

அத்தியாயம் 5

# HIV தொற்றிலிருந்து பாதுகாப்போம்

உங்களால் மாற்றத்தை  
உருவாக்கலாம்



# HIV/AIDS பதங்களின் விளக்கம்

## HIV

- Human- மனித
- Immuno Deficiency - நீர்ப்பீடனக் குறைபாட்டு
- Virus - வைரஸ்

## AIDS

- Acquired- பெற்ற
- Immuno Deficiency - நீர்ப்பீடனக் குறைபாட்டு
- Syndrome - நோய்க்குணங் குறிகள்

# HIV தொற்று நிலை

HIV தொற்று ஏற்பட்ட நிலை HIV+  
(positive) என அழைக்கப்படும்

HIV தொற்று இல்லை எனின் HIV -  
(negative) என அழைக்கப்படும்

# HIV, AIDS வேறுபாடு

- ❖ HIV தொற்று ஏற்பட்ட பின் உடலின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி படிப்படியாக குறையும்
- ❖ நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைவடையும் போது இலகுவில் வேறு நோய்கள் தாக்குகின்றன
- ❖ இவ்வாறு நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைந்த நோய்கள் பல தாக்கிய நிலை **AIDS** எனப்படும்

# ஆரம்பத்தில் கண்டறிதல்

- ❖ HIV தொற்று ஏற்பட்டு தொற்று கண்டு பிடிக்கப் படா விட்டால் AIDS நிலையை அடைய ஆண்டுகள் பல செல்லலாம் (8-10 வருடங்கள்).
- ❖ இந்த இடைக்காலப் பகுதியில் தொற்று பலருக்கு பரவலாம்
- ❖ தற்போதுள்ள HIV தொற்றுக்கு உரிய மருந்துகளால் AIDS நிலைக்கு உள்ளாகாமல் தடுக்க முடியும்

முகம் பார்த்து தொற்றுள்ளதை  
கண்டுபிடிக்கலாமா?



இல்லை



**Dr. Kamalika Abeyrathna**



**Hon Justice Edwin Cameron**



# Magic Johnson - basketball player







HIV வாழ்வது மனிதனில்  
தான்

# HIV அதிகமுள்ள உடல் திரவங்கள்

எனவே வைரஸ் கீழ்வரும் உடல் திரவங்களில் செறிந்து காணப்படுகிறது

- ❖ குருதி
- ❖ சுக்கிலப்பாயம்
- ❖ யோனித்திரவம்
- ❖ தாய்ப்பால்

# குறைவாக உள்ள உடல் திரவங்கள்

- ❖ கண்ணீர்
- ❖ சலம்
- ❖ மலம்
- ❖ உமிழ்நீர்
- ❖ வியர்வை

# HIV தொற்றும் வழிகள்



**Unprotected sexual  
intercourse with  
an infected partner**

**Vertical transmission  
(from mother to child)**

- in utero
- during delivery
- breastmilk

**Injection drug use  
(rare: infected  
blood/blood products)**

**HIV infection**

# HIV தொற்றும் வழிகள் - உடலுறவு

இலங்கையில் தொற்றுக்குரிய முக்கிய காரணம்  
**பாதுகாப்பற்ற பாலியல் உறவு** (குத வழி, யோனி  
வழி, வாய்வழி)



# HIV தொற்றும் வழிகள் -தாயிலிருந்து குழந்தைக்கு

HIV தொற்றுடைய தாயிலிருந்து 3 நிலைகளின்  
போது குழந்தைக்கு HIV தொற்று பரவுகிறது.

**கருப்பையினுள் இருக்கும் போது**

**பிரசவத்தின் போது**

**தாய்ப்பாலூட்டும் போது**





# குருதி/ குருதி சம்பந்தப்பட்ட பொருட்கள்

- ❖ தொற்று நீக்கப்படாத ஊசிகளையும் புகுத்திகளையும் பகிர்ந்து பாவித்தல்
- ❖ இது போதைவஸ்து ஏற்றுபவர்களிடையே பொதுவாக காணப்படுகிறது
- ❖ குருதிப்பாய்ச்சலின் போது HIV தொற்றுவது பெரும்பாலான நாடுகளில் மிக அரிது



# HIV தொற்று ஏற்படாத நாளாந்த செயற்பாடுகள்



# சவர அலகுகள் பாவித்தல்

சவர அலகுகள் மூலம் HIV பரவுவது மிக அரிது

புதிய சவர அலகுகள் ஒவ்வொரு முறையும்  
பாவித்தல் வேண்டும்

# Window period- யன்னல் காலம்

- 1) HIV தொற்று ஏற்பட்ட பின் எதிரான பிற்பொருள் எதிரிகள் உடலில் உருவாகின்றன.
- 2) HIV பரிசோதனைகள் பிற்பொருள் எதிரிகளை மையமாக கொண்டு வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளன.
- 3) இந்த பிற்பொருள் எதிரிகள் உடம்பில் தோன்றுவதற்கு 2 கிழமை தொடக்கம் 3 மாதங்கள் வரை எடுக்கலாம்.  
**இது யன்னல் காலம் எனப்படும்**
- 4) இந்த காலப்பகுதியில் பரிசோதனையில் தென்படாவிட்டாலும் HIV தொற்றுள்ள ஒருவர் மற்றவர்களுக்கு தொற்றை கடத்த முடியும்.

# HIV தடுப்பு முறைகள்

உடலுறவை  
தவிர்த்தல்

Abstinence

பாலியல் துணை  
ஒருவருடன் மட்டும்  
உடலுறவு கொள்ளுதல்

Be faithful to one

பாதுகாப்பு உறையை  
பாவித்தல்

Condoms

# ஆண் பாதுகாப்பு உறை



# பெண் பாதுகாப்பு உறை





# தாய் - சேய் HIV தொற்றை தடுத்தல்

- ❖ கருத்தரிக்க முன் HIV இரத்தப் பரிசோதனையை மேற்கொள்ளுதல்
- ❖ கருத்தரித்த பின் HIV இரத்தப் பரிசோதனையை மேற்கொள்ளுதல்
- ❖ HIV தொற்று இருக்குமானால் பாலியல் நோய் தடுப்பு நிலையத்திற்கு சமூகமளிக்க வேண்டும்
- ❖ HIV தொற்றுக்கு எதிரான மருந்துகளை வைத்தியர் நியமித்தவாறு உட்கொள்ள வேண்டும்

# தாய் - சேய் HIV தொற்றை தடுத்தல்

- ❖ வைத்தியக் குழுவின் ஆலோசனப்படி பிரசவத்தை மேற்கொள்ள வேண்டும்
- ❖ குழந்தை பிறந்த பின் தாய்ப்பால் ஊட்டுவதை தடுக்க வேண்டும்
- ❖ குழந்தையின் நிலை நிர்ணயிக்கப்படும் வரை தாயும் சேயும் சிகிச்சை நிலையத்திற்கு சமூகமளிக்க வேண்டும்
- ❖ தாய் பிரசவத்தின் பின்பும் தொடர்ந்து நியமித்த மருந்துகளை உட்கொள்ள வேண்டும்

# HIV தொற்றுக்குக் குரிய மருந்துகள்

பல் வேறு வகை



முறையாக எடுப்பது  
அவசியம்



# HIV தொற்றுகளுக்கிரிய மருந்துகள்

- ❖ HIV தொற்றுகளுக்கிரிய மருந்துகள் தற்போது பரந்த அளவில் பாவனையில் உள்ளது.
- ❖ மருந்துகள் வைரஸை முற்றாக அழிப்பதில்லை ஆனாலும் குருதியில் வைரஸை கண்டுபிடிக்க முடியாத அளவுக்கு கட்டுப்படுத்துகின்றன.
- ❖ இதனால் HIV தொற்றுள்ள ஒருவர் நீண்ட நாட்கள் சிக்கல்கள் எதுவுமின்றி வாழ உதவுகிறது.
- ❖ வைரஸ் குருதியில் கண்டுபிடிக்க முடியாத அளவிற்கு குறையும் போது மற்றவர்களுக்கு HIV பரவும் தன்மையும் குறைகிறது.

# HIV குருதி பரிசோதனை

❖ எனவே ஆரம்பத்திலேயே HIV தொற்றுள்ளதை கண்டறிதல் நன்மை தரும்

❖ தொற்றுக்குரிய குருதி பரிசோதனையை மேற்கொள்ளுங்கள்

# HIV குருதி பரிசோதனை

இலவச **HIV**  
பரிசோதனைவசதிகள்  
சகல அரசு  
வைத்தியசாலைகளில்  
கிடைக்கும்

FREE  
Confidential  
**HIV** Testing



# நன்றி

