गण्डकी प्रदेश सरकार

स्वास्थ्य मन्त्रालय

प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालय

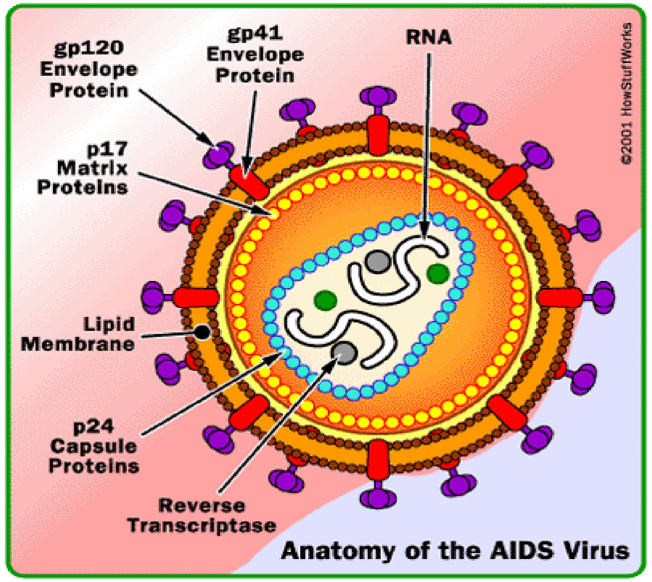
कुश्मा, पर्वत, नेपाल

HIV (एचआइभी) के हो ?

H एच = (Human) मानिस

I आई. = (Immuno deficiency) प्रतिरक्षा शक्तिमा कमि हुनु

V भी. = (Virus) जीवाणु



AIDS एड्स भनेको के हो ?

A = **Acquired** आर्जित

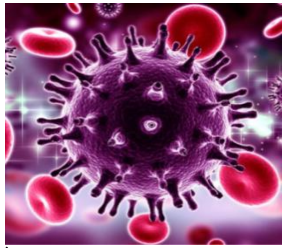
I = **Immuno** प्रतिरक्षा शक्ति

D = **Deficiency** कमी हुनु

S = **Syndrome** विभिन्न रोगका लक्षणहरु जुन एच् आइ भी ले निम्त्याउछ

HIV भनेको के हो ?

- HIV एउटा भाईरस हो, यो मानिसको शरिरमा प्रवेश गर्यो भने त्यो व्यक्ति लाई एचआईभि संक्रमण भएको भनिन्छ ।



- एचआईभि संक्रमण हुँदैमा रोग भनिहाल्न मिल्दैन, समय मै संक्रमण पत्ता लगाई उपचार गरिएन भने यो भाईरसले रोगसंग लड्ने क्षमतामा ह्रास ल्याउँछ र विभिन्न अवसरवादी संक्रमणहरुले रोग लगाउन सक्छन् । अवशरवादि रोगका लक्षण तथा चिन्हहरु देखा परेमा मात्र यसलाई एड्स भनिन्छ ।

एचआईभि संक्रमण एउटा दीर्घरुपमा रहने र व्यवस्थापन गर्न सकिने अवस्था हो ।

HIV AIDS को आधारभूत जानकारी

- **HIV : Human Immunodeficiency Virus**
- HIV ले शरीरको संक्रमण तथा रोगसँग लड्ने क्षमता (Immune system) मा कमी ल्याउछ ।
- **HIV ले रोगसँग लड्ने क्षमता लाई कमजोर बनाएपछि संक्रमित व्यक्तिमा बिभिन्न रोगहरु र अन्य संक्रमणहरु देखा पर्दछ र त्यस अवस्थालाई नै AIDS भनिन्छ ।**
- HIV को उपचार नगरिएको खण्डमा यसबाट संक्रमित भए पछी AIDS को अवस्थासम्म पुग्न कसैलाई केही महिना लाग्न सक्छ भने कसैलाई वर्षौं बर्ष पनि लाग्न सक्छ ।
- सामान्यतया HIV भएको १० देखि १५ वर्ष सम्ममा AIDS देखा पर्छ ।
- HIV को उपचार (ART) उपलब्ध भएदेखि HIV एक दीर्घकालीन तथा व्यवस्थापन गर्न सकिने अवस्थामा परिणत भएको छ ।

के HIV र AIDS मा भिन्नता छ ?

छ ,

प्राय बोलि चालिमा एच.आई.भी. र एड्सलाई सँग सँगै उच्चारण गरेता पनि यसमा भिन्नता छ ।

एच.आई.भी. एउटा भाईरस हो, जसले मानिसको रोग सँग लड्न सक्ने शक्तिलाई ह्रास गरिदिन्छ ।

त्यसै गरि, एड्स भन्नाले शरिरको रोग सँग लड्ने शक्तिमा कमि भई विभिन्न रोगहरुको लक्षण देखा पर्ने एउटा अवस्था हो ।

एच्.आई.भी. संक्रमित व्यक्तिमा धेरै समय पछि एड्सको अवस्था देखा पर्दछ । यसलाई केही महिना देखि १५ बर्ष भन्दा धेरै समय पनि लाग्न सक्छ ।

एच.आई.भी. कसरी सर्दछ ? (Mode of Transmission)

एच.आई.भी. संक्रमण मुख्य गरेर ३ वटा माध्यमबाट सर्दछ ।

असुरक्षित यौन सम्पर्कबाट	संक्रमित रगत वा रगत जन्य पर्दाथबाट	संक्रमित आमाबाट बच्चामा

HIV सर्ने माध्यमहरु तिन वटा मात्र छन्

- **असुरक्षित यौनसम्पर्क**

असुरक्षित यौनसम्पर्क भन्नाले योनी मैथुन, गुदा मैथुन र मुख मैथुन लाई जनाउछ । नेपालमा सबैभन्दा बढी HIV विपरीतलिंगी संगको यौन सम्पर्कबाट सरेको पाइएको छ ।

- **रगत र रगतजन्य पदार्थको सम्पर्क**

संक्रमित रगत लिंदा, सुइ साटासाट गरी लागु औषधी प्रयोग गर्दा, स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्दा सुई तथा धारिलो औजारले चोटपटक लागेमा, धार्मिक र टाटु बनाउने जस्ता गतिबिधिको क्रममा छाला छेडने र काट्ने धारिलो सामानहरु पुनः प्रयोग गरेमा, संक्रमित व्यक्तिको अंग प्रत्यारोपण गरेमा ।

- **संक्रमित आमाबाट बच्चामा**

गर्भावस्थामा, प्रसव, प्रसुति र स्तनपान को बेलामा

निम्न लिखित कार्यहरु गर्दा HIV सर्दैन जसमा धेरै मानिसहरु झुक्किने गर्दछन्

- खोक्दा वा हाछ्यिु गर्दा ।
- छुदा वा अंगालो हाल्दा ।
- चुम्बन गर्दा, हात मिलाउदा ।
- HIV संक्रमित व्यक्तिसँग काम गर्दा वा स्कूल जादा ।
- कप, ग्लास, प्लेट, अन्य भाडाकुडा शेयर गर्दा ।
- लाम्खुट्टे लगायत अन्य किराले टोक्दा ।
- फोन प्रयोग गर्दा ।
- सार्वजनिक सौचालय, नदी आदि प्रयोग गर्दा ।
- खाना वा पानी सँगै खाँदा

एचआइभीको रोकथाम कसरी गर्ने ? (Prevention)

"ABC": एच्.आई.भी. प्राथमिक रोकथाम रणनीति

- A = Abstain (अलग रहनु)
- B = Be faithful to one partner (श्रीमान श्रीमती विच ईमान्दार हुनु)

  यसलाई "Mutual Faithfulness" वा "Mutual Monogamy" पनि भनिन्छ ।

- C = Use Condoms correctly and consistently (every time)

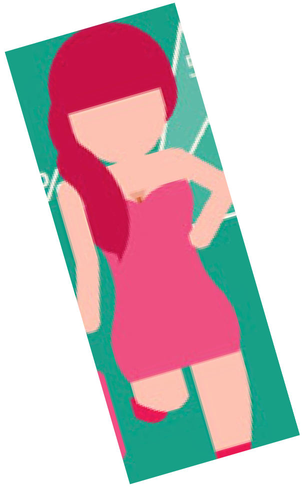
  (कन्डमको सही र सधैं प्रयोग)

एचआइभीको रोकथाम कसरी गर्ने ? (Prevention)

Cont..

- यदि एकजना बिश्वासिलो यौन साथी भन्दा बाहेक अरुसंग यौनसम्पर्क गर्नै पर्ने अवस्था आएमा हरेक पटकको यौनसम्पर्कमा सही तरीकाले कण्डमको प्रयोग गर्नुहोस् ।
- सधैं नयाँ सूइ सिरीन्ज, छाला छेड्ने तथा काट्ने औजारहरु मात्र प्रयोग गर्नुहोस् ।
- एचआइभी संक्रमित नभएको रगत तथा रगतबाट बेनेको पदार्थहरु, शरीरका अंग तथा तन्तुहरु मात्र प्रयोग गर्नुहोस् ।
- एचआइभी संक्रमित महिला गर्भवती हुन चाहेमा स्वास्थ्यकर्मीसंग सल्लाह लिनुहोस् ।

नेपालमा एचआइभीको उच्च जोखिममा रहेका समूहहरु



महिला यौनकर्मीहरु र तिनका ग्राहक

सूईबाट लागु औषध प्रयोगकर्ताहरु

समलिगीं पुरुषहरु

तेस्रोलिगीं

आप्रवासी कामदार र उनीहरुका परिवार

जेलमा भएका व्यक्तिहरु

अवसरवादी संक्रमण (Opportunistic infection (OI)

अवसरवादी संक्रमण (OI) एउटा रोग हो जुन एउटा किटाणुले गर्दा लाग्छ जस्ले स्वस्थ व्यक्तिमा रोग निम्त्याउन नसक्ला तर कमजोर भएको व्यक्तिमा रोग निम्त्याउछ।

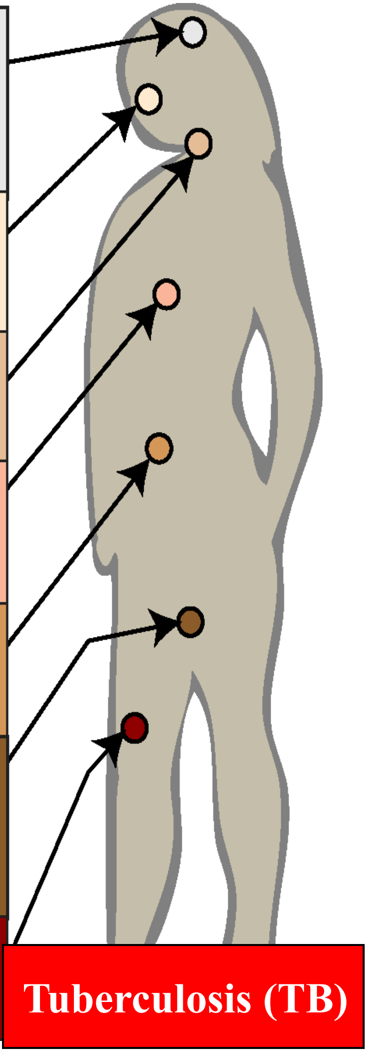
- Advanced एच्.आई.भी. संक्रमणसँग बाचेँका व्यक्तिहरुमा मस्तिष्क, आँखा, फोक्सो, पेट र अरु अङ्गहरुको OIs देखिन सक्छ ।
- एड्स भएका व्यक्तिमा देखिने OIs.
  - Tuberculosis
  - *Pneumocystis* pneumonia (PCP)
  - Cryptosporidiosis
  - Other parasitic, viral, fungal infections
  - Some cancers

अवसरवाद संक्रमण (Opportunistic infection -OI)

अवसरबादी संक्रमणहरु (OIs) यस्ता रोगहरु हुन् जुन सामान्य अबस्थामा हुँदैन, तर शरीरको रोग बिरुद्ध लड्ने क्षमाताामा कमि भएको अबस्थामा हुन्छ

(यस्ता रोग गराउने किटाणु/जीवाणुहरु सामान्यतया हाम्रो शरीरमा सुसुप्त अबस्थामा रहेका हुन्छन)

Brain	*Toxoplasmosis* *Cryptococcal meningititis*
Eyes	*Cytomegalovirus (CMV)*
Mouth and Throat	*Oral Candidiasis*
Lungs	*Pneumocystis pneumonia (PCP)*
Gut	*Cryptosporidiosis*
Genitals	*Herpes Simplex Virus (HSV)* *Vaginal Candidiasis*
Skin	*Herpes Zoster*



एचआईभीको सन् २०२४ सम्मको विश्वव्यापी अवस्था

- विश्वमा सन् १९८१ मा पहिलो एचआईभी संक्रमित रिपोर्ट भएदेखि सन् २०२४ को अन्त्य सम्म ९ करोड १४ लाख व्यक्तिहरु एचआईभीबाट संक्रमित भइ सकेका छन् र त्यसैगरि ४ करोड ४१ लाख व्यक्तिहरुको एड्सको कारणले मृत्यु भइसकेको छ ।
- सन् २०२४ को अन्त्यसम्म संसारमा ४ करोड ८ लाख व्यक्तिहरुमा एचआईभी संक्रमण रहेको अनुमान छ ।
- सन् २०२४ मा १३ लाख नयाँ संक्रमण भएको अनुमान गरिएको छ जुन सन् १९९६ को तुलनामा ६१ प्रतिशतले घटेको छ।
- सन् २०२४ मा १ लाख २० हजार बालबालिकाहरुमा नयाँ संक्रमण भएको अनुमान गरिएको छ। जुन सन् २०१० को तुलनामा ६२ प्रतिशतले घटेको छ ।
- सन् २०१० मा ३ लाख १० हजार वालवालिकाहरुमा नयाँ संक्रमण भएको अनुमान थियो । सन् २०२४ मा मात्रै करीब ६ लाख ३० हजार व्यक्तिहरुको एड्सको कारणले मृत्यु भएको अनुमान छ, जुन सन् २०१० को तुलनामा ५४ प्रतिशतले कम हो ।

एचआईभीको सन् २०२४ सम्मको विश्वव्यापी अवस्था

- सन् २०२४ सम्ममा कुल एचआईभी संक्रमित ४ करोड ८ लाख मध्ये ७७ प्रतिशत (३ करोड १६ लाख मात्र एन्टीरेट्रोभाईरल (एआरभी) उपचारमा छन्। विश्वमा हरेक दिन ३६०० मानिसहरु एचआईभी संक्रमित हुन्छन् ।

- दिगो विकास लक्ष्यः सन् २०३० सम्ममा एड्सको महामारीलाई अन्त्य गर्ने लक्ष्यलाई हासिल गर्न ९५-९५-९५ [अर्थात ९५ प्रतिशत एचआईभी संक्रमितहरुले आफ्नो संक्रमण अवस्थाबारे थाहा पाउने, ती मध्ये ९५ प्रतिशतको औषधि उपचारमा पहुँच हुने र ती औषधि खानेहरु मध्ये ९५ प्रतिशतको शरीरमा भाइरसको भार (भाइरल लोड) न्यून भएको हुने] र एचआईभीको जाँच र उपचारको रणनितिमा आधारित भएर एचआईभी तथा एड्स सम्बन्धि कार्यक्रमहरु संचालन भइरहेको छन्।

नेपालमा HIV को स्थिती

- **नेपालमा पहिलो एचआईभी संक्रमित व्यक्ति सन् १९८८ मा पहिचान गरिएको थियो ।**
- नेपालमा HIV को माहामारी मुलत: असुरक्षित यौन सम्पर्कबाट फैलिएको छ, अनुमानित संक्रमणहरुमध्ये **८५ प्रतिशत भन्दा बढी असुरक्षित यौन सम्पर्कको माध्यम** बाट सरेको हो । विपरीतलिंगी प्रसारण प्रमुख (Heterosexual Transmission)
- नेपालको बर्तमान HIV को अवस्थालाई **केन्द्रीकृत महामारी (Concentrated Epidemic)** को रुपमा परिभाषित गरिन्छ । (*सामान्य जनसंख्यामा HIV संक्रमण दर १ प्रतिशत भन्दा कम; जोखिममा रहेका समूहमध्ये कुनै एक समूहमा HIV संक्रमण दर ५ प्रतिशत भन्दा बढी*)

सुईद्वारा लागू पदार्थ प्रयोग गर्नेहरु र पुरुष समलिंगी यौनकर्मीहरुमा एचआईभी संक्रमणको दर अरु जोखिममा रहेका समूह भन्दा उच्च छ ।

उच्च जोखिममा रहेका समुहहरु:

- सुईद्वारा लागुपदार्थ सेवन गर्ने मान्छेहरु
- यौन कर्मीहरु र ग्राहकहरु (महिला र पुरुष)
- तेस्रो लिंगी जनसंख्या
- समलैंगिक पुरुष
- प्रवासी तथा गतिशील जनसंख्या

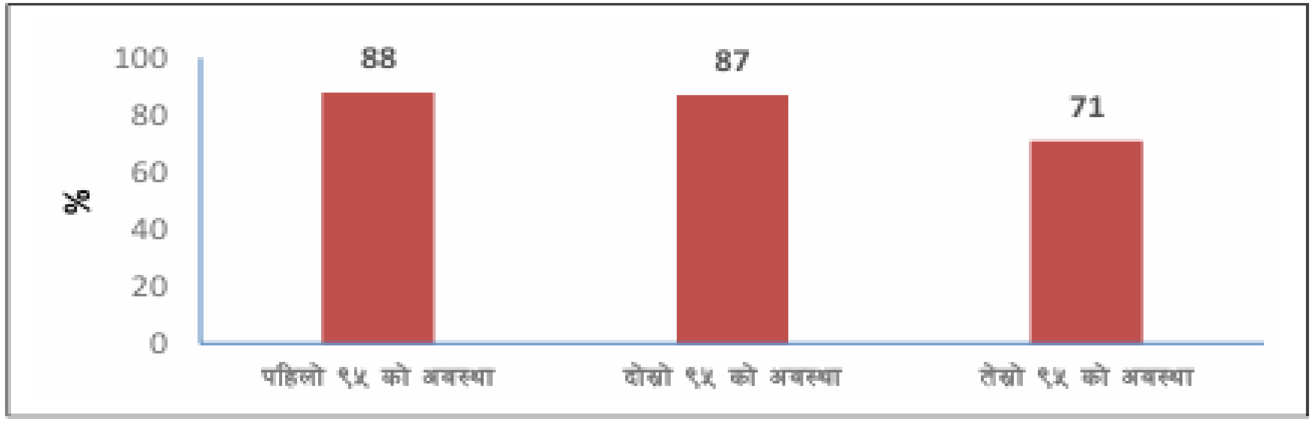
कुल एच्.आई.भी. **Prevalence-<१%**

नेपालमा HIV को स्थिती

नेपालमा एचआईभी महामारीको प्रकार र जोखिम समूह

- नेपालको वर्तमान एचआईभीको अवस्थालाई केन्द्रिकृत महामारी (अर्थात concentrated epidemic) को रुपमा परिभाषित गरिन्छ। यसको अर्थ एक वा सो भन्दा बढी एचआईभी सर्न सक्ने जोखिममा रहेका समूहमा एचआईभी संक्रमण दर ५ प्रतिशत भन्दा बढी तर सामान्य जनसंख्यामा वा पूर्व प्रसुति सेवा लिएका गर्भवती महिलाहरुमा एचआईभी संक्रमण दर १ प्रतिशत भन्दा कम हुनु हो।
- नेपालमा एचआईभी संक्रमणको उच्च जोखिममा रहेका समूहहरु सुईद्वारा लागूपदार्थ प्रयोग गर्नेहरु, यौनकर्मीहरु, कारागारमा रहेका कैदी बन्दीहरु, पुरुष समलिंगीहरु तथा तेस्रोलिंगीहरु र रोजगारीका लागि विदेशिनेहरु हुन्। यी मध्य सुईद्वारा लागूपदार्थ प्रयोग गर्नेहरु र पुरुष समलिंगी यौनकर्मीहरुमा संक्रमणदर अरु जोखिम समूह भन्दा उच्च छ।

चित्र नम्बर ८. नेपालमा ९५-९५-९५ लक्ष्यहरूको वर्तमान अवस्था, सन् २०२४



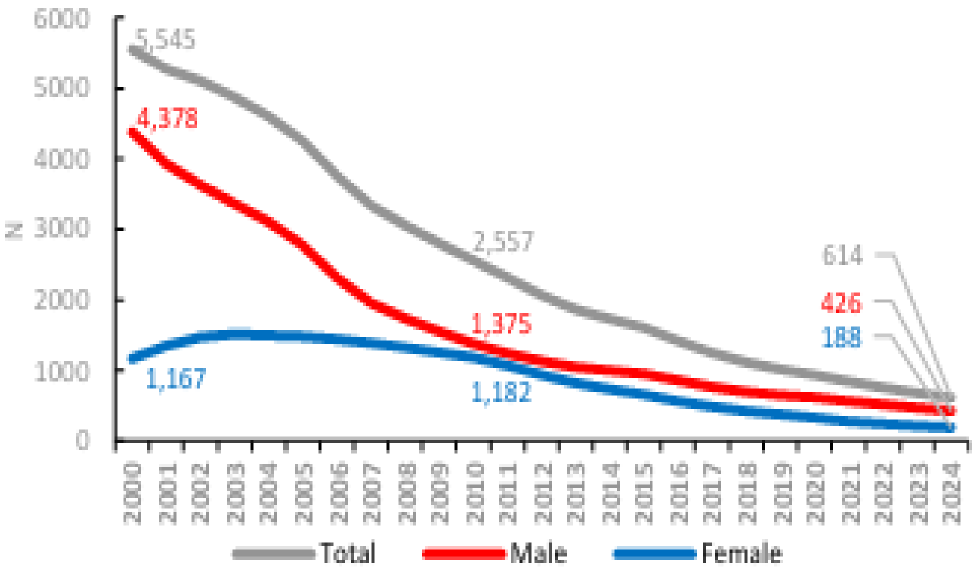
Source: Global AIDS Monitoring Reporting, 2025

- सन् २०२० मा सम्पन्न राष्ट्रिय सर्वेक्षण अनुसार नेपालमा सुईद्वारा लागू पदार्थ प्रयोग गर्नेहरुमा ३ प्रतिशतका दरले एचआईभीको संक्रमण रहेको पाइएको छ। यसै गरी सन् २०१७/२०१८ मा भएका सर्वेक्षणहरु अनुसार महिला यौनकर्मीहरुमा २.२ प्रतिशत र पुरुष समलिंगीहरुमा ६.२ प्रतिशतका दरले एचआईभीको संक्रमण रहेको पाइएको छ। सन् २०२४ मा सम्पन्न राष्ट्रिय सर्वेक्षण अनुसार भारतमा काम गर्न जाने नेपाली कामदारहरुमा एचआईभीको संक्रमण ०.२ प्रतिशत रहेको पाइएको छ।

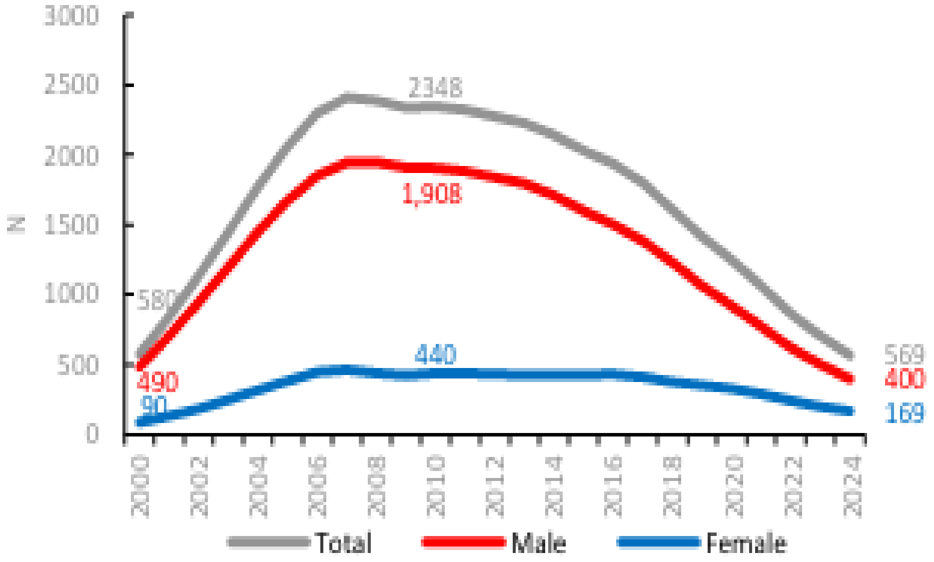
नेपालमा एचआईभी महामारीको अनुमानित स्थिति २०२४

3 विश्व र नेपालमा एचआईभी र एड्सको अवस्थाको एक झलक

चित्र नम्बर ६. नेपालमा नयाँ एचआईभी संक्रमण संख्या, २०००-२०२४

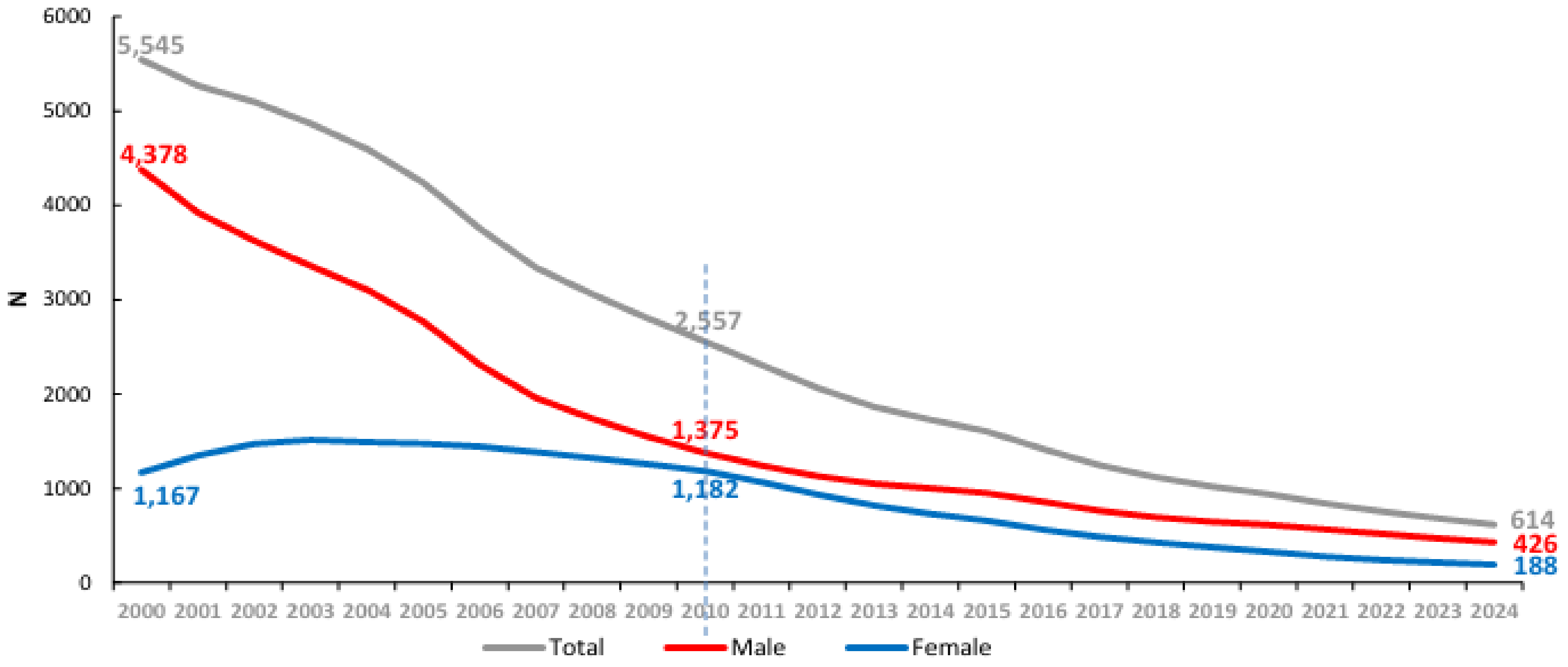


चित्र नम्बर ७. नेपालमा एड्स सम्बन्धी मृत्युको संख्या, २०००-२०२४



New HIV Infection in Nepal [decreasing trend]

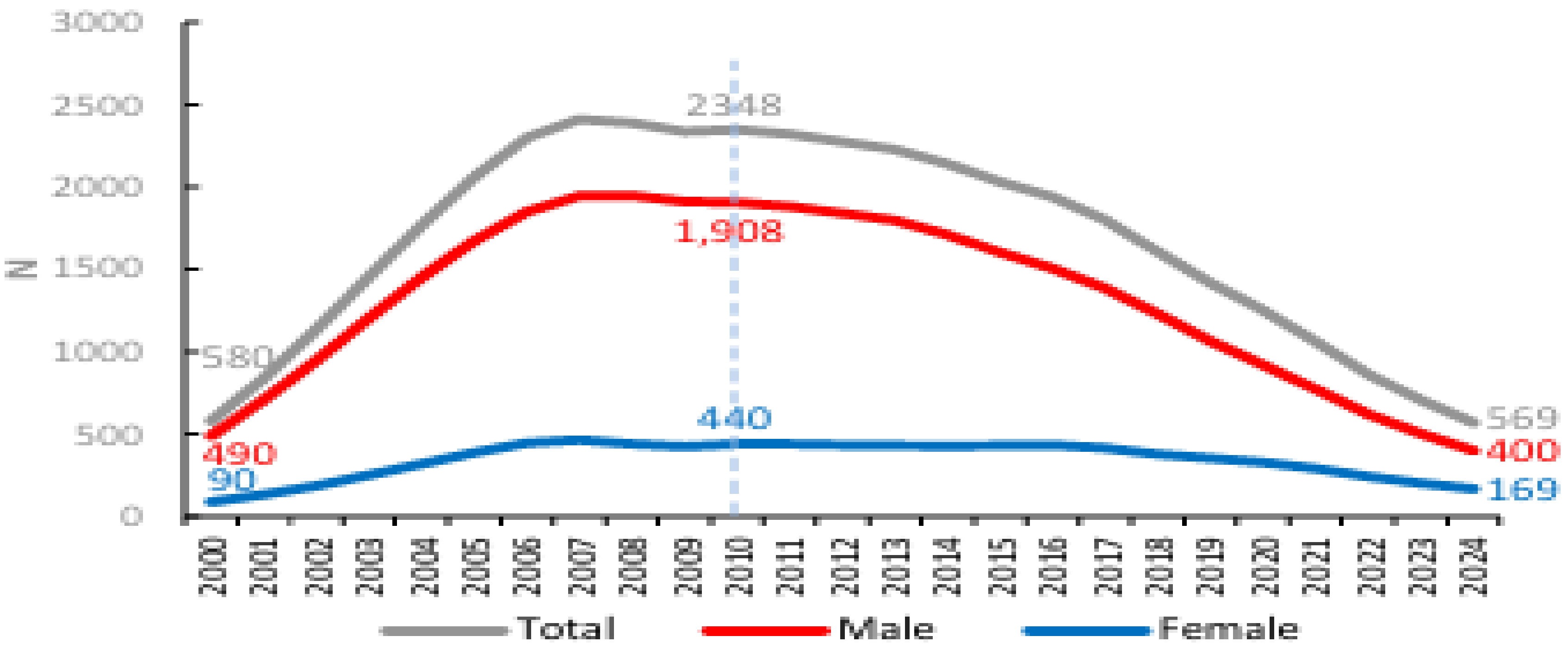
Figure 1.1 Number of new HIV infections in Nepal, 2000-2024



Source: UNAIDS Estimates, 2025. Website: https://aidsinfo.unaids.org/

AIDS Deaths in Nepal [decreasing trend]

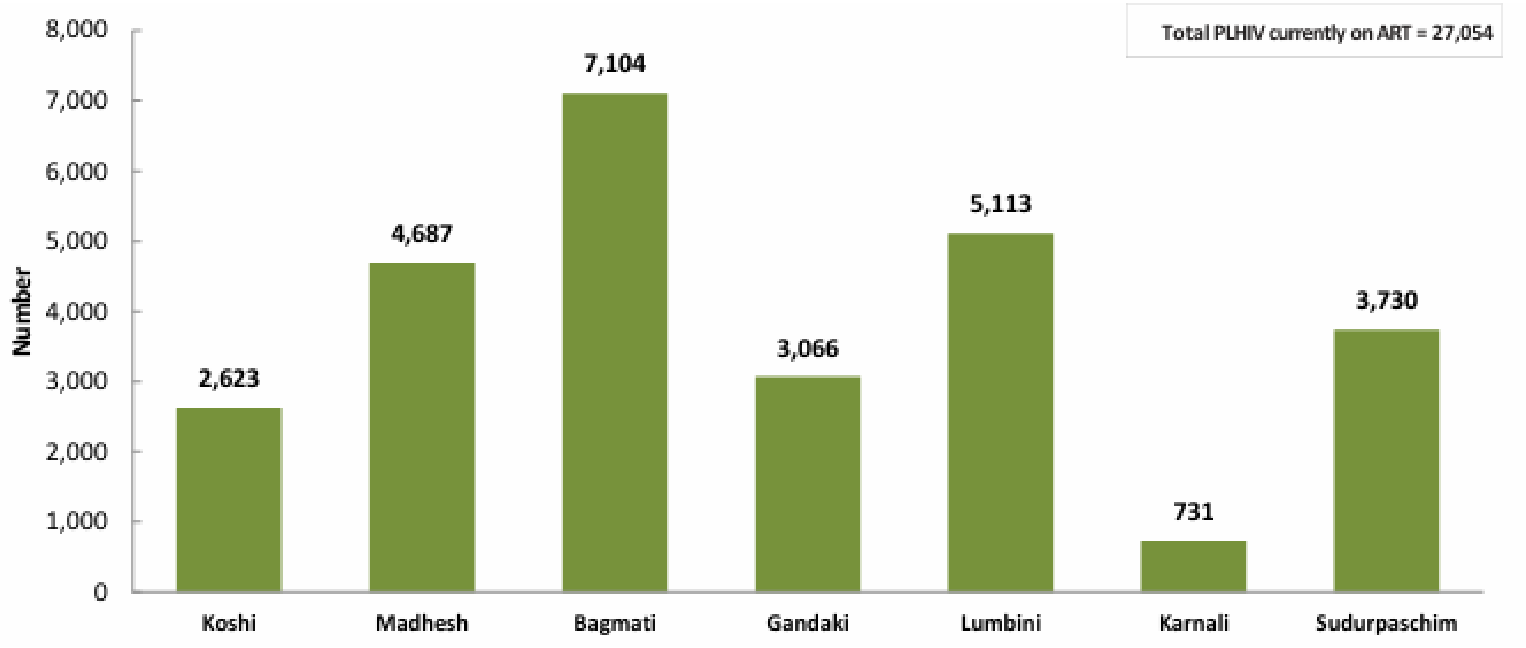
Figure 1.2 Number of AIDS Deaths in Nepal, 2000-2024



Source: UNAIDS Estimates, 2025. Website: https://aidsinfo.unaids.org/

HIV उपचार - २०८१।८२

Figure 3.1 People on ART by Province as of FY 2081/82



Source: HMIS/DHIS2 Routine program data, FY 2081/82.

राम्रा उपलब्धिहरु

- नेपालका सवै जिल्लाहरुमा एचआईभि जाँच तथा उपचार सेवा नि:शुल्क रहेको ।
- नेपालमा सन् २०१७ देखि एचआईभिको उपचार सवै संत्रमितका लागि सवै जिल्लावाट नि:शुल्क उपलब्ध ।
- सवैलाई उपचारको पहुँचका कारण र नियमित औषधि सेवनले गर्दा शरिरमा भाईरसको संख्या कम भै, सर्नेदर कम भै, नयाँ एचआईभि संक्रमितहरुको संख्या घट्दै गएको ।
- राम्रो उपचारका कारण एचआईभि संक्रमितहरुको मुत्युदर कम हुँदै गएको ।
- एचआईभि उपचारका लागि अत्यन्त प्रभावकारी र सुरक्षित औषधिहरु पत्ता लागि उपचारमा सहजता आएको ।

मुख्य समस्याहरु

- अझै पनि लाञ्छना तथा भेदवावका कारण एचआईभि संक्रमितहरु नखुल्ने गरेकाले जाँच तथा उपचारमा आउन नसकेको ।
- अति विपन्न एचआईभि संक्रमितहरुका लागि विशेष सहयोग पुराउन नसकिएको ।
- एचआईभि संक्रमणका कारण आमा तथा वाबु गुमाएका टुहुरा वच्चाहरुका लागि विशेष सहयोग पुराउन नसकिएको ।

एचआईभि संक्रमितहरुका लागि गण्डकी प्रदेशमा भएका एआरटि १० वटा उपचार केन्द्रहरु

- धौलागिरी असपताल वाग्लुङ्ग ।
- वेनी असपताल म्याग्दी ।
- पर्वत असपताल कश्मा पर्वत ।
- पश्चिमाञ्चल क्षेत्रिय असपताल पोखरा (गण्डकी असपताल) ।
- वालिङ्ग प्राथमित स्वास्थ्य केन्द्र वालिङ्ग स्याङ्गजा ।
- स्याङ्गजा जिल्ला असपताल स्याङ्गजा ।
- दमौलि असपताल तनहुँ ।
- लम्जुङ्ग असपताल लम्जुङ्ग ।
- गोरखा असपताल गोरखा ।
- चोरमारा प्रा.स्वा.के. नवलपरासि वर्दघाट सुस्ता पुर्व ।

विद्यार्थिहरुको भमिका

- घर तथा समदायमा एचआईभि संवन्धि जनचेतना वढाउने र जोखिममा रहेकाहरु लाई समय मै नि:शुल्क जाँच गरि संक्रमण पत्ता लागेमा उपचार छ है भन्ने ।
- एचआईभि सर्ने माध्यम तिनवटा मात्र रहेको जानकारी गराउँदै लाञ्छना तथा भेदभाव गर्न नहुने शन्देश प्रवाह गर्ने ।
- एचआईभिको औषधि रहेको र यसको नि:शुल्क उपचार हुने ठाउँहरुवारे जानकारी दिने ।
- स्थानीय सरकारहरुवाट एचआईभि संक्रमित वालवालिका तथा अन्य विपन्न समुदायका संक्रमितहरुका लागि आवश्यक सहयोगका लागि वकालत गर्ने ।

धन्यवाद