NAP+N
National Association of PLWHA in Nepal 2003

The PLHIV Post
Quarterly News Letter

Volume: 1 I No.: 1 I Jan - Mar 2024 संख्या : १। अंक : १। जनवरी-मार्च २०२४

भाइरल लोड परिक्षणको बेथिती कहिले सम्म: समस्या टेक्निकल हो की ईथिकल ?

भर्खरै सम्पन्न भएको एउटा अन्तराष्ट्रिय कार्यक्रममा नेपाल, थाइल्याड र कम्बोडिया संगै एचआइभी/ एड्सको ९५-९५-९५ लक्ष्य पूरा गर्न अत्यन्तै नजिक पुग्न सफल राष्ट्रमा परेकोले नेपालको प्रशंसा भएको थियो र कार्यक्रममा सम्मानित पनि भएको थियो। जुन सम्मान राष्ट्रिय यौन तथा एड्स नियन्त्रण केन्द्रका निर्देशक ज्यूले ग्रहण गर्नुभएको थियो।

तर यता केहि दिन अघि मात्र भएको कार्यक्रममा राष्ट्रिय जनस्वास्थ्य प्रयोगशाला (NPHL)का प्रतिनिधीले एचआईभी उपचारको लागि गरिने महत्वपूर्ण भाइरल लोड परिक्षण गर्ने मेशिन विहिवार बनायो भने शुक्रवार बिग्रन्छ भनेर जानकारी दिदै हुनुहुन्थ्यो।

यो एकदम सत्य कुरा हो र हामीले बर्षौं देखी भोग्दै आएको कुरा पनि हो। करिब १४/ १५ बर्ष अगाडी देखी शुरू भएको भाइरल लोड परिक्षणको अवस्था पहिलको भन्दा अहिले झन् बिग्रेको अवस्था छ। न समयमा भाइरल लोड परिक्षण गराउन पाउँछ न त समयमै त्यसको रिपोर्ट हात पर्छ। कहिले कोशीमा बिग्रन्छ, कहिले सेती, कहिले मधेश, कहिले पोखरा, कहिले काठमाडौमा। यसले गर्दा २ वटा ९५-९५-९५ को लक्ष्यमा नजिकै पुगेको अवस्था भएपनी भाइरल लोडको ९५ लक्ष्यमा नेपाल अझै पछाडी छ।

95-95-95

हुन त ३ बर्ष अगाडी राष्ट्रिय एड्स तथा यौन रोग नियन्त्रण केन्द्रमा डा. सुधा देवकोटा हुँदा सातै प्रदेशबाट भाइरल लोड परिक्षण गराउनको लागी NCASC र NPHL को संयूक्त टोलि सर्वेक्षणको लागी सातै वटा प्रदेश पनि गएको हो र १ बर्ष अगाडी डा. सुधा देवकोटाकै नेतृत्वमा सातै वटा प्रदेशमा Gene expert machine द्वारा भाइरल लोड परिक्षण शुरू गर्ने भनेर जिल्ला समेत तोकी निर्णय भएको थियो तर अहिले सम्म पनि यो परिक्षण सेवा सुरू भएको छैन।

भाइरल लोड परिक्षणको सेवामा यो टेक्नीकल मेशिनरी समस्या हो कि नैतिक समस्या हो। यसमा प्रश्नचिन्ह सधै खडा भइरहन्छ। यो हाल सालै मात्र देखिएको समस्या होइन, बारम्वार दोहोरि रहेको समस्या हो। तर सम्बन्धित निकायको बेवास्था र गैर जिम्मेवार व्यवहारले गर्दा संक्रमितहरूले दु:ख त भोग्नु नै परेको छ साथै सेवन गरिरहेको एआरभी उपचार सफल छ कि असफल छ त्यसको पनि कुनै जानकारी छैन, तापनि औषधि चाहि निरन्तर खानै परेको छ।

यो बेथिति कहिले सम्म त ? . . .

– सिबु गिरी

सम्पादकको कलमबाट

राष्ट्रिय एचआईभी तथा एड्स महासंघ नेपालले यो वर्ष देखि त्रैमासिक रूपमा प्रकाशन हुने गरि "The PLHIV Post" नामको ई-न्यूजलेटरको शुरूवात गरेको छ। यो ई-न्यूजलेटर मार्फत महासंघले गरिरहेको कार्यहरूको जानकारी दिने, राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय स्तरमा एचआईभीको क्षेत्रमा भएका विभिन्न कार्यक्रमहरूलाई समेटेर समाजमा भएका लाञ्छना तथा भेदभाव कम गर्न पैरवी तथा वकालत गर्ने जस्ता विषयहरूलाई समेटेर लेखहरू प्रकाशन गरिनेछ I यो हाम्रो पहिलो प्रयास हो। यो ई-न्यूजलेटर प्रकाशन गर्न सहयोग गर्नु हुने सबै व्यक्तित्वहरूलाई हामी हृदयदेखि नै धन्यवाद दिन चाहन्छौं, साथै आगामी दिनहरुमा पनि यहाँहरूको सल्लाह, सुझाव तथा सहयोगको अपेक्षा राखेका छौ । – *सम्पादक*

एचआईभी संक्रमित युवाहरूमा आत्म लाञ्छना किन हुन्छ ?

एचआईभी संक्रमणको गलत परिभाषा, एचआईभी संक्रमण सर्ने र नसर्ने माध्यमको गलत धारणा, विपन्न वर्गमा संक्रमण दर बढी हुने, संक्रमित भनेर थाहा पाए पछि व्यक्तिको चरित्रमा प्रश्न उठाउने जस्ता कुरा अझै पनि समाजमा विधमान छ। यसको उदाहरण एचआईभी संक्रमित एक युवतीलाई लिएर जोड्न सकिन्छ। एआरटी केन्द्रमा जाँदा मेरो बारेमा कसैले थाहा पाउँछन कि ? मलाई कसैले देख्छन कि? भन्ने आत्म लाञ्छनाको कारण एआरटी केन्द्रमा जान डराउँथिन। यसैको कारण उनले नियमित औषधी नलिएर भाइरल लोड पनि बढेर आउँदा स्वास्थ्यमा समस्या देखियो। यो त एउटा उदाहरण मात्र हो। धेरै एचआईभी संक्रमित युवायुवतीलाई यस्तै प्रश्न जिज्ञासा मनमै गुम्सी रहेका छन्।

एचआईभी संक्रमित युवाहरूको राष्ट्रिय भेला २०८०, मा राष्ट्रिय एचआईभी तथा एड्स महासंघ नेपालको सहयोगमा YKP LEAD Nepal को आयोजनामा सातै प्रदेशका २७ जिल्लाका ३८ जना एचआईभी संक्रमित युवाहरूसंग छलफल गर्दा, परिवार, समाज, विद्यालय र सेवा प्रदायक क्षेत्रबाट गरीने लाञ्छना भेदभाव न्यूनीकरण भएको भए युवाहरूमा आत्म लाञ्छना कम हुन्थ्यो भन्ने कुरा उनीहरूले पनि व्यक्त गरेका थिए। आत्म लाञ्छना न्यूनीकरण गर्न के गर्नु पर्छ ? भनेर छलफल गर्दा एआरटी केन्द्रबाट

युवाहरूलाई आवश्यकता अनुसार परामर्श, मनोसमाजिक परामर्श, संक्रमित युवाहरूप्रति लक्षित कार्यक्रम, संक्रमित युवाहरू खुलेर आउने वातावरण सृजना भएको भए आत्म-लाञ्छना न्यूनिकरणमा ठूलो टेवा मिल्थ्यो।

एचआईभी संक्रमितहरूका लागी संचालन हुने परियोजनाहरूमा एचआईभी संक्रमित युवाहरूको शिक्षा, स्वास्थ्य, प्रजनन् स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य तथा जिविकोपार्जनका लागी आवश्यक सिप सम्बन्धी परामर्श र भविष्य मार्गदर्शन गर्ने सेवाहरू प्रदान गर्न अत्यावश्यक छ। यस्ता युवा लक्षित कार्यक्रमले मात्र एचआईभी संक्रमित युवाहरूमा आत्म-लाञ्छना हुन दिंदैन। *– यशोदा तिमिल्सैना*

राष्ट्रिय एच.आई.भी. तथा एड्स महासंघ नेपाल को

टोल फ्रि नं., पैसा नलाग्ने

१८-१०-५०००० -२४
18-10-50000-24

मानव अधिकार, स्वास्थ्य अधिकार सम्वन्धी परामर्श तथा तत्काल कानुनी सेवाका साथै एचआइभी भएकै कारण हुने लाञ्छना तथा भेदभाव सम्वन्धी कानुनी चुनौती सामना गरिरहेकाहरूका लागि सजिलो पहुंच तथा सम्वन्धित सेवाकेन्द्रसंग प्रेषणका लागि सम्पर्क गर्नुहोस।

सम्पर्क :
समय : विहान १० देखी साँझ ५ बजेसम्म
राजेश्वरी प्रजापति

राष्ट्रिय एच.आई.भी. तथा एड्स महासंघ नेपाल
National Association of PLWHA in Nepal (NAP+N)

नोट : नेपाल टेलिकम (NTC) बाट मात्र सम्पर्क गर्न सकिने

Tundal Devi Temple, Kathmandu, House No 393/5, +977-1-4527459, 4517835,
www.napn.org.np

कथा गुणस्तरीय जीवनतर्फ

एचआइभी संक्रमित महिलाहरु व्यावसायिक सीप सिक्न (सातै प्रदेशबाट) भेला भएका थिए। केहि पहिलेदेखि नै व्यवसाय सञ्चालन गर्थे भने कोही नयाँ काम थाल्ने सोचमा थिए। सहभागीहरूले बनाएको व्यावसायिक योजनाले तालिम सकेपछि बिऊ-पूँजी लगानी पनि पाउने भएका थिए।

तेस्रो दिन योजना बताउनुपर्थ्यो। मधेश प्रदेशका एक सहभागी अरू सहभागीहरूसँग उति खुलेका थिएनन्। उनी भैंसी पाल्थे र दुध बेच्थे। योजनामा उनले भैंसी थप्ने योजना सुनाउलान् कि भन्ने लागेको थियो। मेहनत अनुसार आम्दानी नभएको सबैले बुझेका थिए। तर उनलाई सोध्दा उनी "नही-नही" मात्रै भन्थे।

प्रशिक्षकसँग केहि बेर भलाकुसारी गरेपछि उनको जवाफ सुनेर हामी सबै मुर्छा पर्ने गरि हाँस्यौं। कारण - नाफाका लागि दुधमा पानी राख्ने गरेका रहेछन्।

व्यपारी बन्ने र आफ्नै व्यवसाय गर्ने गुण त रहेछ नि भन्ने लाग्यो !

अनुभव भएकैले होला महासंघले एचआइभी संक्रमित एकल महिलाका लागि पाँच दिने उद्यमशिलता विकास तालिम सञ्चालन गर्ने जिम्मा मलाई दियो। सी-१९ आरएम परियोजना अन्तर्गत ६ समूहमा देशैभरिका १४१ जना व्यक्तीहरू त्यसमा सहभागी भएका थिए। उनीहरूको औपचारिक पढाइको तह मिल्नेथिएन। अनुभव र पृष्ठभुमि पनि भिन्न। त्यसैले एकोहोरो रटान गर्नेभन्दा पनि व्यवहारिक सिकाइ पद्धतीको आधारमा धेरैभन्दा धेरै अभ्यासमा जोड दिने निर्णय गऱ्यौं।

सबैभन्दा ठूलो चुनौती थियो सहभागी सबैलाई काठमाडौंसम्म सकुशल ल्याउने त्यसमाथी पुसको जाडो। कोही पहिलो पटक आउँदै थिए। सबै नेपाली पनि नबोल्ने। कहाँ जाने, कता पुग्ने - अपरिचित ठाउँमा के होला, कसो होला भन्ने लागिरहन्छ नै।

मेरो मनमा भने विश्वास थियो। जे-जति बाधा-अप्ठ्यारा भए पनि सहभागीलाई काठमाडौंमा भेला गरेर धुलिखेलमा तालीम शुरु गऱ्यौं। जति उत्साहित म थिएँ, उति नै हाम्रो टिम पनि। प्रशिक्षकदेखि लिएर महासंघको नेतृत्वकर्ताहरू, सहकर्मीहरु सबै मलाई ढाडस दिन्थे, सहयोग गर्थे। त्यो ५ दिन बितेको पत्तै भएन।

तालिम वा प्रशिक्षण सहभागिहरूको लागि ज्ञान र सीप बढाउने अवसर मात्रै होइनन्। साथी बनाउने, दुःख बिसाउने, मन भुलाउने सुरक्षित स्थान पनि हुन्। त्यस्ता तालिम, भेला र गोष्ठीमा सहभागी हुँदा सहभागीहरु प्रायः सिकेका ज्ञानबाट कसरी प्रतिफल लिनबारे छलफल गर्छन्। हिसाब-किताबको महत्वबारे कुराकानी हुन्छ। धेरैजसो केहि न केहि इलम नै गर्छन्। धेरै तनाव भएको बेला कोही सिलाइ-बुनाइ गर्दा रहेछन्। हुन पनि हो आफुलाई व्यस्त राखे तनाव र पीडा पनि बिर्सिन्छौं। उनीहरूबाट हामीले पनि धेरै सिक्न सक्छौं।

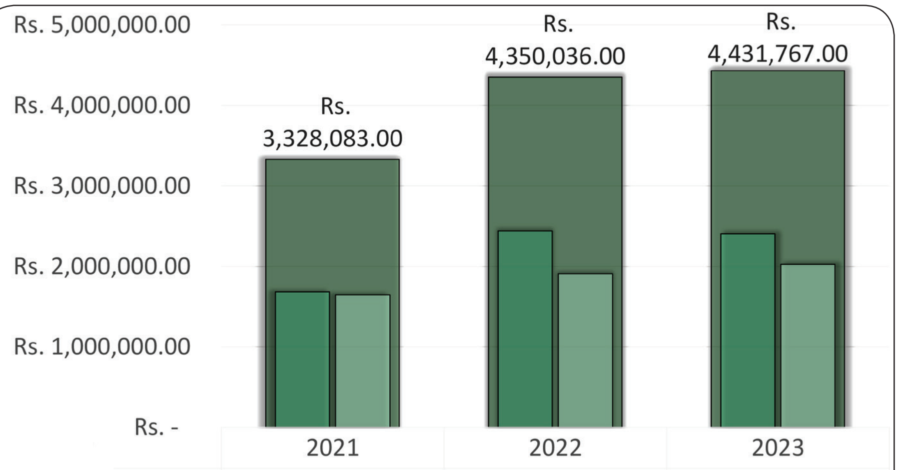
एचआइभी संक्रमित एकल महिलाको मेहनत र जीवनमा केहि गरेर देखाउने हुटहुटीले मलाई प्रेरणा दिएको छ। लाञ्छना र विभेद हटाएर सम्मानजनक जीवन बाँच्न पाउने उनीहरूको अधिकार सुनिश्चित गर्न अझै बाँकी छ। यसका लागि बेलाबेलामा साह्रोगाह्रो पर्दा यसो पो गर्ने कि भनेर सरसल्लाह दिन र सहयोग गर्न जरुरी छ।

उद्यमशिलता विकास तालिमका सहभागीसँग बेलाबेलामा फोनमा भए पनि कुराकानी हुन्छ। तीमध्ये एकलाई पसल विस्तार गर्न लगानी जुटाएका थियौं। व्यवसायले जीवनमा सन्तुष्टि दिएको उत्साहका साथ उनले सुनाउँदा साह्रै खुशी लाग्छ। भएको आम्दानीले उपचार खर्च, सन्तानको रेखदेख र पढाइ अनि दैनिक सय रुपैयाँ बचत गर्न सक्ने भएको सुनाउँछन्।

यि र यस्तै कथाहरूले गुणस्तरीय जीवनतर्फ हातेमालो गर्दै जाने महासंघको उद्देश्य सही दिशामा अघि बढेको छ भन्ने महशुस हुन्छ। *– आस्था पलिखे राई*

हजारौं जीवन बचाउन सफल: महासंघको उपचार सेवा

जटिल स्वास्थ्य समस्याहरूको सामना गर्नेहरूको आवश्यक हेरचाह प्राप्त गर्न महामारी विरूद्धको चलिरहेको लडाईमा महत्वपूर्ण छ। यसले एचआईभी सँग हुन सक्ने विभिन्न रोगहरूको रोकथाम, निदान र व्यवस्थापनका लागि सेवाहरूको पहुँच सुनिश्चित गर्न आवश्यक छ।



	2021	2022	2023
Total	Rs. 3,328,083.0	Rs. 4,350,036.0	Rs. 4,431,767.0
Male	Rs. 1,682,860.0	Rs. 2,438,922.0	Rs. 2,404,404.0
Female	Rs. 1,645,223.0	Rs. 1,911,114.0	Rs. 2,027,363.0

NAP+N ले गएको ३ बर्षमा गरेको उपचार सहयोगको विवरण

राष्ट्रिय एचआईभी तथा एड्स महासंघको ध्येय केवल स्वास्थ्य सेवामा सुधार मात्र नभएर एचआईभी/एड्स विरूद्धको लडाईमा समानुभुति, समावेशिता र एकता प्रदर्शन गर्ने बारेमा हो। महासंघ यस लडाईमा कोहि पनि नछुटोस र पछाडी नपरोस भन्ने कुरामा सुनिश्चित गर्न समर्पित छ। गएको तीन वर्षमा महासंघले ५०१ जना अति विपन्न एचआईभी संक्रमितहरूलाई रू १२१०९८८६/- सम्मको आर्थिक सहयोग प्रदान गरेको छ। एचआईभी सँग मात्र नभई अन्य जटिल किसिमको आवश्यक उपचार पनि यसमा पर्दछ। यसमा अति विपन्न परिवारका २६८ पुरूष तथा २२३ महिला एचआईभी संक्रमितहरू जो अन्य चुनौतीहरूको सँगै अवसरवादी संक्रमण तथा अन्य स्वास्थ्य जटिलताहरूको पनि सामना गरीरहेका व्यक्तिहरू पर्दछन्।

महासंघले *"एचआईभीसँग सम्बन्धित रोग र मृत्युदरलाई उल्लेखनीय रूपमा काम गर्न व्यापक स्वास्थ्य सेवाहरूमा विश्वव्यापी पहुँच महत्वपूर्ण छ"* भन्ने कुरालाई मान्यता दिन्छ। महासंघ आफ्नो उद्देश्य, ध्येय र लक्ष्य प्रति प्रतिबद्ध छ। महासंघ एउटा छाता संगठन मात्र नभएर विकसित स्वास्थ्य सेवा परिदृश्यसँग पहलहरूलाई पनि सक्रिय रूपमा सुविधा दिदै आइरहेको छ। *– संजय राई*

समुदायको नेतृत्वमा अनुगमन (Community-Led Monitoring, CLM)

राष्ट्रिय एचआईभी तथा एड्स महासंघ नेपाल द्वारा संचालित सिएलएम परियोजना समुदाय स्तरमा कार्यान्वयन अनुगमन गर्ने उद्देश्यले दातृनिकाय USAID अन्तर्गतको उच्च स्तरको अनुगमन भ्रमण रुपन्देही जिल्लाको स्वास्थ्य कार्यालयमा जिल्ला स्तरको सिएलएम टाक्स टिम सँग बैठक संचालन गरेको थियो। यस बैठकमा उच्च स्तर को अनुगमन टोली र जिल्ला स्तरको सिएलएम टाक्स-टिम बिच सिएलएम परियोजनाको गतिविधि, सिएलएम द्वारा पत्ता लगाएका सवालहरू, सिएलएमको महत्व र चुनौती इत्यादि विषयमा बृहत र अर्थपुर्ण अन्तरक्रियात्मक छलफल भएको थियो। – February 6, 2024,

साथै मार्च महिनामा राष्ट्रिय सिएलएम परियोजना संचालन भइरहेको ६ जिल्लाहरू : रूपन्देही, दाङ, सुर्खेत, कालिकोट, कैलाली र अछाम मा जिल्ला स्तरको सिएलएम टाक्स टिम बैठक संचालन गरेको थियो। जसमा जनप्रतिनिधि, जिल्ला प्रशासन कार्यालय, जिल्ला समन्वय समिति, स्वास्थ्य कार्यालय, एआरटी सेन्टर र एचआईभी संक्रमित तथा लक्षित समुदायका प्रतिनिधिहरूको उपस्थिती रहेको थियो। बैठकमा सिएलएम परियोजना अन्तर्गतका आगामी क्रियाकलापहरू र सिएलएमले पत्ता लगाएका सवालहरू माथि पैरवी योजना बारे छलफल गरेको थियो। साथै टाक्स-टिमका सदस्यहरू र स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई एचआईभी सेवाको मापदण्ड र स्वास्थ्य अधिकार बारे अभिमुखीकरण प्रदान गरेको थियो। *– सुजना गोले*