এইচআইভি/এইডস ও যৌনরোগ

UNODC

ঢাকা আহ্ছানিয়া মিশন

DAM HEALTH

এইচআইভি/এইডস ও যৌনরোগ

DAM HEALTH

স্বাস্থ্য সেক্টর

ঢাকা আহ্ছানিয়া মিশন

এইচআইভি/এইডস ও যৌনরোগ

ঢাকা আহ্ছানিয়া মিশন
স্বাস্থ্য সেক্টর প্রকাশনা

প্রকাশক
ঢাকা আহ্ছানিয়া মিশন
বাড়ি ১৯, সড়ক ১২ (নতুন)
ধানমন্ডি আবাসিক এলাকা
ঢাকা-১২০৯, বাংলাদেশ

প্রকাশ
ডিসেম্বর ২০২১

রচনা
মমতাজ খাতুন

অলংকরণ
এম. এ. মান্নান
রফিকুল ইসলাম ফিরোজ

কম্পিউটার গ্রাফিক্স
সেকান্দার আলী খান
এ. টি. এম. ফরহাদ

মুদ্রণ
আহ্ছানিয়া মিশন প্রেস এন্ড পাবলিকেশন্স

স্বত্ব
ঢাকা আহ্ছানিয়া মিশন

HIV/AIDS O Zowna Rog (Booklet on HIV/AIDS & STD): A education material for the persons with limited reading skills, developed and published by Health Sector of Dhaka Ahsania Mission. The material printed with the financial assistance of UNODC, Dhaka.

ISBN 984-8357-79-3

এইচআইভি/এইডস

এইচআইভি কী

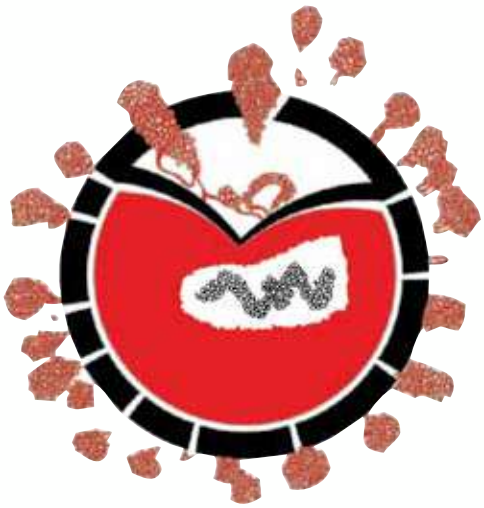
এইচআইভি এক ধরনের ভাইরাস। এইচআইভি ভাইরাস এর মাধ্যমে এইডস্ রোগ হয়। এইচআইভি একটি ইংরেজি শব্দ। এই শব্দের তিনটি বর্ণের অর্থ হলো-

এইচ : হিউম্যান (বাংলা অর্থ হচ্ছে মানুষের)

আই : ইমিউন ডেফিসিয়েন্সি (বাংলা অর্থ হচ্ছে- শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমে যাওয়া।)

ভি : ভাইরাস (বাংলা অর্থ হচ্ছে বিষাক্ত উপাদান)

এইচআইভি হচ্ছে একটি ভাইরাসের নাম। এই ভাইরাস শরীরে প্রবেশের পর ধীরে ধীরে শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমে যায়। ফলে মানুষ নানা ধরনের রোগে আক্রান্ত হয়। একবার এরোগে আক্রান্ত হলে কোনো ওষুধেই ভালো হয় না। তখন রোগী ধীরে ধীরে মৃত্যুর দিকে এগিয়ে যায়।



এইচআইভি/এইডস ভাইরাস

এইডস কী

এ - একোয়ার্ড (বাংলা অর্থ হচ্ছে অর্জিত বা পাওয়া)

আই - ইমিউন (বাংলা অর্থ শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা)

ডি - ডেফিসিয়েন্সী (বাংলা অর্থ ঘাটতি বা অভাব)

এস - সিনড্রোম (বাংলা অর্থ উপসর্গ অর্থাৎ রোগাক্রান্ত হলে যে সকল উপসর্গ দেখা যায়।)

এইচআইভি এবং এইডস এর সম্পর্ক

- এইচআইভি এক ধরনের ভাইরাস যার কারণে এইডস হয়।
- এইচআইভি বহনকারী ব্যক্তিকে এইচআইভি পজেটিভ বলে। ঐ ব্যক্তি অন্য কাউকে এইচআইভি দ্বারা সংক্রমিত করতে পারে।
- এইচআইভি পজেটিভ আক্রান্ত সকল ব্যক্তিই একদিন এইডস রোগীতে পরিণত হয়।

এইচআইভি / এইডস-এর উৎপত্তি

এইডস প্রথমে সনাক্ত করা হয় ১৯৮১ সালে আমেরিকায়। তার পরপরই আমেরিকা, ইউরোপ ও আফ্রিকায় রোগটি দ্রুত ছড়িয়ে পড়ে। এখন পৃথিবীর অধিকাংশ দেশ থেকেই এইডস্ রোগী অথবা এর এইচআইভি ভাইরাস সংক্রমিত লোকের সংবাদ পাওয়া যাচ্ছে। আমাদের পাশের দেশ মায়ানমার ও ভারতে এ রোগ ভয়াবহ আকার ধারণ করেছে।

- ১৯৮১ সালে প্রথমে আমেরিকায় এইডস-এর লক্ষণযুক্ত রোগী সনাক্ত করা হয়। কিন্তু এইডস-এর নামকরণ করা হয় ১৯৮৪ সালে।
- ১৯৮২-৮৫ সালের দিকে এ রোগটি ইউরোপ ও অস্ট্রেলিয়ায় ছড়িয়ে পড়ে।
- ১৯৮৪ সালে এশিয়া অঞ্চলে প্রথম থাইল্যান্ডে এরোগ ধরা পড়ে।
- ১৯৮৬ সালে ভারতে প্রথম এইডস ধরা পড়ে।
- ১৯৮৮ সালে বার্মায় প্রথম এইডস ধরা পড়ে।
- ১৯৮৯ সালে প্রথম বাংলাদেশে এইডস ধরা পড়ে। বর্তমানে এশিয়া অঞ্চল এইডস এর জন্য বেশি ঝুঁকিপূর্ণ। তাছাড়া আমাদের চারপাশের দেশগুলোতেও এইডস-এর ভয়াবহতা খুব বেশি।

উন্নত দেশগুলোতে বর্তমানে এইচআইভি/এইডস-এর সংখ্যা ধীরে ধীরে কমছে। কারণ উন্নত দেশের মানুষ শিক্ষিত ও সচেতন। যে কারণে তারা প্রতিরোধ ব্যবস্থা গ্রহণ করছে। কিন্তু আমাদের মত দেশে এইচআইভি/এইডস ছড়িয়ে পড়ার ঝুঁকি অনেক বেশি। কারণ বেশির ভাগ লোক নিরক্ষর ও অসচেতন।

এইডস এর ক্ষেত্রে বাংলাদেশ ও আশেপাশের দেশসমূহের অবস্থা

এইডস এর ক্ষেত্রে বর্তমানে বাংলাদেশ ও তার আশেপাশের দেশসমূহের অবস্থা নিচে দেওয়া হল-

দেশ	প্রথম এইচ আইভি সনাক্ত হয়	বর্তমানে এইডস আক্রান্ত মানুষের সংখ্যা
ভারত	২০২০ সালে	২৩,৪৮,০০০
বার্মা	২০১৯ সালে	২,৪০,০০০
থাইল্যান্ড	২০১৯ সালে	৪,৭০,০০০
বাংলাদেশ	২০২১ সালে	১৪,০০০
নেপাল	২০১৯ সালে	২৯,৫০৩

এইচআইভি/এইডস এর ভয়াবহতা

- বিশ্বে প্রতিদিন প্রায় ৪ হাজার লোক নতুনভাবে এইচআইভি/ এইডস এ আক্রান্ত হচ্ছে।
- বিশ্বে প্রতি মিনিটে এইডস-এ আক্রান্ত রোগীর সংখ্যা ৪ জন।
- বিশ্বে প্রতি মিনিটে এইডস আক্রান্ত রোগী মারা যাচ্ছে ১ জন।

এইচআইভি/এইডস যেভাবে ছড়ায়

যার শরীরে এইচআইভি/এইডস রোগের ভাইরাস আছে তার মাধ্যমেই এইডস রোগ ছড়ায়। এইডস হওয়ার ৩-৮ বছর ধরে একজন ব্যক্তি এইডসের ভাইরাস বহন করতে পারে। এই ভাইরাসের নাম এইচআইভি। এইচআইভি ভাইরাস দ্বারা আক্রান্ত ব্যক্তিই ধীরে ধীরে এইডস রোগীতে পরিণত হয়। এখন আমরা জানব কীভাবে এইচআইভি/এইডস ছড়ায়।

- এইচআইভি/এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির সাথে কনডম ছাড়া যৌন মিলন করলে। যৌন মিলনের ধরন হল- যোনিপথে, পায়ুপথে ও মুখে।

- এইচআইভি/এইডস ভাইরাস আছে এমন ব্যক্তির রক্ত অন্য কারো শরীরে দেয়া হলে।
- এইচআইভি ভাইরাস আছে এমন ব্যক্তির অঙ্গ প্রত্যঙ্গ অন্যের শরীরে লাগালে।

- একই সুচ-সিরিঞ্জ ব্যবহার করে একাধিক জন শিরায় মাদক গ্রহণ করলে।

- সংক্রমিত সুচ ও সিরিঞ্জ বা অন্যান্য ডাক্তারি যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্ত না করে ব্যবহার করলে।
- এইচআইভি/এইডস আক্রান্ত গর্ভবতী মায়ের কাছ থেকে শিশুর মধ্যে- ১. গর্ভাবস্থায় ২. প্রসবের সময় ৩. বুকের দুধ খাওয়ানোর সময় এ রোগ ছড়িয়ে পড়তে পারে।

এইচআইভি / এইডস যেভাবে ছড়ায় না

আমাদের মধ্যে অনেকেরই এইডস নিয়ে ভুল ধারণা রয়েছে। অনেকে মনে করেন এইডস ছোঁয়াচে রোগ। এইডস মোটেও ছোঁয়াচে না। আর পাঁচ জন মানুষের মতই এইডস রোগীর সাথেও স্বাভাবিক মেলামেশা করা যায়। এক সাথে থাকা যায়। এক সাথে বসবাস করলে এইডস ছড়ায় না। তাই পরিবারের কারও এইডস হলে তাকে আলাদা করে রাখার দরকার নেই। এখন আমরা জানব কীভাবে এইডস ছড়ায় না। যেমন-

- একই বিছানায় ঘুমালে

- এক সাথে খাওয়া-দাওয়া বা খেলাধুলা করলে

- চুমু খেলে

- এক সাথে এক ঘরে বসবাস করলে
- একই থালা বাসনে খাবার খেলে
- একই স্কুলে পড়ালেখা করলে
- মশা বা কোনো পোকামাকড়ে কামড় দিলে
- হাঁচি, কাশি, থুথু বা শ্বাস-প্রশ্বাসের মাধ্যমে
- শারীরিক স্পর্শ ঘটলে- যেমন কোলাকুলি, হাত মেলানো ইত্যাদি
- এক সাথে পুকুরে সাঁতার কাটলে
- একই পায়খানা বা বাথরুম ব্যবহার করলে।

এই ভাইরাস শুধুমাত্র রক্ত, বীর্য ও যোনী রসের ভিতর বেঁচে থাকতে পারে। এসবের মাধ্যমেই এইচআইভি/এইডস ছড়ায়। তাই রক্ত বীর্য ও যোনী রসের স্পর্শ না পেলে সুস্থ শরীরে এইচআইভি/এইডস ছড়ায় না।

এইচআইভি/এইডস এর পরিণতি

- এইচআইভি/এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির কোনো রোগ হলে তা কখনো ভালো হবে না। কারণ এইচআইভি/এইডস শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা নষ্ট করে দেয়।

- এক্ষেত্রে এইচআইভি/এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির ধীরে ধীরে বড় ধরনের রোগ হয়। যেমন- যক্ষ্মা, নিউমোনিয়া, ক্যানসার ইত্যাদি।

- এক সময় তাদের মৃত্যু ঘটে।

এইচআইভি/এইডস থেকে রক্ষা পাওয়ার উপায়

যে যে ভাবে এইচআইভি/এইডস থেকে রক্ষা পাওয়া যায়-

- ধর্মীয় নিয়ম-কানুন মেনে চলা।
- ঝুঁকিপূর্ণ যৌন মিলনের সময় প্রতিবার নিয়ম মতো কনডম ব্যবহার করা।
- অবৈধ যৌন মিলন থেকে বিরত থাকা।
- স্বামী-স্ত্রী একে অন্যের প্রতি বিশ্বস্থ থাকা অর্থাৎ স্বামী-স্ত্রী ছাড়া অন্য কারও সাথে যৌন মিলন না করা।

- ডাক্তারি যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্ত করে ব্যবহার করা।

- রক্ত গ্রহণের আগে রক্ত এইচআইভি/এইডস মুক্ত কিনা তা পরীক্ষা করে নেয়া।
- যৌনরোগ থেকে মুক্ত থাকা।

- এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির সন্তান নেয়ার ক্ষেত্রে ডাক্তারের পরামর্শ নেয়া।
- বিশেষজ্ঞ ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে শিশুকে এইচআইভি/এইডস আক্রান্ত মায়ের দুধ পান করানো।
- গর্ভবতী মাকে ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে নিয়ম মতো ওষুধ খাওয়ানো।

এইচআইভি/এইডস সনাক্তের জন্য করণীয় ও পরীক্ষার জায়গা

- রক্ত পরীক্ষার আগে এইচআইভি/এইডস বিষয়ক সংস্থা বা প্রতিষ্ঠান থেকে পরামর্শ নিতে হবে।

- ভালো ল্যাবরেটরিতে রোগীর রক্ত পরীক্ষা করতে হবে।

- রক্ত পরীক্ষার পর এইচআইভি/এইডস বিষয়ক ডাক্তারের পরামর্শ নিতে হবে।

এইচআইভি/এইডস-এর লক্ষণ

এইডস হল এক ধরনের রোগ। এই রোগ এইচআইভি ভাইরাস থেকে জন্ম নেয়। এইচআইভি আক্রান্ত একজন মানুষ ধীরে ধীরে এইডস রোগীতে পরিণত হয়। এইচআইভি দ্বারা আক্রান্ত হলে শরীরে নানা ধরনের সমস্যা দেখা দেয়। এসব সমস্যায় ভুগতে ভুগতে রোগী একদিন মারা যায়। এখন আমরা জানব এইডস রোগের লক্ষণগুলো কী কী?

- এক মাসের মধ্যে রোগীর শরীরের ওজন ১০ ভাগ কমে যায়;

- এক মাসের বেশি সময় ধরে অল্প অল্প জ্বর থাকে;
- এক মাসের বেশি সময় ধরে পাতলা পায়খানা হয়;

এ ছাড়া-

- রাতে কারণ ছাড়া প্রচুর ঘাম হয়;
- এক মাসের অধিক সময় ধরে খুসখুসে কাশি থাকে;
- চামড়ায় ফোসকা বা র‍্যাশ দেখা দেয়।

এসব ছাড়াও আরও কিছু সাধারণ লক্ষণ রয়েছে। যেমন- ১. মুখে বা গলার ভিতরে সাদা আবরণ বা ক্ষত দেখা দিতে পারে। ২. ফোসকা ও ক্ষত ধাপে ধাপে ঠোঁট ও যৌন অংগের চারপাশে ছড়িয়ে পড়তে পারে।

কোন ব্যক্তির দুটি প্রধান লক্ষণ ও একটি সাধারণ লক্ষণ একসাথে দেখা দিলে তার শরীরে এইচআইভি/এইডস আছে কিনা তা জানার জন্য রক্ত পরীক্ষা করাতে হবে।

তবে উপরের লক্ষণগুলো হলো এইডস-এর কিছু সাধারণ লক্ষণ। এসব লক্ষণ অন্য কোনো সমস্যার কারণেও হতে পারে। তাই রক্ত পরীক্ষা ছাড়া বলা যায় না যে, এইআইভি ভাইরাস দ্বারা আক্রান্ত হয়েছে। ভাইরাসটি শরীরে প্রবেশের পর ধরা পড়তে ৩-৬ মাস সময় লাগতে পারে। এইচআইভি/এইডস এর জীবাণু শরীরে ঢোকার ৩ মাস পর এইডস ধরা পড়তে নাও পারে। ৬ মাস পর অবশ্যই পরীক্ষায় এইডস ধরা পড়বে। তবে নবজাত শিশুর ১৮ মাসের নিচে ধরা পড়ে না।

যাদের এইডস হওয়ার সম্ভাবনা সবচেয়ে বেশি

সাবধানে না চললে যে কারও এইডস হতে পারে। তারপরও এইডস হওয়ার সম্ভাবনা যাদের সবচেয়ে বেশি তারা হল-

- যেসব নারীরা দেহ বিক্রি করে অর্থাৎ যৌনকর্মী।
- যেসব পুরুষ যৌনকর্মীর কাছে যায়।
- স্ত্রী ছাড়া অন্য কারও সাথে যৌন সংগম করে এমন পুরুষ।
- স্বামী ছাড়া অন্য যেকোনো পুরুষের সাথে যৌন সংগম করে এমন মহিলা।
- এইডস আক্রান্ত মায়ের গর্ভের শিশু।
- একই সুচ-সিরিঞ্জ দিয়ে নেশার ওষুধ গ্রহণ করে যারা।
- জীবাণুমুক্ত নয় এমন সুচ-সিরিঞ্জ ব্যবহার করে যারা।
- যেসব রোগী ঘন ঘন রক্ত গ্রহণ করে।
- সঠিক ভাবে জীবাণুমুক্ত নয় এমন ডাক্তারি যন্ত্রপাতি দ্বারা অপারেশন করা হয় যেসব রোগীর।

এইচআইভি/এইডস রোগীর যত্ন ও পরিবারের সদস্যদের করণীয়

- রোগীর সাথে স্বাভাবিক পারিবারিক সম্পর্ক বজায় রাখা।
- রোগীকে স্বাভাবিক কাজ করতে দেওয়া।
- রোগীকে আনন্দে রাখা। স্নেহ, মমতা ও ভালোবাসা প্রদান করা।
- পরামর্শের জন্য রোগীকে সঠিক জায়গায় নিয়ে যাওয়া।
- পুষ্টিকর সুষম খাবার খেতে দেওয়া।
- স্বামী বা স্ত্রী যে কেউ এইডস আক্রান্ত হলে যৌনমিলনের সময় অবশ্যই কনডম ব্যবহার করা
- অন্যান্য রোগীর মত এইডস আক্রান্ত রোগীদের পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন রাখা।

এইচআইভি/এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির সাথে পারিবারিক সম্পর্ক বজায় রেখে স্বাভাবিক জীবন যাপন করা যায়। তাই রোগীর শারীরিক সেবা ও মানসিক শক্তি যোগাতে আত্মীয়-স্বজনদের সহানুভূতি দেখাতে হবে। একই সাথে পরিবারের সবাইকে এইচআইভি/এইডস বিষয়ে সচেতন হতে হবে।

ময়লা কাপড় জীবাণুমুক্ত করার উপায়

এইডস আক্রান্ত ব্যক্তির ময়লা কাপড়সহ ঘায়ের রস, রক্ত, যোনিরস, বীর্য ইত্যাদি লাগা কাপড়চোপড় জীবাণুমুক্ত করতে হয়। কাপড়চোপড় জীবাণুমুক্ত করার নিয়ম হল-

২০ মিনিট ধরে ক্লোরিন মেশানো পানিতে ময়লা কাপড় ভিজিয়ে রাখতে হবে। তারপর পরিষ্কার পানিতে ধুয়ে ফেলতে হবে। প্রতি ১ লিটার পানিতে ৫ গ্রাম ক্লোরিন মেশাতে হয়।

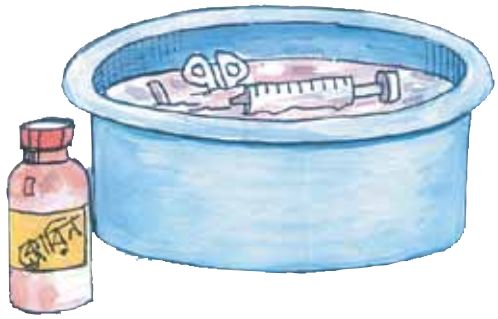
অথবা

২০ মিনিট ধরে টগবগে গরম পানিতে সিদ্ধ করতে হবে।

ব্যবহৃত যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্ত করার উপায়

আক্রান্ত ব্যক্তির ব্যবহৃত সুচ-সিরিঞ্জ কিংবা অন্যান্য যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্ত করতে হয়। জীবাণুমুক্ত করতে ১০০ ডিগ্রি সেন্ট্রিগ্রেড তাপমাত্রায় ফুটাতে হয়। তাছাড়া জীবাণুনাশক তরল পদার্থে ভিজিয়ে রেখেও জীবাণুমুক্ত করা যায়।

২০ মিনিট ধরে ক্লোরিন মেশানো পানিতে ভিজিয়ে রাখতে হবে। তারপর পরিষ্কার পানিতে ধুয়ে ফেলতে হবে। প্রতি ১ লিটার পানিতে ৫ গ্রাম ক্লোরিন মেশাতে হয়।



অথবা

২০ মিনিট ধরে ব্লিচিং মেশানো পানিতে ভিজিয়ে রাখতে হবে। ১০ ভাগ পানিতে ১ ভাগ ব্লিচিং পাউডার মেশাতে হয়।

অথবা

২০ মিনিট ধরে টগবগে গরম পানিতে ফুটাতে হবে।

মনে রাখবেন, ওষুধ ও পানি প্রতিদিন মিশিয়ে কাজ করতে হবে। কারণ ওষুধ মেশানো পানি পুরানো হয়ে গেলে ওষুধ-পানির গুণ কমে যায়।

এইচআইভি/এইডস রোগীর প্রতি সমাজের করণীয়

- রোগীকে সহানুভূতি জানানো।

- সামাজিক ও সাংস্কৃতিক কর্মকাণ্ডে অংশগ্রহণের সুযোগ দেয়া।

- যেকোনো সামাজিক উৎসব, পালা-পার্বণে অংশগ্রহণের সুযোগ দেওয়া।
- ধর্মীয় আচার অনুষ্ঠানে অংশগ্রহণের সুযোগ দেওয়া।

কারো এইচআইভি/এইডস হলে তাকে দোষী সাব্যস্ত করা উচিত নয়। কারণ যৌন মিলন ছাড়াও নানা কারণে এইডস হতে পারে। যেমন- রক্তগ্রহণ, রক্তদান, জীবাণুযুক্ত ডাক্তারি যন্ত্রপাতি ব্যবহার করে। মায়ের দুধ পান করেও এইডস হতে পারে। তাই এইচআইভি/এইডস আক্রান্ত রোগীকে খারাপ চোখে দেখা উচিত নয়। আক্রান্ত ব্যক্তিকে কেবলমাত্র একজন রোগী হিসাবে সহানুভূতি দেখানো উচিত। তাকে সামাজিক সকল কাজে সহায়তা করা প্রত্যেকের কর্তব্য।

যৌন রোগ

যৌনরোগ

আমরা সবাই রোগমুক্ত জীবন চাই। কিন্তু তারপরও আমরা নানান রোগে আক্রান্ত হয়ে থাকি। কিছু কিছু রোগ আমাদেরকে অনেক দিন ধরে ভোগায়। অনেক সময় মৃত্যুর দিকে ঠেলে দেয়। এর মধ্যে যৌনরোগ অন্যতম। যৌনরোগ অনেক রকমের হয়ে থাকে। এইচআইভি/এইডস ও একটি যৌনরোগ। আমাদের শরীরের জন্য এইচআইভি/এইডস মারাত্মক হুমকি স্বরূপ।

সব যৌনরোগ চিকিৎসা করালে ভালো হয়। শুধুমাত্র এইচআইভি/এইডস ভালো হয় না।

যৌন রোগীরা লজ্জা, অসচেতনতা ও নানা কারণে ডাক্তারের কাছে যেতে চায় না। ফলে এ রোগ একজন থেকে অন্যজনের শরীরে ছড়ায়। তবে সুস্থ ব্যক্তিগণ সচেতন ও সাবধান থাকলে যৌনরোগ থেকে রক্ষা পেতে পারেন।

যৌন রোগে আক্রান্ত বাবা-মায়ের মাধ্যমে গর্ভের শিশুরও যৌনরোগ হতে পারে। তাই গর্ভধারণের আগে বাবা-মার উচিত যৌনরোগ আছে কি-না তা পরীক্ষা করে নেওয়া।

যৌন রোগে আক্রান্ত বাবা-মায়ের মাধ্যমে যৌনরোগ হলে নবজাত শিশুর শরীরে নানা ধরনের সমস্যা দেখা দিতে পারে। তাই যৌনরোগ বিষয়ে আমাদের সবার সাধারণ ধারণা থাকা প্রয়োজন।

যৌনরোগ কী

মানুষের যৌন অঙ্গে নানা রকম রোগ হয়। যৌন রোগে আক্রান্ত নর-নারীর সাথে যৌন মেলামেশা থেকে এরোগ হয়। এগুলোকে যৌনবাহিত রোগ বলে। যৌন মেলামেশা ছাড়া আরও নানা কারণে যৌনরোগ হতে পারে। যৌন অঙ্গের এসব রোগকে সাধারণ ভাবে যৌনরোগ বলে।

পুরুষ ও নারীদের যৌন অঙ্গে বা গোপন অঙ্গের বিভিন্ন জায়গা যৌনরোগে আক্রান্ত হয়। কখনো কখনো শরীরের অন্যান্য জায়গাও আক্রান্ত হতে পারে। তবে সব যৌনরোগ যৌন অঙ্গে সংক্রমিত হয় না।

সাধারণত ব্যাকটেরিয়া, ভাইরাস, ফাঙ্গাস ইত্যাদি জীবাণু থেকে যৌনরোগ ছড়ায়। এসব জীবাণু খালি চোখে দেখা যায় না।

নানা রকম যৌনরোগ

যৌনরোগ নানা রকমের হয়ে থাকে। একেকটি যৌন রোগের লক্ষণ বা উপসর্গ একেক রকম। নিচে কয়েকটি যৌন রোগের নাম উল্লেখ করা হল। এগুলো ছাড়া আরও নানা নামের যৌনরোগ রয়েছে।

কয়েকটি যৌন রোগের নাম

১. গনোরিয়া ২. সিফিলিস ৩. স্যাংক্রয়েড ৪. ট্রাইকোমোনাস ৫. হারপিস

উপরে উল্লেখিত রোগগুলো সাধারণত যৌন মেলামেশার মাধ্যমে ছড়ায়। কিন্তু কিছু কিছু যৌনরোগ যৌন মেলামেশা ছাড়াও অন্যান্য কারণে হতে পারে। যেমন-

১. এইচআইভি/এইডস **২. হেপাটাইটিস-বি, সি ও ডি**

আমরা এখন জানব বিভিন্ন যৌন রোগের লক্ষণ বা উপসর্গ কী কী।

যৌন রোগের লক্ষণ সমূহ

ভিন্ন ভিন্ন যৌন রোগের ভিন্ন ভিন্ন লক্ষণ বা উপসর্গ দেখা দেয়। এ ছাড়াও শিশু, নারী ও পুরুষের ক্ষেত্রে লক্ষণগুলো আলাদা দেখায়। কখনো কখনো যৌন রোগীর শরীরে একটি বা অনেকগুলো লক্ষণ দেখা দিতে পারে। রোগের লক্ষণ দেখা দিতে কখনো কখনো কয়েক মাস সময় লেগে যায়। আসুন এবার আমরা বিভিন্ন যৌন রোগের লক্ষণগুলো জেনে নিই।

গনোরিয়া

যৌন মেলামেশার মাধ্যমে গনোরিয়া রোগটি হতে পারে। এ রোগের লক্ষণ শিশু, নারী ও পুরুষের ক্ষেত্রে নানাভাবে প্রকাশ পায়।

নারীদের ক্ষেত্রে-

- স্রাব বেশি ও হলুদ রঙের হয়।
- স্রাব পুঁজের মত দেখায়।
- প্রস্রাবের সময় ব্যাথা ও জ্বালা করে।
- তলপেটে সব সময় অস্বস্তিকর ব্যাথা হয়।
- যৌন মিলনের সময় যৌন অঙ্গে ব্যাথা হতে পারে।
- যৌন মিলনের পর ফোটা ফোটা রক্ত বের হতে পারে।
- দুই মাসিকের মাঝামাঝি সময়ে স্রাব হতে পারে।

পুরুষের ক্ষেত্রে-

- যৌন অঙ্গ থেকে ঘন হলুদ পুঁজ বের হতে পারে।
- বারবার প্রস্রাব হয়। প্রস্রাবের সময় ব্যাথা ও জ্বালা করে।
- যৌন অঙ্গ ফুলে যায়ে এবং ব্যাথা হতে পারে।

কখনো কখনো গনোরিয়া হলে পুরুষ ও নারীদের শরীরে কোনো লক্ষণ নাও থাকতে পারে। চিকিৎসা করালে এ রোগ সম্পূর্ণ ভালো হয়।

যৌন রোগের লক্ষণ সমূহ

ট্রাইকোমোনাস

এ রোগ সাধারণত নারীদের হয়। নারীদের যোনি রসে এ রোগের জীবাণু সহজে পাওয়া যায়। নারী ও পুরুষের ক্ষেত্রে এ রোগের লক্ষণ আলাদা ভাবে দেখা যায়।

নারীদের ক্ষেত্রে-

- ফেনার মত স্রাব খুব বেশি হয়।
- স্রাব হলুদ রঙের ও দুর্গন্ধযুক্ত হয়।
- খুব বেশি চুলকানি হয়।
- প্রস্রাব ও যৌন মিলনের সময় ব্যাথা ও জ্বালা করে।
- যোনি ও যোনিমুখে ঘা হয়।

পুরুষের ক্ষেত্রে-

- প্রস্রাবের সময় ব্যাথা হয়।
- খুব বেশি চুলকানি হয়।

ট্রাইকোমোনাস হলে কখনো কখনো কোনো লক্ষণ নাও দেখা যেতে পারে।

হারপিস

এ রোগে পুরুষ ও নারী উভয়েই আক্রান্ত হয়ে থাকে। তবে হারপিস হলে নারীদের ক্ষেত্রে যোনি পথে পানির মত স্রাব দেখা দেয়। এ রোগের অন্যান্য লক্ষণগুলো পুরুষ ও নারীদের ক্ষেত্রে প্রায় একই রকম। হারপিস হলে-

- যোনি অঙ্গো ফোস্কার মত ক্ষত হয়।
- ক্ষত স্থানে খুব ব্যাথা ও চুলকানি হয়।
- যৌন মিলনের সময় ব্যাথা হয়।
- প্রস্রাবের সময় ব্যাথা ও জ্বালা হয়।

ঠিকমত চিকিৎসা করা হলে এসব রোগ সম্পূর্ণ ভালো হয়ে যায়।

যৌন রোগের পরিণতি

যৌন রোগ মানুষের শরীরের জন্য খুবই ভয়াবহ। যৌনরোগ হলে শরীরে নানা রকম লক্ষণ দেখা দেয়। এসব লক্ষণ ধীরে ধীরে শরীরে নানা রকম জটিলতা তৈরি করতে পারে। যৌন রোগের পরিণতি এতটাই ভয়াবহ যে মানুষের মৃত্যুও হতে পারে। সাধারণত যৌন রোগীর যে সব সমস্যা হয়, তা হলো-

দৃষ্টিশক্তি, মস্তিষ্ক ইত্যাদির ক্ষতি হতে পারে।

পুরুষদের সন্তান জন্ম দেওয়ার ক্ষমতা নষ্ট হতে পারে।

এইচআইভি/এইডস ও হেপাটাইটিস-বি, সি ও ডি রোগে আক্রান্ত হতে পারে।

যৌন রোগীর সন্তান জন্মগতভাবে প্রতিবন্ধ হতে পারে।

এ ছাড়াও- ১. পুরুষের মূত্রনালী সরু হতে পারে। ২. নারীদের সব সময় তলপেটে ব্যাথা এবং বন্ধ্যাত্ব হতে পারে। ৩. জরায়ুর বাইরে গর্ভধারণ এবং জরায়ুর মুখে ক্যানসার হতে পারে।

যৌনরোগ কীভাবে হয়

যৌনরোগ সাধারণত যৌন মিলনের মাধ্যমেই ছড়ায়। যৌন রোগে আক্রান্ত নারী বা পুরুষের সাথে যৌন মিলন হলে যৌনরোগ হওয়ার আশংকা বেশি থাকে। আর এ কারণেই যৌনরোগ হলে অনেকেই লজ্জার কারণে এই রোগ সম্পর্কে বলতে চায় না। এমনকি অনেকে ডাক্তারের কাছেও যেতে চায় না। কিন্তু এ ধারণা ঠিক নয়। যৌন মিলন ছাড়া আরো নানাভাবে যৌনরোগ হতে পারে।

যৌন রোগে আক্রান্ত ব্যক্তির রক্ত কোনো সুস্থ ব্যক্তি গ্রহণ করলে।

যৌন রোগে আক্রান্ত পুরুষ বা নারী সাথীর সাথে যৌন মিলনের মাধ্যমে।

এছাড়াও-

- যৌন রোগীর ব্যবহার করা সুচ, সিরিঞ্জ ও অপারেশনের যন্ত্রপাতি জীবাণুমুক্ত না করে ব্যবহার করলে।
- গর্ভবতী মায়ের যৌনরোগ থাকলে শিশুরও যৌনরোগ হতে পারে।

যাদের যৌনরোগ হওয়ার আশংকা বেশি

যেকোনো সুস্থ মানুষ নানাভাবে যৌন রোগে আক্রান্ত হতে পারে। তবে যৌনরোগ সাধারণত যুবক বয়সেই বেশি হয়ে থাকে। কারণ এসময়ে যুবক-যুবতীদের মধ্যে যৌন মিলনের আকাঙ্ক্ষা বেশি থাকে। এছাড়াও কিছু মানুষ আছে, যাদের খুব সহজে যৌনরোগ হতে পারে।

- পতিতালয়ের নারী এবং যেসব পুরুষ পতিতালয়ে যাতায়াত করে এবং অরক্ষিত (কনডম ছাড়া) যৌন মিলন করে থাকে।
- যেসব নারী এবং পুরুষ একের বেশি অপরিচিত সাথীর সাথে যৌন সম্পর্ক গড়ে তোলে।

- যৌন রোগে আক্রান্ত মা-বাবার মাধ্যমে জন্ম নেয়া নবজাত শিশু।
- যারা পরীক্ষা না করে রক্ত গ্রহণ করেন।

যৌনরোগ হলে যা যা করা দরকার

যৌনরোগ হলে লোক-লজ্জা ত্যাগ করে তাড়াতাড়ি ডাক্তারের পরামর্শ নেওয়া উচিত। সে সাথে সাবধান থাকতে হবে, নিজের যৌনরোগ থেকে অন্য কেউ যেন আক্রান্ত না হয়। এজন্য যৌন রোগী ছাড়াও সবাইকে কিছু নিয়ম মেনে চলা উচিত।

- যৌনরোগ হলে জীবাণুনাশক ওষুধের প্রয়োজন হয়। তাই ডাক্তারের পরামর্শ মত ওষুধ ব্যবহার করতে হবে।
- রোগীকে ডাক্তারের সঠিক পরামর্শ গ্রহণ করে চলতে হবে।

- যৌন রোগে আক্রান্ত ব্যক্তি ও তার যৌন সাথীর একই সাথে নির্দিষ্ট সময় পর্যন্ত চিকিৎসা করাতে হবে।
- ঝুঁকিপূর্ণ যৌন মিলনের সময় সঠিক ভাবে কনডম ব্যবহার করতে হবে।

যৌনরোগ হলে যা যা করা দরকার

চিকিৎসা চলার সময় যৌন মিলন না করা ভালো। তবে চিকিৎসার সময় যৌন মিলন হলে কনডম ব্যবহার করা উচিত। কনডম ব্যবহার করতে হবে সঠিক নিয়মে।

ডাক্তারের পরামর্শ মেনে চিকিৎসা চালিয়ে যেতে হবে। মাঝে মধ্যে ডাক্তারকে দিয়ে পরীক্ষা করাতে হবে।

যৌন রোগে আক্রান্ত ব্যক্তির চিকিৎসা করার সময় ৪টি বিষয় বিশেষ ভাবে মনে রাখা প্রয়োজন। যেমন-

১. সঠিক নিয়মে চিকিৎসা সম্পন্ন করা।
২. রোগ প্রতিরোধে পরামর্শ দান।
৩. কনডমের ব্যবহার প্রদর্শন ও সরবরাহ করা।
৪. যৌন সাথীকে চিহ্নিত করে একই সাথে চিকিৎসা করা।

যৌনরোগ প্রতিরোধের উপায়

শরীরকে সুস্থ রাখার জন্য সব সময় রোগ প্রতিরোধ করার ব্যবস্থা নেওয়া ভালো। আর যদি কেউ অসুস্থ হয়ে পড়েন, তাকে তাড়াতাড়ি চিকিৎসা করানো দরকার। কারও যৌনরোগ হলে কখনো কখনো এর পরিণতি মৃত্যুও হতে পারে। তাই এ রোগে আক্রান্ত না হওয়ার জন্য প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা নেওয়া দরকার। আমরা সহজেই যৌনরোগ প্রতিরোধ করতে পারি। বাঁচাতে পারি আমাদের অমূল্য জীবন।

প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা

- অন্যের ব্যবহার করা যন্ত্রপাতি (ব্লেড, সুচ, সিরিঞ্জ ও ছুরি ইত্যাদি) আরেক জনের শরীরে ব্যবহার না করা।
- রক্ত যৌন রোগের জীবাণুমুক্ত কি-না তা পরীক্ষা করে গ্রহণ করা।

- নারীদের ক্ষেত্রে যৌন রোগের লক্ষণ দেরিতে দেখা যায়। তাই একের বেশি যৌন সাথী থাকলে ডাক্তারের পরামর্শ নেওয়া উচিত। সবচেয়ে ভালো, ধর্মীয় নিয়ম মেনে যৌন মেলামেশা করা।
- একের বেশি যৌন সাথী থাকলে যৌন মিলনে প্রতিবার কনডম ব্যবহার করা।
- সঠিক নিয়মে কনডম ব্যবহার করা।

কনডমের সঠিক ব্যবহার

কনডম কী

এটি পুরুষদের জন্য একটি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি। কনডম পাতলা রাবার দ্বারা তৈরি। যৌনরোগ থেকে রক্ষা পাওয়ার জন্য এটি সবচেয়ে নিরাপদ। এটা পুরুষের জন্য বহুল ব্যবহৃত পদ্ধতি। কনডম ঠিকমত বা নিয়মমতো ব্যবহার করলে যৌনবাহিত রোগ থেকে স্বামী-স্ত্রী রক্ষা পেতে পারে।

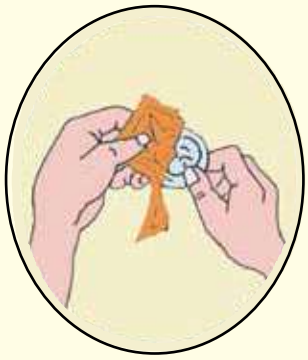
কেন কনডম ব্যবহার করব

- যেকোনো সক্ষম পুরুষ জন্মনিয়ন্ত্রণের জন্য কনডম ব্যবহার করতে পারেন।
- যে সব স্বামী-স্ত্রী কোনো শারীরিক কারণে জন্মনিয়ন্ত্রণের অন্যান্য পদ্ধতি গ্রহণ করতে পারেন না।
- যার স্ত্রী সন্তানকে বুকের দুধ খাওয়ান, ফলে অন্য কোনো পদ্ধতি ব্যবহার করতে পারেন না।
- স্বামী বা স্ত্রীর মধ্যে কারো বা উভয়ের যদি যৌনবাহিত রোগ থাকে।

কীভাবে কনডম ব্যবহার করব

১. দোকান থেকে কেনার সময় মেয়াদ উত্তীর্ণ হয়েছে কিনা তা দেখে কিনতে হবে।

২. নির্দিষ্ট চিহ্ন দেখে সাবধানে প্যাকেট খুলুন যেন কনডম ছিঁড়ে না যায়।



৮. এবার বের করে আনা কনডমের মাথা গিঁট দিয়ে বাঁধুন।

৯. এরপর কাগজে মুড়ে ডাস্টবিনে বা নির্দিষ্ট স্থানে ফেলুন। তারপর হাত ধুয়ে ফেলুন।

সাবধান, যৌনমিলনের সময় একটি কনডম একবারই ব্যবহার করুন। সম্ভব হলে ফেলে দেওয়া কনডম আবর্জনার সাথে আগুনে পুড়িয়ে ফেলুন। অথবা মাটি চাপা দিন।

এইচআইভি/এইডস-এর সঙ্গে যৌনরোগের সম্পর্ক

যৌনরোগ থাকলে এইচআইভি/এইডস হওয়ার সম্ভাবনা ২ থেকে ৫ গুণ বেড়ে যায়। কারণ যৌনবাহিত রোগে আক্রান্ত রোগীর যৌনঅঙ্গে প্রদাহ হয়। এতে যৌনঅঙ্গে ক্ষতের সৃষ্টি হয়। এই ক্ষতের মাধ্যমে এইডস-এর জীবাণু সহজেই শরীরে প্রবেশ করতে পারে।

তাছাড়াও নিচের অভ্যাসগুলো থাকলে যৌনরোগের সম্ভাবনা বেড়ে যায়, যা এইচআইভি/এইডস হওয়ার সম্ভাবনাকে বাড়িয়ে দেয়।

- নিরাপদ যৌন অভ্যাসের অভাব। যেমন-কনডম ব্যবহার না করা, একের অধিক যৌন সঙ্গী থাকা;
- দেরিতে যৌন রোগের চিকিৎসা গ্রহণ;
- যৌন সঙ্গীকে চিকিৎসা গ্রহণ করাতে ব্যর্থ হওয়া;
- চিকিৎসা পুরোপুরি শেষ না করা;
- অল্প বয়সে যৌন-জীবন শুরু করা;
- বিবাহ পূর্ব যৌন সম্পর্ক করা;
- লক্ষণ বিহীন যৌন রোগের জীবাণু বহন করা।

কারাগার এইচআইভি ও এইডস এর জন্য কতটুকু ঝুঁকিপূর্ণ?

কারাগারগুলোতে এইচআইভি সংক্রমণের জন্য অত্যন্ত উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ পরিবেশ হিসেবে বিবেচনা করা হয়, ধারণ ক্ষমতার চাইতে অতিরিক্ত কারাবন্দী, পুষ্টির অভাব, স্বাস্থ্যসেবার সীমিত সুযোগ, প্রান্তিক জনগোষ্ঠী থেকে আসা কারাবন্দী, যেমন- মাদক গ্রহণকারী বিশেষ করে শিরায় মাদক গ্রহণকারী, যৌনকর্মী, সমকামী, তৃতীয় লিঙ্গের জনগোষ্টি ইত্যাদি। এছাড়া কারাগারগুলি এইচআইভি প্রতিরোধ, চিকিৎসা, পরিচর্যা ও সহায়তা কার্যক্রম সিমিত। কারাগারে নারী কারাবন্দীরাও ঝুঁকিপূর্ণ জনগোষ্ঠি হিসেবে বিবেচিত। তাদের মনস্তাত্ত্বিক, সামাজিক এবং স্বাস্থ্য পরিচর্যার চাহিদাও ভিন্ন। এটা অনুসরন করে কারাগারের সুযোগ-সুবিধা, কর্মসূচী এবং সেবার সকল দিক থাকতে হবে।

বিভিন্ন তথ্যসূত্র মতে দেশের কারাগারগুলোতে ২০১৭-২০২০ সাল পর্যন্ত শিরায় মাদক গ্রহণকারী ও যৌন কর্মীদের মধ্যে ১১১০ জনের রক্ত পরীক্ষায় ১১৪ জন এইচআইভি আক্রান্ত রোগী শনাক্ত হয়েছে। যার মধ্যে ৭০ জন ছিল রাজশাহী কারাগারে। তাদের মধ্যে অনেকে ছাড়া পেয়েছেন, আবার কেউবা জেলে ঢুকেছেন। কারাগারে থাকার কারণে অনেকে প্রয়োজনীয় এইডস চিকিৎসা সেবা সিমিত ছিল এবং তাদের মাধ্যমে কারাগারে রোগ ছড়িয়ে পড়তে পারে। কারাবন্দীদের মধ্যে হেপাটাইটিস সি, যৌন রোগ শনাক্ত করা ও তাদের চিকিৎসা দেওয়া, প্রাথমিকভাবে যক্ষ্মা শনাক্ত করা ও রেফার করা প্রয়োজন। আক্রান্তদের ৩৩ শতাংশ সাধারণ মানুষ। যারা আক্রান্ত হয়েছে তাদের অনেকে দারিদ্রসীমার নীচে বসবাস করে।

এইডস্ মানে মৃত্যু নয়

ইদানীং নানা ধরনের চিকিৎসার জন্য এইচআইভি পজিটিভ ব্যক্তিও দীর্ঘদিন সুস্থ জীবনযাপন করতে পারছেন। জাতিসংঘের এইডস বিষয়ক সংস্থা বলছে আক্রান্তদের মধ্যে ৪৭ শতাংশের ক্ষেত্রে এইচআইভি জীবাণুর মাত্রা নিয়ন্ত্রিত অবস্থায় রয়েছে। এমনকি অনেক সময় রক্ত পরীক্ষায়ও জীবাণু ধরা পড়ে না। যদি তারা চিকিৎসায় অবহেলা করেন তবে এর মাত্রা আবার শক্তিশালী হয়ে উঠতে পারে।

মাদক থেকে দূরে থাকুন

UNODC

ঢাকা আহ্ছানিয়া মিশন

DAM
Drills and Nonmilitary Service
1958

DAM
HEALTH