ایڈز اور ایچ آئی وی

تحریر۔لوگن کوچرین

سوال: ایچ آئی وی کیا ہے؟

جواب: ایچ آئی وی ہیومن امیّونو ڈیفیشنسی وائرس کا مخفف ہے۔ یہ ایک ایسے وائرس کا نام ہے جو انسان کے مدافعتی نظام کو کمزور کر دیتا ہے۔

سوال: ایڈز کسے کہتے ہیں؟

جواب: یہ ایکوائرڈ امیّونو ڈیفیشنسی سینڈروم کا مخفف ہے جس کا مطلب کسی مریض میں اُن بیماریوں کی علامات کی موجودگی ہے جو انسان کے مدافعتی نظام کو کمزور کر دیتی ہیں۔

ایچ آئی وی اور ایڈز کا آپس میں رشتہ وقتی نوعیت کا ہوتا ہے۔ایچ آئی وی ایک وائرس ہے جو انسان کے جسم پر حملہ آور ہوتا ہے جبکہ ایڈز اس حملے کا نتیجہ یا اثر ہوتا ہے۔ایچ آئی وی کے حملہ سے انسانی جسم کی وہ صلاحیت متاثر ہو جاتی ہے جو ثانوی نوعیت کی دیگر بیماریوں کے خلاف تحفظ فراہم کرتی ہے۔ان ثانوی بیماریوں کو موقع پرست انفیکشن بھی کہا جاتا ہے کیونکہ یہ انسانی جسم میں داخل ہونے کے لئے ایسے مواقع کی تلاش میں ہوتی ہے جب ایچ آئی وی کا وائرس جسم کے مدافعتی نظام کو کمزور کر چکا ہوتا ہے۔

یہ بھی ممکن ہے کہ ایک شخص کے جسم میں ایچ آئی وی کا وائرس تو موجود ہو لیکن اُسے ایڈز کی بیماری لاحق نہ ہوئی ہو۔ایسی حالت میں ڈاکٹر کہتے ہیں کہ یہ شخص ''ایچ آئی وی پازیٹیو'' ہے یعنی وہ اس وائرس کا شکار ہو چکا ہے۔اگر چہ اُسے ابھی ایڈز نہیں ہوا۔ایڈز کے تمام مریضوں کے جسم میں ایچ آئی وی کا وائرس موجود ہوتا ہے۔جس شخص کے جسم کا مدافعتی نظام کمزور ہو جاتا ہے اور اس کمزوری کی وجہ سے ثانوی نوعیت کی بیماریاں اُس کے جسم پر حملہ آور ہو جاتی ہیں تو اُسے ایڈز لاحق ہو جاتا ہے۔ایسی صورت میں جبکہ وہ ایڈز کی مرض میں مبتلا ہو جاتا ہے تو وہ بیک وقت ایچ آئی وی پازیٹیو بھی ہوتا ہے۔ایچ آئی وی انسانی جسم کے مدافعتی نظام پر حملہ آور ہوتا ہے۔قوتِ مدافعت وہ نظام ہے جو انسان کے جسم کو اس قابل بنا دیتا ہے کہ وہ بیماریوں کا مقابلہ کر سکے۔مثال کے طور پر جب ہم بیمار پڑ جاتے ہیں تو ہمارا جسم کوشش کرتا ہے کہ وہ اس بیماری کے حملے کو روکے اور ہم دوبارہ صحت مند بن جائیں۔ایچ آئی وی کا وائرس جسم کے اس مدافعتی نظام یا قوت مدافعت کو کمزور کر دیتا ہے اور یوں جسم بیماریوں کا مقابلہ نہیں کر پاتا۔ایچ آئی وی کا وائرس جب کسی انسان کے جسم میں داخل ہو جاتا ہے تو وہ آہستہ آہستہ اس کے مدافعتی نظام کو متاثر کرتا رہتا ہے۔ جب یہ قوت مدافعت اس حد تک کمزور ہو جائے کہ وہ دوسری بیماریوں کا مقابلہ کرنے کے قابل نہ رہے اور نتیجتاً ان بیماروں کو جسم میں داخل

ہونے کا موقع مل جائے تو کہا جاتا ہے کہ اس انسان کو ایڈز ہو گیا ہے۔

میڈیکل سائنس میں ایڈز کی ایک اور تعریف بھی پائی جاتی ہے اور وہ یہ کہ جب کسی انسان کے جسم میں ''سی ڈی فور'' سیلز کی تعداد چار سو سے کم ہو جائے تو اُسے ایڈز لاحق ہو جاتا ہے۔

جب کوئی شخص ایڈز کی مرض سے مرتا ہے تو اس کا سبب صرف جسم میں ایچ آئی وی کی موجودگی نہیں ہوتی بلکہ حقیقت یہ ہے کہ اُس وائرس نے اس کے جسم کو اتنا کمزور کر دیا ہوتا ہے کہ موقع پرست بیماریاں اُس کی موت کا سبب بن جاتی ہیں۔ یہ بھی ممکن ہے کہ یہ ثانوی نوعیت کی بیماریاں اُس انسان کو پہلے سے لاحق ہی نہ ہوں لیکن چونکہ وائرس نے اس کے جسم کے مدافعتی نظام کو اتنا کمزور کر دیا ہوتا ہے کہ اِن بیماریوں کو اُس کے جسم میں داخل ہونے کا موقع ملتا ہے اور اس طرح یہ بیماریاں اُس کی موت کا سبب بن جاتی ہیں۔

ایچ آئی وی پازیٹیو انسان اس قابل نہیں رہتا کہ وہ بیماریوں کا مقابلہ کر سکے اور اس طرح وہ ملیریا، تپ دِق اور نمونیا جیسی موقع پرست بیماریوں کے حملے کی وجہ سے مر جاتا ہے۔ اس وائرس کا طریقہ واردات یہ ہے کہ جب یہ کسی شخص کے جسم میں داخل ہو جاتا ہے تو یہ اُس کے جسم کو اس حد تک کمزور کر دیتا ہے کہ وہ بیماریوں کے مقابلے میں اپنی حفاظت کرنے کے قابل نہیں رہتا۔ ایڈز کی وجہ سے لاحق ہونے والی اکثر اموات ایچ آئی وی کے ساتھ ساتھ ثانوی نوعیت کی بیماریوں کے حملوں کی سبب واقع ہوتی ہیں۔

گردان:

- ☆ ایچ آئی وی کیا ہے؟
- ☆ ایڈز کسے کہتے ہیں؟
- ☆ ایڈز اور ایچ آئی وی کا آپس میں کیا رشتہ ہے؟
- ☆ ایچ آئی وی کی وجہ سے انسانی جسم کو کیا عارضہ لاحق ہوتا ہے؟
- ☆ ایڈز کی وجہ سے ایک انسان کس طرح مر جاتا ہے؟

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

ایڈزاوراایچ آئی وی کے پھیلاؤ کے اسباب

-1 ایڈزاوراایچ آئی وی کے پھیلنے کا سب سے بڑا سبب ایچ آئی وی پازیٹیو شخص کے ساتھ غیر محفوظ جنسی ملاپ ہے۔یعنی کنڈوم یا دوسری مانع حمل اشیاء کے بغیر کسی بھی نوعیت کا جنسی تعلق ۔کنڈوم واحد مانع حمل ہے جوایچ آئی وی کے پھیلاؤاورانتقال کوروک سکتا ہے۔ لیکن اس کا استعمال صرف اُس صورت میں موثر ثابت ہوتا ہے جب اسے صحیح طریقے سے استعمال کیا جائے، اسے مناسب طریقے سے رکھا جائے اور یہ بات یقینی بنائی جائے کہ کنڈوم زائدالمیعاد نہ ہو۔تاہم ان حفاظتی تدابیر کے باوجود بھی ہم یہ نہیں کہہ سکتے کہ کنڈوم ایچ آئی وی کے تدارک کی سوفیصد موثر تدبیر ہے۔کچھ تحقیقاتی جائزوں کے مطابق کنڈوم ایڈزاوراایچ آئی وی کے پھیلاؤ کی روک تھام میں 93 فی صد تک موثر ثابت ہوسکتا ہے۔اگردوافراد مانع حمل کے بغیر جنسی تعلق استوارکرلیں اوراُن میں دونوں میں سے کوئی ایک بھی ایچ آئی وی پازیٹیو نہ ہوتو دونوں کوکسی قسم کا نقصان نہیں پہنچے گا۔اس بات سے انسان کے طبی معائنے اورایچ آئی وی ٹسٹ کی اہمیت اورافادیت کا بخوبی اندازہ لگایا جاسکتا ہے۔

یہ وائرس صرف اُس انسان سے منتقل ہوسکتا ہے جس کے جسم میں یہ پہلے سے موجود ہواوراُس انسان کے جسم میں منتقل ہوسکتا ہے جس کے جسم میں یہ پہلے سے موجود نہ ہو۔صرف گنے چنے افراد کے ساتھ جنسی تعلقات اُستوارکرکے ایچ آئی وی کے انتقال کے امکانات کو کم کیا جاسکتا ہے۔جیسا کہ پہلے بتایا گیا ہے یہ بات بہت ضروری ہے کہ جنسی تعلقات کے سلسلے میں ہم ایک دوسرے کے ایچ آئی وی سٹیٹس کے بارے میں معلومات رکھیں۔اگرکسی شخص کے جسم کے کسی حصے کا اس وائرس کے ساتھ ٹکراؤ یا ملاپ نہ ہوجائے تو وہ شخص ایچ آئی وی پازیٹیو نہیں ہوتا۔یہی وجہ ہے کہ مذہبی، خاندانی اورروایتی نقطہ نظر سے نوجوانوں کے لئے جنسی معاملات سے کنارہ کرنے یا اس قسم کے تعلقات شروع کرنے میں جلدی نہ کرنے پرزوردیا جاتا ہے۔یہ بات سمجھنا بہت ضروری ہے کہ ایچ آئی وی انفکشن کا 85 فیصد پھیلاؤ جنسی روابط کے ذریعے ہوتا ہے۔اگرچہ ایچ آئی وی کے پھیلاؤ کی درج ذیل دواوراقسام بھی اپنی جگہ اہمیت کی حامل ہیں لیکن جنسی تعلق کے ذریعے اس وائرس کا پھیلاؤ حتمی ہے۔

-2 خون کے ملاپ کے ذریعے ایچ آئی وی کا پھیلاؤ:

مطلب یہ کہ اگرکسی ایچ آئی وی پازیٹیو انسان کا خون اُس انسان کے خون کے ساتھ مکس ہوجائے جو یہ وائرس نہیں رکھتا تو وہ

دوسرا انسان بھی ایچ آئی وی پازیٹیو ہو جائے گا۔ وائرس کی یہ منتقلی بہت سی صورتوں میں وقوع پذیر ہوسکتی ہے۔ مثال کے طور پر استعمال شدہ سرنج کے ذریعے جس سے پہلے ایچ آئی وی پازیٹیو انسان کو ٹیکہ لگ چکا ہو۔ یعنی اس سرنج سے ایسے انسان کو ٹیکہ لگ گیا ہو جو پہلے سے ایچ آئی وی پازیٹیو تھا اور اس کے ساتھ لگا ہوا خون دوسرے انسان کے جسم میں منتقل ہو گیا، چاہے یہ خون بہت ہی کم مقدار میں کیوں نہ لگا ہو۔ اس لئے سرنج اور ٹیکوں کی سٹرلائز یشن (Sterlization) یعنی جراثیم سے پاک کرنا انتہائی ضروری ہے۔ اگر سٹرلائز یشن کے لئے درکار اوزار میسر نہ ہوں تو ان آلات کو پوری طرح صاف کرنا چاہئے اور انہیں کم از کم 30 منٹ تک پانی میں اُبالنا چاہئے تا کہ اُن کے جراثیم ختم ہو جائیں۔

سرنج اور ٹیکوں کے علاوہ اور بھی کئی ایسے عوامل ہیں جن کے ذریعے ایک انسان کا خون دوسرے انسان کے خون میں شامل ہوسکتا ہے۔ ان میں حجامت (Shave) کرنے کا ریزر، جسم پر ٹیٹو بنانے اور جسم پر بنوائے گئے پکّے نشانات کو ختم کرنے کے اوزار وغیرہ شامل ہیں۔ انتقال خون بھی ایچ آئی وی کے پھیلاؤ کے اس نوعیت کے عوامل کے زمرے میں آتا ہے۔ اگر انتقال خون سے پہلے خون کا عطیہ دینے والے شخص کے خون کا معائنہ نہیں کیا جاتا تو وائرس سے آلودہ خون دوسرے شخص کے جسم میں داخل ہوسکتا ہے۔ آج کل خون کی سکریننگ (Screaning) یا معائنہ کا رواج عام ہے۔ اس لئے انتقال خون کے ذریعے ایچ آئی وی کا پھیلاؤ اب بہت عام نہیں۔ تاہم آج سے 20 سال پہلے تک انتقال خون کے ذریعے ایچ آئی وی کا پھیلاؤ امریکہ میں ایک بہت بڑا مسئلہ تھا۔

3- ماں سے بچے کو ایچ آئی وی کا انتقال:

وائرس کے ایسے انتقال کو میڈیکل سائنسز کی اصطلاح میں ایم ٹی سی ٹی یا پی ایم ٹی سی ٹی کہا جاتا ہے۔ جو مائیں ایچ آئی وی پازیٹیو ہوں اُن کے جسم سے یہ وائرس اُن کے نوزائیدہ بچوں کو منتقل ہوسکتا ہے۔ وائرس کا یہ انتقال دورانِ حمل، زچگی کے دوران یا پیدائش کے بعد بچے کو دودھ پلانے کے دوران ممکن ہے۔ تاہم مناسب احتیاطی تدابیر کے اپنانے سے بچے کو وائرس کے منتقل ہونے کے خطرے کو کم کیا جاسکتا ہے۔ کئی ممالک میں اس قسم کا علاج مفت فراہم کیا جاتا ہے۔ اس سلسلے میں احتیاطی تدابیر اپنانے سے پہلے ضروری ہے کہ ماں کو اپنے ایچ آئی وی سٹیٹس کا علم ہو۔ اگر کوئی ماں ایچ ائی وی پازیٹیو نہیں ہے تو اُس کے جسم سے بچے کو وائرس منتقل ہونے کا کوئی خطرہ نہیں۔ تاہم جس عورت کے جسم میں ایچ آئی وی موجود ہو، اُس کے جسم سے یہ وائرس اُس کے بچے کو منتقل ہونے کا 35 فیصد امکان موجود ہوتا ہے۔

ہمیں ایک دفعہ پھر ذہن نشین کر لینا چاہئے کہ ایچ آئی وی کا پچاسی فیصد پھیلاؤ اور انتقال جنسی روابط کے ذریعے ہوتا ہے۔ اس وائرس کے پھیلاؤ کے جو دوسرے اسباب ہیں اُن کا تدارک محض ہمارے احتیاط اور دھیان دینے سے ممکن ہے۔ ہماری اصل ترجہ جنسی تعلقات کے ذریعے اس وائرس کے پھیلاؤ کے خطرے پر مرکوز ہونی چاہئے کیونکہ اس ذریعے سے مرض کا پھیلاؤ بہت عام ہے۔

گردان:

☆ ایچ آئی وی کے پھیلاؤ کا عام سبب کیا ہے؟

☆ وائرس کے اس طرح کے پھیلاؤ کے خطرات کو کن حفاظتی تدابیر کے ذریعے کم کیا جا سکتا ہے؟

☆ خون کا ملاپ کسے کہتے ہیں؟

☆ وہ کیا احتیاطی تدابیر ہیں جن کے اپنانے سے خون کے ملاپ کے ذریعے ایچ آئی وی کے پھیلاؤ کا تدارک ممکن ہے؟

☆ ایم ٹی سی ٹی کسے کہتے ہیں؟

☆ کن اصولوں پر عمل کر کے ہم ماں سے بچے کو ایچ آئی وی کی منتقلی پر قابو پا سکتے ہیں؟

☆ ایچ آئی وی کے پھیلاؤ کے تینوں اسباب کے تدارک کا بنیادی اصول کیا ہے؟

☆ ایچ آئی وی کے پھیلاؤ کے سلسلے میں جنسی تعلق کے مسئلہ پر اتنا زور کیوں دیا جاتا ہے؟

صحت اور غذائیت

اچھی صحت اور مناسب غذا ہمارے جسم کو اس قابل بناتی ہے کہ وہ مختلف امراض کے خلاف ہمارا دفاع کر سکے اور بیماری کے بعد اپنے آپ کو بحال کر سکے۔ وائرس کے ایک دفعہ کے ملاپ سے ایک انسان ایچ آئی وی پازیٹیو ہو بھی ہو سکتا ہے اور نہیں بھی ہو سکتا۔ ایسی کئی مثالیں موجود ہیں کہ کچھ افراد تو محض ایک ہی جنسی ملاپ کے نتیجے میں ایچ آئی وی کا شکار ہو گئے ہیں۔ جبکہ ایسے لوگ بھی ہیں جنہیں متعدد جنسی رابطوں کے باوجود بھی کچھ نہیں ہوا۔ ایک نقطہ نظر یہ ہے کہ اس بات کا دارومدار اچھی صحت پر ہے۔ ایک صحت مند انسان کا جسم زیادہ موثر طریقے سے بیماریوں کے خلاف مدافعت کر سکتا ہے۔ باور کیا جاتا ہے کہ کمزور انسان کے مقابلے میں صحت مند انسان ایچ آئی وی کے ساتھ ساتھ تپ دِق، ملیریا اور دوسرے امراض کا زیادہ قوت کے ساتھ مقابلہ کر سکتا ہے۔

ہمارے جسم کو چار بنیادی غذائی اجزا کی ضرورت ہوتی ہے۔ ان میں سرِ فہرست پروٹین ہے جو گوشت، دودھ، انڈے، دال اور لوبیا سے حاصل حاصل ہوتا ہے۔ پروٹین ہمارے عضلات کی نشو ونما کرتا ہے۔ تاہم اس بات کو مدنظر رکھنا چاہئے کہ صرف پروٹین کے کھانے سے ہمارا مدافعتی نظام مضبوط نہیں ہوتا بلکہ صحت مند رہنے کے لئے غذا کے چاروں اجزاء کا متناسب استعمال ضروری ہے۔

غذا کا دوسرا اہم جزو چکنائی ہے جو ہمیں گوشت، روغنیات، سبزیوں اور کئی دوسری اجناس سے حاصل ہوتی ہے۔ چکنائی توانائی کو ذخیرہ کرتی ہے اور ہمارے جسم کی حفاظت میں مدد دیتی ہے۔

تیسرے نمبر پر نشاستہ آتا ہے۔ نشاستہ غلّے، روٹی، چینی اور سبزیوں سے حاصل ہوتا ہے۔ یہ ہمارے جسم کو توانائی فراہم کرتا ہے۔

غذا کا چوتھا اہم جزو پانی ہے۔

حفظانِ صحت اور صفائی بھی تندرست رہنے کے لئے اشد ضروری ہے۔ بیماریوں سے محفوظ رہنے کے لئے یہ بات بہت اہم ہے کہ ہم اپنے جسم کو پاک وصاف رکھیں اور زخموں اور انفکشنز کا بروقت علاج کریں۔

جیسا کہ پہلے ذکر ہو چکا ہے کہ ایچ آئی وی اور ایڈز ہمارے جسم کو کمزور کر دیتے ہیں اور دوسری بیماریوں کے لئے راستہ ہموار کر دیتے ہیں کہ وہ ہمارے جسم کو نقصان پہنچائیں۔ چونکہ ایچ آئی وی ہمارے جسم کی قوتِ مدافعت اور بحالی کی صلاحیت کو کمزور کر دیتا ہے اس لئے ہمیں تمام بیماریوں کا بروقت علاج کرنا چاہئے۔

ایچ آئی وی کے مسلسل بڑھنے کے اسباب کیا ہیں؟

اس کے کچھ سماجی عوامل ہیں جو ہم یہاں مختصراً بیان کرنا چاہتے ہیں:

انکار: ''مجھے یہ مرض لاحق نہیں ہوگا'' یہ ایسا خیال یا نقطہ نظر ہے جس کی وجہ سے لوگ یہ تک ماننے کو تیار نہیں کہ ایچ آئی وی یا ایڈز بھی کوئی مسئلہ ہے۔

جنس سے وابستہ مسائل:

اِن میں عورتوں کا جنسی استحصال، اُن کی ماتحت حیثیت، سماجی اور اقتصادی عدم مساوات اور حیاتیاتی عوامل شامل ہیں۔

تعلیم: وسائل کی کمی، غلط سماجی تصورات، پڑھائی کے سلسلے میں پائی جانے والی حدود و قیود اور بدنامی کا خوف اس سلسلے میں بہت اہم ہیں۔

میڈیا: ان عوامل میں جنسیات اور جنسیات پر مبنی میڈیا کی عالمگیریت اور اِن رجحانات سے بچنے کے مسئلے کی طرف عدم توجہ شامل ہیں۔

طبی خدمات کا مسئلہ:

طبی خدمات کی حصول کے سلسلے میں جو دشواریاں پیش آتی ہیں اُن میں علاج اور دوائیوں کا مہنگا اور ناپید ہونا، علاج کے وسائل تک مریضوں کی عدم رسائی، بدنامی کا خوف، علاج پر لگائی جانے والی مختلف قدغنیں، عدم تحفظ اور ایس ٹی ڈی یعنی جنسی تعلق کے ذریعے پھیلنے والی بیماریوں کے علاج کی عدم دستیابی شامل ہیں۔

ثقافتی مسائل:

اِن میں جنسی معاملات پر کھل کر بات نہ کرنا اور محفوظ جنسی تعلقات کے بارے میں معلومات کے تبادلے کی ممانعت جیسے مسائل شامل ہیں۔

سماجی اور اقتصادی دشواریاں:

غذائیت کی کمی، صحت پر اٹھنے والے اونچے اخراجات، معیارِ زندگی، علاج اور پرہیز کا مہنگا ہونا اس سلسلے کے اہم مسائل ہیں۔

ایس ٹی ڈی یعنی جنسی تعلقات کے ذریعے پھیلنے والی بیماریاں:

اس قسم کی بیماریاں بھی ایچ آئی وی کے پھیلاؤ میں ممد و معاون ثابت ہوتی ہیں کیونکہ یہ بیماریاں وائرس کے انتقال کے امکانات کافی حد تک بڑھا دیتی ہیں۔

جنگیں: جنگیں جنسی تشدد، لوگوں خصوصاً افواج، باغیوں اور مہاجرین کی وسیع پیمانے پر نقل مکانی جیسے مسائل کو جنم دیتی ہیں جن سے ایچ آئی وی اور ایڈز کے پھیلنے کے خدشات بڑھ جاتے ہیں۔

ایچ آئی وی اور ایڈز عالمی تناظر میں:

ایڈز کے بارے میں اقوام متحدہ کے ذیلی ادارے یواین ایڈز کی رپورٹ مجریہ **2005**ء کے مطابق اس وقت دنیا بھر میں چار کروڑ افراد ایچ آئی وی اور ایڈز میں مبتلا ہیں۔اب تک اڑھائی کروڑ افراد اس مرض سے ہلاک ہو چکے ہیں۔اس وقت پوری دنیا میں جتنے لوگ ایچ آئی وی کا شکار ہیں اُن میں نوے فیصد کو یہ علم تک نہیں کہ اُن پر اس وائرس کا حملہ ہو چکا ہے۔ایسے لوگوں کی اکثریت ترقی پذیر مما لک کے شہری ہیں۔اگرچہ نوجوان اور بالغ افراد کو دوسروں کی نسبت ایڈز کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے تاہم اس مرض میں ہر عمر کے افراد مبتلا ہو سکتے ہیں۔**2005**ء کے اندازے کے مطابق جو لوگ پہلی دفعہ اس مرض کے شکار ہو گئے ہیں اُن میں تقریباً پچاس فیصد افراد کی عمریں پندرہ اور چوبیس سال کے درمیان ہیں۔دنیا میں ہر روز آٹھ ہزار افراد ایڈز یا ایچ آئی وی سے مرتے ہیں اور چودہ ہزار نئے افراد اس مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ان چودہ ہزار نئے مریضوں میں **250** نوزائیدہ بچے ہوتے ہیں جن کو دورانِ پیدائش یا ماں کے دودھ کے راستے یہ مرض لاحق ہو جاتا ہے۔کئی دوسری تحقیقات ان متاثرہ بچوں کی تعداد **2** ہزار تک بتاتی ہیں۔انسانی اموات کا سبب بننے کے ساتھ ساتھ ایڈز اور ایچ آئی وی فرد اور معاشرے کو کئی اور طریقوں سے بھی متاثر کرتے ہیں۔ایڈز کی وجہ سے لاحق ہونے والی اموات نے اب تک تقریباً ایک کروڑ چالیس لاکھ بچوں کو یتیم کر دیا ہے۔ان مرنے والے افراد میں **70** لاکھ کسان تھے۔خدشہ ہے کہ **2020**ء تک یہ تعداد ایک کروڑ **60** لاکھ تک بڑھ سکتی ہے۔کسانوں کے علاوہ اساتذہ اور طب سے وابستہ افراد کی ایک کثیر تعداد کی ہلاکت بھی ایڈز کی وجہ سے ہوئی ہے کیونکہ وہ بھی اس مرض کے مقابلے کے لئے پوری طرح تیار نہ تھے اور نہ ہی انہیں مناسب مقدار میں فنڈز میسر تھے۔ایک اندازے کے مطابق جنوبی افریقہ میں **85** فیصد اموات ایڈز کی وجہ سے ہوتی ہیں اور ہسپتالوں میں **80** فیصد بستروں پر ایڈز اور ایچ آئی وی کے مریض پڑے ہوتے ہیں۔

گردان:

- ☆ مناسب غذا ایڈز اور ایچ آئی وی کے تدارک میں کیا کردار ادا کرتی ہے؟
- ☆ علاج کی ضرورت کیوں محسوس کی جاتی ہے؟
- ☆ ایڈز اور ایچ آئی وی کے مریضوں کی تعداد میں مسلسل اضافہ کے وجوہات کیا ہیں؟
- ☆ درج بالا بیان کئے گئے وجوہات کے علاوہ ایڈز اور ایچ آئی وی کے پھیلنے کے اور کیا اسباب ہیں؟
- ☆ مقامی سطح پر اس مرض کے پھیلنے کے سب سے بڑے اسباب کیا ہیں؟
- ☆ ایڈز اور ایچ آئی وی کے عالمی اسباب کا مقامی ماحول سے کیا تعلق ہے؟
- ☆ ایڈز اور ایچ آئی وی کے فوری اثرات کیا ہوتے ہیں؟

☆ لمبے عرصے کے لئے اِن کے اثرات کیا ہیں؟

تدارک:

ہم کئی طریقوں سے ایچ آئی وی اور ایڈز کے مریضوں کی مدد کر سکتے ہیں۔

1- اینٹی ریٹروائرل ٹریٹمنٹ **(Antiretroviral Treatment)** یعنی ریٹروائرس کے تدارک کے لئے کئے جانے والے علاج کے راستے۔ تاہم یہ بات ذہن میں رکھنی چاہئے کہ ایچ آئی وی کا مکمل علاج ممکن نہیں ہے۔

2- جسم کی قوتِ مدافعت کی بحالی کے ذریعے۔

3- ثانوی نوعیت کی بیماریوں کے علاج کے ذریعے۔

ریٹروائرس کا تدارک علاج کے زمرے میں نہیں آتا۔ کیونکہ ایچ آئی وی اور ایڈز کا کوئی علاج نہیں ہوتا۔ یہ طریقۂ علاج صرف مریض کے مدافعتی نظام کو تقویت دیتا ہے اور ایڈز اور ایچ آئی وی کے بڑھنے کی رفتار کو کم کر دیتا ہے۔ یہ علاج ایڈز اور ایچ آئی وی کے مریضوں کی زندگی کسی حد تک بڑھا سکتا ہے۔ تاثیر کے لحاظ سے اس علاج میں استعمال ہونے والی ادویات معجزے دکھا سکتی ہیں۔ کیونکہ صرف دو مہینوں کے استعمال سے ہی مریض بڑا افائدہ محسوس کرتا ہے۔

تاہم اینٹی ریٹروائرل ٹریٹمنٹ کے کچھ منفی اثرات بھی ہوتے ہیں۔ ایک تو یہ کہ علاج کا یہ طریقہ کافی مہنگا ہوتا ہے۔ ترقی پذیر ممالک میں اس علاج تک رسائی مشکل ہوتی ہے اور اس علاج میں استعمال ہونے والی ادویات کا سائیڈ ایفیکٹ بھی ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر امریکہ میں ایچ آئی وی اور ایڈز کے **20** سے **30** فیصد تک مریض اینٹی ریٹروائرل دوائی کھا ہی نہیں سکتے۔ اس کے علاوہ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ اس علاج کی تاثیر بھی کم ہو جاتی ہے۔ کیونکہ آہستہ آہستہ ان دوائیوں کے خلاف وائرس کا ردّعمل بڑھتا رہتا ہے۔ اینٹی ریٹروائرل علاج کے اثر سے ایک نہایت بیمار آدمی بھی صحت مند ہو سکتا ہے لیکن حقیقت میں یہ مرض کا اصل علاج نہیں۔

انسانی جسم کے مدافعتی نظام کو اچھی صحت اور مناسب غذا کے ذریعے بھی مضبوط کیا جا سکتا ہے۔

یہ بات ذہن نشین کرنی چاہئے کہ ایچ آئی وی اور ایڈز سے لاحق ہونے والی موت اُس نقصان کے سبب ہوتی ہے جو ثانوی نوعیت کی بیماریاں ہمارے جسم کے حفاظتی نظام کو پہنچا دیتی ہیں جن کو ایچ آئی وی نے پہلے ہی سے کافی کمزور کر دیا ہوتا ہے۔ اس لئے ایچ آئی وی اور ایڈز کی مریضوں کے لئے ثانوی نوعیت کی بیماریوں کا علاج بہت ہی ضروری ہے۔ ان امراض کا علاج ایڈز اور ایچ آئی وی کے مریضوں کی زندگی بڑھانے میں مدد و معاون ثابت ہو سکتی ہے۔

ایم ٹی سی ٹی یا ماں سے بچے کو منتقل ہونے والی بیماریوں کا تدارک:

وہ عورتیں جو ایچ آئی وی کا شکار ہوں اور اس صورت میں وہ حاملہ بھی ہو جائیں تو اُن کے پیدا ہونے والے بچوں کو اس مرض کی منتقلی کا **35** فیصد خدشہ موجود رہتا ہے۔ جیسا کہ پہلے ذکر ہو چکا ہے ہم علاج کے ذریعے مرض کے اس طرح کے انتقال کا تدارک کر سکتے ہیں۔ نیوراپین **(Nevirapine)** ایک ایسی دوائی ہے جو اگر ماں کو بچے کی پیدائش سے پہلے اور زچگی کے بعد کھلا دی جائے تو اس اس سے مرض بچے کو منتقل ہونے کے خطرے کو کم کیا جا سکتا ہے۔ اس پر خرچہ بھی بہت کم آتا ہے۔ یعنی صرف چار ڈالر تک۔ یہ دوائی بہت عام دستیاب ہے کیونکہ ایک تو یہ سستی ہے اور استعمال میں بھی آسان ہے۔ کچھ دوا ساز کمپنیاں تو یہ دوائی مفت فراہم کرتی ہیں۔ جو بات ماں اور بچے دونوں کی صحت کے لئے اہم ہے وہ یہ ہے کہ دونوں کے ایچ آئی وی سٹیٹس کے بارے میں معلومات دستیاب ہونی چاہئیں تا کہ علاج کے لئے پہلے سے ہی تیاریاں کی جا سکیں۔

گردان:

- ☆ ایچ آئی وی میں مبتلا لوگوں کے پاس کونسے تین انتخاب موجود ہوتے ہیں؟
- ☆ اینٹی ریٹرووائرل علاج کیا ہے؟
- ☆ اس علاج کا کیا اثر ہوتا ہے؟
- ☆ کیا ایچ آئی وی اور ایڈز کا کوئی حتمی علاج ممکن ہے؟
- ☆ اینٹی ریٹرووائرل علاج کے سائیڈ ایفیکٹس کیا ہیں؟
- ☆ اس طریقہ علاج کے سلسلے میں کونسے اضافی مسائل درپیش ہو سکتے ہیں؟
- ☆ ایم ٹی سی ٹی کیا ہے؟
- ☆ نیوراپین کسے کہتے ہیں؟
- ☆ ایچ آئی وی کے تدارک میں دوسرے لوگ کیا کردار ادا کر سکتے ہیں؟

جنس کا مسئلہ

شروع شروع میں تو ایڈز اور ایچ آئی وی کا وائرس مردوں اور عورتوں کو یکساں طور پر متاثر کرتا تھا۔ تاہم حالیہ برسوں میں عورتیں زیادہ تعداد میں اس مرض کا شکار ہوتی رہی ہیں۔ **2005**ء میں ایڈز اور ایچ آئی وی کے مریضوں کی نصف تعداد خواتین پر مشتمل تھی۔ اس کی وجوہات خواتین کی جسمانی ساخت، اُن کی سماجی، اقتصادی حالت، اُن کے حقوق اور معاشرے میں اُن کا مقام ہیں۔ مردوں کی طرح خواتین میں بھی یہ مرض بلا امتیاز جنسی روابط کے ذریعے پھیلتا ہے۔ حالیہ برسوں میں ایچ آئی وی پازیٹیو خواتین کی تعداد میں ہر سال اضافہ ہوتا رہا ہے۔ ترقی پذیر ممالک میں اوسطاً ہر بیس سیکنڈ بعد ایک خاتون ایچ آئی وی کا شکار ہو جاتی ہے۔ خاندان کے افراد کی پرورش میں خواتین کے کردار کی وجہ سے، خصوصاً جب خاندان کا کوئی فرد ایچ آئی وی کا شکار ہو، اُن کے لئے احتیاطی تدابیر اپنانا اور علاج کرنا نسبتاً مشکل ہوتا ہے۔

مردوں کی نسبت خواتین کو ایچ آئی وی کے زیادہ خطرے کے وجوہات:

1- حیاتیاتی **(Biological)** حقائق; جنسی تعلقات میں عورت کی شرکت مفعولانہ حیثیت میں ہوتی ہے۔ اس کی وجہ سے مردوں کے مقابلے میں اُن کا جسم مخالف جنس سے زیادہ مقدار میں مادہ جذب کر لیتا ہے۔ جسمانی ساخت کی وجہ سے جنسی تعلقات میں خواتین کے لئے زیادہ سے زیادہ خطرہ ہوتا ہے۔ افزائش نسل میں عورت کے کردار کی وجہ سے بھی ایم ٹی سی ٹی کے عمل کے تحت خواتین مرض کو اپنے نومولود بچوں کو منتقل کر سکتی ہیں۔

2- سماج اور ثقافت کا مسئلہ; معاشرے میں کم تر حیثیت کی وجہ سے جنسی معاملات میں خواتین کی حیثیت ماتحتانہ ہوتی ہے۔ اس کی بنیادی وجہ معاشرے کے ثقافتی اقدار ہیں۔ جنسی معاملات میں عورت کی ماتحت حیثیت کی ایک صورت جنسی تشدد بھی ہے۔ خواتین پر مردوں کے غلبے کا اظہار، اُن کا جنسی استحصال اور اُن پر جنسی تشدد یا تو طاقت کے استعمال کے ذریعے کیا جاتا ہے اور یا یہ جنسی تجارت کی صورت میں وقوع پذیر ہو سکتا ہے۔ اسے عرفِ عام میں جسم فروشی کہا جاتا ہے۔ اکثر خواتین سوچتی ہیں کہ نہ تو انہیں جنسی معاملات پر بات کرنے کی اجازت ہے اور نہ ہی وہ اس قابل ہیں کہ محفوظ جنسی تعلقات کے موضوع پر کھل کر بات کر سکیں۔

3- مالی یا اقتصادی وجوہات; عمومی طور پر خواتین جسم فروشی پر اس لئے مجبور ہوتی ہیں کہ ایک تو انہیں روزگار کے مواقع فراہم

نہیں ہوتے اور دوسرے وہ معاشی طور پر مردوں کی محتاج ہوتی ہیں۔اس صورت میں مرد کی فوتگی یا طلاق کی صورت میں اُن کی علیحدگی پورے خاندان کو کسمپرسی کا شکار کرسکتی ہے۔ یہ بھی ممکن ہے کہ معاشرے میں روزگار اور کمائی کے مواقع سرے سے موجود ہی نہ ہوں۔ اکثر دیکھا گیا ہے کہ غربت کی وجہ سے نوجوان لڑکیاں دولت اور مالی فوائد کے لئے اپنی عمر سے کافی بڑے عمر کے مردوں کے ساتھ جنسی تعلقات استوار کرنے پر مجبور ہوتی ہیں۔خواتین کے اس قسم کے تمام مسائل معاشرے میں عورت کی ماتحت حیثیت کی وجہ سے جنم لیتے ہیں۔

4- **چھوت کی بیماریاں;** کچھ خواتین کو زچگی کے دوران خون کی ضرورت پیش آ جاتی ہے جس کی وجہ سے مردوں کے مقابلے میں اُن کو متعدی امراض کی منتقلی کے اور زیادہ خطرات لاحق ہوتے ہیں۔