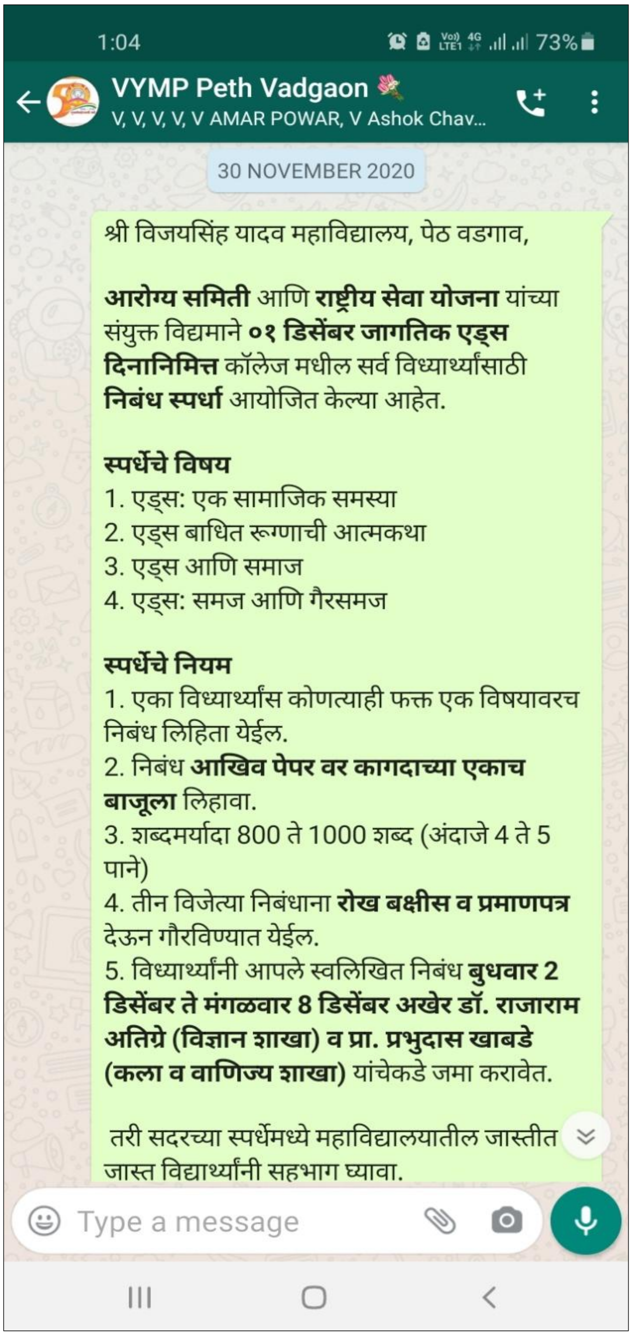
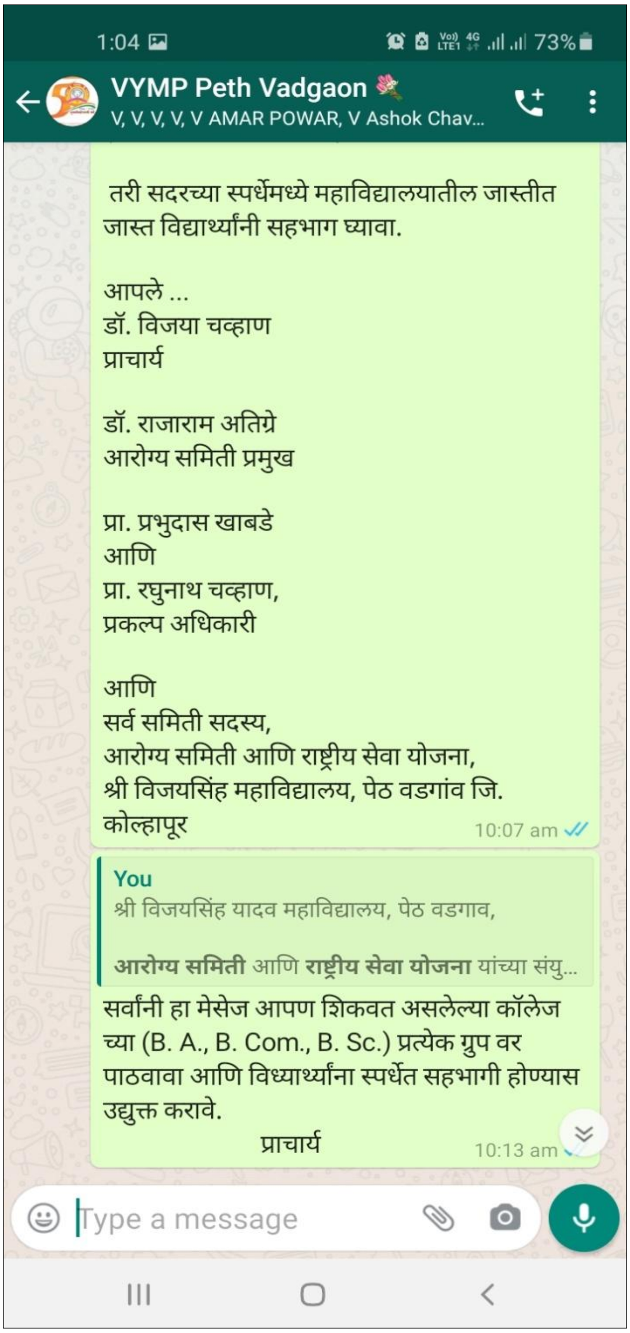
Health Committee and NSS

Essay competition

Name of Activity: Essay competition on the occasion of World AIDS day
Date and Time of activity conducted: 01-12-2020 to 08-12-2020
Target Group: B. A., B. Com., B. Sc. students
Number of Students/Teachers took the advantage: 18
Name of Organizer: Health Committee and NSS

On the occasion of World AIDS day – 01 December 2020, Health Committee in association with NSS organized Essay competition for college students.





As per above notice given to students, following 18 students of B. A., B. Com. and B. Sc submitted essays.

Sr. No.	Name of the Student	Class	Subject of essay
1	Vasishnavi Vishnu Kamble	B. A. I	एडस: समज आणि गैरसमज
2	Anjali Shivaji Vadd	B. A. II	एडस: एक सामाजिक समस्या
3	Shraddha Pandit Chopade	B. A. III	एडस: एक सामाजिक समस्या
4	Shabdali Shivaji Mulgaonkar	B. A. III	एडस: एक सामाजिक समस्या
5	Swati Namdeo Lugade	B. A. III	एडस: एक सामाजिक समस्या
6	Yogita Sanjay Yadav	B. Com II	एडस: आणि समाज
7	Vaishali Yashwant Sapkal	B. A. I	एडस: एक सामाजिक समस्या
8	Shweta Dilip Thorvat	B. Sc. III	एडस: आणि समाज
9	Dhavale Abhishek Appaso	B. Sc. II	एडस: समज आणि गैरसमज
10	Rutuja Sanjay Bhosale	B. Sc. III	एडसबाधीत रुग्णाची आत्मकथा
11	Sourabh Shahaji Patil	B. Sc. II	एडस: आणि समाज
12	Rajlaxmi Rajendra Patil	B. Sc. I	एडस: समज आणि गैरसमज
13	Amruta Sambhaji Chavan Patil	B. Sc. III	एडस: एक सामाजिक समस्या
14	Kajal Bhairavnath Chavan	B. Sc. III	एडस: आणि समाज
15	Ishwari Suresh Chavan	B. Com II	एडस: समज आणि गैरसमज
16	Pranjali Manil Khot	B. Sc. I	एडस: आणि समाज
17	Prathamesh Ashok Patil	B. Sc. III	एडस: एक सामाजिक समस्या
18	Vaishnavi Ashok Kamlakar	B. A. III	एडस: एक सामाजिक समस्या

All the essays were assessed by team of experts on 09-12-2020 and following winners were selected on the order of merit.

Sr. No.	Name of the Student	Class	Subject of essay	Prize
1	Dhavale Abhishek Appaso	B. Sc. II	एडस: समज आणि गैरसमज	First Prize
2	Rutuja Sanjay Bhosale	B. Sc. III	एडसबाधीत रुग्णाची आत्मकथा	Second Prize
3	Shabdali Shivaji Mulgaonkar	B. A. III	एडस: एक सामाजिक समस्या	Third Prize
4	Yogita Sanjay Yadav	B. Com II	एडस: आणि समाज	Third Prize

प्रथम क्रमांक विजेता निबंध: अभिषेक आप्पासो ढवळे बि. एस्सी. भाग 2

Date : 4-12-20

नाव : ढवळे अभिषेक आप्पासो
वर्ग : B.Sc II
तुकडी : B
विषय : एड्स समज आणि गैरसमज

एड्स समज आणि गैरसमज

१ डिसेंबर हा दिवस जागतिक एड्स दिवस म्हणून जन-जागृतीच्या माध्यमातून साजरा केला जातो. गेली अनेक वर्षे शासन, संस्था आणि कॉलेज NSS मार्फत AIDS या रोगाविषयी जनजागृती केली जात आहे. या रोगाविषयी आंतराष्ट्रीय पातळीवर औषध, लस संशोधनाचे कार्य मोठ्या प्रमाणात सुरू आहे.

इंग्रजी भाषेत ज्याला 'Aquired Imunodeficiency Syndrome' असे म्हणतात. त्या चार शब्दांची अद्याक्षर घेऊन A.I.D.S किंवा AIDS असे नाव तयार झाले आहे. यात Aquired म्हणजे जन्मजात नसलेली पण नंतर प्राप्त झालेली तर Imunodeficiency म्हणजे प्रतिकार यंत्रणेतील उणीवा किंवा कमतरता असे होय.

तर Syndrome म्हणजे एकाच रोगामुळे जे आजार किंवा लक्षणे आढळून येतात अशा आजार किंवा लक्षणे यांचा समुच्चय होय. थोडक्यात काही विशिष्ट कारणांमुळे शरीराच्या रोगप्रतिकार यंत्रणेत उणीव निर्माण झाल्यामुळे एकाच वेळी, एका किंवा अनेक आजाराच्या ज्या अवस्था व लक्षणे दिसून येतात अशा आजार व लक्षणांचा समुच्चय म्हणजे एड्स होय.

एड्स हा रोग समाजाच्या दृष्टीने साधा रोग नाही. जर कुणाला ह्या रोगाची लागण झाली असेल असे साधे माहिती जरी पडले तरीही कपाळावर आठ्या आणि अंगावर काटे उभे राहतात. काही वर्षांपूर्वी क्षयरोग, कर्करोग, कुष्टरोग हा सर्वात मोठा महारोग मानला जात होता. मात्र जगात १९८१ रोजी आणि भारतात १९८६ रोजी HIV या रोगाच्या शोध लागल्यानंतर या रोगास महारोग मानले जाऊ लागले. पण कालांतराने संशोधकांनी क्षयरोग, कर्करोग, कुष्ठरोग या रोगांवर मात करण्यासाठी उपचार पद्धती शोधून काढली आणि हे रोग आज बरेही होऊ लागलेत. पण एड्स या रोगाला नष्ट करण्यासाठी इलाज, औषध, लस किंवा उपचार पद्धतीचा शोध लागला नाही. त्यावर आज अनेक देशांमध्ये संशोधन होत आहे. मात्र मला खात्री आहे. या विज्ञानवादी युगामध्ये या रोगावर मात करण्यासाठी नक्की उपचार पद्धती येणार आणि तो जगातील सुवर्ण दिवस म्हणून पाहण्यास मिळेल

GoodLuck Page No.
Date

एड्स होण्याची मुख्य चार कारणे आहेत. ती खालीलप्रमाणे
1) HIV / AIDS रूग्णाचे रक्त दुसऱ्या रूग्णाला दिल्याने
2) दुषित रक्त असलेल्या सुई. इंजेकशन मधुन
3) HIV बाधित आईकडुन स्तनपान करताना मुलाला होऊ शकतो.
4) असुराक्षीत लैंगिक संबंध (स्त्री-पुरूष किंवा पुरूष-पुरूष)

भारताच्या बाबतीत स्त्री-पुरूषातील किंवा समलैंगिक असुराक्षीत लैंगीक संबंध हे या रोगाच्या प्रसाराचे प्रमुख कारण असल्याचे दिसुन येते. या कारणांचा विचार करून प्रत्येक नागरिकांनी HIV/AIDS लागण होण्याच्या कारणाविषयी आपण स्वत: दक्षता घेणे आज काळाची गरज आहे आणि ही आपली जबाबदारी देखील आहे.

एचआयव्ही ची लागण हे एड्सचं सर्वात मोठ कारण आहे या विषाणूची बाधा झालेले एकूण 3.7 कोटी लोक जगभरात आहे. त्यापैकी 70% लोक एकट्या आफ्रिका खंडात आहे. एड्स हा रोग 1980 च्या दशकात पसरायला सुरूवात झाली. एचआयव्ही लागण कशी होते, या विषाणूची लागण झालेल्या व्यक्तीबरोबर राहिल्याने काही धोका उद्भवतो का? या सगळ्या प्रश्नांवर अनेक माध्यमांदवारे जनजागृती पसरत असली तरीसुद्धा आजही अनेक समज आणि गैरसमजुतींना समाजात खतपाणी मिळतय.

समज 1 - एचआयव्ही बाधित लोकांच्या संपर्कात असल्यास आल्यास एचआयव्ही बाधित लोकांच्या संपर्कात आल्याने, त्यांना स्पर्श केल्याने किंवा त्याच्या लाळेतून एचआयव्ही चा संसर्ग होतो, असा गैरसमज आजही लोकांमध्ये आहे. यामुळे अशा लोकांशी समाजात खुप भेदभाव केला जातो. खर काय? एचआयव्ही बाधित लोकांच्या संपर्कात आल्याने, त्यांना स्पर्श केल्याने, तसेच त्यांच्या अश्रू, घाम, लाळ किंवा मूत्रावाटे एचआयव्ही पसरत नाही. त्याचबरोबर, एकाच हवेत श्वास घेणं, हात मिळवणं, मिठी किंवा चुंबन घेणं, एकाच भांड्यात खाणं-पिणं, पाण्याचा समान स्रोत वापरण (उदा. अंघोळीच पाणी, शॉवर), खाजगी वस्तू शेअर करणं, जिममध्ये व्यायामाची समान साधन वापरणं, टॉयलेट सीटला, दरवाजाच्या कडीला स्पर्श करणं, यांमुळेही एचआयव्हीचा संसर्ग होत नाही. यामुळे होतो एचआयव्हीचा संसर्ग

HIV बाधित व्यक्तीचं रक्त, वीर्य, योनीतील स्राव किंवा अंगावरच दुध निरोगी व्यक्तीच्या शरीरात गेलं तरच हा रोग पसरण्याची शक्यता असते.

समज 2 - 'डासांमुळे एचआयव्हीचा संसर्ग.' डासांच्या चावण्याने किंवा रक्तपिपासू कीटकांद्वारे (उदा. डास) एचआयव्ही पसरत नाही. रक्तामुळे एचआयव्ही पसरतो हे जरी खरं असल तरी रक्तपिपासू कीटकांद्वारे (उदा. डास) एचआयव्ही पसरत नाही. संशोधनांमधुन हे सिद्ध झाल आहे. त्यामुळे एखादया परिसरात मोठ्या प्रमाणात डास असतील आणि HIV चा प्रादुर्भाव असेल तरी या दोन गोष्टींचा एकमेकाशी संबंध नाही कारण. 1) HIV चा विषाणू त्यांच्या शरीरात अल्पकाळ टिकतो कारण 2) जेव्हा कीटक चावतात तेव्हा त्यांनी आधी चावा घेतलेल्या व्यक्तीचं रकत दुसऱ्या व्यक्तीत सोडत नाहीत.

समज 3 - 'अघोरी प्रकारांमुळे एचआयव्ही बरा होतो' अघोरी प्रथा, पुजा, बळी, पर्यायी औषध, सेक्स केल्यानंतर अंघोळ करणं, किंवा कुमारिका मुलीबरोबर लैंगिक संबंध प्रस्थापित करणं. यापैकी कोणत्याही प्रकाराने एचआयव्ही बरा होत नाही. निम-वाळवंटी आफ्रिका, भारतातला काही भाग आणि थायलंडमध्ये कुमारिका मुलींबरोबर सेक्स करणं हा गैरसमज प्रचलित आहे. मात्र तो अतिशय धोकादायक आहे. यामुळे या भागात अल्पवयीन मुलींवर होणाऱ्या बलात्काराच्या प्रमाणात वाढ झाली आहे. काही ठिकाणी तर लहान बालकांवरही बलात्कार होतो आणि पर्यायाने त्या लहान त्यांनाही HIV चा धोका बळावतो.

समज 4 - 'कंडोम वापरल्यास एचआयव्हीची लागण होत नाही' जागतिक आरोग्य संघटनेच्या मते चारपैकी एका जणाला म्हणजे तब्बल 94 लाख लोकांना या रोगाची लागण झाल्याची माहिती नसते. त्यामुळे संसर्गाचा धोका जास्त आहे. कंडोम वापरल्याने एचआयव्हीची लागण होत नाही. असा गैरसमज आहे पण आपण जर एचआयव्ही बाधित व्यक्तीसोबत सेक्स करत असाल आणि सेक्स करतेवेळी कंडोम फाटला, निघाला किंवा लीक झाला तर HIV ची लागण होण्याची शक्यता वाढते. त्यामुळे एड्स बाबत जे जनजागृती अभियान राबविणारे किंवा तज्ञ लॅटेक्स शीथ म्हणजेच जाड कंडोम घालण्याचा सल्ला तर देतात. त्याचबरोबर HIV ची चाचणी करण्याचाही सल्ला देतात. जर ही टेस्ट पॉझिटिव्ह आली तर ताबडतोब उपचार घेण्याचा सल्ला देतात.

समज 5 - 'मुखमैथुनाद्वारे एचआयव्ही होतो का ?' एचआयव्ही बाधित व्यक्तीसोबत ओरल सेक्स केला तर एचआयव्हीची लागण होण्याची दाट शक्यता आहे. म्हणूनच ओरल सेक्सच्या वेळीही कंडोम वापरण्याचा सल्ला डॉक्टर देतात. मात्र सेक्सच्या इतर प्रकारांपेक्षा ओरल सेक्स म्हणजेच मुखमैथुन बऱ्यापैकी सुरक्षित आहे.

तसेच १०,००० पैकी फक्त ४ केसेसमध्येच एड्स ओरल सेक्सद्वारे पसरतो, असं संशोधनातून आढळून आले आहे.

समज ६ - 'एचआयव्ही झाल्यास लवकर मृत्यु होतो.' संयुक्त राष्ट्रांच्या मते ४७% लोकांच्या रक्तात एचआयव्हीच प्रमाण इतक कमी आहे की रक्तचाचण्यांमध्ये हे विषाणू दिसतही नाहीत. ज्या लोकांमध्ये अशी स्थिती निर्माण झाली आहे, त्या लोकांकडुन हे विषाणू दुसऱ्यापर्यंत पसरतही नाहीत. तसेच, जे एचआयव्ही बाधित योग्य उपचार, आहार आणि स्वतःची काळजी घेत आहेत, ते चांगल आयुष्य जगत आहेत मात्र त्यांनी जर उपचार घेण थांबवल तर HIV पुन्हा रक्तात सापडु शकतो.

समज ७ - 'आई एच आयव्ही बाधित असेल तर मुलांनाही होतोच' हे अगदीच सत्य नाही. ज्या मातांमध्ये हा विषाणू अगदी नगण्य प्रमाणात असतो, त्या माता निरोगी बालकाला जन्म देऊ शकतात.

एड्चआयव्हीपासून बचाव कसा कराल? एचआयव्हीपासुन बचाव करण्यासाठी जागरूकता अंत्यत आवश्यक आहे. एखाद्या व्यक्तीला इंजेक्शन देण्यासाठी वापरलेली सुई पुन्हा वापरू नये. सुरक्षित लैंगिक संबंध ठेवावे. तसेच एखाद्या व्यक्तीने वापरलेल ब्लेड शेविंग करण्यासाठी वापरू नये. HIV चा संसर्ग ही जागतिक पातळीवरची आरोग्य समस्या आहे. जागतिक आरोग्य संघटनेच्या मते या रोगामुळे आतापर्यंत ३.५ कोटी लोकांना आपला जीव गमवावा लागला आहे.

'लाल रंगाची फित' ही या रोगाबाबतच्या जनजागृतीचं प्रतिनिधीक चिन्ह आहे.

पण खरच हा रोग स्पर्श, अश्रू, घाम, लाळ किंवा मुत्रावाटे पसरत नाही. त्याचप्रमाणे पुढीलपैकी कोणत्याही मार्गाने HIV चा संसर्ग होत नाही.

- एकाच हवेत श्वास घेणं
- हात मिळवणं, मिठी किंवा चुंबन घेणं
- एकाच भांड्यात खाण - पिण
- पाण्याच्या समान स्रोत वापरण (उदा. अंघोळीच पाणी, शॉवर)
- खासगी वस्तू शेअर करणे.
- जिममध्ये व्यायामाची समान साधनं वापरणं.
- टॉयलेट सीटला, दरवाजाच्या कडीला स्पर्श करणं

HIV बाधित व्यक्तीच रक्त, वीर्य, योनीतील स्राव किंवा अंगावरच दुध निरोगी व्यक्तीच्या शरीरात गेलं तरच हा रोग पसरण्याची शक्यता असते.

एड्स बाबत असणारे काही गैरसमज ? चुकीचे गैरसमज बाळगणे हे सुद्धा समाजाच्या दृष्टीने घातक आहे. HIV/ AIDS हा रोग संसर्गजन्य रोग नाही म्हणून या रोगाच्या बाधित रूग्णाच्या सोबत राहणे, जेवणे, खेळणे, स्पर्श करणे, कापड वापरणे, बाजुला झोपणे. शौचालयाचा वापर करणे या सगळ्या कारणांमुळे HIV / AIDS ची लागण होत नाही. इतर रोगांच्या तुलनेत एड्स हा अजुनही असाध्य, अपरिचित असा रोग आहे. अशी भावना सर्व सामन्यांच्या मनात आहे. शिवाय सुरूवातीच्या व आजसुद्धा काही प्रमाणात HIV / AIDS व्यक्तीविषयी एका अर्थी कलंक लागल्याप्रमाणे मानले जाते. आणि त्यातूनही तो स्पर्शजन्य रोग आहे. असा गैरसमज सर्वसामन्यांच्या मनात असतो. त्यामुळे कोणतेही शास्त्रीय कारण नसताना अशा व्यक्तीला सार्वजनिक जीवनात टाळण्याकडेच सर्वांचा कल असतो.

'जगा आणि जगू द्या.' माझा काही अनुभव सांगतो की HIV/ AIDS रूग्णाला बऱ्याच रूग्णालयात इतर रूग्णांपासुन वेगळे काढले जातात. त्याच बरोबर काही वेळा रूग्णांनी आणि त्यांच्या नातलग यांनी तोंडाला रूमाल, ओढणी म्हणजे कापड बाधुन वावरावे लागते. त्यामुळे रूग्णालयातला एकेक दिवस रोग्याला इतर जगापासून मनाने आधिकाधिक दुर नेत असतो. आपण कुणीतरी अस्पृश्य, कुष्टरोगी असल्याची भावना रूग्णाच्या मनात बळावते. रूग्णाची सेवा करण्याचे व्रत ज्या व्यवसायाचा आत्मा असतो अशा वैद्यकीय क्षेत्रात मात्र एड्स च्या रोगांना भेदभावाची वागणूक बऱ्याचदा अनुभवाला आली आहे. अशा डॉक्टर, रूग्णालयावर आवाज सुद्धा उठवला आहे. मुळात HIV / AIDS चा रूग्ण हा डॉक्टरांना परमेश्वर मानतो पण आज हे डॉक्टर, नर्स अनेक वेळा रूग्णासोबत भेदभावाची वागणूक देताना दिसतात. त्याच बरोबर रूग्णांविषयी गुप्तता पाळली जात नाही. या सगळ्याच्य कारणांचा शोध घेताना लक्षात आले की हे या डॉक्टरांना प्रशिक्षणाचे गरज आहे. वाईट समाजाचा आणि संस्कृतीचा पगडा आज सुद्धा त्यांच्या डोक्यावर असुन डॉक्टरांना HIV / AIDS विषयी अपुरी माहिती असल्याची जाणीव झाली. त्याचबरोबर त्यांचे डॉक्टर झाल्यानंतर कुठल्याही प्रकारचे HIV / AIDS विषयी प्रशिक्षण वर्ग घेण्यात आले नाही. मुळात रूग्णालयातील अनेक आधिकाऱ्यांपासून कर्मचाऱ्यापर्यंत हे प्रशिक्षण वर्ग झाले पाहिजेत आणि HIV / AIDS विषयी जनजागृती केली पाहिजे.

एकानिष्ठेचे कामजीवन असणाऱ्या रूग्णांना आणखी एक प्रचंड दडपण मनावर बाळगावे लागते. लैंगिक संबंधातून रोग हा कदाचित आपल्या जिवलग जोडीदाराला देऊ या भीतीमुळे बऱ्याचदा AIDS च्या रूग्णाची लैंगिक इच्छा मरते. किंवा स्वतःच्या ढासळलेल्या

GoodLuck Page No. Date

प्रकृतीमुळे काम जीवनात त्याला रस उरत नाही. या सर्वांमुळे मानसिक संतुलन हा रुग्ण गमावुन बसतो. आणि त्यातुन आत्महत्या करण्याचा विचार मनात येतो. काही वेळा अशा रोगामुळे आत्महत्या करण्याचे प्रकार समोर आले आहेत. पण आज जनजागृती मुळे अनेक रुग्ण आणि सर्वसामान्य लोक या विषयी जागृत आहे. म्हणुनच म्हणता येईल की,

सुंदर व्हा !
हुशार व्हा !
~~स्क~~ स्टाइलिश व्हा !
पण, स्वतःला
एचआयव्ही
पासुन वाचवा !

यासाठी सर्वात उत्तम उपाय म्हणजे एचआयव्ही होऊ नये म्हणजे काळजी घेणे. मुख्य म्हणजे या आजारावर रामबाण औषध अथवा लस उपलब्ध नाही, म्हणून प्रतिबंध हाच उत्तम मार्ग होय. हा आजार बऱ्याच अंशी माणसाच्या जोखीमपुर्ण वागणूकीशी किंवा मानसिकतेशी निगडीत असल्याने तो टाळता येणे सहज शक्य नाही. म्हणुनच या विषाणुला,

रडु नका, मरु नका,
जेव्हा एड्स
जवळ येईल
तेव्हा
गुड बाय म्हणा.

Date of Report – 12-12-2020

Chairman
Health committee

Programme officer
NSS

Principal
Shri VY College, Peth Vadgaon