மும்பையில் உள்ள பால்வினை நோய் மற்றும் எச்.ஐ.வி. பரிசோதனை மற்றும் சிகிச்சை மையங்கள்

ஜே ஜே மருத்துவமனை,
பைகுல்லா, மும்பை - 400 008.
தொலைபேசி : 23735555 / 23703696
திங்கள் முதல் வெள்ளிவரை
(காலை 8.30 முதல் மதியம் 12.30 வரை
சனிக்கிழமை : காலை 8.30 முதல் 10.30 வரை)

கே.இ.எம். மருத்துவமனை,
பரேல், மும்பை - 400 012.
(திங்கள் முதல் வெள்ளி வரை
காலை 8.30 முதல் மதியம் 12.30 வரை
சனிக்கிழமை
காலை 8.30 முதல் 10.30 வரை)

முனிசிபல் பால்வினை நோய் மருத்துவமனை
254, JBB சாலை,
அலெக்சான்ட்ரா சினிமா தியேட்டர் எதிரில்,
நாகப்படா, மும்பை - 400 008.
தொலைபேசி : 23074216
(திங்கள் முதல் சனிவரை
காலை 9.00 முதல் மாலை 4.00 வரை)

கே.ஜே. சோமையா மருத்துவக் கல்லூரி மருத்துவமனை,
சோமையா ஆயர்விகார்,
எவரார்ட் நகர், எக்ஸ்டர்ன் எக்ஸ்பிரஸ்
ஹைவே, சயான்
மும்பை - 400 022.
தொலைபேசி : 24090253

மும்பையில் உள்ள தன்னார்வ ஆலோசனை மையம் மற்றும் எச்.ஐ.வி. இரத்த பரிசோதனை மையங்கள்

நேவி மும்பை முனிசிபல் மருத்துவமனை
செக்டர் 15, வாஷி நேவி, மும்பை.

எஸ்.எல். ரஹேஜா மருத்துவமனை
மாஹிம் ரெக்லமேஷன்
மாஹிம், மும்பை - 400 016.

காசா (கௌன்சலிங் அன்ட் அலைடு சர்வீஸஸ் பார் எய்ட்ஸ்)
3, வைலான்கினி பிரசாத், பிளாட் எண் 575 பி
மோரி சாலை, மாஹிம் மேற்கு மும்பை - 400 016.
தொலைபேசி : 24445647.

மெட்ரோபோலிஸ் லேபாரட்டரி,
ஸ்ரீநிகேதன், 8, காஷிபாய் நவ்ரங்கா மார்க்,
அலெக்சான்ட்ரா சாலை,
காம்தேவி காவல் நிலையம் அருகில், மும்பை
தொலைபேசி : 423805501/3113/4668/5019/399

கே.ஜே. சௌமியா மருத்துவ கல்லூரி
மகப்பேறு மற்றும் மகளிர் பிரிவு
சௌமியா ஆயுரி விகார் காம்பிளக்ஸ்,
ஈஸ்டர்ன் ஹைவே, சைன்,
மும்பை - 400 022.

ஃபோரம் அகென்ஸ்ட் ட்ரக்ஸ் அன்ட் எய்ட்ஸ்
மரைன் ட்ரைவ் ஃப்ளை ஓவர் கீழ்,
பார்சி ஜிம்கானா அருகில், மும்பை - 400 002.
நேரம் : காலை 7.30 முதல் இரவு 7.30 வரை

சூரஜ் கிளினிக்
எச்.ஐ.வி. எய்ட்ஸ் தகவல் மற்றும் வழிகாட்டி
மையம், பில்டிங் எண் 6, துருவ்தாரா,
90 அடி சாலை, பான்ட் நகர்
காட்கோபார் கிழக்கு, மும்பை - 400 075.

சாதன் (பாபுலேஷன் சர்வீஸ் இன்டர்நேஷனல்)
காதிபவன் பின்புறம், ஓபேரா ஹவுஸ், மும்பை.

அர்பன் ஹெல்த் சென்டர் - தாராவி
தாராவி, சைன் மேற்கு, மும்பை.

மகிம் முனிசிபல் மகப்பேறு மருத்துவமனை
திலிப் குப்தா மார்க், மகிம் போஸ்ட் ஆபிஸ்
அருகில், மகிம், மும்பை - 400 016
தொலைபேசி : 24458168

Malteser International
Order of Malta Worldwide Relief

மேலும் தகவல்களுக்கு

Pro Vision
2-90C/7, Beach Road, Next to: Vignesh Mahal
Mugilanvilai, NGO Colony, Kanyakumari District - 629501.

அரும்புகள் டிரஸ்ட்,
A-85, 5வது குறுக்குத் தெரு,
மகாராஜ நகர்,
திருநெல்வேலி - 627 011.
தொலைபேசி : 0462-2572204

பீஸ் சமுதாய பராமரிப்பு மையம்,
15, குறிஞ்சி ரோடு,
குலவணிகர்புரம்,
பாளையங்கோட்டை,
திருநெல்வேலி - 627 002
தொலைபேசி : 0462-2561355

மக்கள் கல்வி நிறுவனம்,
கள அலுவலகம்
B-148, என்.ஜி.ஓ.'பி' காலனி,
பெருமாள்புரம்,
திருநெல்வேலி - 627 007
தொலைபேசி : 0462-2554261

ஆசி கோட்ஸ்,
22, சீதாபதி விலாஸ்,
திலகாபுரம் மெயின் ரோடு,
அம்பாசமுத்திரம் - 627 401.
தொலைபேசி : 04634-252982.

நாஞ்சில் ஆப்செட், நாகர்கோவில். போன் 233853

வாழ்க்கைப் பயணத்தில்...!

சமீபகாலமாக நடைபெற்ற ஆய்வுகளின் முடிவின் படி தமிழகத்தில் எச்.ஐ.வி/எய்ட்ஸ் பாதிப்பு அதிகமுள்ள மாவட்டங்களின் பட்டியலில், திருநெல்வேலி மாவட்டமும் இடம்பெற்றுள்ளது. இதற்கு பல்வேறு காரணங்கள் கூறப்பட்டாலும், நமது மாவட்டத்திலிருந்து மாதத்திற்கு சுமார் 5000 நபர்கள் வேலை தேடி வேறு இடங்களுக்கு, குறிப்பாக மும்பை, ஈரோடு, சேலம், திருப்பூர், கோவை, சென்னை, கேரளா மற்றும் வெளிநாடுகளுக்குச் செல்கின்றனர். அவர்கள் அங்குள்ள சூழ்நிலைகளால் எச்.ஐ.வி/எய்ட்ஸ் பரவ சாதகமான பழக்கவழக்கங்களை கற்றுக் கொள்கின்றனர்.

ஆகவே, இதுபோன்று வேலை தேடி வேறு இடங்களுக்கு செல்லும் இளைஞர்களுக்கு இடம்பெயர்வின் போது பாதுகாப்பாக இருப்பது பற்றியும், பால்வினை நோய்கள், அதற்குரிய சிகிச்சை மையங்கள் மற்றும் எச்.ஐ.வி பரிசோதனை மையங்கள் பற்றிய தகவல்களை அளித்து விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவதன் மூலம் அவர்களுக்கும், அவர்களது குடும்பத்தினருக்கும் எச்.ஐ.வி. தொற்று ஏற்படாமல் தடுப்பதோடு, திருநெல்வேலி மாவட்டத்தில் எச்.ஐ.வி / எய்ட்ஸின் தாக்கத்தை குறையச்செய்வதே இக்கைபிரதியின் நோக்கம் ஆகும்

வேலை தேடிச்செல்லும் இளைஞர்களுக்கு பால்வினை மற்றும் எச்.ஐ.வி. தொற்று ஏற்படுவதற்கான முக்கிய சூழ்நிலைகள்

1. தனிமை
2. கட்டுப்பாடில்லாத வாழ்க்கை
3. புதிய கலாச்சாரம் / அதிக அளவு வருமானம்
4. நண்பர்களின் தூண்டுதல்
5. சமுதாயத்திற்கு முரண்பாடான செயல்கள்
6. பால்வினை நோய்கள் மற்றும் எச்.ஐ.வி./எய்ட்ஸ் பற்றிய விழிப்புணர்வு இல்லாமை
7. ஊடகங்கள்

பால்வினை நோய் என்றால் என்ன?

பாதுகாப்பற்ற உடலுறவின் மூலம் ஒருவரிடமிருந்து மற்றவருக்கு பரவும் நோய்களுக்கு பால்வினை நோய்கள் என்றுபெயர்.

பால்வினை நோயின் அறிகுறிகள்

பெண்களுக்கு

- துர்நாற்றத்துடன் வெள்ளைப்படுதல்
- பிறப்புறுப்பை சுற்றிலும் நமைச்சல், எரிச்சல், அரிப்பு ஏற்படுதல்
- அடிவயிற்றிலும், பிறப்புறுப்பிலும் தொடர்ந்து வலி இருத்தல்

ஆண், பெண் இருபாலருக்கும்

- பிறப்புறுப்பிலும், அதனை சுற்றியுள்ள இடங்களிலும், புண்கள், மருக்கள் ஏற்படுதல்
- சிறுநீர் கழிக்கும்போது எரிச்சல், வலி இருக்கும்
- அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்க வேண்டும் என்ற உணர்வு ஏற்படும்
- பிறப்புறுப்பில் சீழ் வடிதல்
- அரையாப்பு கட்டிகள் ஏற்படுதல்

பால்வினை நோயை குணப்படுத்த முடியுமா?

பயிற்சி பெற்ற மருத்துவரிடம் முறையான முழுமையான சிகிச்சை பெறுவதன் மூலம், பால்வினை நோயை குணப்படுத்தலாம்.

- தொடர்ந்து முழுமையான சிகிச்சை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்
- உடலுறவுத் துணைக்கும் முழு சிகிச்சை அவசியம்
- சிகிச்சை முடியும்வரை உடலுறவைத் தவிர்ப்பது நல்லது. அல்லது உடலுறவின் போது ஆணுறை அணிவது அவசியம்.

எச்.ஐ.வி. என்றால் என்ன?

மனித உடலில் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை குறைக்கும் ஒரு கிருமி. இது மனித உடலில் மட்டும் காணப்படும். அதிலும் இரத்தம், ஆணின் விந்து மற்றும் பெண்ணின் பிறப்புறுப்பு திரவத்தில் மிக அதிகமாக காணப்படும்.

எச்.ஐ.வி. கிருமி ஒருவர் உடலுக்குள் எவ்வாறு பரவுகிறது?

- பாதுகாப்பற்ற உடலுறவு (ஆண்-பெண் / ஆண்-ஆண்
- எச்.ஐ.வி. கிருமியுள்ள இரத்தத்தை பெறுதலால்
- எச்.ஐ.வி. பாதித்த தாயிடமிருந்து குழந்தைக்கு
- கிருமி நீக்கம் செய்யப்படாத ஊசிகளை பயன்படுத்துதலால்

எச்.ஐ.வி. எவ்வாறு பரவாது?

- கொசுக்கடி, இருமல்
- கழிப்பறை
- சேர்ந்து உண்பது
- கட்டி அணைத்தல் முத்தமிடல்

எச்.ஐ.வி. பாதிப்பை எவ்வாறு தடுக்கலாம்?

- திருமணம் வரை பிரம்மச்சரியம் கடைபிடித்தல், ஒருவனுக்கு ஒருத்தி, முறையாக ஆணுறை பயன்படுத்துதல்
- பேறுகாலத்தில் முறையான சிகிச்சை
- எச்.ஐ.வி. பரிசோதிக்கப்பட்ட இரத்தத்தைப் பெறுதல்
- ஒருமுறை பயன்படுத்தும் ஊசியை பயன்படுத்துதல்

பால்வினை நோய்க்கும் எச்.ஐ.வி.க்கும் உள்ள உறவு என்ன?

- பால்வினை நோய் உள்ளவர்களுக்கு எச்.ஐ.வி. தொற்று வர வாய்ப்புகள் அதிகம்.
- பால்வினை நோய்க்கு முழுமையான சிகிச்சை மேற்கொண்டு குணப்படுத்தாவிட்டால் எச்.ஐ.வி. கிருமிகள் உடலுக்குள் எளிதில் நுழைய வழிவகுக்கும்.

பரிசோதனை மையங்கள்

தமிழ்நாட்டிலுள்ள அனைத்து ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்களிலும், அரசு மருத்துவமனைகளிலும் ஒருங்கிணைந்த / தன்னார்வ ஆலோசனை மற்றும் பரிசோதனை மையங்களில் (ICTC/VCTC) எச்.ஐ.வி/ எய்ட்ஸ் மற்றும் பால்வினை நோய்களை பரிசோதித்து கண்டறிய முடியும்.

தன்னார்வ ஆலோசனை மற்றும் எச்.ஐ.வி. பரிசோதனை என்றால் என்ன?

- ஒருவர் தனக்கு எச்.ஐ.வி. கிருமி தொற்று ஏற்பட்டுள்ளதா என்பதை அறிந்து கொள்ள உதவுவதே நம்பிக்கை மையம் ஏன்று அழைக்கப்படுகிற ஒருங்கிணைந்த / தன்னார்வ ஆலோசனை மற்றும் எச்.ஐ.வி. பரிசோதனை மையம் ஆகும்.
- இதில் சுய விருப்பத்தின் பேரில் மட்டுமே பரிசோதனை செய்யப்படும்.
- இரத்தப் பரிசோதனைக்கு முன் இங்குள்ள ஆலோசகர்கள் எச்.ஐ.வி./ எய்ட்ஸ் பற்றிய முழுமையான தகவல்கள் வழங்குவதோடு, இந்த இரத்தப் பரிசோதனையின் முடிவுகள் மற்றும் விளைவுகள் பற்றி மிக விளக்கமாக ஆலோசனை வழங்குவார்கள். (Pre-Test Counseling)
- அவரது ஆலோசனையின் பேரில் இரத்தப்பரிசோதனைக்கு நீங்கள் சம்ம தித்தால் மட்டுமே, உங்களுக்கு இரத்தப் பரிசோதனை செய்யப்படும்.
- இரத்தப் பரிசோதனை முடிவுகள், முறையான ஆலோசனைக்குப் பின் சம்பந்தப்பட்ட நபருக்கு மட்டுமே தெரிவிக்கப்படும். (Post-Test Counseling)
- இரத்தப் பரிசோதனை முடிவு எத்தகையதாக இருந்தாலும் அதற்கேற்ப வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொண்டு ஆரோக்கியமாக வாழ ஆலோசகர்கள் ஆலோசனை வழங்குவார்கள்.

நினைவில் கொள்வோம் ...

- திருமணம் வரை பிரம்மச்சரியம் கடைபிடிப்போம்.
- ஒருவனுக்கு ஒருத்தி என உண்மையாக இருப்போம்.
- பாதுகாப்பான உடலுறவிற்கு ஆணுறை அணிவோம்.
- சக நண்பர்களின் தவறான தூண்டுதல்களுக்கு ஆளாகாமல் இருப்போம்.
- எச்.ஐ.வி./எய்ட்ஸ் பரிசோதனை, ஆலோசனைக்கு அருகிலுள்ள அரசு மருத்துவமனை மற்றும் ஆரம்ப சுகாதாரநிலையங்களை (ICTC/VCTC) அணுகுவோம்.
- இனப்பெருக்க சுகாதார கல்வியை முழுமையாக கற்போம்.
- எச்.ஐ.வி. /எய்ட்ஸ் பற்றிய சரியான தகவல்களை பிறருக்கு தெரிவிப்போம்.
- எச்.ஐ.வி./ எய்ட்ஸ் இல்லாத உலகம் படைப்போம்.