	23 हजार 476
0-14 वर्ष -	1548 (6.81 प्रतिशत)
15 से 24 वर्ष -	2948 (12.56 प्रतिशत)
25 से 34 वर्ष -	9937 (42.33 प्रतिशत)
35 से 49 वर्ष -	7336 (31.25 प्रतिशत)
50 वर्ष से अधिक -	1640 (6.99 प्रतिशत)
कुल पुरुष -	13 हजार 801
कुल महिलाएं -	9 हजार 573
थर्ड जेंडर -	102

महिलाओं का अनुपात बढ़ा

वर्ष 2002 से प्रदेश में एचआईवी मरीजों की स्क्रीनिंग शुरू की गई. वर्ष 2002 में एचआईवी पीड़ितों में 30 प्रतिशत महिलाएं थी. वहीं वर्तमान में कुल 41 प्रतिशत महिलाएं एचआईवी पीड़ित है.

जागरुकता की कमी

एचआईवी को लेकर पूरे प्रदेश में प्रचार पसार किया जा रहा है. 60 से अधिक एनजीओ एचआईवी को लेकर लगातार सर्वे और जागरूकता अभियान चला रहे हैं. राज्य एड्स समिति के अतिरिक्त परियोजना संचालक डॉ. एसके बिंझवार ने बताया कि युवाओं के जागरूक होने से एचआईवी दर में कमी आ सकती है, क्योंकि अधिकतम पीड़ित युवा वर्ग ही है. टार्गेट ग्रुप भी युवा है.

दोगुने हो गए आंकड़े

एड्स नियंत्रण समिति के अनुसार प्रदेश में एचआईवी पीड़ितों की संख्या 23 हजार 476 है. वहीं कई एनजीओ प्रदेश में 60 हजार से अधिक एचआईवी मरीजों के होने का दावा कर रहे हैं. विभाग के पास जो आंकड़े उपलब्ध हैं, वे वह लोग हैं जो आईसीटीसी सेंटर में जांच के दौरान डिटेक्ट हुए हैं. वहीं एनजीओ कैम्प में डिटेक्ट होने वाले मरीजों की संख्या 60 हजार से अधिक है.

यहां करवा सकते हैं जांच

प्रदेश में 125 इंटीग्रेटेड काउंसिलिंग एंड टेस्टिंग सेंटर (आईसीटीसी), 5 एआरटी सेंटर, दुर्ग, जगदलपुर और रायगढ़ में मोबाइल आईसीटीसी, 300 स्वास्थ्य केंद्रों, 8 लिंक एआरटी सेंटर, 5 केयर, 5 कम्युनिटी केयर सेंटरों में एचआईवी जांच की सुविधा उपलब्ध है. इसके अलावा स्वास्थ्य विभाग और एनजीओ कैंप लगाकर जांच और परामर्श की सुविधा देते हैं.

एक बुराई दुसरी बुराई को जनम देती है।

घवार 10 जून 2015
vabharat.org

दुर्ग-भिलाई

साल दर साल एचआईवी जांच करवाने वालों की संख्या बढ़ी

नगर प्रतिनिधि

दुर्ग. साल दर साल एड्स की आशंका के चलते एचआईवी जांच करवाने वाले लोगों की संख्या में लगातार बढ़ोत्तरी हो रही है. साल 2010 से 2014 में हजारों मरीजों की एड्स की आशंका के चलते जांच की गई. उनमें एचआईवी पाजिटिव मरीजों की संख्या में लगातार इजाफा दिखाई दे रहा है, जिससे सरकारी तंत्र द्वारा आयोजित एड्स नियंत्रण कार्यक्रम की नाकामी उभरकर सामने आ रही है. गौरतलब है कि राज्य में एड्स नियंत्रण समिति की स्थापना एड्स के प्रति लोगों को जागरूक करने के लिए की गई थी लेकिन जागरूकता सिर्फ जांच कराने वाले मरीजों में आई है जबकि एड्स के मामले लगातार बढ़ रहे हैं.

आश्चर्य की बात है कि जिला स्तर पर प्रचार-प्रसार के लिए बजट का कोई प्रावधान नहीं होने पर जिला इकाई राज्य एड्स नियंत्रण समिति पर निर्भर है. जिला स्तर पर प्रचार की स्थिति लगभग शून्य है. ऐसे में इसका कुप्रभाव सामने आया है. उल्लेखनीय है कि देश व प्रदेश में एड्स के विरूद्ध जन-जागरूकता फैलाने के लिए सरकार करोड़ों रुपये खर्च कर रही है लेकिन इसका सकारात्मक प्रभाव नहीं दिख रहा है.

मोबाइल टीम भी तैनात

जिले के औद्योगिक व रेड लाइट क्षेत्रों में एचआईवी पाजिटिव मरीजों की संख्या अधिक होने की आशंका रहती है. इन क्षेत्रों में जैसे ट्रकर्स, माइग्रेंट, फीमेल व मेल सेक्स वर्कर्स के लिए मोबाइल टीम एड्स के विरूद्ध जागरूकता फैलाने का कार्य करती हैं. इन मोबाइल टीमों में कई गैर सरकारी संस्था काम करती हैं.

जानें आईसीटीसी व एआरटी सेंटर को

आईसीटीसी एकीकृत परामर्श और जांच केंद्र है, जो सरकारी अस्पताल व सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्रों में स्थित हैं. यहां पर एचआईवी से जुड़ी सलाह दी जाती है और एचआईवी व सिफलिस की जांच की जाती है. यह सब पूरी तरह से गोपनीय व मुफ्त है. एआरटी सेंटर में एचआईवी पाजिटिव मरीजों को मुफ्त में दवा दी जाती है.

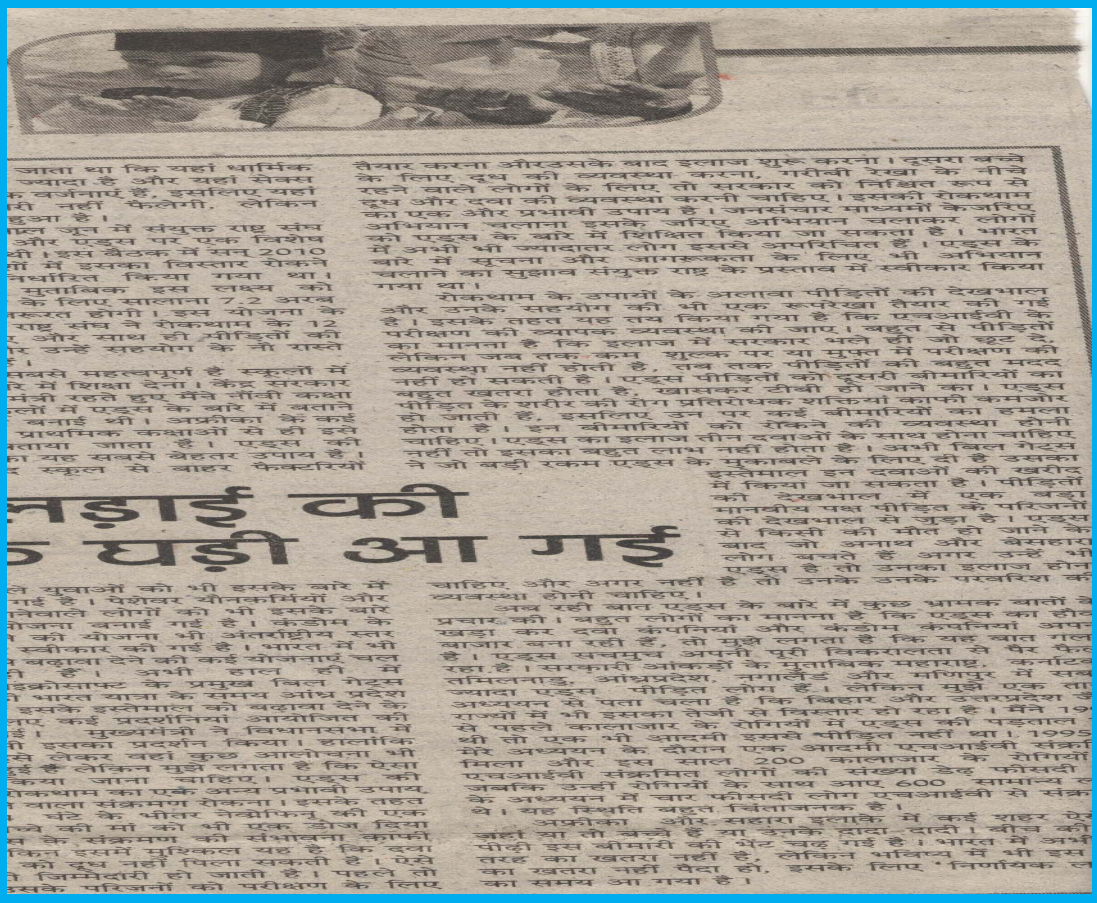
जांच केंद्रों की संख्या बढ़ी तो बढ़े मरीज

जिले में एकीकृत जांच एवं परामर्श केंद्र की कुल संख्या 05 है. 2003 में इसकी संख्या केवल एक थी, जिसकी स्थापना जिला अस्पताल में की गई थी. 2008 में सुपेला स्थित लालबहादुर शास्त्री अस्पताल व पाटन एवं घमधा स्थित सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्रों में भी इसकी स्थापना की गई. विभाग के अधिकारियों के अनुसार पहले एक ही केंद्र था तो मामले भी कम थे लेकिन जैसे ही केंद्रों की संख्या बढ़ाई गई तो एचआईवी पाजिटिव मरीजों की संख्या में बढ़ोत्तरी होने लगी. वर्तमान में मरीजों की संख्या में लगातार बढ़ोत्तरी हो रही है.

एचआईवी और एड्स में फर्क

एड्स से पीड़ित व्यक्ति को तो एचआईवी संक्रमण होगा ही, लेकिन यह जरूरी नहीं कि एचआईवी से संक्रमित हर व्यक्ति को एड्स हो. आमतौर पर एचआईवी संक्रमित व्यक्ति में एड्स की स्थिति बनने में तीन से दस साल या और भी ज्यादा समय लग सकता है. इस दौरान एचआईवी संक्रमित व्यक्ति स्वस्थ दिखता है और भरपूर जीवन जी सकता है.

मनुष्य जितना अहंकारी होगा उसका व्यक्तित्व उतना ही घटिया होगा



...जाता था कि यहां धार्मिक ... ज्यादा है और यहां सेक्स ...क वर्जनाएं हैं, इसलिए यहां ...री नहीं फैलेगी, लेकिन ...हुआ है।

...ल जून में संयुक्त राष्ट्र संघ ... और एड्स पर एक विशेष ...थी। इस बैठक में सन 2010 ...शों में इसका विस्तार रोकने ...निर्धारित किया गया था। ... मुताबिक इस लक्ष्य को ... के लिए सालाना 7.2 अरब ...जरूरत होगी। इस योजना के ... राष्ट्र संघ ने रोकथाम के 12 ...ए और साथ ही पीड़ितों की ...र उन्हें सहयोग के नौ रास्ते ...हैं।

...सबसे महत्वपूर्ण है स्कूलों में ...रे में शिक्षा देना। केंद्र सरकार ...मंत्री रहते हुए मैंने नौवीं कक्षा ...लों में एड्स के बारे में बताने ... बनाई थी। अफ्रीका के कई ... प्राथमिक कक्षाओं से ही इसे ...बताया जाता है। एड्स की ...का यह सबसे बेहतर उपाय है। ...द स्कूल से बाहर फैक्टरियों

...लड़ाई की ...क घड़ी आ गई

...ले युवाओं को भी इसके बारे में ...गई है। पेशेवर यौनकर्मियों और ...नेवाले लोगों को भी इसके बारे ...योजना बनाई गई है। कंडोम के ...ने की योजना भी अंतर्राष्ट्रीय स्तर ... स्वीकार की गई है। भारत में भी ...से बढ़ावा देने की कई योजनाएं चल ...ही हैं। अभी हाल ही में ...माइक्रोसाफ्ट के प्रमुख बिल गेट्स ...की भारत यात्रा के समय आंध्र प्रदेश ... इसके इस्तेमाल को बढ़ावा देने के ...लिए कई प्रदर्शनियां आयोजित की ...गईं। मुख्यमंत्री ने विधानसभा में ...भी इसका प्रदर्शन किया। हालांकि ...इसे लेकर वहां कुछ आलोचना भी ...हुई है लेकिन मुझे लगता है कि ऐसा ...किया जाना चाहिए। एड्स की ...रोकथाम का एक अन्य प्रभावी उपाय ...ने वाला संक्रमण रोकना। इसके तहत ... घंटे के भीतर नेवीरापिन की एक ...बच्चे की मां को भी एक डोज दिया ...स के संक्रमण की संभावना काफी ...लेकिन इसमें मुश्किल यह है कि दवा ... को दूध नहीं पिला सकती है। ऐसे ...की जिम्मेदारी हो जाती है। पहले तो ...इसके परिजनों को परीक्षण के लिए

तैयार करना औरउसके बाद इलाज शुरू करना। दूसरा बच्चे के लिए दूध की व्यवस्था करना, गरीबी रेखा के नीचे रहने वाले लोगों के लिए तो सरकार को निश्चित रूप से दूध और दवा की व्यवस्था करनी चाहिए। इसकी रोकथाम का एक और प्रभावी उपाय है। जनसंचार माध्यमों केजरिए अभियान चलाना इसके जरिए अभियान चलाकर लोगों को एड्स के बारे में शिक्षित किया जा सकता है। भारत में अभी भी ज्यादातर लोग इससे अपरिचित हैं। एड्स के बारे में सूचना और जागरूकता के लिए भी अभियान चलाने का सुझाव संयुक्त राष्ट्र के प्रस्ताव में स्वीकार किया गया था।

रोकथाम के उपायों के अलावा पीड़ितों की देखभाल और उनके सहयोग की भी एक रूपरेखा तैयार की गई है। इसके तहत यह तय किया गया है कि एचआईवी के परीक्षण की व्यापक व्यवस्था की जाए। बहुत से पीड़ितों का मानना है कि इलाज में सरकार भले ही जो छूट दे, लेकिन जब तक कम शुल्क पर या मुफ्त में परीक्षण की व्यवस्था नहीं होती है, तब तक पीड़ितों की बहुत मदद नहीं हो सकती है। एड्स पीड़ितों को दूसरी बीमारियों का बहुत खतरा होता है, खासकर टीबी हो जाने का। एड्स पीड़ित के शरीर की रोग प्रतिरोधक शक्तियां काफी कमजोर हो जाती हैं, इसलिए उन पर कई बीमारियों का हमला होता है। इन बीमारियों को रोकने की व्यवस्था होनी चाहिए। एड्स का इलाज तीन दवाओं के साथ होना चाहिए नहीं तो इसका बहुत लाभ नहीं होता है। अभी बिल गेट्स ने जो बड़ी रकम एड्स के मुकाबले के लिए दी है उसका इस्तेमाल इन दवाओं की खरीद में किया जा सकता है। पीड़ितों की देखभाल में एक बड़ा मानवीय पक्ष पीड़ित के परिजनों की देखभाल से जुड़ा है। एड्स से किसी की मौत हो जाने के बाद जो अनाथ और बेसहारा लोग बचते हैं अगर उन्हें भी एड्स है तो उनका इलाज होन... चाहिए और अगर नहीं है तो उनके उनके परवरिश की व्यवस्था होनी चाहिए।

अब रही बात एड्स के बारे में कुछ भ्रामक बातों के प्रचार की। बहुत लोगों का मानना है कि एड्स का हौ... खड़ा कर दवा कंपनियां और कंडोम कंपनियां अप... बाजार बना रही हैं, तो मुझे लगता है कि यह बात गल... है। एड्स सचमुच अपनी पूरी विकरालता से पैर फै... रहा है। सरकारी आंकड़ों के मुताबिक महाराष्ट्र, कर्नाटक, तमिलनाडु, आंध्रप्रदेश, नगालैंड और मणिपुर में सब... ज्यादा एड्स पीड़ित लोग हैं। लेकिन मुझे एक ता... अध्ययन से पता चला है कि बिहार और उत्तरप्रदेश जै... राज्यों में भी इसका तेजी से विस्तार हो रहा है। मैंने 19... से पहले कालाजार के रोगियों में एड्स की पड़ताल ... थी तो एक भी आदमी इससे पीड़ित नहीं था। 1995 मेरे अध्ययन के दौरान एक आदमी एचआईवी संक्रमि... मिला और इस साल 200 कालाजार के रोगियों ... एचआईवी संक्रमित लोगों की संख्या डेढ़ फीसदी ... जबकि उन्हीं रोगियों के साथ आए 600 सामान्य ... के अध्ययन में चार फीसदी लोग एचआईवी से संक्र... थे। यह स्थिति बहुत चिंताजनक है।

अफ्रीका और सहारा इलाके में कई शहर ऐ... जहां या तो बच्चे हैं या उनके दादा-दादी। बीच की पीढ़ी इस बीमारी की भेंट चढ़ गई है। भारत में अभी ... तरह का खतरा नहीं है, लेकिन भविष्य में भी इस ... का खतरा नहीं पैदा हो, इसके लिए 'निर्णायक ल... का समय आ गया है।

Rally organised to mark World AIDS Day

■ Staff Reporter
DURG, Dec 1

NSS units of various colleges under joint auspices of NSS Durg unit and District hospital Durg, took out a rally on the occasion of 'Worlds AIDS Day'.

At the outset, District Organiser, NSS, Dr R P Agrawal, highlighting the objective of the rally, said that people have to be made aware of AIDS. Programme Officer Dr Vinay Verma, Dr Sheshnarayan Shukla of Kalyan College, Bhilai, Dr A K Khan Science College, Dr Rajneesh Tiwari, Science College, Dr Kathare Surana College, Richa Thakur Government Girls' College and T Ramarao of BIT joined the rally with their volunteers. The rally started from Government Science

जब हर व्यक्ति होगा होशियार, तभी होगी एड्स की हार।

डटे हैं...तनकर

श्रीमती पन
स्वास्थ्य एवं परिवार

लाड़ी, फिल्मी सितारे, अधिकारी,
नियर, शिक्षक, राजनेता, सिपाही,
ाइवर, एच.आई.वी./एड्स के साथ
तकनीशियन, मजदूर, गृहणियाँ,
क स्टाफ, भू–गर्भ शास्त्री, वकील,
क्टिविस्ट, वेटर, अफसरशाह, दानदाता,
डिजाइनर, दुकानदार, ढाबे वाले

वयं को समर्पित करते हैं एच.आई.वी. के खिलाफ तनकर खड़े होने
यरस के साथ जी रहे लोगों को कलंक व भेदभाव का सामना न क

सता की दर को एक प्रतिशत से कम पर रखा है। राष्ट्रीय एड्स नियंत्रण संगठन की अगुवाई में
संगठनों के साझा प्रयासों से इस महामारी की दिशा उलटने का अभियान जारी है। रोकथाम,
ास के मुख्य पहलू रहे हैं:
खा जा सके और इससे निपटने की रणनीतियाँ तैयार की जा सकें। पिछले साल 728 सेन्टिनल साइट थीं।
ाले एच.आई.वी. संक्रमण का प्रतिशत सन् 2005 के 2.1 प्रतिशत से घटकर 2006 में 1.93 प्रतिशत हुआ।
से बढ़कर 84.6 प्रतिशत हुई।
49 प्रतिशत के मुकाबले बढ़कर 66 प्रतिशत हुआ।

की तुलना में। लोगों को अपनी जोखिम– स्थिति को ऑकने की सुविधा का विस्तार।
केन्द्र थे।
केन्द्रों के जरिए मुफ्त मुहैया कराया गया। सन् 2005 में 52 केन्द्रों के जरिए 17,999 रोगियों को यह

जन जन ने यह ठाना है एड्स को भारत से मिटाना है।

जेल में एड्स पर व्याख्यान

दुर्ग. 9 मार्च को भिलाई जेसीस द्वारा जेल परिसर में कैदियों के लिए एड्स पर आधारित व्याख्यान में इस रोग की पहचान, बचाव तथा रोकथाम के लिए शहर के चर्म एवं यौन रोग विशेषज्ञ डॉ. अजय गुप्ता ने सारगर्भित व्याख्यान दिया तथा शिशु रोग विशेषज्ञ जेसी रेट डॉ. दिव्या श्रीवास्तव द्वारा महिला बंदियों एवं बच्चों का टीकाकरण कर उन्हें स्वास्थ्य कार्ड प्रदान किया.

कार्यक्रम की शुरुआत रत्नेश गुप्ता द्वारा जेसी आस्था के पठन किया गया. पश्चात भिलाई जेसीस के अध्यक्ष अजय चौधरी द्वारा स्वागत भाषण दिया गया. कार्यक्रम के मुख्य अतिथि जेल अधीक्षक अखिलेश तोमर, डॉ. अजय गुप्ता व डॉ. दिव्या श्रीवास्तव का पुष्प गुच्छ से सम्मान क्रमशः संतोष देवांगन, प्रवीण मुंसी, पूनम राजा द्वारा किया गया. कार्यक्रम निर्देशक राजेश राजा थे.

डॉ. अजय गुप्ता के व्याख्यान के दौरान प्रश्नोत्तर काल में कैदियों द्वारा पूरी उत्सुकता दिखाते हुए अपनी शंका के समाधान के लिए प्रश्न किए जिनका उत्तर डॉ. द्वारा पूरी लगन एवं वैज्ञानिक दृष्टिकोण से दिया गया.

शिशु रोग डॉ. दिव्या श्रीवास्तव ने महिला बंदियों पर आश्रित छोटे बच्चों को कार्ड प्रदान किया तथा उनके नियमित परीक्षण के प्रति भिलाई जेसीस की कटिबद्धता को दोहरायी, भिलाई जेसीस के सदस्यों द्वारा बच्चों को खिलौने भी वितरित किये. कार्यक्रम में हेमंत नेमा, एस.के. नाथ, आनंद प्रधान, संतोष कटपालिया, उत्तम कसेर, तपन नाथ, राजीव नागपाल, डॉ. भगत रतनानी, डॉ. एस.के. जग्गी, संतोष देवांगन, शंखजीत भादुड़ी, संजय मिश्रा, रीता नाथ, डॉ. रुचि श्रीवास्तव, आर.एन. रामाराव, लवण सिंह राजपूत, आदि उपस्थित रहे.

दैनिक जागरण रांची, 2 दिसम्बर, 2006 | बिलासपुर-जांजगीर-चांपा | www.jagran.com

'खत्म करो एड्स' के नारे के साथ मनाया गया एड्स दिवस

जागरण कार्यालय,जांजगीर :लाईलाज बीमारी एड्स से मानव की जंग जारी इसी जंग को आगे बढ़ाते हुए एड्स की और बढ़ने से रोकने के संकल्प के साथ एड्स दिवस मनाया गया। स्कूली बच्चों द्वारा रैली निकालकर एड्स के प्रति जागरूकता फैलाने की बात कही गई। भारत सहित पूरा विश्व समुदाय एड्स की गंभीर बीमारी से ग्रसित है।

अब तक हुए परीक्षण के बाद भी एड्स जैसी लाइलाज बीमारी का ईलाज नही ढूंढा जा सका है। पूरी दुनियां भर में 50 लाख से अधिक मौतें एड्स के कारण हो चुकी है या होने की कगार पर है। लाख उपाय किये जाने के बाद भी इस बीमारी के बढ़ने को नही रोका जा सका है। इस बीमारी तभी रोका जा सकता है। जब मानव अपने जीवन के प्रति चेतना की भावना रखे। विश्व समुदाय ने एड्स नियत्रंण के लिए अनेक कार्यकारी योजनाएं संचालित कर रखी है। एक अनुमान के मुताबिक 9 हजार से अधिक लोग एड्स जैसी लाइलाज बीमारी के चपेट में आकर असमय ही मौत के मुंह में चले जाते है।

•बच्चो ने रैली निकाल कर एड्स से बचने की दी नसीहत

यदि इसी तरह एड्स से मानव की लड़ाई में एड्स पलड़ा भारी होता गया तो वो समय दूर नहीं कि हम अपने अस्तित्व को ही इस बीमारी की भेट चढ़ा देंगे। आज सम्पन्न हुए एड्स कार्यक्रम में कलेक्टर बी.एल. तिवारी कहा कि समाज में एड्स बीमारी की तरह नही बल्कि बर्बादी की तरह बढ़ रहा है। तिल तिल जिन्दगी जीने को मजबूर करने वाली यह बीमारी आज हमारी सबसे बड़ी दुश्मन है। जिसे जड़ से खत्म किये जाने का संकल्प आप हम कुछ इस प्रकार एड्स के प्रति जागरूक किया गया लोगों को सभी मिलकर करना होगा।

तभी एड्स से विश्व को मुक्त कराया जा सकेगा। हमें मिलकर एड्स से लड़ना होगा। एड्स से बचने के लिए जो उपाय बाजार में एवं सरकारी सहायता केन्द्रों पर मुफ्त में दिये जा रहे है। उनका बेहिचक प्रयोग जाना चाहिए। एड्स दिवस पर एड्स को मिटाने का संकल्प लिया गया बच्चों ने एड्स के प्रति लोगों को जागरूक बनाने हेतु रैली निकाली।

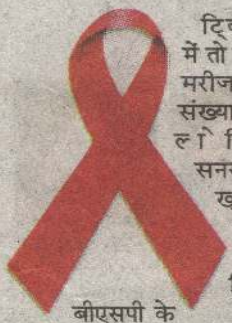
एक दो तीन चार एड्स को भारत से दूर करों यार।

बीएसपी के 50 कार्मिक एड्स से पीड़ित

पीड़ितों में संयंत्र के कुछ बड़े अफसर भी शामिल

निखिल कुमार पाठक

भिलाईनगर. भिलाई इस्पात संयंत्र के 50 कार्मिक दुनिया की सबसे बदनाम बीमारी 'एड्स' से पीड़ित हैं. खास बात यह है कि एड्स से संयंत्र के कुछ बड़े अफसर भी जूझ रहे हैं. इन सभी का सेक्टर 9 हॉस्पिटल में इलाज किया जा रहा है. इनकी पहचान गोपनीय रखी गई है.



ट्विनसिटी में तो एड्स के मरीज बड़ी संख्या में हैं लेकिन ना सनसनीखेज खुलासा यह हुआ है कि बीएसपी के 50 कार्मिक भी एड्स की चपेट में आ गए हैं. डॉक्टर तब चौंके जब कुछ बड़े अफसरों का एड्स टेस्ट पॉजीटिव निकला. सेक्टर 9 हॉस्पिटल के डॉक्टरों ने यह तो माना कि बीएसपी के 50 कार्मिकों को एड्स है लेकिन उन्होंने यह बताने से इंकार कर दिया कि उन तक एड्स कैसे पहुंचा. उन्होंने यह जरूर कहा कि एड्स पीड़ित कर्मियों व अफसरों को उनकी बीमारी के बारे में बता दिया गया है. उन्हें कड़ी हिदायत दी गई कि वे बताई गई जरूरी सावधानी बरतें वर्ना यह उनके परिवार के अन्य सदस्यों तक फैल सकता है.

एड्स कंट्रोल पर हुए खर्च (रू. लाख में)

वित्तीय वर्ष	राशि
2003-04	4.43
2004-05	4.55
2005-06	2.61
2006-07	1.85
2007-08	1.92
2008-09	1.90
2009-10	1.73
2010-11	2.10
2011-12	1.52
2012-13	8.93

एक मरीज ने फांसी लगा कर दे दी जान

कुछ अर्से पहले ही एक बीएसपी कर्मी ने सेक्टर 9 हॉस्पिटल के टीबी वार्ड में फांसी लगाकर जान दे दी थी. बताया जाता है कि उसे एड्स था. उसके परिवार के लोग उससे अलग रहने लगे थे. इससे वह डिप्रेशन में आ गया था और उसने अपनी जान दे दी.

एड्स कंट्रोल पर सर्वाधिक खर्च

बीएसपी के सेक्टर 9 हॉस्पिटल में एड्स कंट्रोल सेल का संचालन किया जा रहा है. इस सेल ने वर्ष 2012-13 में सर्वाधिक 8.93 लाख रु. खर्च किए हैं. एड्स कंट्रोल सेल को वर्ष 2003-04 में एड्स पर कंट्रोल करने के लिए 22.29 लाख रु. दिए गए थे.

डॉक्टरों ने नाम प्रकाशित नहीं करने की शर्त पर बताया कि एड्स से इतनी बड़ी संख्या में बीएसपी कार्मिकों का पीड़ित होना चिंताजनक है लेकिन सावधानी बरतने पर इससे बचा जा सकता है.

बुरे स्वभाव से अपने लिए नरक न बना, अपने अच्छे स्वभाव से दूसरो के लिए स्वर्ग बना।

रिफरेंस

1. हैरिसन, प्रिंसपल, आफ मेडीसिन 14 इडिशन वालयुम 2, चेप्टर–308
2. वाशिंगटन मैनुउल आफ मेडिकल थेरेपुयुटिक 29th इडिशन, चेप्टर, 115
3. नाको गाइडलाइन, कन्ट्री **सेनेरियो 1997–98**
4. **डब्लु एच. ओ. बुलेटिन, जिनेवा 1991**
5. **हेरिसन प्रिंसपल आफ मेडीसिन** 13th ऐडिशन वालयुम 11 पेज 1583
6. डब्लू, एच. ओ. गाइड फार एड्स प्रिवेनशन एंड कॅ**ट्रोल 1989**
7. राव एस. एन. (1993) का**ऊसलिंग और गाइडेन्स, न्यू दिल्ली**
8. **नेशनल एड्स** कंट्रोल **प्रोग्राम, इंडिया,** कन्ट्री **सेनेरियो, अपडेट दिसंबर 1997**
9. **प्रिवेंनटिव व सोशल मेडिसन, पार्क 1996**
10. **नाको इंडिया एस. टी. डी. रिकमनडेशन 1997**
11. **एम्ब्रोशकिंग, वेनेरियल डिसिस** 4th इंडियन 1980
12. कान्ट्रासेपटिव **टेक्नोलॉजी अपडेट, फरवरी 1992**

प्रसन्नता स्वास्थ हैं उदासी रोग हैं।

अंत में पॉचवें संश्करण के

आज इलेक्ट्रानिक युग में पुस्तक की तरफ लोगों का ध्यान कम हुआ है परन्तु उसका महत्व कम नहीं हुआ है आप हर जगह कम्प्यूटर नही ले जा सकते। लेपटॉप आम आदमी की पहुँच में नहीं है इसलिए पुस्तक आज भी सस्ती, सुंदर व टिकाऊँ ज्ञान का माध्यम है। लोग अंग्रेजी की पुस्तक की ओर ज्यादा आकर्षित होते है परन्तु शेरों शायरियाँ व मुहावरों का अंग्रेजी में कैसे प्रयोग कर पाओगे और इनका प्रयोग कर मैंने पुस्तक को रोचक बनाने का प्रयास किया है।

एक व्यक्ति से पूछा गया कि आप यात्रा के दौरान अपनी पत्नी को ले जाना पसंद करेंगे या पुस्तक को। तो वह कहता है कि मैं पुस्तक को ले जाना पसंद करूँगा क्योंकि पुस्तक पसंद ना आने पर मैं पुस्तक को खिड़की से बाहर फेंक सकता हूँ। क्या आप इलेक्ट्रॉनिक उपकरण के साथ ऐसा कर पायेंगे।

अधिकांश लोग अच्छी पुस्तकों को पढ़ने के बाद उसे संभाल कर नहीं रखते व रदी में फेंक देते है। आप लोगों से अनुरोध है कि जो भी पुस्तक आपको जीवन में अच्छी लगती है उसे संभाल कर रखे व हो सके तो अपने घर की एक आलमारी में पुस्तकों की लाइब्रेरी बनायें और कुछ अच्छी पुस्तकों आप अपने मित्रों और रिश्तेदारों को भेंट करें अगर वे उससे लाभांवित होंगे तो वे आपके शुक्रगुजार भी होंगे।

अंत में मैं यह कहना चाहूँगा कि आपको इस पुस्तक में क्या कमी लगी मुझे जरूर बताए, ताकि अगले संस्करण में मैं उसमें सुधार कर सकूं।

स्पष्ट वक्ता सदा सुखी रहता है।

Index

एक्वायर्ड इम्युनो डिफिसियेंसी सिड्रोम 11
टी लिम्फोसाइट 11,13,50
सी. डी. फोर (C.D.4) 13
एच. आई. वी. 14
सिमियन इम्यूनोडिफिसियेंसी वायरस (S.I.V.) 14
रिट्रोवायरस **RETROVIRUS** 17
सीरो कन्वरसन 39
ए. आर. सी. 39,40
पी. जी. एल 39,40
कैपोसीस सारकोमा 41, 42
हीमोफिलिया 46
T_4 व T_8 **सेल** 50
T_{24} **एंटीजन** 51
सिफलिस 62
गोनोरिया 62
चेनकराइड् 62
ब्लड काम्पोनेट थेरेपी 64
आटो ब्लड ट्रांसक्यूशन 64
जिडोवुडीन 82, 175, 183
एलिसा टेस्ट 83, 88, 180
वेस्टर्न ब्लॉट 83, 88, 180
फॉल्स पॉजिटिव 88
फॉल्सनिगेटिव 88
विंडो पिरियड 89, 174

हर नौ जवान का यह नारा, एड्स को कर दो नौ दो ग्यारह

छटवें सस्करण के अंत मे.....

जब मेरा पॉचवा संस्करण वर्ष 2006 मैं प्रकासित हुआ था तब प्रिंट मिडिया ज्यादा प्रचळित था परन्तू अब इळेक्ट्रानिक मिडिया ज्यादा प्रचळित है । मेरा पॉचवा संस्करण काफी लोगो नें पसंद किया परन्तु किताब का शीर्षक एडस होने के कारण इसे लोग सबके सामने पठने में हिचकिचाते थे मगर अब सभी के हाथ में मोबाईल होने से मेरी यह पुस्तक को प्रत्येक व्यक्ति तक पहुॅचाना व उसके द्वारा पढना आसान हो गया है। आजकल हमारे भारत देश में 500 व 1000 के नोट बंद हो गये है और लोग उसको बदलवाने के लिए बैंक में लाइन लगाकर खडें है और इस समय मैं रात को जागकर इस ई बुक को अंतिम रूप दे रहा हुॅ। अपने जीवन के अनुभवों से यही सीखा हैं कि परेसानी तो आती जाती रहेंगी आप अपने काम को कभी न रोके।.....

अगर आप एच.आई.वी या एडस से पीडित हैं तो आप अपने नजदीक के जिला अस्पताल या मेडिकल कॉलेज जाकर या एम्स अस्पताल में जा कर संर्पक करें.....।

भागवान आप सब का भला करें.....।

डॉ. अजय गुप्ता

दुर्ग (छ.ग.), भारत.....।

जिंदगी

ना

मिलेगी

दोबारा.....

The End