ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਬਾਰੇ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਸੁਆਲ

?

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਕੀ ਹੈ?

ਪ੍ਰਐਪ (PrEP) ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਪ੍ਰੀ ਐਕਸਪੋਜ਼ਰ ਪ੍ਰਫੀਲੈਕਸਿਸ (Pre-exposure Prophylaxis)। ਇਸ ਦਵਾਈ (ਐਂਟੀ-ਰਿਟ੍ਰੋਵਾਇਰਲ ਥੈਰੇਪੀ-ਏ.ਆਰ.ਟੀ.) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿਚ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਹੋਣ ਦੇ ਚਾਂਸ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਐੱਚ.ਆਈ. ਵੀ. ਨੈਗਿਟਿਵ ਹਨ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਸੰਭਾਵਿਤ ਐੱਚ.ਆਈ. ਵੀ. ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਆਪਣੇ ਬ੍ਰੈਂਡ ਦੇ ਨਾਮ ਟਰੁਵੇਡਾ (Truvada™) ਕਰ ਕੇ ਹੀ ਆਮ ਤੌਰ ਜਾਣੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।.

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਕਿਸ ਲਈ ਹੈ?

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਹੋਣ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਾਂਸ ਹਨ। ਐੱਚ. ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਨੈਗੇਟਿਵ (ਭਾਵ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਨਹੀਂ) ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।.

ਕੀ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਸੈੱਕਸ ਜਾਂ ਖ਼ੂਨ ਨਾਲ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਵੀ ਬਚਾਅ ਕਰਦੀ ਹੈ?

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਸੈੱਕਸ ਜਾਂ ਖ਼ੂਨ ਨਾਲ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੈਪਾਟਾਈਟਸ, ਆਤਸ਼ਕ, ਸੁਜ਼ਾਕ ਜਾਂ ਕਲੇਮੀਡੀਆ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ=।.

ਨਿਰੋਧ ਅਤੇ ਟੀਕੇ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਫ਼ ਯੰਤਰ (ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਸ਼ੇ ਦੇ ਟੀਕੇ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹੋ) ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।.

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਲਵਾਂ?

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਦੀ ਇੱਕ ਗੋਲੀ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਨਿਰੰਤਰ ਲੈਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਖਾਣੇ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਖਾਣੇ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਦਾ ਅਸਰ ਕਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲੈਣ ਤੋਂ 2 ਦਿਨ ਬਾਅਦ ਕੁੱਝ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗੁਦਾ ਦੀ ਲਾਈਨਿੰਗ ਦੀ ਪੂਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ 7 ਦਿਨ ਅਤੇ ਯੋਨੀ ਦੀ ਪੂਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲਈ 21 ਦਿਨ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਸੈੱਕਸ ਸਰਗਰਮੀ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿਰੋਧ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਉਪਾਅ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. "ਆਨ ਡਿਮਾਂਡ" ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕਦੀ ਕਦੀ ਜਾਂ "ਆਨ ਡਿਮਾਂਡ" ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਦਵਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਿਰਫ਼ ਉਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੈੱਕਸ ਸਰਗਰਮੀ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ।

ਜੇ ਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿਚ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਰ ਸੈਕਸ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਸਿਫ਼ਤਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਦੀ ਇਕ ਗੋਲੀ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਲੈਣ ਨਾਲ ਹੀ ਵਧੀਆ ਨਤੀਜੇ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਕਰ ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਕਦੀ ਕਦੀ ਜਾਂ "ਆਨ ਡਿਮਾਂਡ" ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲੈਣ ਵਿਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹ ਦਵਾਈ ਕਦੋਂ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣੀ ਹੈ।

ਇਸ ਦਵਾਈ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੀ ਹਨ?

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਬੜੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਦਵਾਈ ਹੈ।

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਤਕਰੀਬਨ 10% ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੇ ਚਿਰ ਲਈ ਮਮੂਲੀ ਜਿਹੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਦਵਾਈ ਦੇ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਆਪੇ ਹੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਹ ਲੱਛਣ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲੈਣ ਤੋਂ ਕੁੱਝ ਦਿਨਾਂ ਜਾਂ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁੱਝ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਦਸਤ
- ਦਿਲ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ
- ਭੁੱਖ ਘਟਣੀ
- ਪੇਟ ਵਿਚ ਵੱਟ ਪੈਣੇ ਜਾਂ ਪੇਟ ਆਫਰਨਾ
- ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ
- ਸਿਰ ਦਰਦ

ਕੁੱਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਦਾ ਅਸਰ ਇਸ ਗਲ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗੁਰਦੇ ਕਿੰਨਾ ਚੰਗਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਪਰਖ ਲਈ ਖ਼ੂਨ ਟੈੱਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਦਾ ਥੋੜ੍ਹਾ ਬਹੁਤ ਅਸਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦੀ ਘਣਤਾ (ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਕਿੰਨੀਆਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹਨ) ਤੇ ਵੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਤਾਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦੀ ਘਣਤਾ ਫਿਰ ਜਲਦੀ ਨਾਰਮਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਲਗਾਤਾਰ ਭਾਰ ਚੁੱਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਰਜਸ਼ਾਂ ਕਰ ਕੇ, ਢੁਕਵੀਂ ਮਿਕਦਾਰ ਵਿਚ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ ਅਤੇ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ. ਸੰਪੂਰਕ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਣ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਾਂ?

ਪੇਟ ਸਬੰਧੀ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁੱਝ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੇ ਦਵਾਈ ਖਾਣੇ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਰਾਤੀਂ ਸੌਣ ਸਮੇਂ ਲੈਣੀ ਕਾਫ਼ੀ ਫ਼ਾਇਦੇਮੰਦ ਤਰੀਕਾ ਸਮਝਿਆ ਹੈ।

ਜੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਖ਼ਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ।

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲੈਣੀ ਕਿਵੇਂ ਯਾਦ ਰੱਖਾਂ?

ਦਵਾਈ ਖਾਣ ਲਈ ਐਸਾ ਟਾਈਮ ਚੁਣੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਰੁਟੀਨ ਨਾਲ ਫਿਟ ਬੈਠੇ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ:

- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੁਬਾ ਦਾ ਨਾਸ਼ਤਾ ਕਰਦੇ ਹੋ
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੁਬਾ ਦੰਦ ਸਾਫ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ

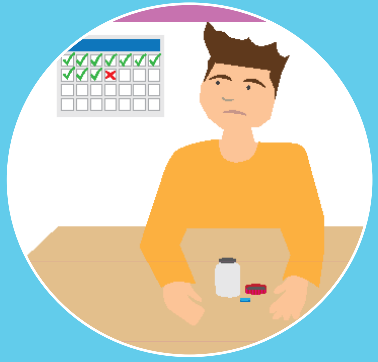
ਫ਼ੋਨ ਤੇ ਜਾਂ ਘੜੀ ਤੇ ਅਲਾਰਮ ਲਗਾਉਣਾ, ਦਵਾਈ ਦੀ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਐਸੀ ਜਗ੍ਹਾ ਰੱਖਣੀ ਜੋ ਰੋਜ਼ ਤੁਹਾਡੀ ਵਿਚ ਆਵੇ ਜਾਂ 7 ਦਿਨਾਂ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਲੈਣ ਵਾਲੀ ਡੱਬੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜਿਹੇ ਤਰੀਕੇ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਮੈਂ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਭੁੱਲ ਜਾਵਾਂ ਤਾਂ?

ਜੇ ਕਿਸੇ ਦਿਨ ਤੁਸੀਂ ਗੋਲੀ ਲੈਣੀ ਭੁੱਲ ਜਾਓ ਤਾਂ ਜਦੋਂ ਉਸ ਦਿਨ ਯਾਦ ਆਵੇ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਲੈ ਲਵੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਤੱਕ ਯਾਦ ਨਾ ਰਹੇ ਤਾਂ ਦੋ ਗੋਲੀਆਂ ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ। ਆਮ ਵਾਂਗ ਇੱਕ ਗੋਲੀ ਹੀ ਲਵੋ।

ਜੇ ਕਿਸੇ ਹਫ਼ਤੇ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਦੀਆਂ 3 ਖ਼ੁਰਾਕਾਂ ਲੈਣੀਆਂ ਭੁੱਲ ਜਾਓ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ਤਰੇ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੋਸਟ ਐਕਸਪੋਜ਼ਰ ਪਰੋਫੀਲੈਕਸਿਸ (ਪੀ.ਈ.ਪੀ.) ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨੀ ਪਵੇ।



ਜੇ ਮੈਂ ਦਵਾਈ ਦੀ ਉਲਟੀ ਕਰ ਦਿਆਂ?

ਜੇ ਗੋਲੀ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਘੰਟੇ ਅੰਦਰ ਤੁਸੀਂ ਉਲਟੀ ਕਰ ਦਿਓ, ਤਾਂ ਉਲਟੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੂਜੀ ਗੋਲੀ ਲੈ ਲਵੋ।

ਜੇ ਗੋਲੀ ਲੈਣ ਤੋਂ ਇੱਕ ਘੰਟੇ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਲਟੀ ਆਵੇ ਜਾਂ ਜੇ ਕਰ ਉਲਟੀ ਵਿਚ ਗੋਲੀ ਨਜ਼ਰ ਨਾ ਆਵੇ ਤਾਂ ਆਮ ਵਾਂਗ ਗੋਲੀ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਹੀ ਲਵੋ।

ਜੇ ਮੈਂ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣੀ ਬੰਦ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ?

ਨਹੀਂ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲੈਣੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

ਜੇ ਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਕਿ ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਹੋਰ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਾਰਨ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਲੈਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਈ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਲੋਕਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਦੌਰਾਨ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲੈਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਜੇ ਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਤਾਂ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲੈਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਇਹ ਚੰਗਾ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇ ਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਲਈ ਰੁਕਾਵਟ ਨਹੀਂ।

ਜੇ ਕਰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਸਮੇਂ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ।

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਹਾਰਮੋਨ ਵਾਲੇ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕਾਂ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਅਸਰ ਕਰਦੀ ਹੈ?

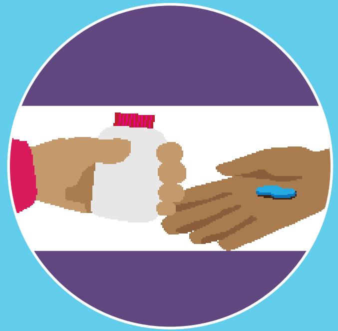
ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ, ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਇੰਪਲਾਂਟ ਕੀਤੇ ਹਾਰਮੋਨ ਵਾਲੇ ਨਿਰੋਧਕ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੇ ਕੋਈ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦੇ। ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਦਵਾਈ ਹਾਰਮੋਨ ਵਾਲੇ ਨਿਰੋਧਕਾਂ ਦੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ।

ਜੇ ਕਰ ਮੈਂ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲੈਣੀ ਬੰਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹਾਂ ਤਾਂ?

ਜੇ ਕਰ ਤੁਸੀਂ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦਾ ਨਿਸ਼ਚਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਖ਼ਾਸ ਕਰ ਕੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜੇ ਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੈਪਾਟਾਈਟਸ ਬੀ. ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਰਾਣੀ ਹੈਪਾਟਾਈਟਸ ਬੀ. ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਐਪ ਲੈਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਇੱਕ ਦਮ ਵਧ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਐੱਚ. ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 48 ਘੰਟੇ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ। ਵਧੀਆ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਦਵਾਈ 28 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਦਵਾਈ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ।

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਐੱਚ.ਆਈ. ਵੀ. ਟੈੱਸਟ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ।

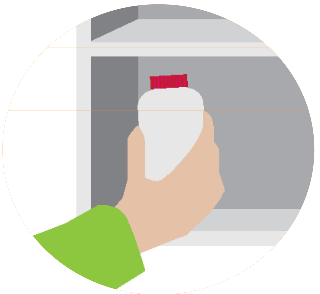


ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਜਾਂ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਡਾਕਟਰ ਵੱਲੋਂ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ।

ਦਵਾਈ ਦਾ ਹਰ ਇੱਕ ਤੇ ਵੱਖਰਾ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਐਲਰਜੀ ਹੋਣ ਕਰ ਕੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦਵਾਈ ਦਾ ਇੰਟਰਐਕਸ਼ਨ ਕਰ ਕੇ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਦੀ ਕਿਸੇ ਹਾਲਤ ਕਾਰਨ ਐਸਾ ਵਿਅਕਤੀ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦਾ।

ਇਹ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੌਰਾਨ ਵਿਅਕਤੀ ਯਕੀਨੀ ਤੌਰ ਤੇ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਨੈਗੇਟਿਵ ਹੋਵੇ।



ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪ੍ਰਐਪ ਦਵਾਈ ਮੈਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਟੋਰ ਕਰਾਂ?

ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਡੱਬੀ ਵਿਚ ਹੀ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਤੇ ਧੁੱਪ ਅਤੇ ਸਿੱਲ੍ਹ ਤੋਂ ਬਚਾ ਕੇ ਰੱਖੋ। ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।

SMART SEX RESOURCE

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority