



এই সম্পর্কে আপনার যা জানা উচিত: এইচআইভি, প্রেপ, এবং আপনি

আপনি নিজে নিজের স্বাস্থ্য পরামর্শদাতা হন!

নিজেকে সুস্থ রাখতে সহায়তা করতে আপনার Medicaid সুবিধাগুলি ব্যবহার করুন।

এই Medicaid সুবিধাগুলি আপনাকে এইচআইভি সংক্রমণ প্রতিরোধে

সহায়তা করতে পারে:

- **চিকিত্সা পরিদর্শন**, যাতে আপনি এইচআইভি সংক্রমণের ঝুঁকি নিয়ে এবং প্রেপ আপনার জন্য সঠিক কিনা তা নিয়েও আপনার স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীর সাথে কথা বলতে পারেন।
- **প্রেপ ওষুধ**, যা নির্দেশ অনুসারে নেওয়া হলে এইচআইভি সংক্রমণ রোধ করতে সহায়তা করে।
- **প্রেপ সম্পর্কিত পরীক্ষণ**, আপনি সুস্থ থাকেন তা নিশ্চিত হওয়ার জন্য।

প্রেপ ঔষধ, চিকিত্সা পরিদর্শন, এবং প্রেপ ঔষধ গ্রহণের সাথে সম্পর্কিত পরীক্ষাগুলি আপনার অন্যান্য স্বাস্থ্য সুবিধা মতো আপনার Medicaid বীমার দ্বারা সুরক্ষিত।

আপনার সুবিধাগুলির ব্যবহার সম্পর্কে আপনার যদি কোন প্রশ্ন থাকে তবে আপনার মেডিকেড কার্ডে তালিকাভুক্ত ফোন নম্বরটিতে কল করুন।

প্রেপ সম্পর্কে আরো জানতে www.prepforsex.org পরিদর্শন করুন।

এইচআইভি-কে বোঝা আপনি কি জানেন...?

- হিউম্যান ইমিউনোডেফিসিয়েন্সি ভাইরাস (Human Immunodeficiency Virus, HIV) এমন একটি ভাইরাস যা শরীরের প্রতিরক্ষা প্রণালীকে আক্রমণ করে।
- বর্তমানে, এইচআইভির কোন নিরাময় নেই। কেউ এইচআইভি দ্বারা আক্রান্ত হলে তার কাছে এটি আজীবন থেকে যায়।
- আনুমানিক 1.2 মিলিয়ন আমেরিকান যাদের বয়স 13 বছর বা তার চেয়ে বেশি তারা এইচআইভি আক্রান্ত হয়ে জীবন কাটাচ্ছে।¹
- কনডম ছাড়া সেক্স করলে আপনার এইচআইভি হতে পারে। শরীরে ড্রাগ ইনজেক্ট করার জন্য ব্যবহৃত সিরিঞ্জ, সূঁচ এবং অন্যান্য জিনিসগুলি অন্যের সাথে ভাগ করলেও আপনার এইচআইভি হতে পারে।
- আপনার এইচআইভি আছে কিনা তা নিশ্চিতরূপে জানার জন্য একমাত্র উপায় হল এইচআইভি পরীক্ষা করানো।

প্রেপ দ্বারা এইচআইভি প্রতিরোধ

- পি-এক্সপোজার প্রফিল্যাক্সিস (PrEP) হল একটি সিঙ্গেল-ট্যাবলেট মেডিকেশন যা এইচআইভি প্রতিরোধ করে যদি আপনি ভবিষ্যতে এইচআইভি দ্বারা সংক্রমিত হন।
- যে হিসাবে প্রেসক্রাইব করা আছে সেই হিসাবে গ্রহণ করা হলে, প্রেপ ভাল কাজ করে, এইচআইভি নেগেটিভ ব্যক্তিদের মধ্যে 99 শতাংশ পর্যন্ত এইচআইভি হওয়ার ঝুঁকিকে হ্রাস করতে।
- প্রেপ কেবলমাত্র এমন লোকদের জন্য যারা এইচআইভি-এর সাথে জীবনযাপন করছেন না প্রেপ শুরু করার আগে এইচআইভি পরীক্ষা করা দরকার। এটি নেওয়ার সময় প্রতি তিন মাসে এইচআইভি পরীক্ষার পুনরাবৃত্তি করা উচিত।
- আপনি যদি গর্ভনিরোধক ব্যবহার করে থাকেন, হরমোন খেরাপি করে থাকেন, গর্ভবতী বা এমনকি বুকের দুধ পান করান তবে আপনি নিরাপদে প্রেপ নিতে পারেন।

আপনি কি করতে পারেন?



এইচআইভির জন্য আপনার ঝুঁকি নিয়ে এবং আপনার জন্য প্রেপ সঠিক কিনা তা নিয়েও আপনার স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীর সাথে কথা বলুন।



যদি আপনার স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারী প্রেপ প্রেসক্রাইব করে থাকেন, সময়সূচী অনুযায়ী আপনাকে প্রেপ নিতে সহায়তা করার উপায় সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করুন।



প্রেপ ঔষধ গ্রহণের ক্ষেত্রে এইচআইভি পরীক্ষা করার জন্য, এবং চিকিত্সা পরিদর্শন অনুসরণ করার জন্য আপনার স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীর নির্দেশাবলী অনুসরণ করুন।



প্রেপ অন্যান্য যৌনবাহিত সংক্রমণ রোধ করে না। স্বাস্থ্য-সম্পর্কিত অন্যান্য সমস্যাগুলি রোধ করতে কন্ডম, পরিষ্কার সূঁচ এবং পরিষ্কার ইনজেকশনের ব্যবহার করুন। যৌনবাহিত সংক্রমণগুলির জন্য নিয়মিত নিজেকে পরীক্ষা করুন।



আপনি যদি ভাবেন যে আপনি ইতিমধ্যে এইচআইভি-র সংস্পর্শে এসেছিলেন, অবিলম্বে চিকিত্সা করানোর ক্ষেত্রে যত্ন নিন। পোস্ট-এক্সপোজার প্রফিল্যাক্সিস (post-exposure prophylaxis, PEP) সম্পর্কে পেশাদার চিকিত্সকদের সাথে কথা বলুন বা পিইপি হটলাইনে কল করুন:

নিউ ইয়র্ক সিটিতে:
844-3-PEPNYC (844-373-7692)
নিউ ইয়র্ক সিটির বাইরে:
844-PEP4NOW (844-737-4669)

¹ <https://www.cdc.gov/hiv/statistics/overview/index.html>