HIV-TB ಮೂಲಭೂತ ವಿಷಯಗಳು

ಎಚ್‌ಐವಿ

ಇದು ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನಶಿಸುವಂತೆ (ಹಾಳು ಮಾಡುವಂತೆ) ಮಾಡುವ ಒಂದು ವೈರಸ್. ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ (ಇಮ್ಯುನಿಟಿ) ಕಡಿಮೆಯಾಗುವಂತೆ ದೇಹವನ್ನು ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ದೂಡುವಂತೆ ಮಾಡುವ ವೈರಸ್. ಎಚ್‌ಐವಿ ಎಂಬುದು "ಹ್ಯೂಮನ್ ಇಮ್ಯುನೋಡಿಫಿಷಿಯನ್ಸಿ ವೈರಸ್" ಎಂಬುದರ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ರೂಪ. ಇದೇ ವೈರಸ್ ಮನುಷ್ಯರನ್ನು ಏಡ್ಸ್ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ.

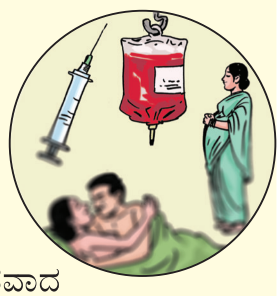
ಏಡ್ಸ್

ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿನ ರೋಗನಿರೋಧಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಹಾಳಾದಂತೆಲ್ಲಾ, ದೇಹವನ್ನು ಅನೇಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಗಂಭೀರ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಸ್ಥಿತಿ. ಎಚ್‌ಐವಿ ವೈರಸ್, ದೇಹವು ರೋಗಗಳು ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನಾಶಮಾಡುವುದರಿಂದ "ಏಡ್ಸ್" ಸ್ಥಿತಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಏಡ್ಸ್ (AIDS) ಎನ್ನುವುದು "ಅಕ್ವೈರ್ಡ್ ಇಮ್ಯುನೋಡಿಫಿಷಿಯನ್ಸಿ ಸಿಂಡ್ರೋಂ" ಎನ್ನುವುದರ ಚಿಕ್ಕ ರೂಪ.

ಎಚ್‌ಐವಿ ಹೇಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ?

- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ (ಯೋನಿ/ಗುದ/ಬಾಯಿಯ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ) ಸೋಂಕು ತಗಲುತ್ತದೆ.
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡದ ರಕ್ತ/ರಕ್ತದ ಇತರ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು/ಇತರ ಅಂಶಗಳ ನೀಡುವಿಕೆಯಿಂದ.
- ರೋಗಾಣುಗಳನ್ನು ನಾಶಮಾಡುವಂತೆ ಸಂಸ್ಕರಿಸದ ಹರಿತವಾದ/ಚೂಪಾದ/ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದ. (ಉದಾ: ಇಂಜಕ್ಷನ್ ಸೂಜಿಗಳು/ ಸಿರಿಂಜುಗಳು/ಬ್ಲೇಡುಗಳು ದಂತ ವೈದ್ಯರ ಉಪಕರಣಗಳು/ಆಪರೇಷನ್ ಉಪಕರಣಗಳ ಬಳಕೆಯಿಂದ).
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿತ ತಾಯಂದಿರಿಗೆ ಹುಟ್ಟುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೆಚ್‌ಐವಿ ಬರಬಹುದು. ರಕ್ತ, ವೀರ್ಯ, ಯೋನಿ ದ್ರವ, ಎದೆಹಾಲಿನಲ್ಲಿ, ಎಚ್‌ಐವಿ ಹರಡಲು ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ಹಾಗೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ವೈರಸ್‌ಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಈ ದ್ರವಗಳ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಬರುತ್ತದೆ.



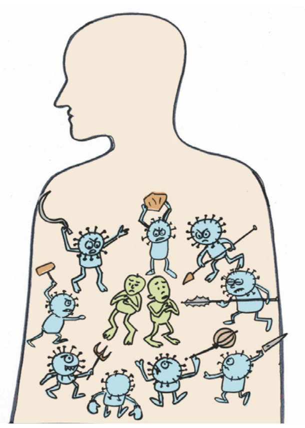
ಎಚ್‌ಐವಿ ಹೇಗೆ ಹರಡುವುದಿಲ್ಲ?

- ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಈಜುವುದರಿಂದ/ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.
- ಕೈ ಕುಲುಕುವುದರಿಂದ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.
- ಸೊಳ್ಳೆ ಕಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.
- ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವುದರಿಂದ ಸೋಂಕು ತಗಲುವುದಿಲ್ಲ.
- ಒಂದೇ ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ/ಒಂದೇ ಲೋಟದಲ್ಲಿ ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಹರಡುವುದಿಲ್ಲ.
- ಒಂದೇ ಶೌಚಾಲಯ ಬಳಸುವುದರಿಂದ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿಲ್ಲದ ರಕ್ತದಾನದಿಂದ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.
- ಒಟ್ಟಿಗೆ ಬದುಕುವುದರಿಂದ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.
- ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್ ಸೋಂಕಿತ ಜನರ ಆರೈಕೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.

ಎಚ್‌ಐವಿಯಿಂದ ದೇಹದ ಮೇಲಾಗುವ ಪರಿಣಾಮವೇನು?

ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ತಗುಲಿದ ಮೇಲೆ ಹನ್ನೆರೆಡು ವಾರಗಳ ಅವಧಿಯನ್ನು "ವಿಂಡೋಪೀರಿಯಡ್" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಜ್ವರ/ಡಯಾರಿಯಾ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಎಚ್‌ಐವಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಇದ್ದರೂ ಫಲಿತಾಂಶ ನೆಗೆಟಿವ್ ಎಂದೇ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮೂರು ತಿಂಗಳ ನಂತರ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡುವುದು ಸೋಂಕು ಇದೆಯೋ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಾತ್ರಿ ಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಎಚ್‌ಐವಿ ಪತ್ತೆಯಾದ ನಂತರ 12 ವಾರಗಳಿಂದ 2–2 1/2 ವರ್ಷದವರೆಗೆ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆಯೂ ಇರಬಹುದು. ಈ ಅವಧಿ ಲಕ್ಷಣಗಳಿಲ್ಲದ ಸೋಂಕಿನ ಅವಧಿ.



ಎಚ್‌ಐವಿ ಪತ್ತೆಯಾದ ನಂತರ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅವಧಿ : ಇದು 2 ರಿಂದ 3 ವರ್ಷಗಳು ಅಥವ ನಂತರ. ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಟಿಬಿ, ನ್ಯುಮೋನಿಯ, ಮುಂತಾದ ಅವಕಾಶವಾದಿ ಸೋಂಕುಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ನಾಲ್ಕನೇ ಹಂತ ಏಡ್ಸ್ ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ದೇಹದ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ನಶಿಸುತ್ತಾ ಬಂದು ದೇಹವನ್ನು ಪ್ರಾಣಾಂತಿಕವಾದ ಅವಕಾಶವಾದಿ ಸೋಂಕುಗಳಿಗೆ ತೆರೆದಿಡುತ್ತದೆ.

ಎಚ್‌ಐವಿ/ಏಡ್ಸ್‌ನ ಕೆಲವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು

ಸಾಮಾನ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು

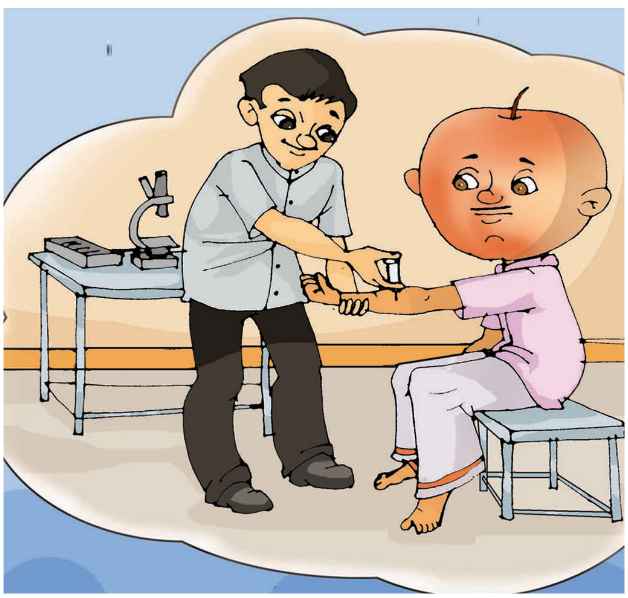
- ಒಂದು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೇಹದ ತೂಕದ ಶೇ.10ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ತೂಕ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು.
- ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಅವಧಿಯ ಎಡೆಬಿಡದ ಡಯಾರಿಯಾ ಇರುತ್ತದೆ.
- ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಗೂ ಮೀರಿ ಜ್ವರ ಎಡಬಿಡದೆ ಕಾಡುತ್ತದೆ.
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಪತ್ತೆಯಾಗಿಲ್ಲದ ಹಾಗೂ ಸೋಂಕು ಇರುವವರಿಗೆ ಬಾಧಿಸುವ ಇನ್ನಿತರ ಕಾಯಿಲೆಗಳೆಂದರೆ ಕ್ಷಯರೋಗ. ಹೆಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿತರಿಗೆ ಕ್ಷಯರೋಗ ಒಂದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಹ ಸೋಂಕು. ಜೀವಿತ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಶೇ.60%ರಷ್ಟು ಟಿಬಿ ಸೋಂಕಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಇನ್ನಿತರ ಕಾಯಿಲೆಗಳು

- ಬಾಯಿ ಮತ್ತು ಗಂಟಲಲ್ಲಿ ಫಂಗಸ್ ಸೋಂಕುಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.
- ಜೀವಕಂಟಕವಾಗುವ ನ್ಯೂಮೋನಿಯಾ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಮರುಕಳಿಸಬಹುದು.
- ಮೆದುಳಿಗೆ ಸೋಂಕುಗಳು ತಗಲಬಹುದು.
- ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ದೃಷ್ಟಿ ಮಂದವಾಗ ತೊಡಗುತ್ತದೆ.
- ಚರ್ಮ ಸೋಂಕುಗಳು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಮರುಕಳಿಸಬಹುದು.

ಎಚ್‌ಐವಿ ಪತ್ತೆ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ?

ಐಸಿಟಿಸಿ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಹೆಚ್‌ಐವಿಯನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಬಹುದು. ಹೆಚ್‌ಐವಿ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್‌ಐವಿ ವೈರಾಣುವಿನ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡುವ ಆ್ಯಂಟಿಬಾಡಿ ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ಆಗ ಹೆಚ್‌ಐವಿ ಇರುವುದು ಖಾತ್ರಿಯಾಗುತ್ತದೆ.



- ಐಸಿಟಿಸಿ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಎಚ್‌ಐವಿ ವೈರಾಣು ಪರೀಕ್ಷೆ (ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆ)
- ಪಾಯಿಂಟ್ ಆಫ್ ಕೇರ್ ಟೆಸ್ಟ್ಸ್

ಎಚ್‌ಐವಿ ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ HIV-ನೆಗೆಟಿವ್ ಎಂದು ಫಲಿತಾಂಶ ಬರಬಹುದು. ವ್ಯಕ್ತಿ "ವಿಂಡೋ ಪೀರಿಯಡ್"ನಲ್ಲಿ ಇರಬಹುದಾದ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿಂದಾಗಿ ಹೀಗಾಗಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಮತ್ತೆ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

HIV P24 ಆ್ಯಂಟಿಬಾಡಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ನ್ಯೂಕ್ಲಿಯಿಕ್ ಆ್ಯಸಿಡ್ ಆ್ಯಂಪ್ಲಿಫಿಕೇಷನ್ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಎಚ್‌ಐವಿ ವೈರಾಣು ಇರುವಿಕೆಯ ಪತ್ತೆಯನ್ನು ಇನ್ನೂ ಮುಂಚೆಯೇ ತಿಳಿಯಬಹುದು. ಆದರೆ ಈ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿನ ಹರಡುವಿಕೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು?

I. ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದ ಮಾರ್ಗದಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಬೇಕಾದರೆ

- ✓ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಯಮ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು.
- ✓ ಬಹು ಸಂಗಾತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ತಪ್ಪಿಸಬೇಕು.
- ✓ ಸತತವಾಗಿ ಪ್ರತಿ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲೂ ಕಾಂಡಂ ಬಳಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.
- ✓ ಒಬ್ಬರೇ ಸಂಗಾತಿಯೊಂದಿಗೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದಲೂ ಹೆಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು.

II. ಸಂಸ್ಕರಿಸದೇ ಇರುವ ಸೂಜಿ, ಸಿರಿಂಜು, ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಾರದು

ಅಂದರೆ ಸದಾ ಹೊಸ ಸೂಜಿ/ಸಿರಿಂಜುಗಳನ್ನೇ ಬಳಸಬೇಕು ರೇಜ಼ರ್, ಬ್ಲೇಡು, ದಂತ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಲಕರಣೆಗಳು ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಉಪಕರಣಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಸಂಸ್ಕರಿಸಬೇಕು. ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಬಾರಿಯೂ ಹೊಸದಾದವುಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು. ಮಾದಕದ್ರವ್ಯ ಸೇವನೆ ಮಾಡುವವರು ಪ್ರತಿಬಾರಿಯೂ ಹೊಸ ಸಿರಿಂಜು/ಸೂಜಿಗಳನ್ನೇ ಬಳಸಬೇಕು. ಅಥವಾ ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಬಳಸಿದ ಸೂಜಿ ಸಿರಿಂಜುಗಳನ್ನು ಬಳಸಲೇಬಾರದು.

III. ಸೋಂಕಿತ ತಾಯ್ತಂದೆಯರಿಂದ, ಮಗುವಿಗೆ ತಗಲುವ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ತಪ್ಪಿಸುವುದು

ಸೋಂಕಿತ ಗರ್ಭಿಣಿಯಿಂದ/ತಾಯಿಯಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ತಗಲಬಹುದಾದ ಸೋಂಕಿನ ಸಾಧ್ಯತೆಯ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ.30 ರಿಂದ 35%. ಆದರೆ ಗರ್ಭಾವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲೇ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಇರುವುದು ಪತ್ತೆಯಾದಲ್ಲಿ, ಹೆರಿಗೆಗೆ ಮುಂಚೆ ತಾಯಿಗೆ ಹಾಗೂ ಹೆರಿಗೆಯಾದ ತಕ್ಷಣವೇ ಮಗುವಿಗೆ, ಎಚ್‌ಐವಿ ನಿರೋಧಕ ಔಷಧಿ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ತಗಲಬಹುದಾದ ಸೋಂಕಿನ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. (ಗರ್ಭಿಣಿಗೆ

ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದ ಕೂಡಲೇ ಪಿಪಿಟಿಸಿಟಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ದಾಖಲು ಮಾಡಿ ನಿಗಾವಹಿಸಿದಲ್ಲಿ, ಮಗುವಿಗೆ ಸೋಂಕು ಬರುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು).

ಎಚ್‌ಐವಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ : ಆ್ಯಂಟಿ ರೆಟ್ರೋ ವೈರಲ್ ಥೆರಪಿ

ಜೀವನ ಪರ್ಯಂತ ART ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಿಡಿ4 ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ವೈದ್ಯರು ಹೇಳಿದಂತೆ ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. ಸಿಡಿ4 ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಜೊತೆಗೆ ವೈರಲ್ ಲೋಡ್ ಎಷ್ಟಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಆಗ್ಗಾಗ್ಗೆ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಬೇಕು.

ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಔಷಧಿಗಳು

ತುಂಬ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸುವ ಔಷಧಿಗಳೆಂದರೆ:

ಟೆನೊಫೆಲಾವಿರ್+ಲ್ಯಾಮಿವುಡಿನ್+ಇಫ್ಯಾವಿರೆನ್ಸ್ ಮತ್ತು

ಜಿಡೋವುಡಿನ್+ಲ್ಯಾಮಿವುಡಿನ್+ನೆವರಪಿನ್+ಇಫ್ಯಾವಿರೆನ್ಸ್

ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪರಿಹಾರ ನೀಡದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಎರಡನೇ ಶ್ರೇಣಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮವಿದೆ.

ಸಿಪಿಟಿ ಅಂದರೆ ಕಾಟ್ರಿಮಾಕ್ಸಾಜೋಲ್ ಪ್ರೊಫೈಲ್ಯಾಕ್ಸಿಸ್ ಟ್ರೀಟ್‌ಮೆಂಟ್ (ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ) ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಎಲ್ಲಾ ಅವಕಾಶವಾದಿ ಸೋಂಕುಗಳಿಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬೇಕು. ಉದಾ: ಲೈಂಗಿಕ ಸೋಂಕುಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಟಿಬಿ ಸೋಂಕಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಡಯಾರಿಯಾ, ನಿಮೋನಿಯಾ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಬಗೆಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳು ಕ್ರಮೇಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅವು ಕಡಿಮೆಯಾಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ ತಕ್ಷಣ ಅದೇ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತೋರಿಸಬೇಕು. ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಜಟಿಲತೆಗಳೂ ಎದುರಾಗಬಹುದು. ಯಾವುದೇ ವೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲೂ ಎಚ್‌ಐವಿಗಂತೂ ಯಾವ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದುಗಳನ್ನೂ, ಇನ್ನೂ ಕಂಡುಹಿಡಿದಿಲ್ಲ. ಅಧಿಕೃತವಾಗಿ ಮಾನ್ಯವಾದ ಯಾವುದೇ ಶಾಶ್ವತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೂ ಇಲ್ಲ.

ಟಿಬಿ–ಎಚ್‌ಐವಿ

ಎಚ್‌ಐವಿ ಇರುವವರಲ್ಲಿ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಸಹಸೋಂಕುಗಳ ಅಪಾಯ ಹೆಚ್ಚು. ಅವರಿಗೆ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿಲ್ಲದ ಜನರಿಗಿಂತ 6 ರಿಂದ 8 ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಟಿಬಿ ಸೋಂಕು ತಗಲುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು.

ಗುಪ್ತವಾಗಿ/ಸುಪ್ತವಾಗಿ ಇರುವ ಟಿಬಿ ಸೋಂಕು ಎಚ್‌ಐವಿ ಇರುವವರಲ್ಲಿ ಬಹುಬೇಗ ಟಿಬಿ ಖಾಯಿಲೆಗೆ ತಿರುಗುತ್ತದೆ.

- ಅವರು ಈಗಾಗಲೇ ಟಿಬಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿದ ತಕ್ಷಣ ರೋಗ ಮರುಕಳಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು.
- ಮರಣದ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು.

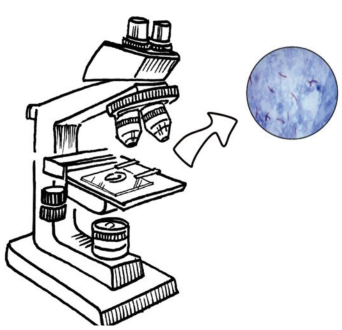
ಎಚ್‌ಐವಿ ಮೇಲೆ ಟಿ.ಬಿ. ಸೋಂಕಿನ ಪರಿಣಾಮ

ಟಿಬಿ–ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿನ ಪರಿಣಾಮದ ವೇಗವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

- ಎಚ್‌ಐವಿ ವೈರಸ್‌ಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕು ಏಡ್ಸ್‌ಗೆ ತಿರುಗುತ್ತದೆ.
- ಏಡ್ಸ್ ಸ್ಥಿತಿ–ಟಿಬಿಗೆ ಅವಕಾಶ ಕೊಡುತ್ತದೆ.
- ಮೈಕೋ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಮಿಯಾ ಹಾಗೂ ಟಿಬಿ ಹರಡಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿತರಲ್ಲಿ ಟಿಬಿ ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಇರುವ ದಾರಿಗಳು

- ತೀವ್ರ ಟಿ.ಬಿ ಪತ್ತೆ ಆಂದೋಲನವನ್ನು ಕಾಲದಿಂದ ಕಾಲಕ್ಕೆ ನಡೆಸುತ್ತ ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿತರಲ್ಲಿ ಟಿ.ಬಿ ಲಕ್ಷಣಗಳಿರುವವರನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡಿ ಪರಿಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸಬಹುದು
- ಎಚ್‌ಐವಿ ಸೋಂಕಿತರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟೂ ಬೇಗ ART ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದು.
- ಟಿ.ಬಿ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಖಾತ್ರಿಯಾದ ಮೇಲೆ ಐ.ಎನ್.ಎಚ್ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡಬೇಕು.



- ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ ಮತ್ತು ಆರೈಕೆ ಕೇಂದ್ರ ಹಾಗೂ ಜನಭರಿತ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಟಿಬಿ ಸೋಂಕು ಹರಡುವ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಇಲ್ಲವಾಗಿಸುವುದು.

ಐಪಿಟಿ ಐಸೋನಿಯಾಜಿಡ್ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಟಿಬಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ತಪ್ಪಿಸುತ್ತದೆ?

- ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಶೇ.50ರಷ್ಟು ಮಂದಿಗೆ ಟಿಬಿಯ ಸೋಂಕು ಗುಪ್ತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.
- ಐಸೋನಿಯಾಜಿಡ್ ಅತ್ಯಂತ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಹಾಗೂ ಈಗ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ದೊರಕುವ ಟಿಬಿ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ನಾಶಕ. ಅದು ಟಿಬಿ ಸೋಂಕು ಮರುಕಳಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದಲ್ಲದೆ, ಟಿಬಿ ಸೋಂಕಿತ ವಾತಾವರಣದಿಂದ ಮತ್ತೆ ಬರುವ ಟಿಬಿಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತದೆ.

ಐ.ಎನ್.ಎಚ್ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ (ಐಪಿಟಿ) ಎಂದರೇನು?

- ಐಪಿಟಿಯನ್ನು ಟಿಬಿ ಸೋಂಕಿಗೆ ಬಹುಬೇಗ ತುತ್ತಾಗುವ ಹಾಗೂ ಟಿಬಿ ಸೋಂಕು ಟಿಬಿ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ತಿರುಗುವ ಅಪಾಯದ ಅಂಚಿನಲ್ಲಿರುವವರಿಗೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕಿನೊಂದಿಗೆ ಜೀವಿಸುತ್ತಿರುವವರು ಅಂತಹ ಒಂದು ಗುಂಪು.

ಯಾವಾಗ ಐಪಿಟಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು?

ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕಿತರಲ್ಲಿ ಟಿ.ಬಿ ಸೋಂಕು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿದೆಯೇ ಇಲ್ಲವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿಗಳು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿ ತೀರ್ಮಾನಿಸಬೇಕು ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕಿತರಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯ ಟಿಬಿ ಖಾಯಿಲೆ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಖಾತ್ರಿಪಡಿಸಿಕೊಂಡ ನಂತರ ಐ.ಎನ್.ಎಚ್ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬೇಕು.

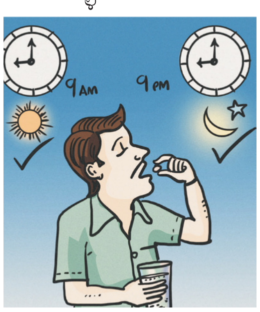
ಟಿಬಿ ಖಾಯಿಲೆ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿರುವವರಿಗೆ ಐಎನ್ಹೆಚ್ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬಾರದು

- ಎಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕಿತರಾದ ಮಕ್ಕಳು, ಟಿಬಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯದ ಟಿಬಿ ರೋಗಿಗಳ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದಿದ್ದಲ್ಲಿ/ ಅಥವಾ ಟ್ಯೂಬರ್ಕ್ಯೂಲಿನ್ ಚಮ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಪಾಸಿಟಿವ್ ಬಂದಿರುವ ಆದರೆ ಟಿಬಿ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿಲ್ಲದ ಎಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ನೀಡಬೇಕು.

ಟಿಬಿ ಎಚ್ಐವಿ ಸಹಸೋಂಕು ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಎಚ್ಐವಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಟಿಬಿ ಕಾಯಿಲೆ (ಸಹಸೋಂಕು) ಇರುವವರು **ART** ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಕಾಟ್ರಿಮಾಕ್ಸಾಲ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ (ಸಿಪಿಟಿ) ನಿರಂತರವಾಗಿ ಹಾಗೂ ವೈದ್ಯರು ಹೇಳುವವರಿಗೆ ಟಿಬಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

- ಅಲ್ಲದೆ ಎಲ್ಲ ಅವಕಾಶವಾದಿ ಸೋಂಕುಗಳಿಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಅದಕ್ಕೆ ಜೀವಮಾನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.



ಕೆಮ್ಮಿನ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ

- ✓ ಕರವಸ್ತ್ರ ಕಾಗದದಿಂದ ಬಾಯಿ ಮೂಗನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ✓ ಕರವಸ್ತ್ರ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಮೊಣಕೈಯನ್ನು ಮಡಿಸಿ ಅಡ್ಡವಿಟ್ಟು ಕೆಮ್ಮಬೇಕು. ಅಂಗೈ ಬಳಸಬಾರದು.
- ✓ ಪದೇ ಪದೇ ಕೆಮ್ಮುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮಾಸ್ಕ್ ಬಳಸಿ.
- ✓ ಆಗಾಗ ಕೈ ತೊಳೆಯಿರಿ, ಸಾಬೂನು ಬಳಸಿದರೆ ಉತ್ತಮ.
- ✓ ಎಲ್ಲೆಂದರಲ್ಲಿ ಕಫ ಉಗುಳಬಾರದು.

ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ

ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಔಷಧಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಬಹು ಮುಖ್ಯ.

- ದೇಹಕ್ಕೆ ಶಕ್ತಿ ನೀಡುವ ಅನ್ನ ಜೋಳದ ರೊಟ್ಟಿ ರಾಗಿಯ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಚಪಾತಿ ಮುಂತಾದುವುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ಪ್ರೋಟೀನ್ಯುಕ್ತ ಆಹಾರಗಳಿಂದ ಮೊಟ್ಟೆ, ಹಾಲು, ಮಾಂಸ, ಮೀನು ಇವುಗಳಿಂದ ಮಾಂಸಖಂಡಗಳು ಸಧೃಡವಾಗುತ್ತವೆ, ತೂಕ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.
- ಹಣ್ಣು ತರಕಾರಿಗಳು, ವಿಟಮಿನ್ ಮತ್ತು ಖನಿಜಾಂಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ– ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಗುಣವಾಗಲು ಇವು ಸಹಕಾರಿ.
- ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನೀರು ಮತ್ತು ಪಾನೀಯಗಳನ್ನುಸೇವಿಸಿ ದೇಹದ ಜಲಾಂಶ ನಷ್ಟವಾಗುವುದನ್ನು ಇವು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತದೆ.
- ಡಯಾಬಿಟಿಸ್, ಕಿಡ್ನಿ ತೊಂದರೆ ಹಾಗೂ ಲಿವರ್ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವವರು ವೈದ್ಯರು ಹೇಳಿದಂತೆ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾಗಿರಬೇಕು.

ಟಿಬಿ ರೋಗಿಯ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವವರಿಗೆ ತಪಾಸಣೆ

- ರೋಗಿಯ ಸಾಮೀಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಹೊತ್ತು ಕಳೆಯುವವರನ್ನು ವಯಸ್ಸಿನ ಭೇದವಿಲ್ಲದೇ "ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದವರು" ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.
- ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವವರನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ಬೇಗ ರೋಗ ಪತ್ತೆ ಮಾಡುವುದು. ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಪಡಬೇಕಾದ ಸಂಪರ್ಕಿತರನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವುದು. (6 ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳು ಹಾಗೂ ಹೆಚ್ಐವಿ ಸೋಂಕಿತರು)