थप जानकारी र सहायता।

न्यूयोर्क राज्य स्वास्थ्य विभाग (Department of Health)
health.ny.gov/diseases/aids/publications

न्यूयोर्क राज्य एचआईभी/एड्स हटलाइन (टोल-फ्री)

अङ्ग्रेजी: 1-800-541-AIDS

स्पेनिश: 1-800-233-SIDA

टीडीडी: 1-800-369-2437

भ्वाइस कलरहरूले न्यूयोर्क रिले प्रणाली 711 वा 1-800-421-1220 प्रयोग गरेर र अपरेटरलाई 1-800-541-2437 डायल गर्न अनुरोध गर्न सक्नुहुन्छ।

NYSDOH बेनामी एचआईभी परामर्श तथा परीक्षण कार्यक्रम (NYSDOH Anonymous HIV Counseling and Testing Program)

एचआईभी सम्बन्धी जानकारी, रेफरलहरू वा निःशुल्क, बेनामी HIV परीक्षण कसरी गर्ने भन्ने बारे जानकारीका लागि, बेनामी एचआईभी परामर्श तथा परीक्षण कार्यक्रमलाई कल गर्नुहोस्।

Albany क्षेत्र: 1-800-962-5065

Buffalo क्षेत्र: 1-800-962-5064

Long Island क्षेत्र (Suffolk/Nassau): 1-800-462-6786

Lower Hudson Valley क्षेत्र: 1-800-828-0064

Rochester क्षेत्र: 1-800-962-5063; TDD: 1-585-423-8120

Syracuse क्षेत्र: 1-800-562-9423

न्यूयोर्क सहर: DOHMH यौन संचारित रोग (STD) क्लिनिकहरू बारे जानकारीका लागि 311 मा

थप जानकारी र सहायता।

न्यूयोर्क राज्य एचआईभी/एड्स हटलाइन
1-800-TALK-HIV (825-5448)

राष्ट्रिय रोग नियन्त्रण केन्द्रहरू (Centers for Disease Control) यौन संचारित रोग हटलाइनहरू
अङ्ग्रेजी/स्पेनीश 1-800-232-4636, TTY 1-888-232-6348

न्यूयोर्क राज्य एचआईभी/एड्स परामर्श हटलाइन:
1-800-872-2777

न्यूयोर्क राज्य साझेदार सेवाहरू (Partner Services):
1-800-541-AIDS

न्यूयोर्क शहर सम्पर्क सूचना सहायता कार्यक्रम (Contact Notification Assistance Program):
1-212-693-1419

गोपनीयता

न्यूयोर्क राज्य गोपनीयता हटलाइनहरू:
1-800-962-5065

कानुनी कारबाही केन्द्र (Legal Action Center):
1-212-243-1313 **वा** 1-800-223-4044

NEW YORK STATE | Department of Health

21396 (Nepali)

1/23

परीक्षाको अपेक्षा गर्नुहोस्

यो स्वास्थ्य संस्थाले 13 वर्ष र बढी उमेरका सबै बिरामीहरूलाई एचआईभी परीक्षण सेवा प्रदान गरेर असल चिकित्सा अभ्यास र जनस्वास्थ्य कानुनको पालना गर्दछ।

नियमित प्रयोगशाला परीक्षण

- ✓ ग्लुकोज
- ✓ कोलेस्ट्रोल
- ✓ एचआईभी परीक्षण
- ✓ पूर्ण रक्त गणना
- ✓ लिपिड प्रोफाइल

सबैभन्दा खराब एचआईभी स्थिति: अज्ञात परीक्षणले तपाईंलाई नियन्त्रणमा राख्छ।

https://campaigns.health.ny.gov/BeyondStatus

एचआईभी परीक्षण गर्नु अघि थाहा पाउनुपर्ने प्रमुख तथ्यहरू।

- एचआईभी परीक्षण स्वैच्छिक हो र सबै एचआईभी परीक्षण नतिजाहरू गोप्य (निजी) रहने छन्।
- एचआईभी असुरक्षित यौन सम्पर्क, सुई अरूसँग मिलेर प्रयोग गर्ने, बच्चा जन्माउँदा वा स्तनपान गराउँदा फैलिन सक्छ।
- एचआईभी को उपचार प्रभावकारी हुन्छ, यसमा न्यून वा कुनै साइड इफेक्ट हुँदैन र दिनको एउटा मात्र चक्की लिनुपर्ने हुन सक्छ।
- यौनसाथीहरूले आफ्नो एचआईभी स्थिति थाहा पाएर र एचआईभी उपचार प्राप्त गरेर वा एचआईभी प्रि-एक्सपोजर प्रोफिलेक्सिस (pre-exposure prophylaxis, PrEP) लिएर एकअर्कालाई सुरक्षित राख्न सक्छन्। सुईहरू मिलेर नचलाउने र सुरक्षित यौन अभ्यास गर्नाले एचआईभी, हेपाटाइटिस C र अन्य यौन संचारित रोगहरू विरुद्ध सुरक्षा गर्न मद्दत गर्ने छ।
- एचआईभी स्थितिको कारण कुनै व्यक्ति विरुद्ध भेदभाव गर्नु गैरकानूनी हुन्छ।
- निश्चित सार्वजनिक परीक्षण साइटहरूमा बेनामी एचआईभी परीक्षण (तपाईंको नाम नदिईकन) सेवा उपलब्ध छ।
- एचआईभी परीक्षण स्वास्थ्य सेवाको नियमित अङ्ग हो, तर तपाईंसँग एचआईभी परीक्षणमा आपत्ति जनाउने वा अस्वीकार गर्ने अधिकार छ।
- तपाईं एचआईभी परीक्षण अस्वीकार गर्न चाहनुहुन्छ भने, स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सूचित गर्नुहोस्।

एचआईभी परीक्षण विशेष गरी गर्भवती महिलाहरूका लागि महत्त्वपूर्ण छ।

- एचआईभी सङ्क्रमित महिलाले गर्भावती हुँदा, बच्चा जन्माउँदा वा स्तनपान गराउँदा यो भाइरस आफ्नो बच्चामा सार्न सक्छन्।
- गर्भावती हुनुभन्दा पहिले नै वा प्रारम्भिक चरणमै आफ्नो एचआईभी स्थिति थाहा पाउनु धेरै उत्तम हुन्छ ताकि तपाईं आफ्नो स्वास्थ्य र आफ्नो बच्चाको स्वास्थ्यको बारेमा महत्त्वपूर्ण निर्णयहरू गर्न सक्नुहुने छ।
- एचआईभी परीक्षण तपाईं गर्भावती भएपछि सकेसम्म चाँडो र बिरामीको सहमतिमा तेस्रो त्रैमासिक अवधिमा गरिन्छ।
- यदि तपाईं गर्भवती हुनुहुन्छ र तपाईंलाई एचआईभी छ भने, तपाईंको आफ्नै स्वास्थ्यका लागि र तपाईंको बच्चालाई एचआईभी सर्नबाट रोक्नका लागि उपचार उपलब्ध छ।
- यदि तपाईंलाई एचआईभी छ र उपचार गराइएन भने, तपाईंको बच्चामा एचआईभी सर्ने सम्भावना चारमा एक हुन्छ। यदि तपाईंले उपचार गराउनुभयो भने, तपाईंको बच्चामा एचआईभी सर्ने सम्भावना धेरै कम हुन्छ।
- यदि तपाईं गर्भावती हुँदा परीक्षण गराउनुभएन भने, तपाईंको प्रदायकले तपाईं प्रसवमा हुँदा परीक्षण गराउन सिफारिस गर्ने छन्। जुनसुकै अवस्थामा पनि, तपाईंको बच्चा जन्मेपछि परीक्षण गरिने छ। यदि तपाईंको बच्चाको परीक्षण पोजिटिभ आयो भने, यसको अर्थ तपाईंमा एचआईभी छ र तपाईंको बच्चा भाइरसको सम्पर्कमा आएका छन्।

तपाईंले आफ्ना एचआईभी नतिजाहरू कसरी र कहिले थाहा पाउनुहुने छ भन्ने बारे आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्।

6 महिना वा सोभन्दा लामो समयसम्म एचआईभी उपचार गराइराखेका र भाइरसको मात्रा न्यूनीकरण गराइराखेका एचआईभी सङ्क्रमित व्यक्तिले यौन सम्पर्कको माध्यमबाट यौन साथीलाई एचआईभी सार्ने जोखिम शून्यप्रायः हुन्छ। यसलाई पत्ता नलाग्ने बराबर सर्न नसक्ने वा U=U (Undetectable equals Untransmittable) भनिन्छ।

राज्यको कानुनले तपाईंको एचआईभी परीक्षणको नतिजाको गोपनीयता (गोप्यता) को सुरक्षा गर्दछ। यसले तपाईंलाई आफ्नो एचआईभी स्थितिको आधारमा भेदभाव विरुद्ध पनि सुरक्षा प्रदान गर्दछ।