

जांच करवाना

एचआईवी स्क्रीनिंग और रोकथाम



एचआईवी परीक्षण क्यों महत्वपूर्ण है?

एचआईवी की जांच करवाना आपके स्वास्थ्य की देखभाल करने का एक महत्वपूर्ण कदम है। अपनी एचआईवी स्थिति जानने से आपको मदद मिलती है:

- यदि आप एचआईवी पॉजिटिव हैं तो जल्द से जल्द इलाज करवाने में।
- यदि आप एचआईवी-नेगेटिव हैं तो रोकथाम के विकल्पों का लाभ उठाने में।
- अपने स्वास्थ्य की रक्षा करने और दूसरों को एचआईवी फैलने की संभावना को कम करने में।

एचआईवी परीक्षण स्वास्थ्य सेवा का एक सामान्य हिस्सा है और इसे कई जगहों पर उपलब्ध कराया जाना चाहिए।

स्थिति-तटस्थ एचआईवी परीक्षण का क्या मतलब है?

एचआईवी परीक्षण का उद्देश्य आपके स्वास्थ्य को बेहतर बनाना है, चाहे परिणाम कुछ भी हो।

चाहे आपकी जांच का परिणाम नेगेटिव हो या पॉजिटिव, आपको आगे के वे कदम बताए जाएंगे जो आपके लिए सही हों, जिनमें रोकथाम के विकल्प या उपचार और देखभाल शामिल हैं।

यह दृष्टिकोण एचआईवी परीक्षण को नियमित, सहायक और आपके समग्र स्वास्थ्य पर केंद्रित बनाने में मदद करता है।

किन लोगों को जांच करवानी चाहिए?

एचआईवी परीक्षण हर किसी के लिए अनुशंसित है, चाहे आपकी उम्र, लिंग या पृष्ठभूमि कुछ भी हो।

आपको जांच करवाने पर विचार करना चाहिए:

- जीवन में कम से कम एक बार
- अगर आपको एचआईवी के संपर्क में आने की लगातार संभावना है तो ऐसा होने की संभावना अधिक होती है।

एक स्वास्थ्य सेवा प्रदाता या सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता आपको यह तय करने में मदद कर सकता है कि आपके लिए कितनी बार परीक्षण कराना सही रहेगा।

आप अपना परीक्षण कहाँ करवा सकते हैं?

दुनिया भर में एचआईवी परीक्षण अलग-अलग तरीकों से किया जाता है। आप जहाँ रहते हैं, उसके आधार पर आप परीक्षण करवा सकते हैं:

- किसी क्लिनिक, अस्पताल या डॉक्टर के कार्यालय में
- सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यक्रमों या मोबाइल परीक्षण स्थलों पर
- स्थानीय संगठनों या जनसंपर्क सेवाओं के माध्यम से
- कुछ देशों में उपलब्ध एचआईवी स्व-परीक्षण किट के साथ

अगर आपको पता नहीं है कि कहाँ जाना है, तो किसी स्वास्थ्य सेवा प्रदाता, फार्मासिस्ट या सामुदायिक संगठन से पूछें।

एचआईवी परीक्षण के दौरान क्या होता है?

- एक स्वास्थ्यकर्मी आपको परीक्षण के बारे में समझाएगा, यह कैसे किया जाता है, और परीक्षण करने से पहले आपकी अनुमति मांगेगा।
- इस परीक्षण में रक्त का एक छोटा सा नमूना, उंगली से खून की एक बूंद या मुँह से लिया गया फाहा इस्तेमाल किया जा सकता है।
- परिणाम उसी दिन या कुछ दिनों के भीतर उपलब्ध हो सकते हैं।

आपके एचआईवी परीक्षण के परिणाम गोपनीय और सुरक्षित होते हैं।

यदि आपका परीक्षण नकारात्मक (नेगेटिव) है

नेगेटिव परिणाम का मतलब है कि परीक्षण के समय एचआईवी का पता नहीं चला।



एचआईवी की रोकथाम में मदद करने के कई अलग-अलग तरीके हैं, जिनमें प्री-एक्सपोजर प्रोफीलैक्सिस (पीआरईपी) नामक विधियाँ और दवाएं शामिल हैं, जिन्हें गोलियों या इंजेक्शन के रूप में लिया जा सकता है। आपकी स्वास्थ्य देखभाल टीम आपको यह तय करने में मदद कर सकती है कि आपके लिए कौन सा विकल्प सही है।

आप किसी स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से निम्नलिखित विषयों पर बात करना चाह सकते हैं:

- एचआईवी की रोकथाम में सहायक दवाएं, यदि आपके निवास स्थान पर उपलब्ध हों तो।
- कंडोम और सुरक्षित यौन संबंध के तरीके
- जहाँ उपलब्ध हो, वहाँ हानि कम करने वाली सेवाएं
- दोबारा परीक्षण कब करें

रोकथाम के विकल्प देश या समुदाय के अनुसार अलग-अलग हो सकते हैं, लेकिन कई जगहों पर सहायता उपलब्ध है।

यदि आपका परीक्षण पॉजिटिव आता है

सकारात्मक (पॉजिटिव) परिणाम का मतलब है कि एचआईवी पाया गया है। यह सब कुछ बहुत जटिल लग सकता है, लेकिन प्रभावी उपचार दुनिया भर में उपलब्ध है।

आपको निम्नलिखित कार्यों में सहायता प्रदान की जाएगी:

- एचआईवी देखभाल सेवाओं से जुड़ने में
- ऐसा उपचार शुरू करने में जो आपको स्वस्थ रहने में मदद करे
- अपनी सेहत के लिए जानकारी और सहायता प्राप्त करने में

एचआईवी से पीड़ित जो लोग इलाज करवाते हैं, वे लंबा और स्वस्थ जीवन जी सकते हैं।

जहां उपलब्ध हो, स्व-परीक्षण

कुछ स्थानों पर, घर पर उपयोग के लिए एचआईवी स्व-परीक्षण किट उपलब्ध हैं।

- इन परीक्षणों से आप निजी तौर पर अपनी स्थिति की जांच कर सकते हैं।
- यदि स्व-परीक्षण का परिणाम सकारात्मक आता है, तो पुष्टि और उपचार के लिए किसी स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से संपर्क करना महत्वपूर्ण है।

किसी स्वास्थ्यकर्मी से पूछें कि क्या स्व-परीक्षण की सुविधा उपलब्ध है और क्या यह आपके लिए उपयुक्त है।

अपनी सुविधा, अधिकारों और गोपनीयता के बारे में जानें

आप कहीं भी रहते हों, आपको निम्नलिखित अधिकार प्राप्त हैं:



यह तय करना कि परीक्षण करवाना है या नहीं।



सम्मानजनक और निष्पक्ष देखभाल प्राप्त करना



आपकी जानकारी गोपनीय रखी जाना



सवाल पूछना और स्पष्ट जवाब पाना

यदि इससे आपको अधिक सहज महसूस करने में मदद मिलती है, तो आप सहायता के लिए किसी भरोसेमंद व्यक्ति को अपने साथ ला सकते हैं।

आपके रहने की जगह पर जांच और रोकथाम के तरीके अलग हो सकते हैं।

विश्वभर में एचआईवी परीक्षण और रोकथाम सेवाएं अलग-अलग तरीकों से प्रदान की जाती हैं। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि:

- परीक्षण उपलब्ध है और गोपनीय है।
- आपको अपने परिणाम के बारे में स्पष्ट जानकारी प्राप्त होती है।
- आपको आपकी आवश्यकताओं के अनुरूप रोकथाम या उपचार प्राप्त करने में सहायता प्रदान की जाती है।

स्वास्थ्य सेवा प्रदाता, सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता या स्थानीय संगठन आपके क्षेत्र में सेवाएं खोजने में आपकी मदद कर सकते हैं।

अधिक जानकारी के लिए विश्वसनीय स्रोत

यदि आप एचआईवी परीक्षण, रोकथाम और देखभाल के बारे में अधिक जानना चाहते हैं, तो कृपया संपर्क करें:

वैश्विक संसाधन

- यूएनएआईडीएस | [unaids.org](https://www.unaids.org)
- विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ), जनता के लिए एचआईवी संबंधी जानकारी | [who.int](https://www.who.int)
- डब्ल्यूएचओ एचआईवी स्व-परीक्षण संबंधी जानकारी | [who.int/tools/self-testing-implementation-toolkit-for-hiv-hcv-and-syphilis](https://www.who.int/tools/self-testing-implementation-toolkit-for-hiv-hcv-and-syphilis)

देश-विशिष्ट संसाधन

- आपके देश का स्वास्थ्य मंत्रालय या स्थानीय स्वास्थ्य विभाग
- सामुदायिक स्वास्थ्य संगठन या गैर-सरकारी संगठन (एनजीओ)

संयुक्त राज्य अमेरिका में रहने वाले लोगों के लिए, उपलब्ध संसाधन

- अपने आस-पास मुफ्त, तुरंत और गोपनीय परीक्षण सेवाओं के साथ-साथ यौन स्वास्थ्य और पीआईपी प्रदाताओं के बारे में जानकारी प्राप्त करने के लिए क्लिक करें! [GetTested.CDC.gov](https://www.gettested.cdc.gov) और locator.hiv.gov देखें
- एचआईवी स्व-परीक्षण जानकारी | [cdc.gov/stophivtogether/hiv-testing/self-testing.html](https://www.cdc.gov/stophivtogether/hiv-testing/self-testing.html)

स्थानीय क्लीनिक, सामुदायिक संगठन और सार्वजनिक स्वास्थ्य एजेंसियां भी आपको अपने आस-पास सेवाएं खोजने में मदद कर सकती हैं।

संदर्भ

रोग नियंत्रण एवं रोकथाम केंद्र [सीडीसी]। पीआईपी के माध्यम से एचआईवी की रोकथाम। सीडीसी वेबसाइट: <https://www.cdc.gov/hiv/prevention/prep.html> 18 जनवरी, 2024 को प्रकाशित। 10 दिसंबर, 2025 को देखा गया।

हम स्वास्थ्य एवं मानव सेवा विभाग [डीएचएस]। संक्रमण से पहले बचाव। HIV.gov वेबसाइट। <https://www.hiv.gov/hiv-basics/hiv-prevention/using-hiv-medication-to-reduce-risk/pre-exposure-prophylaxis> 7 फरवरी, 2025 को प्रकाशित। 10 दिसंबर, 2025 को देखा गया।