

এইচআইভি অ-শনাক্ত করা



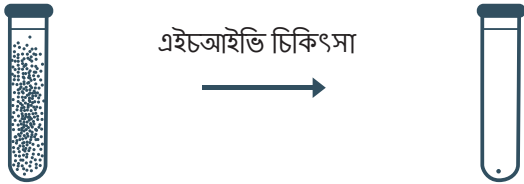
স্বাস্থ্য বুলেটিন

সব স্বাস্থ্য বুলেটিন দেখার জন্য nyc.gov/health - দেখুন।
বিনামূল্যের প্রতিলিপিসমূহ অর্ডার দেওয়ার জন্য 311 নম্বরে ফোন করুন।

NYC
Health

অ-শনাক্তযোগ্য হলো অ-বহনযোগ্যতার সমান।

- এইচআইভি চিকিৎসা শরীরের ভাইরাসের পরিমাণে এমন পর্যায়ে কমায় যে ভাইরাস আর শনাক্ত করা যায় না।
- যে সকল মানুষ অন্তত ছয় সপ্তাহ ধরে ভাইরাস আর শনাক্ত না হওয়ার স্থিতি বজায় রাখতে সক্ষম হন তাদের থেকে যৌন সঙ্গমের ফলে এইচআইভি বাহিত হবে না।
- এটাকে অ-শনাক্তযোগ্য হলো অ-বহনযোগ্যতার সমান বলা হয় অথবা $U = U$ ।



অ-শনাক্ত ভাইরাল লোড থাকা ব্যক্তিদের থেকে যৌন সঙ্গমের মাধ্যমে এইচআইভি বাহিত হবে না।

এইচআইভি চিকিৎসা করা

- এইচআইভি চিকিৎসা করার ওষুধগুলো **নিরাপদ ও আগের থেকে অনেক বেশি কার্যকরী**।
- নির্দেশ মতো এইচআইভি ওষুধ নিলে শরীরে ভাইরাসের পরিমাণ কমে যায়।
- এইচআইভিতে আক্রান্ত কোনও ব্যক্তি যত দ্রুত চিকিৎসা করাতে শুরু করবেন এইচআইভি তার শরীরে তত কম ক্ষতি করবে।



এইচআইভির ওষুধগুলোকে অ্যান্টিরেট্রোভাইরাল থেরাপি (Antiretroviral Therapy, ART) বলা হয়। এইচআইভির কোনও নিরাময় নেই, কিন্তু ART আপনার শরীরের ভাইরাসের পরিমাণ কমাতে সাহায্য করে। ওষুধ আপনার রুটিনের অঙ্গ করে নিতে, **MEDS** লিখে **877877*** এ পার্টিয়ে টেক্সট রিমাইন্ডার পেতে সাইন আপ করুন।

*ইংরেজি এবং স্প্যানিশে টেক্সট করা যায়।

এইচআইভি এবং যৌন স্বাস্থ্য



আপনি আপনার এইচআইভি স্থিতি সম্পর্কে না জানলে, **পরীক্ষা করিয়ে নিন** — এটা সহজ ও দ্রুত। এছাড়াও, নিউ ইয়র্ক সিটির স্বাস্থ্য দপ্তরের যৌন স্বাস্থ্যের ক্লিনিকে বিনামূল্যে করানো যায়।



যদি আপনি এইচআইভিতে আক্রান্ত হন তাহলে নির্দেশ মতো **আপনার ওষুধ খান** এবং নিয়মিত ডাক্তার দেখান।



আপনার এইচআইভি না থাকলে, সংক্রমণ আটকাতে প্রতিদিন **প্রি-এক্সপোজার প্রফিল্যাক্সিস (PrEP)** নিন।



আপনি যৌন সক্ষম হলে, এইচআইভি, যৌনবাহিত অন্যান্য সংক্রমণ ও অপরিষ্কৃত গর্ভধারণ থেকে বাঁচতে যতবার সম্ভব **কন্ডোম ব্যবহার করুন**।

পরিষেবা খোঁজা

এইচআইভি পরীক্ষা, পরিচর্যা এবং চিকিৎসা পরিষেবা আপনার অভিবাসনের স্থিতি বা অর্থ প্রদান করার ক্ষমতা নির্বিশেষে পাওয়া যায়:



বিনামূল্যে বা কম খরচের এইচআইভি পরীক্ষা সম্পর্কে আরও তথ্যের জন্য nyc.gov/health/clinics দেখুন অথবা আপনার নিকটবর্তী কেন্দ্র খুঁজতে **TESTNYC** লিখে **877877*** এ পাঠান।



এইচআইভি পরিচর্যা খুঁজতে সাহায্যের জন্য **CARE** লিখে **877877*** এ পাঠান।



PrEP সম্পর্কে আরও জানতে, nyc.gov/health গিয়ে **PrEP** অনুসন্ধান করুন।



অতিরিক্ত সহায়তার জন্য, স্বাস্থ্য দপ্তরের পরিচর্যা সমন্বয় প্রকল্প সম্পর্কে জানতে nyc.gov/health এ গিয়ে **Ryan White Services** অনুসন্ধান করুন।

*ইংরেজি এবং স্প্যানিশে টেক্সট করা যায়।

সংস্থানসমূহ

সংযোগ করা



@nychealthy



nychealth



@nychealthy



nychealth



nyc health

আরও জানুন

nyc.gov/health এইচআইভি আনডিটেক্টেবল
**HIV Undetectable (এইচআইভি
অ-শনাক্তকরণ)** অনুসন্ধান করুন

সর্বশেষ স্বাস্থ্য বুলেটিন গ্রহণ করুন

ইমেল: **healthbulletins@health.nyc.gov**



এই স্বাস্থ্য বুলেটিনের অতিরিক্ত ভাষা ও অন্যান্য অনুবাদ করা স্বাস্থ্যসামগ্রীর জন্য
nyc.gov/health/pubs -দেখুন। আপনার নিজের ভাষায় পরিষেবা পাওয়ার অধিকার আপনার
আছে। নিউইয়র্ক সিটি স্বাস্থ্যবিভাগের সব অফিস এবং ক্লিনিকে এই পরিষেবাগুলি বিনামূল্যে পাওয়া
যায়।