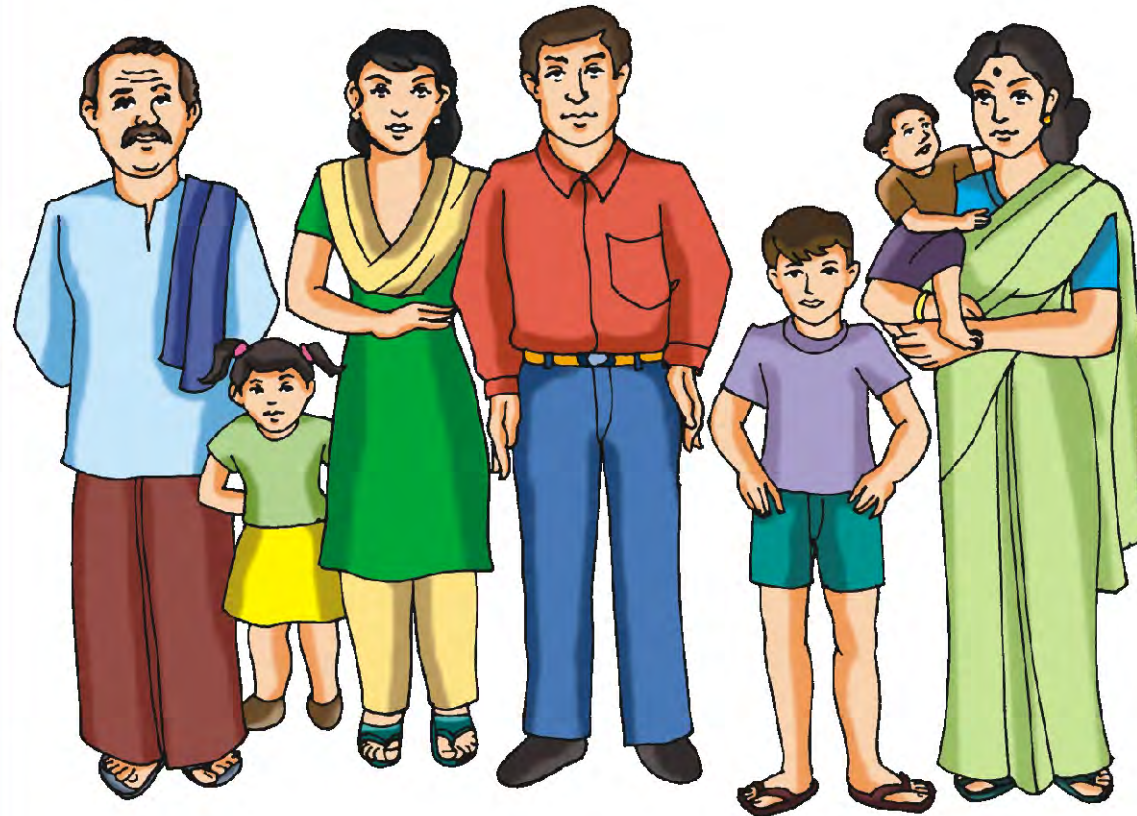


Myths and Facts about HIV/AIDS

a practical guide to prevention, health & life

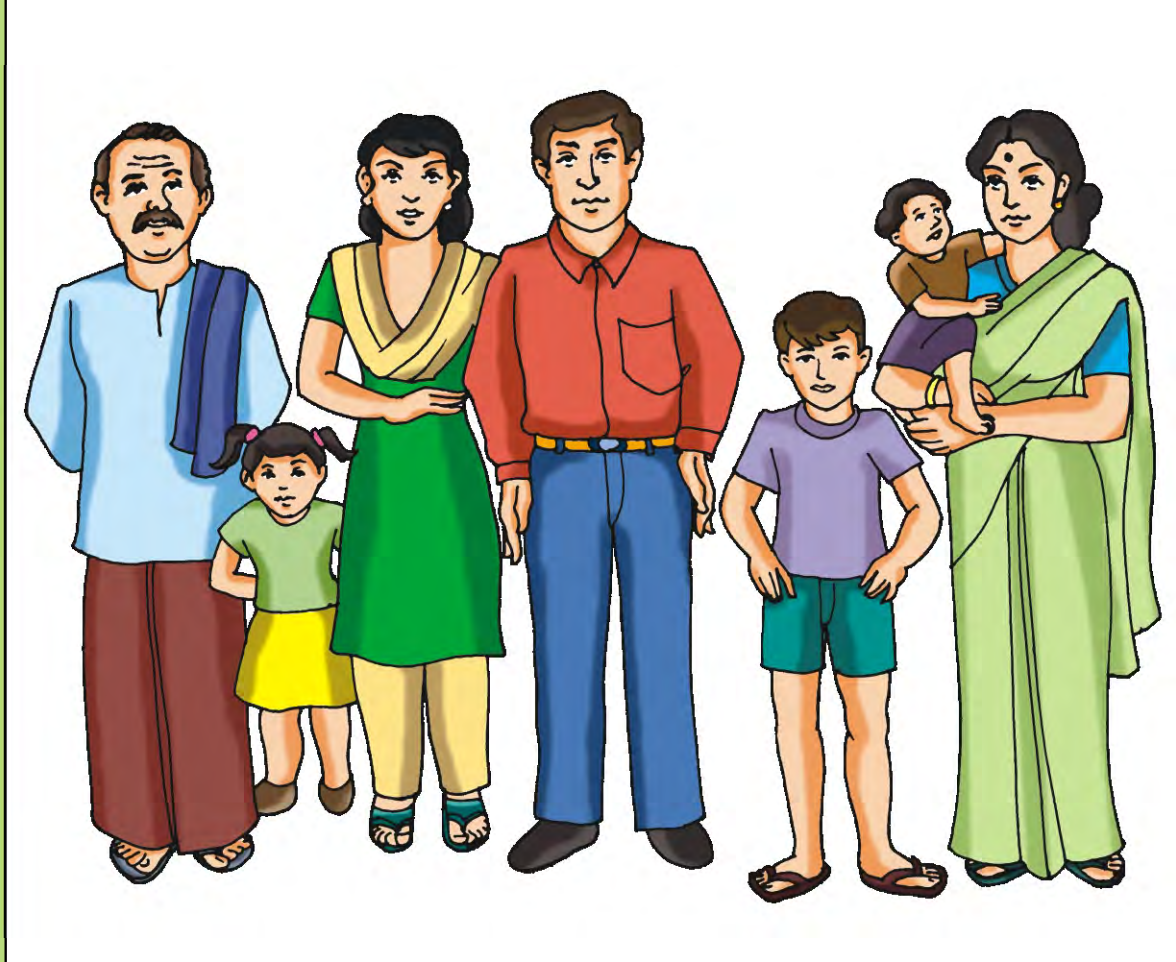


PART 1: HIV PREVENTION



एच. आय. व्ही. एड्स विषयी गैरसमज आणि वास्तवता

प्रतिबंध, स्वास्थ्य आणि जीवनाचा एक व्यवहारिक मार्ग



भाग 1 – एच.आय.व्ही. प्रतिबंध





About HIV and AIDS - एच.आय.व्ही. आणि एड्स विषयी

Talk about HIV and AIDS

The more you talk about HIV and AIDS, the more you will understand its nature, and the more you will save lives.

एच.आय.व्ही. आणि एड्स विषयी चर्चा करणे.

एच.आय.व्ही. विषयी सखोल चर्चा करुन माहिती मिळवल्याने लोकांचा एच.आय.व्ही. ने बाधा होण्याचा धोका टळेल व त्यामुळे इतर ही लोक सुरक्षित राहतील व त्यांचे जीव वाचतील.



1



2



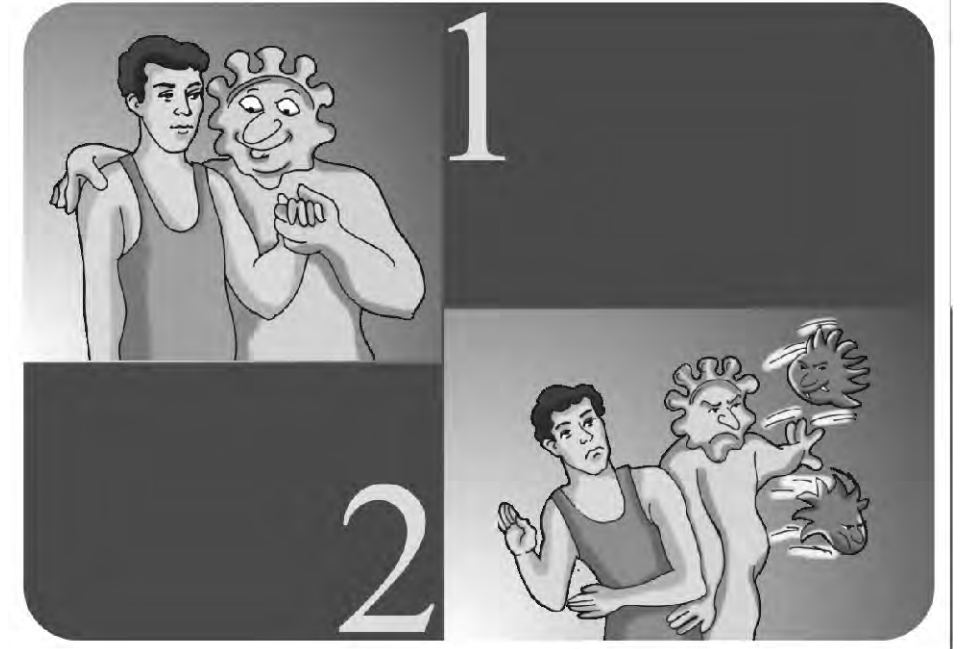
About HIV and AIDS - एच.आय.व्ही. आणि एड्स विषयी:

What is HIV?

HIV is a small germ known as a virus. HIV weakens the body and makes it unable to fight sickness.

This is how it does it:

1. Our bodies are normally protected by white blood cells against diseases.
2. White blood cells help fight diseases that attack our bodies.



एच.आय.व्ही. म्हणजे काय?

एच.आय.व्ही. (ह्यूमन इम्युनोडेफिशिएंसी वायरस) हे एक प्रकारच्या विषाणूचे नांव आहे. एच.आय.व्ही. हा विषाणू शरीराला कमजोर बनवतो आणि रोगांपासून लढण्यासाठी असमर्थ बनवतो.

ते अशाप्रकारे होते:

१. साधारणतः मानवी शरीरातील सफेद रक्तपेशी रोगांच्या

विरोधात संरक्षण देतात.

२. शरीराची प्रतिकारशक्ती वाढवून शरीरावर हमला करणाऱ्या रोगांशी लढण्यासाठी ह्या सफेद रक्तपेशी मदत करतात.

3



4

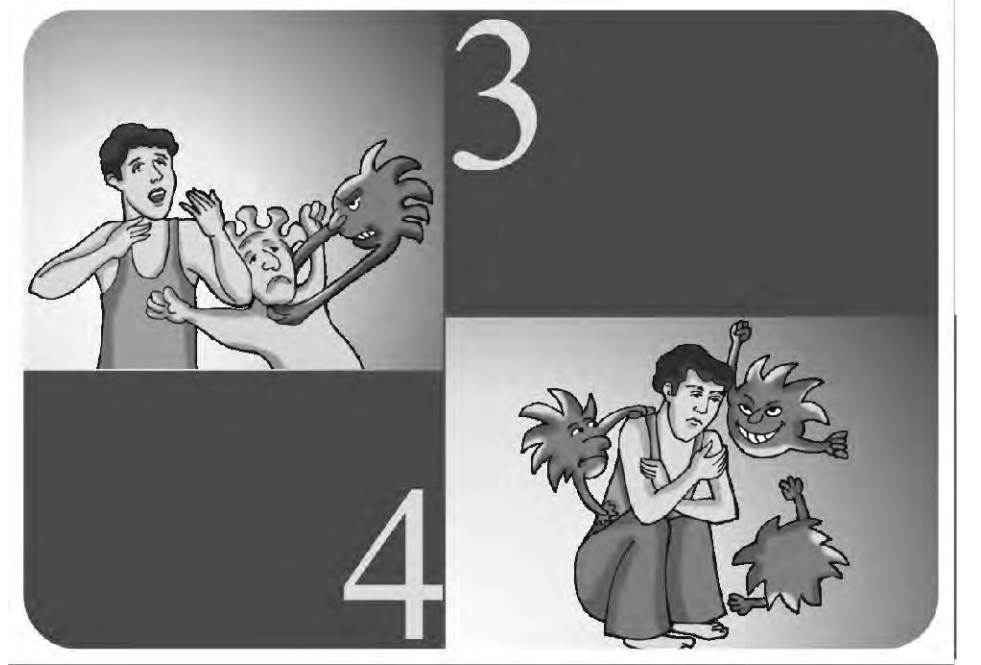
About HIV and AIDS - एच.आय.व्ही. आणि एड्स विषयी:

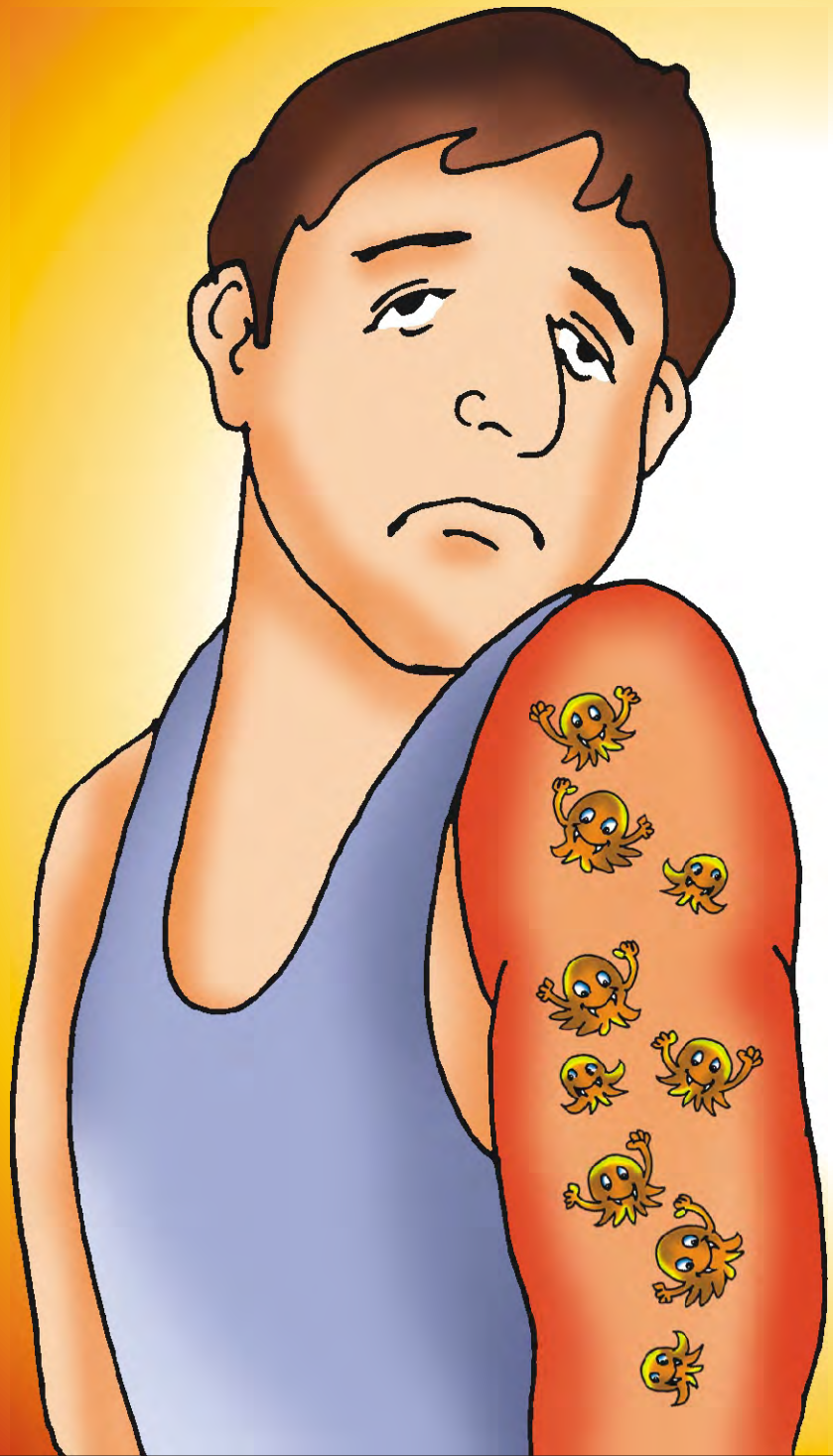
What is HIV?

3. However, HIV is stronger than the white blood cells. HIV attacks and kills the white blood cells.
4. When our bodies no longer have enough white blood cells to protect them, diseases can attack us and eventually kill us.

एच.आय.व्ही. काय आहे?

३. रक्तातील सफेद जीवपेशींपेक्षा एच.आय.व्ही. हा विषाणू सामर्थ्यवान आहे. त्यामुळे एच.आय.व्ही. ते विषाणू शरीरावर हमला करतात व सफेद रक्त पेशींना मारून टाकतात.
४. जेव्हा शरीरामध्ये जास्त सफेद रक्त पेशी सुरक्षा देण्यासाठी उपलब्ध नसतात तेव्हा कांही रोग शरीरावर हमला करतात व अखेरीस जीव घेऊ शकतात.





H

I

V



About HIV and AIDS - एच.आय.व्ही. आणि एड्स विषयी:

What does HIV mean?

HIV stands for:

HUMAN: It affects human beings.

IMMUNODEFICIENCY: Is a condition in which the immune system, consisting of white blood cells, is not working and the body cannot fight disease germs.

VIRUS: An organism that causes infection.

HIV is the name of the virus. When somebody is HIV-positive, it means the virus is present in his/her body and blood. It does not necessarily mean that the person is ill.

एच.आय.व्ही. चा अर्थ काय आहे?

एच.आय.व्ही. म्हणजे ह्यूमन इम्युनोडेफिशिएंसी वायरस

ह्यूमन - ह्याचा परिणाम मानव जाती वर होतो.

इम्युनोडेफिशिएंसी - ह्या अवस्थेत रक्तातील पांढऱ्या पेशींची संख्या कमी होऊन व्यक्तीची रोगप्रतिकारक शक्ती व

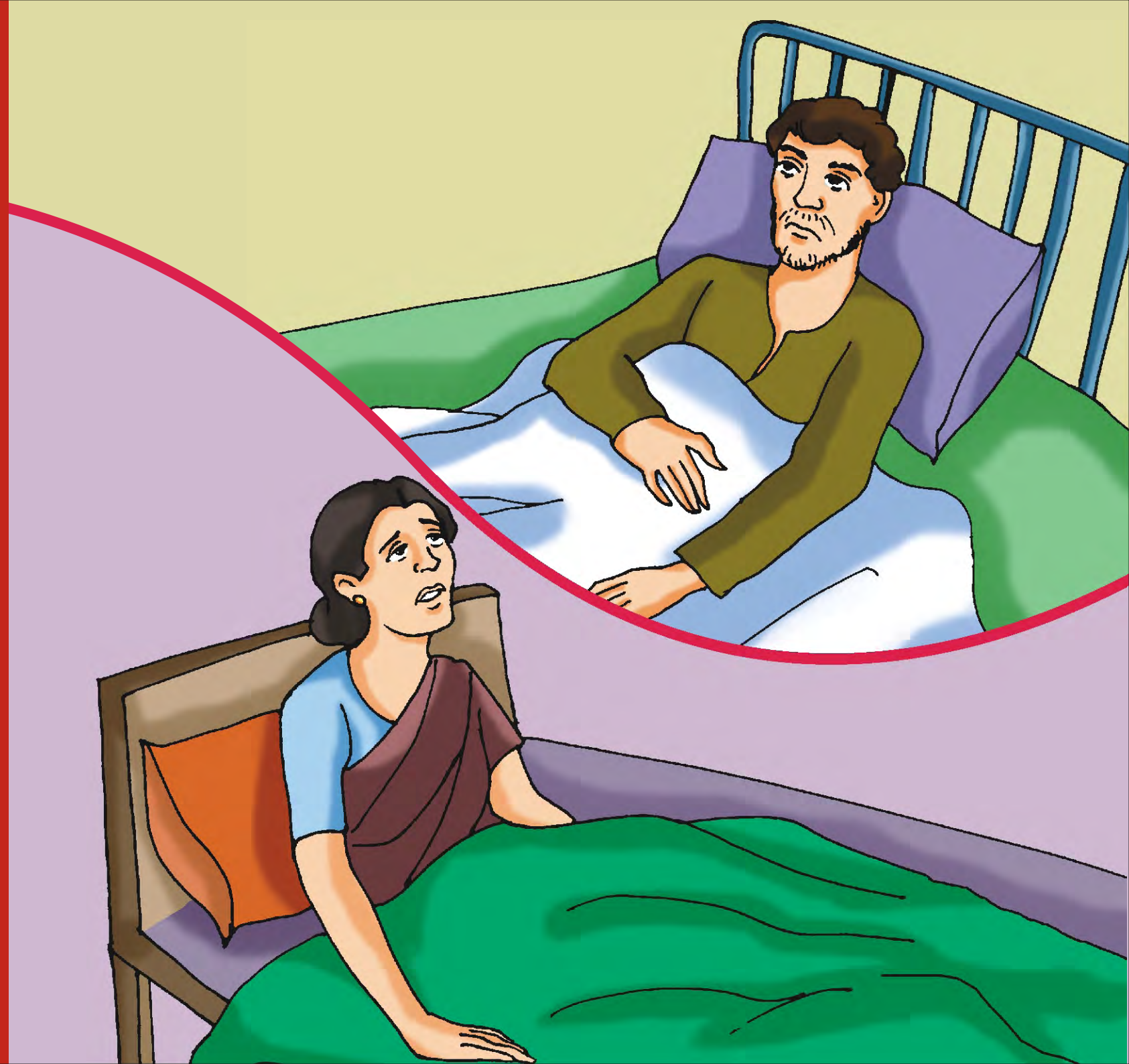


कार्यक्षमता घटते आणि शरीर रोगजंतूशी सामना करू शकत नाही.

वायरस - म्हणजे एक प्रकारे रोग पसरविणारा विषाणू आहे.

एच.आय.व्ही. (ह्यूमन इम्युनोडेफिशिएंसी वायरस) हे अशा एका विषाणूचं नांव आहे. एखादी व्यक्ती एच.आय.व्ही. ने बाधीत असेल तरीही त्या व्यक्तीमध्ये रोगलक्षणं लगेचच आढळतील असे नाही व ती व्यक्ती आजारी आहे असे म्हणता येणार नाही.

A I D S



About HIV and AIDS - एच.आय.व्ही. आणि एड्स विषयी:

What does AIDS mean?

AIDS stands for:

ACQUIRED: You get it from somebody else.

IMMUNE: It affects the immune system, the white cells of your body that fight disease.

DEFICIENCY: The immune system no longer works well.

SYNDROME: Not just a single illness, but many different symptoms and infections develop because the immune system cannot fight off other diseases.

एच.आय.व्ही. चा अर्थ काय?

एड्स म्हणजे (अक्वायर्ड इम्युनोडेफिशिएंसी सिंड्रोम)

प्राप्त करणे : या रोगाची लागण दूसऱ्या बाधीत व्यक्तीकडून होऊ शकते.

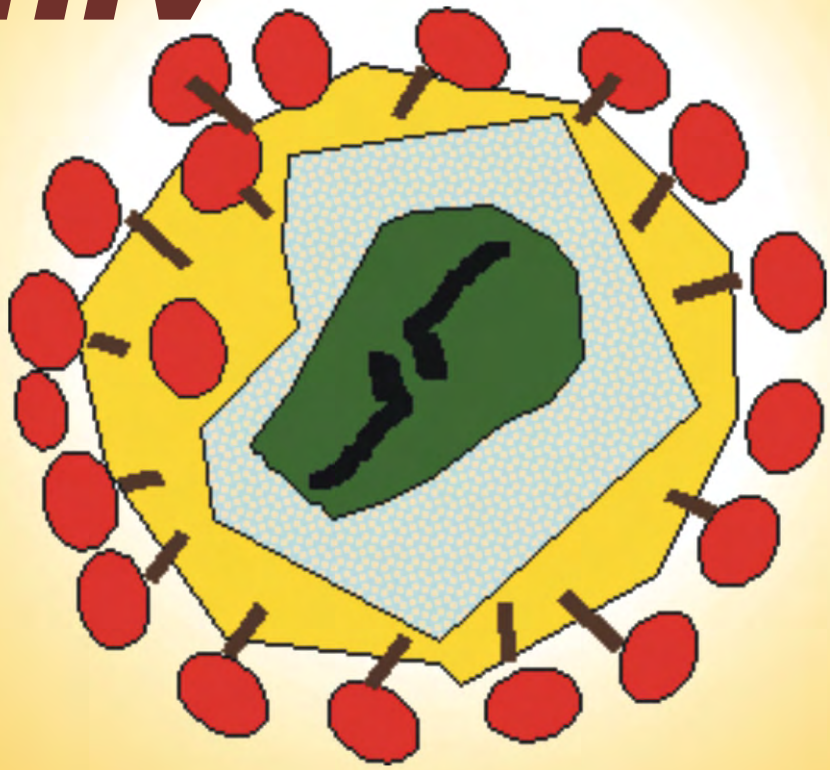
इम्युनोडेफिशिएंसी - या रोगामध्ये ह्या जंतूमुळे



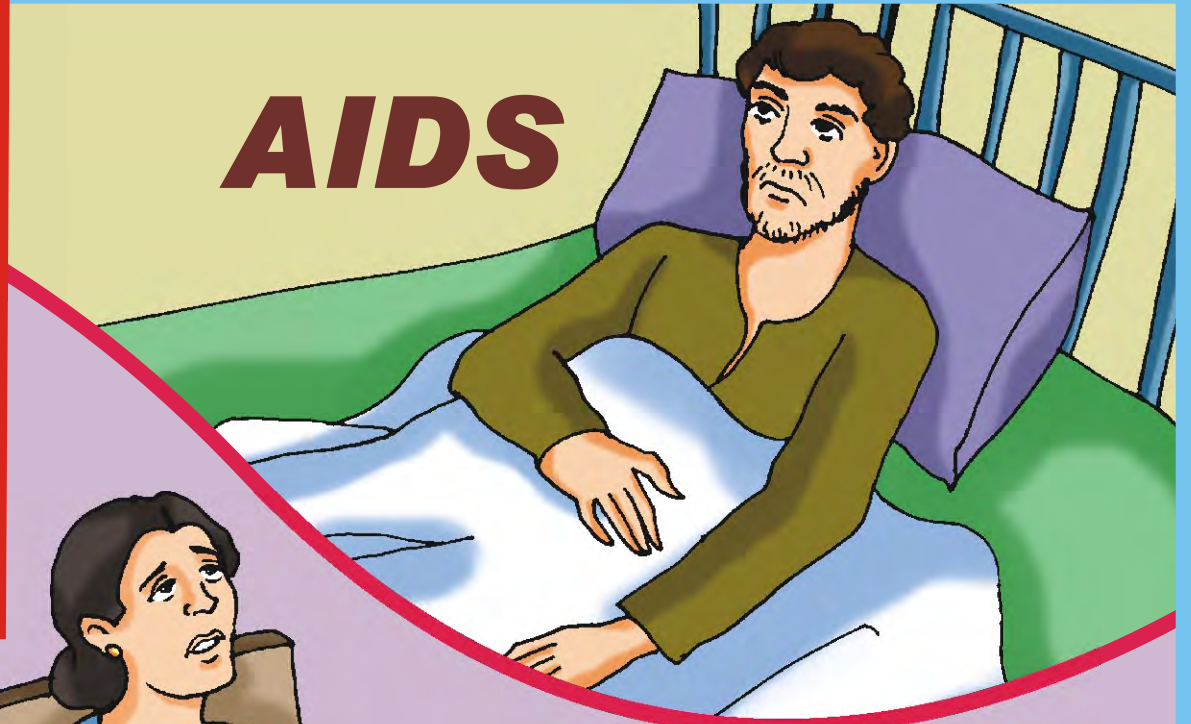
पांढऱ्या पेशींवर आघात झाल्याने रोगप्रतिकारक शक्ती कमी होते.

सिंड्रोम - यामध्ये बऱ्याच प्रकारच्या लक्षणांचा समूह आढळतो व रोगप्रतिकारक शक्ती कमी झाल्यामुळे शरीर इतर रोगजंतूचा सामना करू शकत नाही व त्यामुळे इतर रोगांचा संसर्ग होण्याचा संभाव्य धोका आढळतो.

HIV



AIDS



About HIV and AIDS - एच.आय.व्ही. आणि एड्स विषयी:

What is the difference between HIV and AIDS?

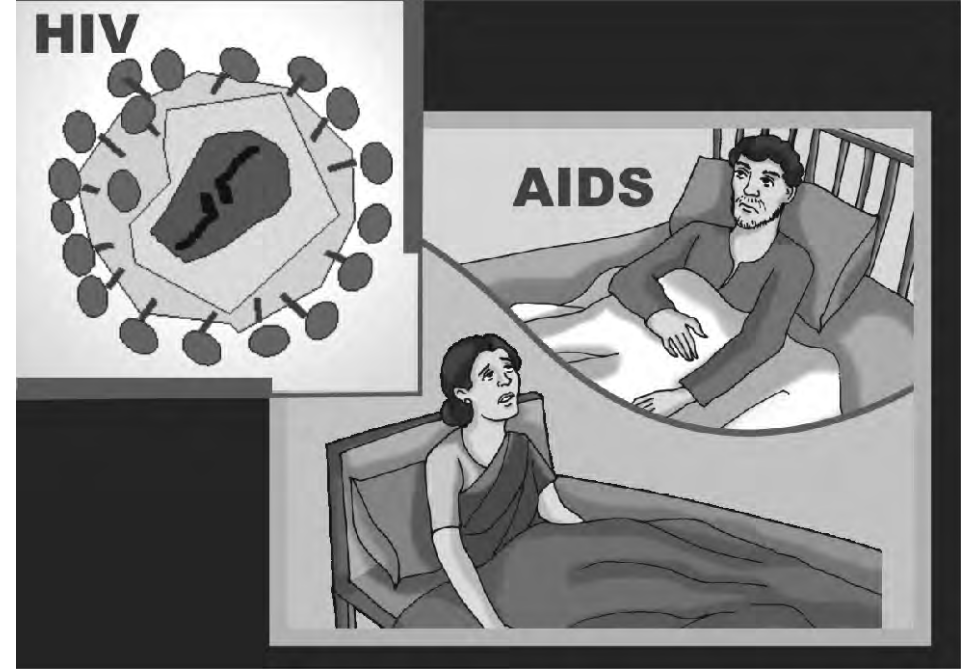
HIV: Is the name of the virus (or germ).

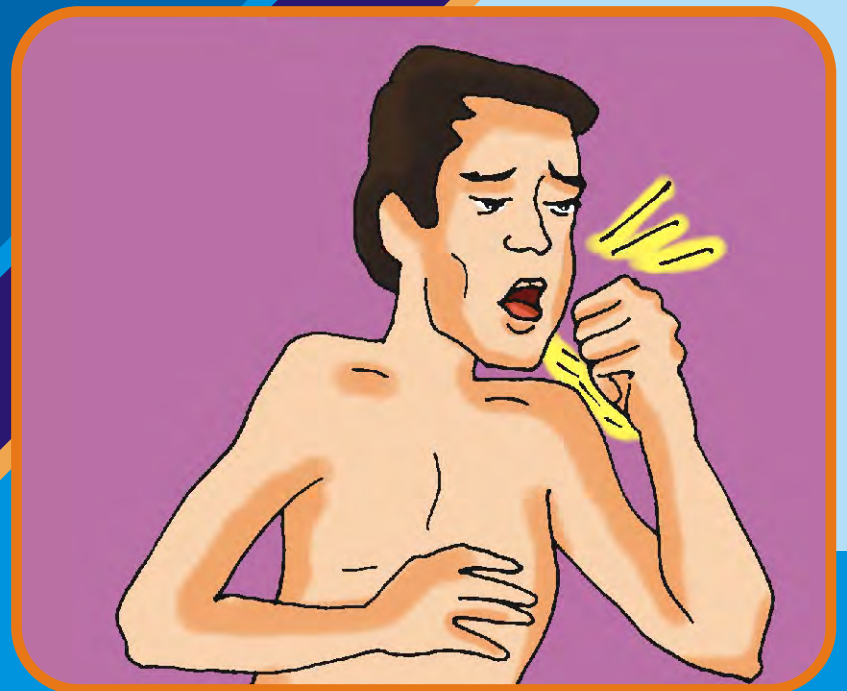
AIDS: Is the name of the condition or illnesses that people infected with HIV develop.

एच.आय.व्ही. आणि एड्स मध्ये काय फरक आहे?

एच.आय.व्ही. - हे एका विषाणूचे नांव आहे.

एड्स - एच.आय.व्ही. ह्या विषाणूंच्या बांधेमुळे होणारा रोग किंवा अवस्था.





Symptoms - लक्षणें

What are the symptoms of AIDS?

People with AIDS get many other sicknesses such as:

- Diarrhoea
- Fever
- Skin rash
- Tuberculosis

They also lose weight and are generally weak.

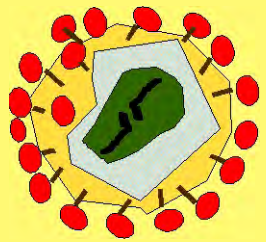


एड्स ची कोणती लक्षणें आहेत?

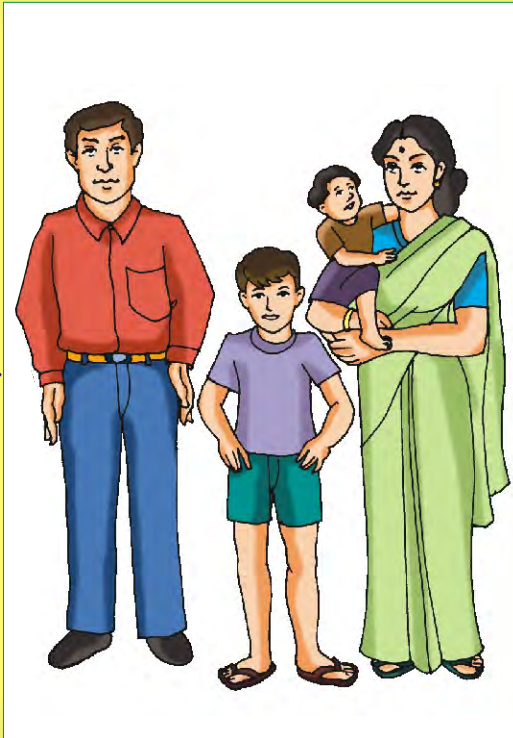
एड्सने बाधीत झालेल्या व्यक्तींना खालील लक्षणें किंवा रोग आढळतात. जसे की;

- हगवण
- ताप

- शरीरावर व्रण (निशाणी)
- वजन कमी होणे व अशक्तपणा
- टि.बी.



HIV



5 - 10 YEARS

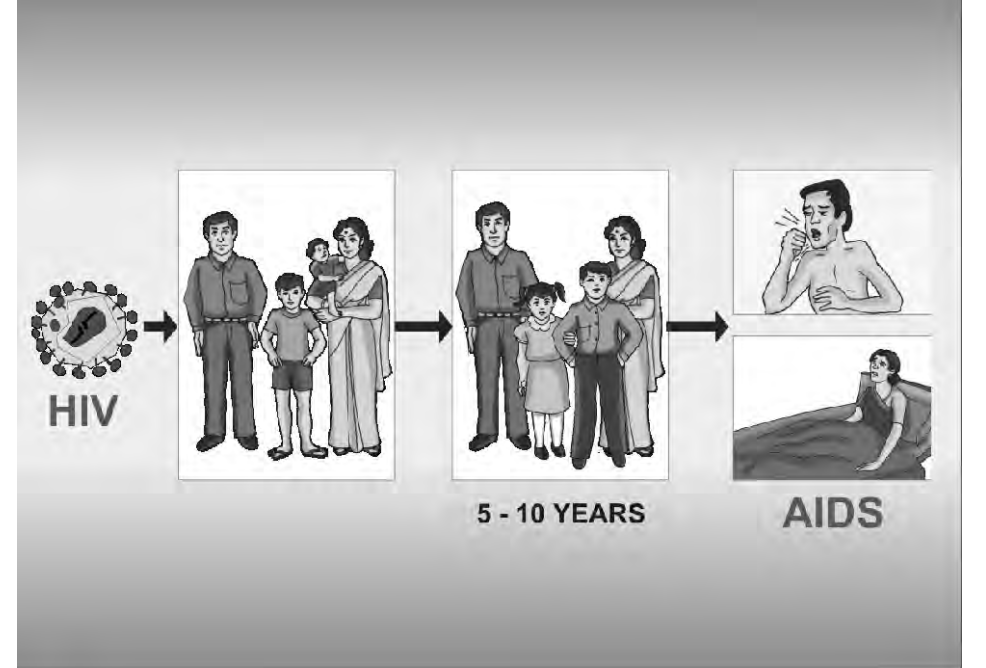


AIDS

Progression of AIDS - एड्स ची वाढ:

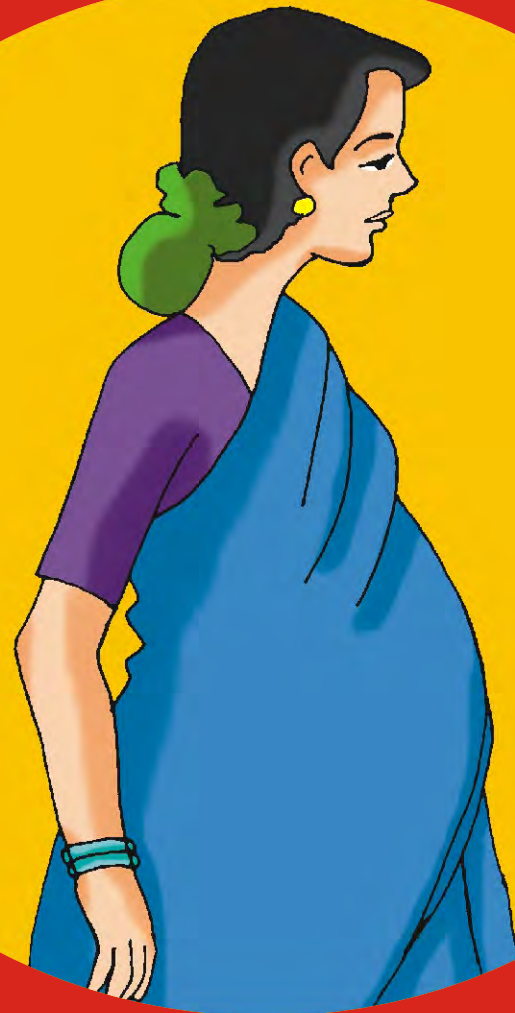
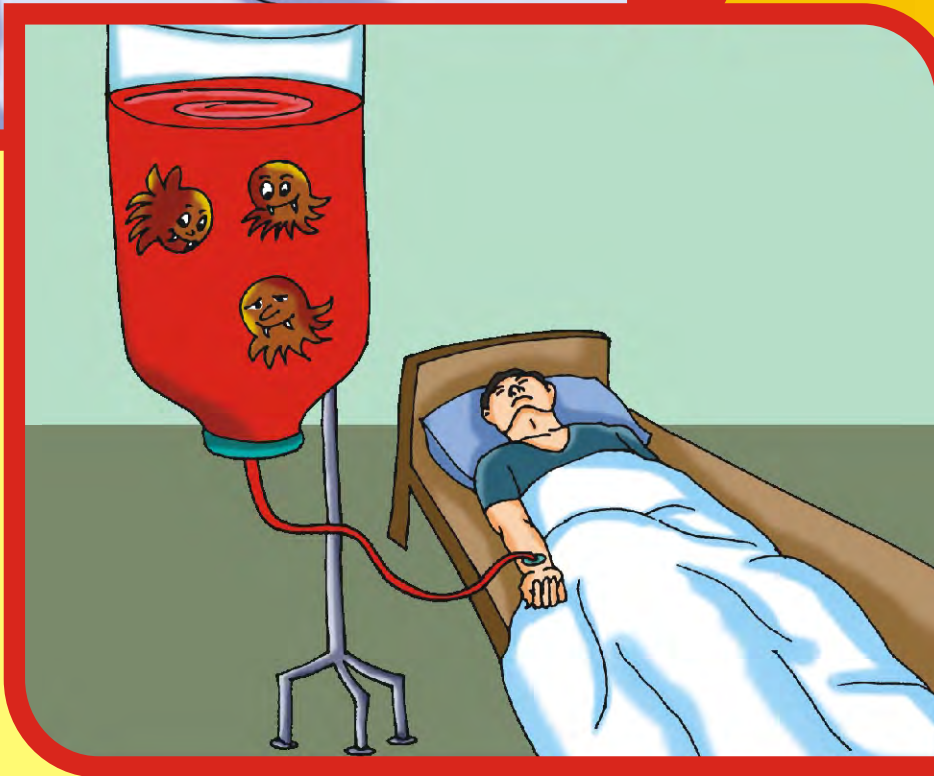
Time to develop AIDS:

When a person becomes HIV-infected, it takes usually about 5 to 10 years before symptoms of AIDS develop. Babies and children often develop the disease faster. During those first years, an HIV-infected person can look totally healthy.



एड्सच्या वाढीचा वेळ:

एच.आय.व्ही. बाधीत व्यक्तींमध्ये एड्स च्या लक्षणांची सुरुवात होण्यास कधीं कधीं ५ - १० वर्षांचा कालावधी जातो. जन्मजात व इतर वयोगटांतील मूलें ह्यांमध्ये ह्या रोगांची वाढ जास्त जोरात होते. सुरुवातच्या वर्षांमध्ये, एच.आय.व्ही. बाधीत व्यक्तीं संपूर्णतः निरोगी वाटते.



HIV Transmission - एच.आय.व्ही. चा प्रसार

How HIV is spread:

HIV is found in blood and sexual fluids of both men and women.

It is spread in three main ways:

- Sex
- Blood
- Mother-to-child

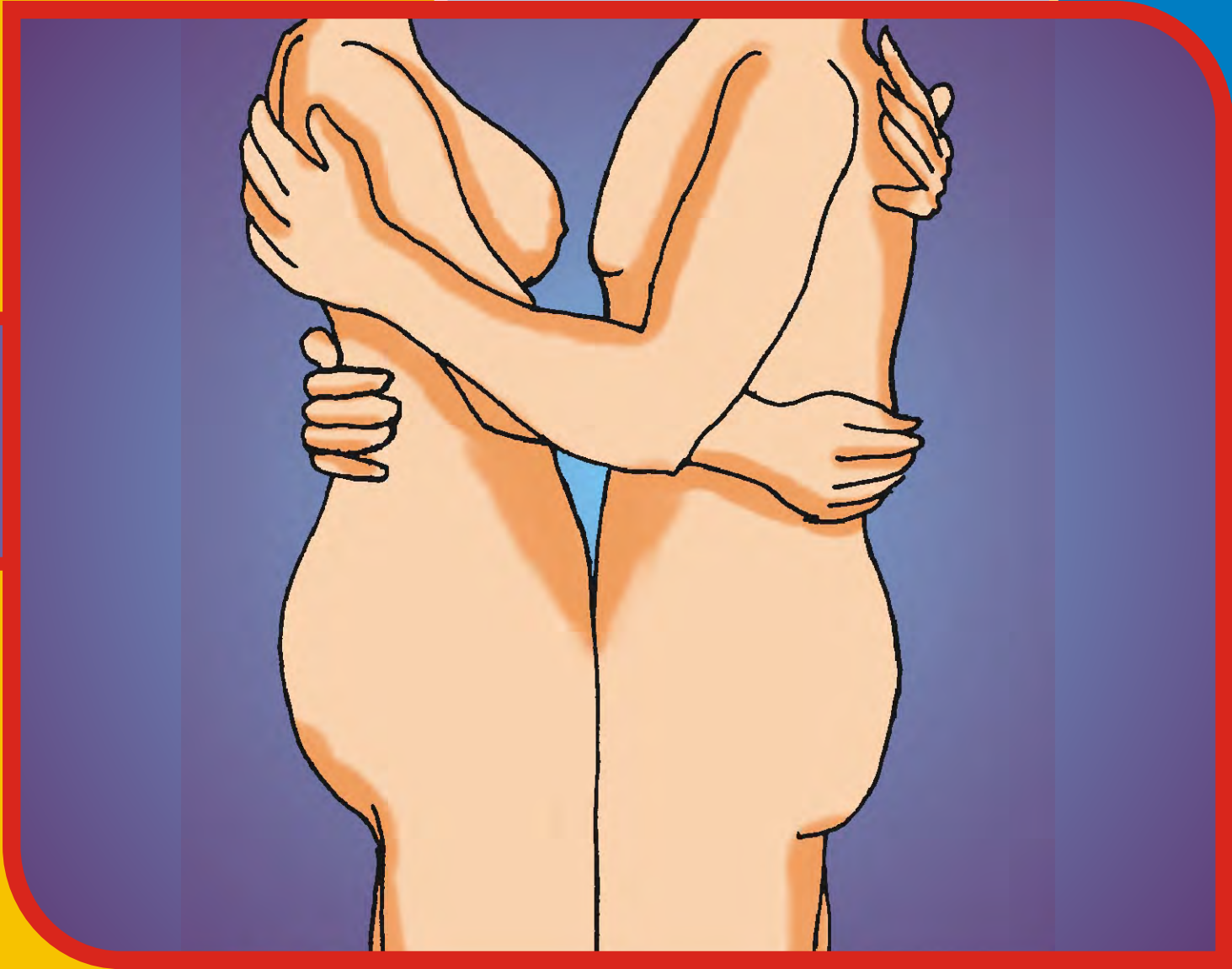
एच.आय.व्ही. कसा पसरतो?

हे विषाणू प्रामुख्याने स्त्री, पुरुष व मुले ह्यांच्या रक्तामध्ये किंवा स्त्री-पुरुषांच्या लैंगिक अवयवामध्ये म्हणजे अनुक्रमेण योनिमार्गातील स्रावामध्ये किंवा वीर्यामध्ये आढळतात.

ह्या रोगचा प्रसार विशेषतः ३ मार्गांनी होतो.

१. असुरक्षित लैंगिक संबंध
२. रूक्त
३. आईपासून बाळाला





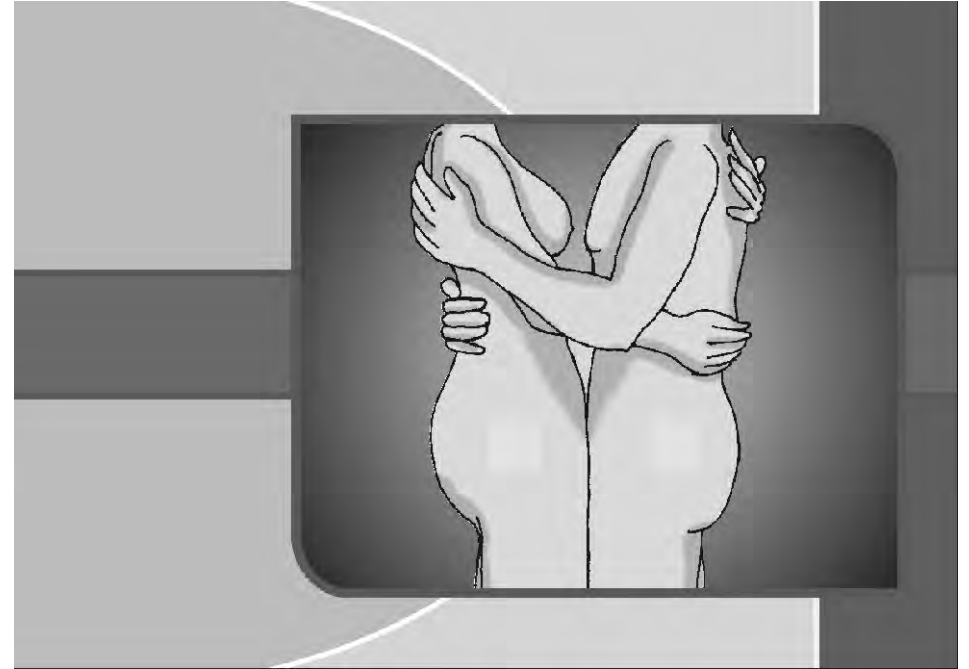
HIV Transmission - एच.आय.व्ही. चा प्रसार

How HIV is spread through sex:

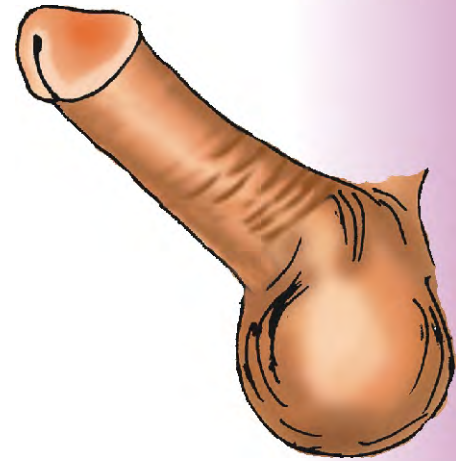
- During unprotected sex, HIV can enter the body through the lining of the vagina, penis, rectum, or mouth.
- A man can also get HIV from having unprotected sex with another man who is already HIV-infected.
- Unprotected sex is any form of penetration (vaginal, anal, oral) without a condom!

एच.आय.व्ही. लैंगिक संबंधाद्वारे कसा पसरतो?

- असुरक्षित (निरोधचा योग्य वापर व करतां) लैंगिक संबंधाद्वारे योनिमार्ग, विर्य, गुदद्वार व तोंडामधील पातळ आवरणाला इजा झाल्यास एच.आय.व्ही. चा प्रसार होऊ शकतो.



- एच.आय.व्ही. बाधित व्यक्तीशी असुरक्षित शारिरिक संबंध ठेवल्यास दुसऱ्या व्यक्तीस एच.आय.व्ही. ची बाधा होऊ शकते.
- असुरक्षित शारिरिक संबंधांमध्ये (योनिमार्ग, गद्वार, तोंड) निरोध शिवाय आत येवू शकतो.



HIV Transmission - एच.आय.व्ही. चा प्रसार

Relative HIV risk of unprotected sexual acts:

Anal sex: Very High risk

Vaginal: High risk

Having other sexually transmitted infections (STIs) increases the risk of acquiring or transmitting HIV! Get immediate treatment for STIs and use condoms!

असुरक्षित लैंगिक संबंधाच्या तुलनेत होणारा एच.आय.व्ही. चा प्रसार

गुदद्वार शिश्न - जास्तीत जास्त धोका

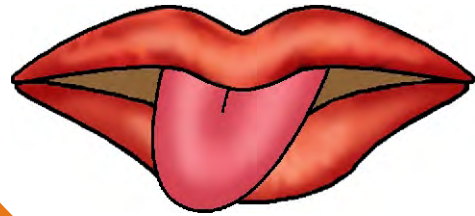
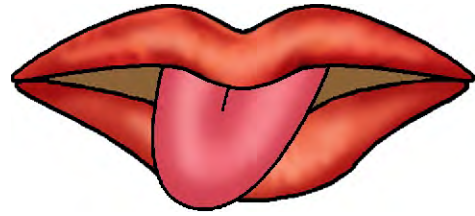
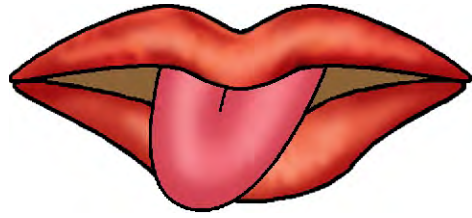
योनिमार्ग शिश्न - जास्त धोका

इतर लैंगिक संबंधातून होणाऱ्या आजारांमध्ये

एच.आय.व्ही. ची बाधा होण्याची जास्त शक्यता



असते. यासाठी या आजारांसाठी लवकरात लवकर उपचार करणे व हे आजार टाळण्यासाठी नेहमी निरोध वापरणे अतिशय गरजेचं आहे.



HIV Transmission - एच.आय.व्ही. चा प्रसार

Some risk of HIV transmission

Some risk - Oral-Penile sex (Fellatio).

It is best not to swallow the semen.

Some risk - Oral-Vaginal sex (Cunnilingus).

It is best to avoid sex during menstrual period.

Low risk – Oral-Anal sex (Rimming).

But high risk for other infections

(including parasites)!

In all these forms of oral sex, the risk is higher for the person using the mouth, especially if the mouth has sores. The risk can be reduced by using latex barriers (condom or dental dam).

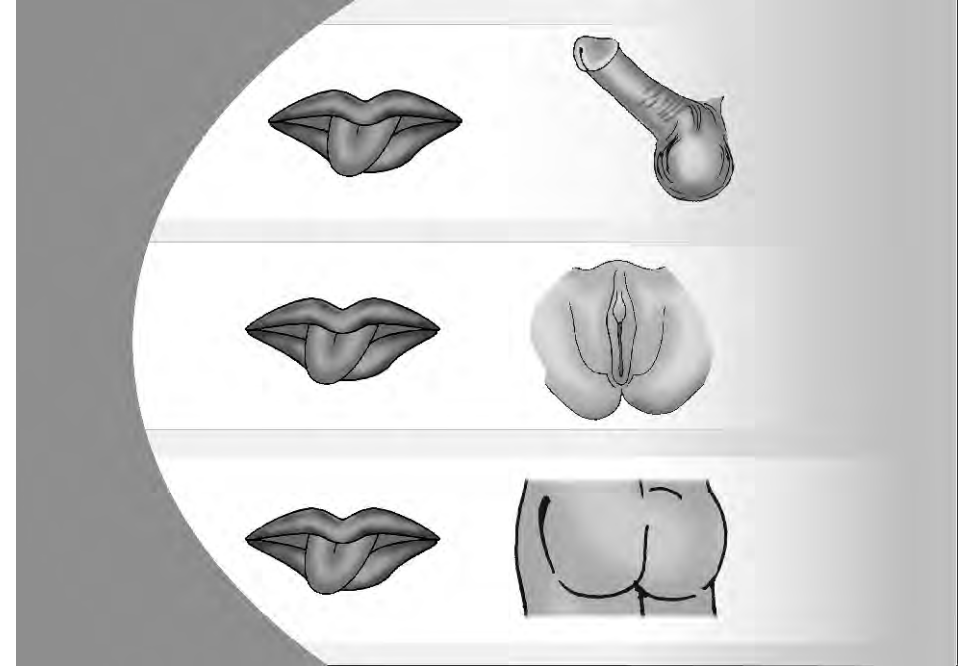
एच.आय.व्ही. प्रसारांचे कांही धोके

कांही धोका - तोंड जननेद्रिय अशा वेळी वीर्य गिळू नये.

कांही धोका - तोंड-योनिमार्ग लैंगिक संबंध

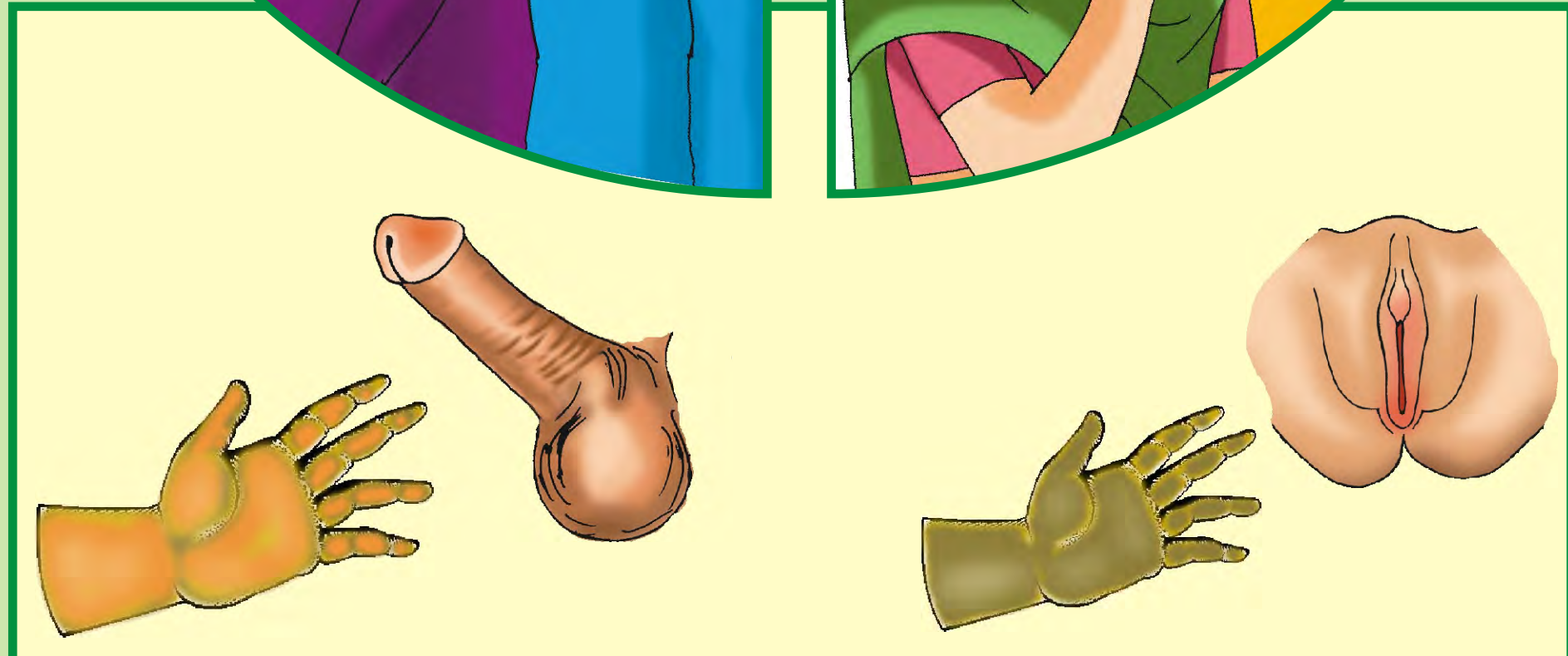
मासिक पाळीमध्ये शारीरिक संबंध टाळणे गरजेचे आहे.

कमी धोका तोंड गुदद्वार लैंगिक संबंध



ह्या मार्गाने झालेल्या लैंगिक संबंधात इतर रोगांचाही प्रसार होण्याचा धोका आहे.

तोंडाद्वारे होणाऱ्या लैंगिक संबंधामध्ये एखाद्या जोडीदारास तोंडावाटे जखम झालेली असेल तर एच.आय.व्ही. चा प्रसार लवकर होऊ शकतो. निरोध किंवा कच्च्या रबराच्या वस्तूंचे आवरण वापरल्यास हा धोका टाळता येतो.



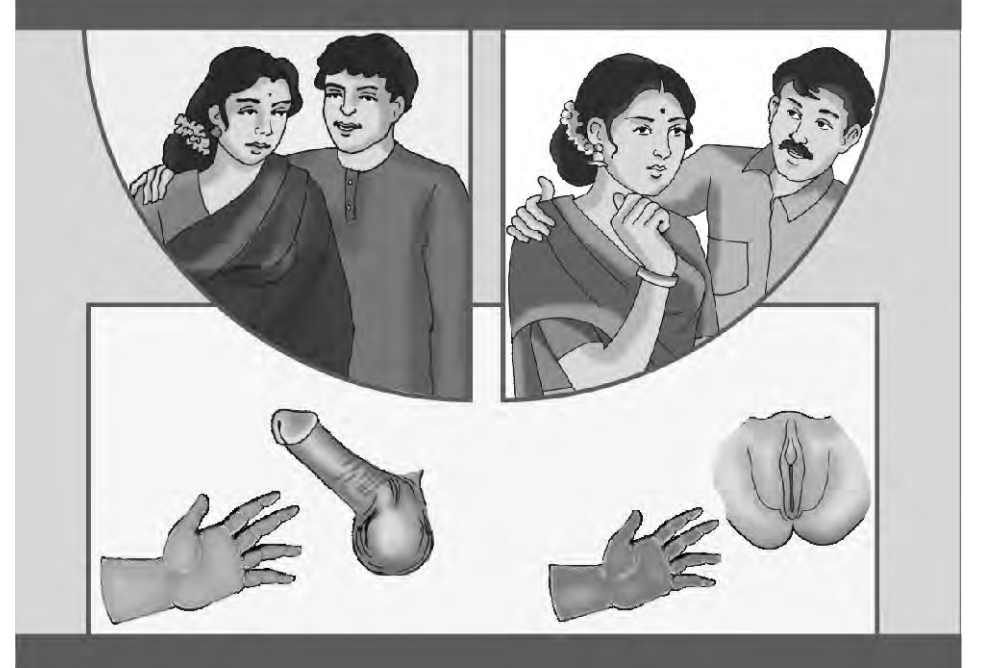
HIV Transmission - एच.आय.व्ही. चा प्रसार

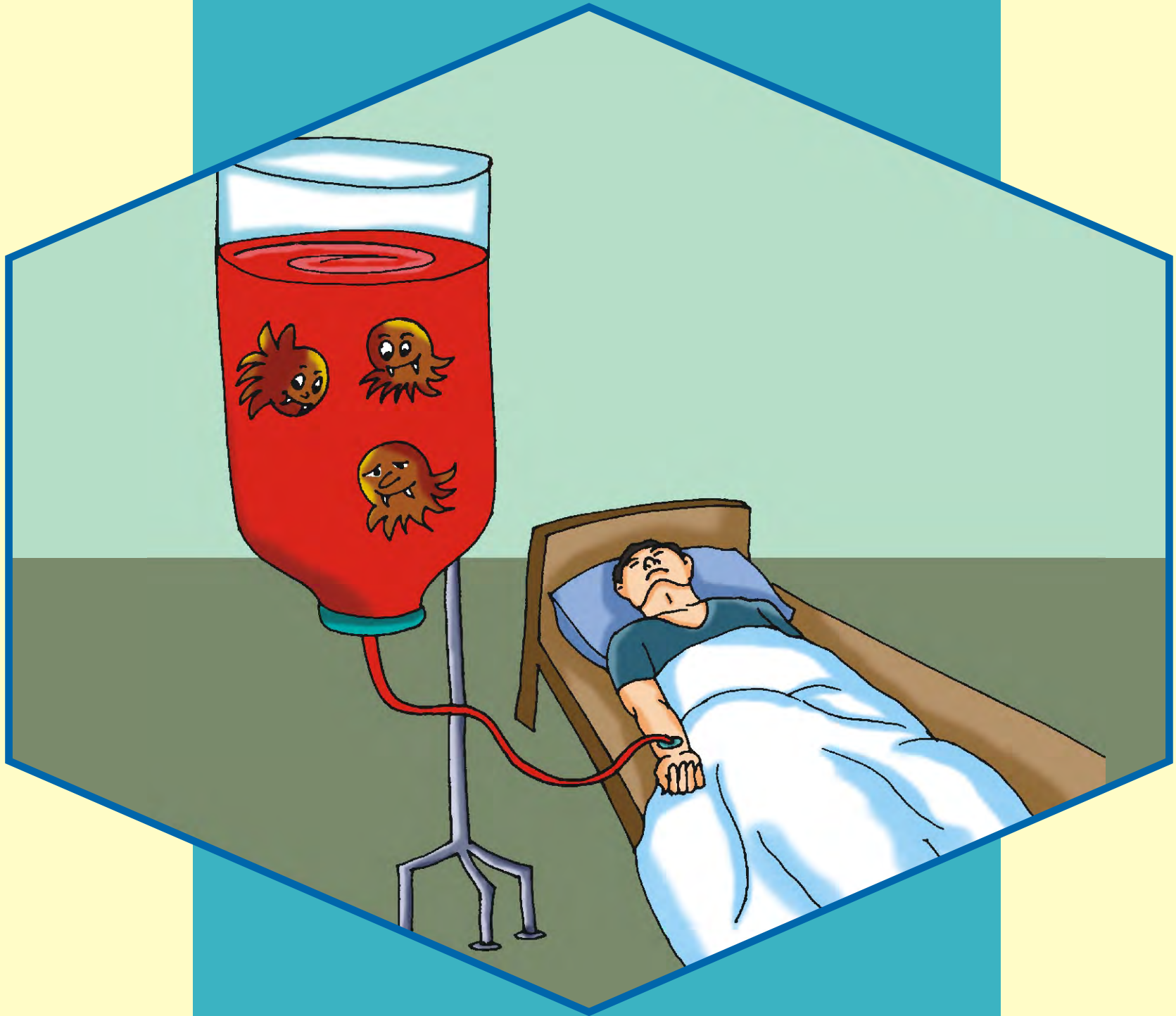
No risk of HIV transmission— Safe sexual practices:

- Hugging
- Rubbing
- Kissing
- Mutual masturbation

सुरक्षित शारिरिक संबंधांमळें एच.आय.व्ही.
जंतू पसरण्याचा धोका कमीत कमी प्रमाणांत आहे.

- मिठी मारणें.
- लैंगिक अवयव एकमेकांवर घासणे.
- चुंबन घेणे.
- हस्तमैथुन करणे.





HIV Transmission - एच.आय.व्ही. चा प्रसार

How HIV is spread:

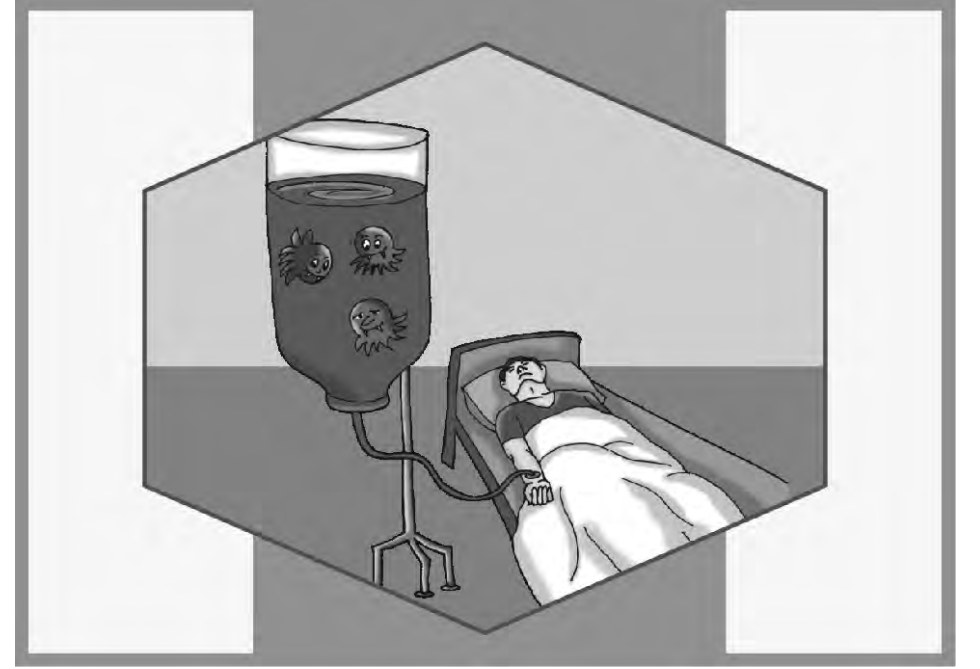
Through infected blood:

- HIV cannot penetrate through intact skin.
- People get HIV when HIV-infected blood mixes with their blood.
- Infected blood can come from blood transfusion or razor blades or needles contaminated with HIV-positive blood.

एच.आय.व्ही. कसा पसरतो?

गुषित रक्ताद्वारे:

- चामडीला नुसता स्पर्श केल्याने एच.आय.व्ही. जंतू शरीरात शिरत नाही. पण त्वचेला कुठे जखम झाली असेल तर त्या जखमेंतून एच.आय.व्ही. चे विषाणू शरीरात प्रवेश करू शकतात.
- आजारी व्यक्तीस दुषित रक्त दिल्याने एच.आय.व्ही.



चा प्रसार होतो.

बऱ्याच जणांनी एकच ब्लेड दाढी करण्यास वापरल्याने आणि दुषित सुयांचा एकमेकांसाठी वापर केल्यास एच.आय.व्ही. चा प्रसार होतो.



HIV Transmission - एच.आय.व्ही. चा प्रसार

How HIV is spread:

Through sharing needles contaminated with infected blood:

Intravenous drug users have a very high chance to become HIV-infected when they share blood-contaminated needles with somebody who is HIV-infected.



एच.आय.व्ही. कसा पसरतो?

दुषित रक्ताची सुई वापरल्याने:

नशेच्या औषधांचा वापर करणाऱ्या लोकांनी दूषित रक्ताची सुई एकमेकांसाठी वापरल्यास किंवा एच.आय.व्ही. ने पिडीत लोकांच्या सुया वापरल्याने एच.आय.व्ही. ची बाधा होते.



HIV Transmission - एच.आय.व्ही. चा प्रसार

How HIV is spread—

From mother to baby:

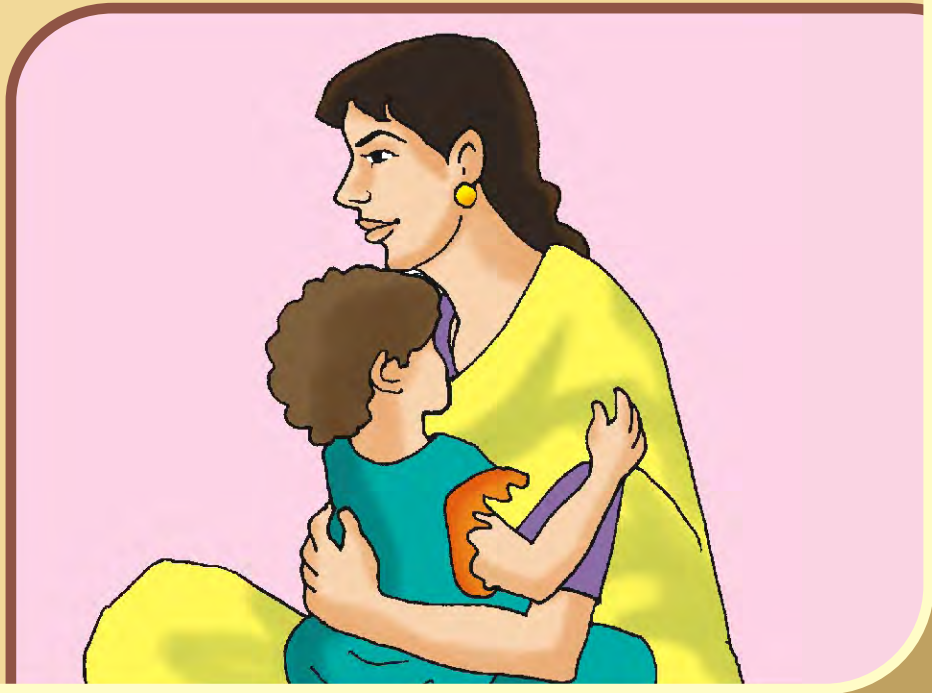
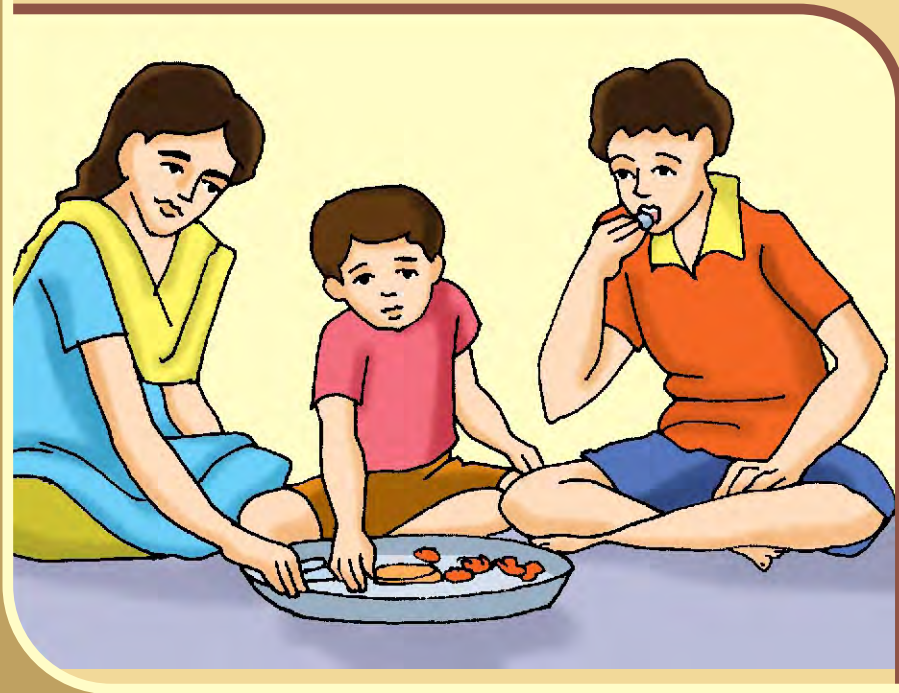
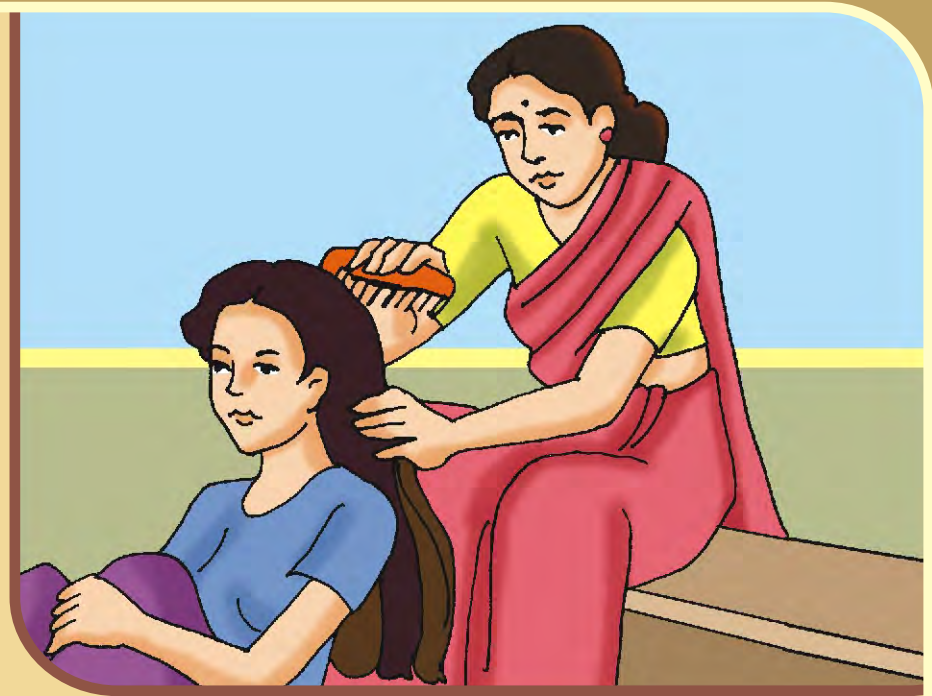
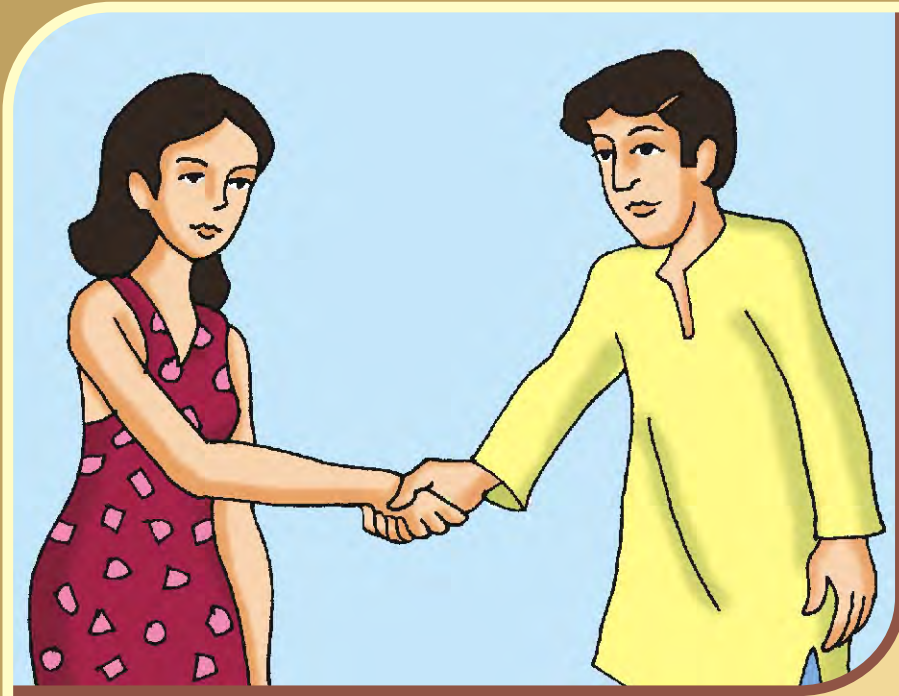
A woman with HIV can pass it on to her baby. The baby becomes infected while in the mother's womb, when it is being born or through breast-feeding.

एच.आय.व्ही. कसा पसरतो?

आई पासून मूलाला:

एच.आय.व्ही. बाधीत असलेल्या आईपासून तिच्या बाळाला एच.आय.व्ही. ची लागण होऊ शकते. आईच्या गर्भाशयात असतांना, बाळ योनिमार्गातून बाहेर येत असतांना किंवा बाळाला स्तनपान करतांना एच.आय.व्ही. चा प्रसार होऊ शकतो.





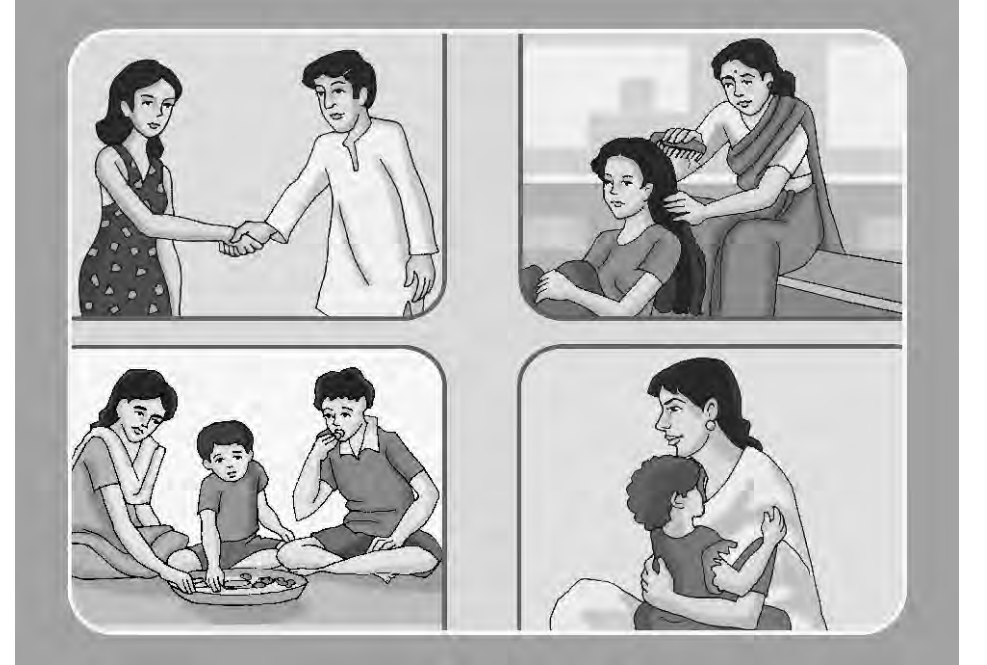
HIV Transmission - एच.आय.व्ही. चा प्रसार

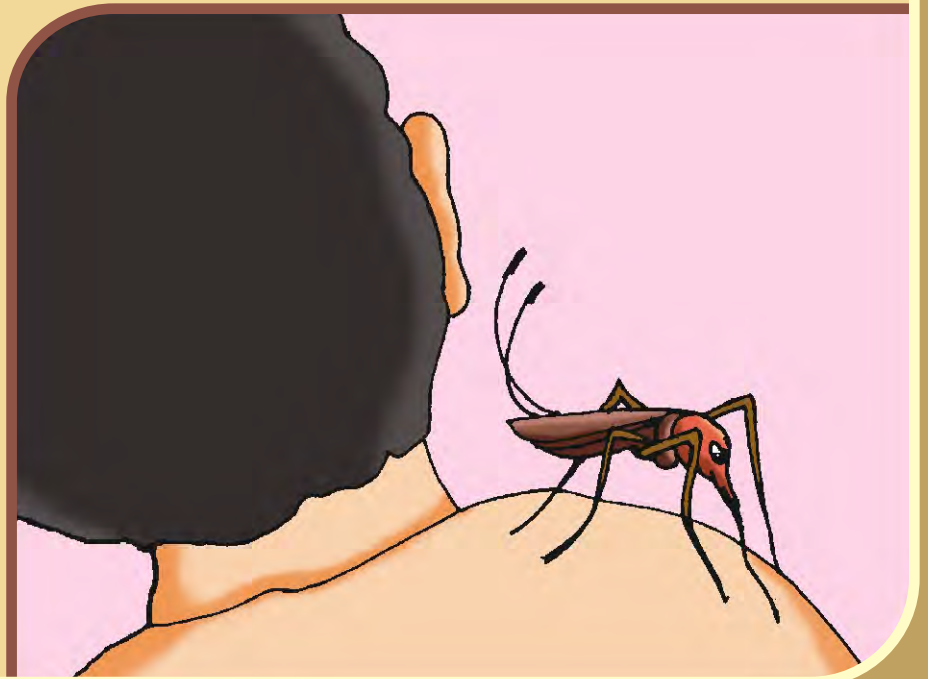
HIV does NOT spread through:

- Shaking hands
 - Sharing combs
 - Eating from the same plate
 - Hugging
- ...with somebody who is HIV-infected

एच.आय.व्ही. चा संसर्ग अशा प्रकारे होत नाही.

- हात मिळवल्याने.
- एकाच कंगव्याचा वापर एकापेक्षा अधिक व्यक्तींनी केल्याने
- एकाच ताटांत जेवल्याने.
- मिठी मारल्याने.





HIV Transmission - एच.आय.व्ही. चा प्रसार

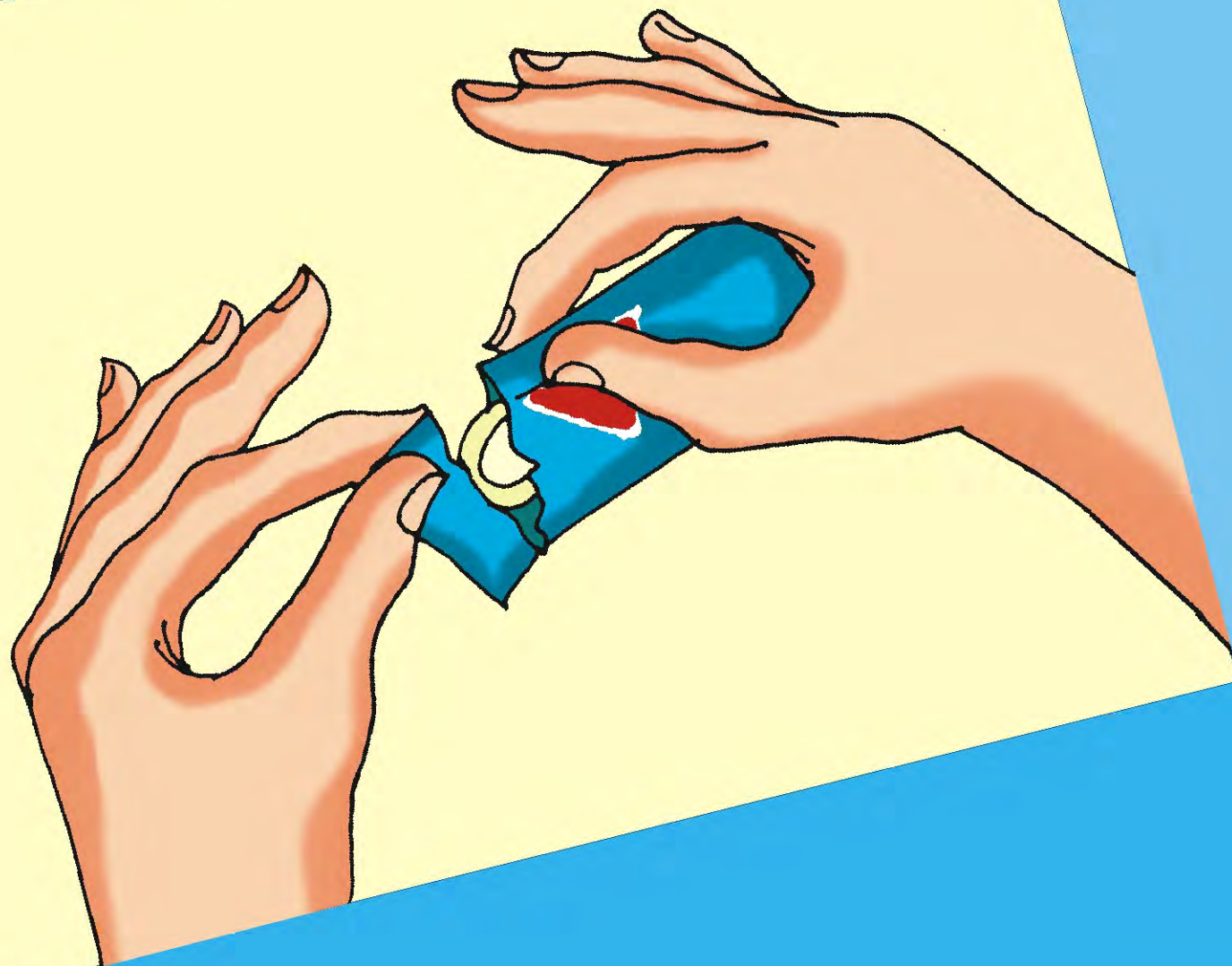
HIV does NOT spread through:

- Towels or clothes
- Sharing latrines or toilets
- Sitting close to HIV+ people
- Mosquitoes, bedbugs, other insects or animals

एच.आय.व्ही. चा संसर्ग अशा प्रकारे होत नाही.

- पंचा (टॉवेल), किंवा कपडा
- प्रसाधनगृह किंवा टॉयलेट ला वाटल्याणे.
- एच.आय.व्ही. बाधित व्यक्तीच्या शेजारी बसल्याने
- डांस, ढेकूण, दूसरे किटाणू किंवा प्राणीद्वारा





Preventing Infection - एच.आय.व्ही. चा प्रसार

Avoiding HIV and AIDS

You can avoid getting HIV and AIDS from sex by:

1. Abstaining from sex
2. Being faithful to your partner
3. Using condoms correctly and consistently

एच.आय.व्ही. चा संसर्ग अशा प्रकारे होत नाही.

एच.आय.व्ही. आणि एड्स होऊ नये यासाठी प्रतिबंधात्मक उपाय

१. असुरक्षित शारिरिक संबंध टाळणे.
२. वैवाहिक जीवनांत स्वतःच्या जोडीदाराशी प्रामाणिक राहणे
३. योग्य ठिकाणी योग्य प्रकारे निरोधचा गरजेनुसार वापर करणे.

