FACT SHEET

हर्पीज़: एसटीआई फ़ैक्ट शीट

हर्पीज़ क्या है?

हर्पीज़ एक वायरल संक्रमण है जो हर्पीज सिम्प्लेक्स वायरस (एचएसवी) के कारण होता है । हर्पीज़ किसी संक्रमित व्यक्ति के साथ त्वचा से त्वचा के संपर्क से पारित हो सकता है।

हर्पीज़ एक बहुत ही आम यौन संचारित संक्रमण (एसटीआई) है।

हरपीज से ग्रसित ज्यादातर लोगों मैं लक्षण नहीं पाए जाते। जिसके कारण उन्हे अपने संक्रमित होने का कभी पता नहीं चलता। लक्षण न होने के बावजूद भी हर्पीज़ फैल सकता है।

हर्पीज़ के घाव मुंह या होठों पर दिखाई दे सकते हैं। इन्हे कोल्ड सोर या ओरल हर्पीज के रूप में जाना जाता है। जब हर्पीज़ के घाव योनि, लिंग या गुदा पर दिखाई देते हैं, तो इसे जननांग/ जेनिटल हर्पीज़ कहा जाता है।

हर्पीज़ के लक्षणों की शुरुआत संक्रमित क्षेत्र में झुनझुनी, खुजली या दर्द से होती है। आपको संक्रमित क्षेत्र पर फफोले भी हो सकते है जो फट कर दर्दनाक घाव बन जाते है। ये घाव अपने आप ठीक हो जाते हैं लेकिन खुजली और दर्द का कारण बन सकते हैं।

संक्रमित व्यक्ति मैं पहले बार हर्पीज़ के लक्षण पीड़ादायक हो सकते हैं और लंबे समय तक बने रह सकते है। कुछ लोगों में केवल एक बार लक्षण होते हैं। अन्य में लक्षण बार बार वापिस आते रहते हैं, लेकिन लक्षण अमूमन समय के साथ बेहतर हो जाते हैं। जिन संक्रमित व्यक्तियों में बहुत सार लक्षण बार-बार वापिस आते हैं, उन्हें एंटीवायरल दवाएं मदद कर सकती हैं।

हर्पीज़ का संक्रमण कैसे होता है?

हर्पीज़ त्वचा से त्वचा के संपर्क के माध्यम से पारित हो सकता है। साथ ही संक्रमित व्यक्ति के साथ फोरप्ले, गैर-मर्मज्ञ सेक्स, चुंबन, योनि, गुदा या ओरल सेक्स करने से भी हर्पीज़ का संक्रमण हो सकता है। हर्पीज़ से बचने के लिए कंडोम और/या डैम का उपयोग प्रभावी है।

हर्पीज़ से बचाव कैसे किया जा सकता है?

- योनि, गुदा या ओरल सेक्स के दौरान कंडोम का प्रयोग कर। कंडोम हर्पीज़ को फैलने से रोकेगा। ये सुनिश्चित कर कि आप एक से अधिक साथियों के बीच और सेक्स टॉयज साझा करते समय कंडोम बदलते हैं।
- ओरल सेक्स के दौरान डैम का इस्तेमाल कर। डैम त्वचा से त्वचा के संपर्क को रोकेगा जिससे हर्पीज़ को पारित होने से रोका जा सकता है।
- यदि आपको हर्पीज़ के लक्षण हैं, तो आप लक्षण रहने तक दूसरों के साथ त्वचा से त्वचा के संपर्क से बचें।
- हर 3-12 महीनों में एसटीआई और एचआईवी के लिए परीक्षण कर। यह महत्वपूर्ण है और एक स्वस्थ आत्मविश्वासी यौन जीवन का हिस्सा है।

हर्पीज़ का परीक्षण कैसे किया जा सकता है?

हर्पीज़ नियमित एसटीआई परीक्षण का हिस्सा नहीं है क्योंकि हर्पीज़ की जांच के लिए संक्रमित व्यक्ति में लक्षण होने अनिवार्य है। हरपीज के लक्षण होने पर छाले या घाव से सवाब लेकर उसका परीक्षण किया जाता है।

यदि आपको हर्पीज़ है, तो आपको अन्य एसटीआई के लिए परीक्षण करवाना चाहिए। एसटीआई परीक्षण आसान एवं गोपनीय हैं और इसमें शर्म की कोई बात नहीं है।

आप अपने स्थानीय चिकित्सक, एक यौन स्वास्थ्य क्लिनिक और कुछ विश्वविद्यालय स्वास्थ्य क्लीनिकों में एसटीआई परीक्षण करवा सकते हैं। अपने लिए निकटतम सेवा खोजने के लिए 1800 451 624 (मुफ्त कॉल) पर Sexual Health Infolink को कॉल कर सकते हैं।

FACT SHEET

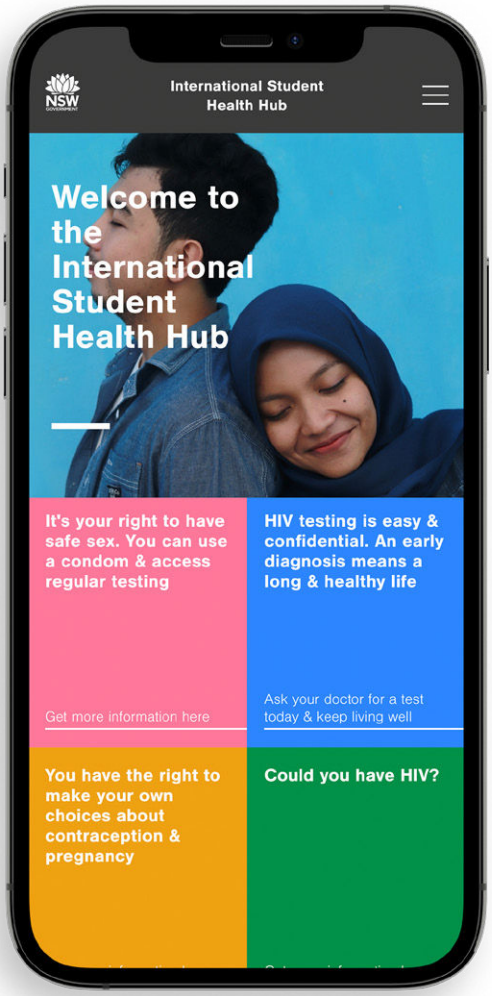
हर्पीज़: एसटीआई फ़ैक्ट शीट

हरपीज का इलाज कैसे हो सकता है?

हरपीज का कोई इलाज नहीं है। एंटीवायरल दवाएं लक्षणों को कम करने में मदद कर सकती हैं। जिन लोगों में नियमित रूप से असहज लक्षण होते हैं, वे इन दवाओं को हर दिन ले सकते

हर्पीस और अन्य एसटीआई के बारे में और जानकारी कहाँ मिल सकती है?

हर्पीज़ , अन्य एसटीआई और अपने यौन स्वास्थ्य के बारे में जानकारी और समर्थन के लिए, आप विशेषज्ञ यौन स्वास्थ्य नर्स से बात करने के लिए 1800 451 624 (मुफ्त कॉल) Sexual Health Infolink को कॉल कर सकते हैं। यह मुफ़्त, गोपनीय और गैर-न्यायिक है। आप International Student Health Hub भी जा सकते हैं।

यदि आपको स्वास्थ्य संबंधी सेवाओं या जानकारी प्राप्त करने के लिए दूभाषिये की आवश्यकता है तो आप Translating and Interpreting Service को 131 450 पर संपर्क करें।

Scan the QR code to find out more about herpes and STIs