ਗਰਭ ਦੌਰਾਨ ਐਚਆਈਵੀ ਦੀ ਜਾਂਚ
HIV Testing in Pregnancy

ਮੈਨੂੰ ਜਾਂਚ ਕਿਉਂ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਮਰਦਾਂ ਲਈ ਜਲਦੀ ਇਲਾਜ, ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਐਚਆਈਵੀ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕੀਤੇ ਜਾਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਦੂਸਰੇ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਐਚਆਈਵੀ ਫੈਲਾਉਣ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਣਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਐਚਆਈਵੀ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਔਰਤ ਗਰਭ, ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਉਸਦੇ ਬੱਚੇ ਤੱਕ ਸੰਚਾਰਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਗਰਭ ਅਤੇ ਬੱਚਾ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਚਆਈਵੀ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਗਰਭ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਕਦੋਂ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਮਾਹਰ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਗਰਭ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਐਚਆਈਵੀ ਜਾਂਚ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਏ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ (ਆਂ) ਦਾ ਗਰਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਗਰਭ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੀ ਵੀ ਵੇਲੇ ਐਚਆਈਵੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਹੋ ਗਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਐਚਆਈਵੀ ਜਾਂਚ ਜਾਂ ਐਚਆਈਵੀ ਜਾਂ ਦੂਸਰੀਆਂ ਲਿੰਗਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰਿਤ ਵਿਗਾੜ (ਐਸਟੀਆਈਆਂ) ਹੋਣ ਦੇ ਆਪਣੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਵੀ ਸਵਾਲ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਜੇ ਮੈਂ ਗਰਭ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਆਪਣੀ ਐਚਆਈਵੀ ਅਵਸਥਾ ਜਾਣਨਾ ਸਿਹਤਮੰਦ ਗਰਭ ਦੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਦੋਵਾਂ ਦੀ ਕੌਂਡਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸੰਭੋਗ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਐਚਆਈਵੀ ਸਮੇਤ ਐਸਟੀਆਈ (ਆਂ), ਲਈ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਜਾਂਚ ਕਿਵੇਂ ਕਰਵਾਵਾਂ?

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੇ ਰਾਹੀਂ, ਇੱਕ ਵੌਕ-ਇੰਨ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਸਮਾਰਟ ਸੈਕਸ ਰਿਸੋਰਸ ਕਲੀਨਿਕ ਫਇੰਡਰ: https://smartsexresource.com/get-tested/clinic-finder ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਐਚਆਈਵੀ ਟੈਸਟ ਲਈ ਰੈਫਰਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਖੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਏ ਸੀ, ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਇਹ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ ਕਿ ਐਚਆਵੀਵੀ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ।

ਮੈਂ ਐਚਆਈਵੀ ਵਿਗਾੜ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਤੁਸੀਂ ਸੰਭੋਗ ਦੌਰਾਨ ਸੈਕਸ ਸੰਬੰਧੀ ਜਿਆਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਪਲਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੌਂਡਮ ਵਰਤ ਕੇ, ਨਸ਼ੇ ਵਰਤਣ ਲਈ ਜਿਆਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਮਾਨ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਉਪਾਅ ਵਰਤ ਕੇ ਐਚਆਈਵੀ ਵਿਗਾੜ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਐਚਆਈਵੀ ਰੋਕਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #08m ਐਚਆਈਵੀ ਅਤੇ ਐਚਆਈਵੀ ਟੈਸਟ ਦੇਖੋ।

ਮੇਰੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਤੱਕ ਐਚਆਈਵੀ ਨੂੰ ਸੰਚਾਰਿਤ ਕਰਨ ਦੇ ਕੀ ਸੰਜੋਗ ਹਨ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਐਚਆਈਵੀ ਨਾਲ ਜੀ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ, ਤਾਂ ਗਰਭ ਜਾਂ ਜਨਮ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਤੱਕ ਸੰਚਾਰਿਤ ਹੋਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ। ਪਰ, ਇਹ ਸੰਜੋਗ ਜਿਆਦਾਤਰ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਐਚਆਈਵੀ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ।

ਐਚਆਈਵੀ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਏ ਜਾਣ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਤੱਕ ਫੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਐਚਆਈਵੀ ਨਾਲ ਜੀ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਨਾ ਪਿਲਾਉਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਤੱਕ ਐਚਆਈਵੀ ਸੰਚਾਰਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਕਰਕੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਐਚਆਈਵੀ ਵਾਸਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣਾ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਚਆਈਵੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਸੰਭਵ ਹੋਏ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਵਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਜੇ ਮੈਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੋਦ ਲੈ ਰਹੀ ਹਾਂ ਜਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਨਮ ਦੇ ਰਹੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ?

ਗਰਭ ਦੌਰਾਨ ਐਚਆਈਵੀ ਜਾਂਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਿਕਾਸਸ਼ੀਲ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਜਾਂ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਗੋਦ ਲਏ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਐਚਆਈਵੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸਾਧਨ ਦੇਖੋ:

- HealthLinkBC File #08m ਐਚਆਈਵੀ ਅਤੇ ਐਚਆਈਵੀ ਟੈਸਟ
- ਓਕ ਟ੍ਰੀ ਕਲੀਨਿਕ - ਬੀ ਸੀ ਵਿਮਿੰਨਜ਼ ਹੌਸਪਿਟਲ ਐਂਡ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ (Oak Tree Clinic – BC Women's Hospital & Health Centre) : 604-875-2212 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ www.bcwomens.ca/our-services/specialized-services/hiv-care-for-women-families ਤੇ ਜਾਓ
- ਸਮਾਰਟ ਸੈਕਸ ਰਿਸੋਰਸ - ਗੈਟ ਟੈਸਟਿਡ (Smart Sex Resource – Get Tested): https://smartsexresource.com/get-tested/when-to-test

ਤੁਸੀਂ ਗਰਭ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਐਚਆਈਵੀ ਅਤੇ ਐਚਆਈਵੀ ਜਾਂਚ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ ਵੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣਾ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀਸੀ ਦੀ ਫਾਇੰਡ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਐਂਡ ਰਿਸੋਰਸਿਜ਼ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਸਰਚ ਕਰੋ: www.healthlinkbc.ca/services-and-resources/find-services