آپ اور آپ کا ڈاکٹر۔

ایڈز کے علاج کے دوران باقی تمام چیزوں کے ساتھ ساتھ جو سب سے زیادہ ضروری چیز ہے وہ یہ ہے کہ آپ دوائی باقاعدگی سے اور وقت پر کھائیں یہ نہایت ضروری چیز ہے ایڈز کا انکشاف ہونے کے بعد۔ کچھ مخصوص دوائیاں کچھ خاص قسم کے مریضوں کے لیئے ہوتی ہیں کیونکہ بعض اوقات مریض کو اس کے علاوہ بھی دوائیاں دی جاتی ہیں اپنا آپ کنٹرول کرنے کے لیئے خاص طور پر جب وہ اپنا علاج شروع نہ کروانا چاہے اس بیماری کے انکشاف ہونے کے بعد بھی۔

یہ بہت ضروری ہے کہ دوائی ایسی ہو جو مریض کے مطابق ہو ہو سکتا ہے کہ مریض کے دوست احباب اُس کو دوسری دوائی کھانے کے لیئے کہیں مگر یہ ہرگز نہیں کرنا چاہیئے ورنہ علاج میں مزید مشکلات پیدا ہو سکتی ہیں، بہت ضروری ہے کہ ہمیشہ وہی دوائی کھائی جائے جو آپ کو آپکا ڈاکٹر کہے۔

اچھا ڈاکٹر۔

بہت ضروری ہے کہ آپ کا ڈاکٹر آپ کو اچھی طرح سمجھتا ہو اور اُس کے علم میں ہو کہ آپ کو کس قسم کی بیماری ہے، اس کے ساتھ ساتھ آپ کے ڈاکٹر میں آپ کی تمام تر مشکلوں کو سُن کر آپ کو ٹھیک مشورہ دینے کی صلاحیت بھی ہو، کیونکہ تمام مریض یہی چاہتے ہیں کہ اُن کا ڈاکٹر خوش اخلاق ہو اور کُھلے دماغ والا اور ملنسار ہو خاص طور پر اس وقت جب کسی مریض کو اس کی بات سمجھ نہ آ رہی ہو۔

اچھا مریض۔

اس کے لیئے بہت ضروری ہے کہ مریض اپنی حفاظت خود کرنا جانتا ہو مگر یہ بھی ہر کسی پر منحصر ہوتا ہے کہ وہ کیسا ہے کیونکہ بعض لوگ ایسے بھی ہوتے ہیں کہ جن کو کسی بھی لکھے ہوئے کاغذ کی ضرورت نہیں ہوتی کیونکہ اُن کو اپنی دوائی کے اوقات ویسے ہی یاد ہوتے ہیں اور اُن کو اپنی کیئر کرنی آتی ہے مگر بعض لوگ ایسے بھی ہوتے ہیں جو ہر وقت دوسروں پر منحصر کرتے ہیں۔

اپنے ڈاکٹر کے ساتھ مشورہ کرتے رہنا چاہیئے کیونکہ یہ نہایت ضروری ہے اور اُس سے اپنے تمام تر سوال پوچھیں اپنی بیماری کے متعلق جب تک آپکو سمجھ نہ آ جائے اور اگر آپ کوئی سوال کرنا بھول جائیں اور واپس آ کر آپکو یاد آئے تو اُس کو لکھ کر رکھ لیں اور اپنی اگلی ملاقات میں اُس کو کنفرم کر لیں۔

اور اگر آپ اپنے ڈاکٹر کے ساتھ مطمئن نہیں ہیں تو آپ کسی بھی وقت اُس سنٹر کے ڈائریکٹر کو لکھ کر شکایت کر سکتے ہیں اپنی تمام باتوں کو جن کی وجہ سے آپ اپنا ڈاکٹر تبدیل کرنا چاہتے ہیں۔ اور اگر آپ ٹیلیفون پر بات کرنا چاہتے ہیں تو اس نمبر پر رابطہ کر سکتے ہیں 934582641 یا میڈیسنا ٹراپیکال کے نمبر 934412997 پر رابطہ کر سکتے ہیں۔

اگر آپ سمجھیں کہ آپکا ڈاکٹر آپ کے مطابق نہیں ہے تو ہرگز اُس کے پاس نہ جائیں مگر یہ ضروری نہیں ہے کہ آپ کا سنٹر بھی تبدیل کیا جائے کیونکہ زیادہ تر اس صورتحال میں ڈاکٹر کو تبدیل کر دیا جاتا ہے۔

بہت ضروری ہے کہ آپ اپنے ڈاکٹر کے ساتھ ایماندار رہیں یعنی کسی بھی قسم کا خطرہ مول نہ لیں یعنی علاج کے دوران کسی سے بھی جنسی تعلقات نہ رکھیں، شراب اور دوسری نشہ آور چیزوں کا استعمال جو آپ کے علاج میں رُکاوٹ بنے۔ آپکو ان سب چیزوں کا بہت خیال رکھنا ہے تا کہ آپ کا علاج اچھے طریقے سے ہو سکے۔ ہو سکتا ہے کہ بہت سی باتوں میں آپ کسی پر اعتبار نہ کریں مگر سنٹر میں ایسے لوگ بھی موجود ہیں جو ان حالات میں بھی آپکی مدد کر سکتے ہیں۔

ہمیشہ اپنے ڈاکٹر کے ساتھ رابطہ رکھیں، مگر کبھی کبھار اس میں مشکل بھی ہو سکتی ہے ڈاکٹر کی مصروفیت کی وجہ سے اور بعض اوقات ڈاکٹر اپنی ڈیوٹی بھی تبدیل کروا سکتے ہیں۔ مگر یاد رکھیں وقت سے زیادہ ضروری ہے آپکی صحت اس لیئے اگر آپ دیکھیں کہ آپکا ڈاکٹر کے ساتھ ملنا مشکل ہے تو آپ سنٹر کے سٹاف سے بات کریں ہو سکتا ہے ان حالات میں وہ اس مسئلے کا حل نکال لیں۔ آپ اپنے ڈاکٹر کے ساتھ ٹیلیفون پر بھی بات کر سکتے ہیں یا پھر انٹرنیٹ کے ذریعے۔ اپنے ڈاکٹر سے ہٹ کر اگر دوسرے ڈاکٹر آپکا مسئلہ حل کر دیں تو یہ بھی ٹھیک ہے اس سے آپکا وقت بھی بچ جائے گا اور آپکو مشورہ بھی مل جائے گا۔

grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH
e-mail: contact@gtt-vih.org
website: www.gtt-vih.org

POR FAVOR, FOTOCÓPIALO Y HAZLO CIRCULAR

Generalitat de Catalunya Departament de Salut

ACSAR associació catalana de solidaritat i ajuda als refugiats

Institut Català de la Salut
Direcció d'Atenció Primària Ciutat -Vella
Unitat de Malalties Tropicals, Importades i Vacunació Internacional

Adaptación de nam
www.aidsmap.com

MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO
SECRETARÍA GENERAL DEL PLAN NACIONAL SOBRE EL SIDA