संजीवनी

(अँटिरेट्रोव्हायरल थेरपी)

एआरटी औषधं

समपथिक ट्रस्ट, पुणे

संजीवनी

एआरटी औषधं

(अँटिरेट्रोव्हायरल थेरपी)

कथा : बिंदुमाधव खिरे
तांत्रिक माहिती : डॉ. रमण गंगाखेडकर

समपथिक ट्रस्ट, पुणे या संस्थेने 'एआरटी' अँटिरेट्रोव्हायरल थेरपी या विषयावर डॉ. रमण गंगाखेडकर (डेप्युटी डायरेक्टर, डिपार्टमेंट ऑफ क्लिनिकल सायन्स, नॅशनल एड्स कंट्रोल ऑर्गनायझशन) यांच्या व्याख्यानांवर आधारित समपथिक ट्रस्टचे बिंदुमाधव खिरे, टिनेश चोपडे, विवेक तिगोटे, परीक्षित शेटे, करुणदीप जेटीथोर, उमेश कांबळे, अमोल शिंदे यांनी ही पुस्तिका तयार केली आहे. डॉ. रमण गंगाखेडकर, डॉ. नितीन साने व काउन्सिलर मेघना मराठे यांनी पुस्तक वाचून मोलाच्या सूचना केल्या. चंद्रशेखर बेगमपुरे यांनी डीटीपी चे काम पाहिले. माधुरी चव्हाण यांनी व्याकरण व शुद्धलेखन तपासले.

महाराष्ट्र एड्स नियंत्रण संस्थेचे अधिकारी अवशरण मॅडम, दीपक निकम, डिस्ट्रिक्ट एड्स प्रिव्हेन्शन अॅन्ड कंट्रोल युनिटचे सचिन पवार यांचे आम्हाला सतत मार्गदर्शन लाभले.

महाराष्ट्र एड्स नियंत्रण संस्थेनी दिलेल्या एचआयव्ही/एड्स हस्तक्षेप प्रकल्पाच्या निधीतून (PMC, PCMC चे MSMTI) ही पुस्तिका तयार करण्यात आली आहे.

या सर्वांचा मी मनापासून आभारी आहे.

या पुस्तिकेतून एचआयव्ही संसर्गित व्यक्तींना योग्य ती माहिती व प्रेरणा मिळेल, ही आशा करतो.

बिंदुमाधव खिरे
संस्थापक
समपथिक ट्रस्ट, पुणे

बारक्याचा आठवा वाढदिवस. वय वाढलंय पण अंगावर मूठभर मांस नाही. दिवसभर नुसती वळवळ. त्याला आवडतो म्हणून मंगलताईंनी शिरा केला. कसंबसं दोन घास खाऊन तो हुंदारायला गेला.

ताईंनी फणी घेतली आणि आरशासमोर आल्या. केस न्याहाळायला लागल्या. एक पांढरा केस दिसला, झटदिशी उपटला. मग केस विंचरायला लागल्या. शेजारणीनी बारक्याला मोठी कॅडबरी घेतली होती. तिच्या लग्नाला ८ वर्षं झाली तरी पोर नव्हतं. बारक्यावर खूप माया होती. बारक्याला बाजारात नेऊन एखादी पँट घ्यायची होती. बरेच दिवस त्याचा हट्ट चालला होता. जुन्या सर्व चड्ड्या घट्ट झाल्या होत्या. पण काय करणार, देणी देता देताच बटवा रिकामा होत होता. अजूनही ३००रुपये किराण्याचं देणं बाकी होतंच. आणि वेगळा खर्च कुठून करायचा? त्याचा बा असता तर... विचार मनात येताच त्यांनी खसदिशी फणी केसातून ओढली. अजून आशा जात नाही, की तो परत येईल. मन निक्षून सांगत होतं, की तो परत येणार नाही. ज्याच्याशी तू संसार केला तो कोण होता? त्याच्या मनात काय होतं, हे तुला दहा वर्षांतही कळलं नाही. एक दिवस का गायब झाला हेही ठावं नाही... एकदम पोटात गोळा आला, पण हा आठवणींनी दाटून आलेला गोळा नव्हता. एकदम जुलाबाची कळ आली. फणी तशीच टेबलावर ठेवली आणि पाण्यानं डबा भरून त्या संडासला गेल्या. पाण्यावानी जुलाब. काय खाण्यात आलं? कालची खिचडी? बाहेर तर कुठं खाल्लं नव्हतं.

पुढच्या दोन तासात सहा वेळा संडासला जावं लागलं. सहाव्या खेपेस पार गळून गेल्या होत्या. बारक्याला हाक मारायचा जोर नव्हता. कसंबसं बोलवून मेडिकलमधून गोळी आणली, अन् ती गोळी खाल्ली. आज त्याला घेऊन बाजारात जाणं शक्य नव्हतं. त्याला बघून, त्याचा उतरलेला चेहरा बघून मन कासावीस झालं. मेले जुलाब आत्ताच व्हायचे होते. कोण्या मेल्याची नजर लागली कुणास ठाऊक, संध्याकाळी निमीने

बारक्याला टी-शर्ट आणला तेव्हा त्याचा चेहरा खुलला.

रात्र कशी काढली त्या परमेश्वरालाच ठाऊक. गोळीचा काही उपयोग झाला नाही. मग डॉक्टरकडे जाऊन गोळ्या आणल्या. थोडा आराम पडला, पण दोन दिवसांनी परत तेच. आता खाताना गिळायला त्रास होत होता. आरशासमोर ‘आ’ करून पाहिलं तर तोंडाला पांढरा प्रदर. बळंबळं खाल्लं तरी लगेच अन्न उलटून पडत होतं. डॉक्टरांनी ॲडमिट व्हायला सांगितलं. मंगलताईंची तयारी नव्हती. कामावर कोण जाणार? आधीच दोन दिवस खाडा झाला आणि बारक्याला कोण बघणार? दोन दिवस तर तो निमीकडेच जेवत होता. डॉक्टरकडून सलाइनची बाटली चढवून घेतली. तिथून त्या घरी पोहोचायला अवकाश, भोवळ येऊन पडल्या. गल्लीतल्या पोरांनी जवळच्या हॉस्पिटलात हलवलं. ताईंच्या मनात काळजी, दवापाण्याचा खर्च कोण करणार? बारक्यापण घाबरला होता. मंगलताईंनी शेजारणीला त्याच्याकडे लक्ष द्यायला सांगितलं. रात्री शेजारीण डाळभात घेऊन आली, पण, एक घासही खाल्ला जात नव्हता.

डॉक्टरांनी औषधं दिली. चाचणीसाठी रक्त, लघवी घेतली. सलाइन लावलं. रात्र गुंगीतच गेली. बारक्या सकाळी चहा आणि ग्लुकोजची बिस्किटं घेऊन आला. त्यालाच ग्लुकोजची बिस्किटं दिली. पोरगं पार हडकुळं झालं होतं.

‘‘चालवेल का तुम्हाला?’’ नर्सबाई म्हणाल्या, ‘‘चला माझ्या संगत......बाळा इथंच बस’’ बारक्याला बोलली. ‘‘कुठं जायचं’’ म्हणत मंगलताई उठल्या. भिंतीला धरत धरत हळूहळू नर्समागे गेल्या. ‘‘कुठे गायब झाली ही बया?’’ तिथेच भिंतीला रेलून थांबल्या. नर्स एका खोलीतून बाहेर आली. ‘‘अहो, चला की लवकर.’’ ‘‘हे काय आलेच पळत’’ कुचकट बोलायचा मोह ताईंना आवरला नाही. त्या नर्समागे खोलीत गेल्या. खोलीत एक टेबल. पल्याड एक तरुण बसला

होता. ‘‘या ताई, बसा’’ मंगलताई खुर्चीवर बसल्या. धाप लागली होती. तशातच म्हणाल्या, ‘‘कधी सोडणार डॉक्टर.’’

‘‘ताई, तुमच्या घरचं अजून कोणी आलंय का? मिस्टर, सासू, आई?’’

‘‘नाही, का बरं? माझा पोरगा आलाय.’’

‘‘काय वय आहे त्याचं?’’

‘‘आठ’’

‘‘बरं राहू द्या. मी इथला काउन्सिलर आहे. आपण तुमच्या ज्या चाचण्या केल्या त्यात दिसून आलंय, की तुम्हाला एचआयव्हीची लागण झाली आहे.

‘‘म्हणजे?’’

ङ्‌‘म्हणजे ज्या विषाणूंनी पुढे एड्स होतो. त्याची लागण तुम्हाला

एचआयव्हीची लागण झाल्यानंतर एचआयव्ही आपल्या रक्तात शिरतो. आपल्या रक्तात पांढऱ्या पेशी असतात, ज्या आपल्या रोगप्रतिकारशक्तीचे काम करत असतात. त्यामध्ये सीडी-फोर लिम्फोसाइट्स या महत्वाच्या पांढऱ्या पेशी असतात. या पेशींमध्ये एचआयव्ही शिरतो व अनेक एचआयव्ही विषाणू जन्माला घालतो. माणसाची रोगप्रतिकारशक्ती कमी होत जाते. एचआयव्ही ज्या सीडी-फोर लिम्फोसाइटमध्ये शिरतो तिथे आपली नवीन पिल्लं तयार करतो आणि त्या पेशीला मारून टाकतो. असं होता होता पांढऱ्या पेशी मरू लागतात व एचआयव्हीची संख्या वाढू लागते. अंदाजे ११ वर्षांनी पांढऱ्या पेशी मोठ्या प्रमाणात संपलेल्या असतात व एचआयव्ही खूप बळावतो. रोगप्रतिकारशक्ती नष्ट झाल्याने अनेक संधिसाधू आजार होतात व एआरटी (अँटिरेट्रोव्हायरल थेरपी) औषधं वेळीच सुरू केली नाहीत तर आपण दगावतो.

झाली आहे.''

एड्स हा शब्द पोचला, पण मनाला झेपत नव्हता.

काहीतरी बोलायची इच्छा होत होती, पण शब्द बाहेर पडत नव्हते. ''पण...पण...'' पलीकडच्या गल्लीतल्या सम्याबरोबर आपला संग झालाय हे त्या तरुणाला कळेल या भीतीने ताईंनी झटदिशी मान खाली घेतली. त्याला आपल्या डोळ्यात सत्य दिसेल ही भीती. त्याच्यासमोर नंगं झाल्यावानी वाटत होतं.

पुढं काउन्सिलर काय बोलला हे कळलंच नाही. त्याचं तोंड नुसतं उघडबंद होताना दिसत होतं.

...तो तरुण बोलत होता. शब्द कानावर येत होते, पण अर्थ काही लागत नव्हता. ''तुमचं काहीतरी चुकलं असेल! परत तपासून बघा.'' मंगलताईंनी विनंती केली. आता तेवढीच आशा होती.

●●●

उंबऱ्यातून आत पाऊल टाकताना मंगलताईंना सगळं काही नवीन वाटत होतं. जणू काही एखाद्या नव्या घरात आलो आहोत. शेजारणीनं डबा दिला होता. हॉस्पिटलात, शेजारणीनं चार वेळा नर्सला विचारलं होतं. ''कशानी झालं? काय झालं?'' पण मंगलताईंनी निक्षून नर्सला सांगितलं, ''कोणाला काहीही सांगू नका.'' कालपर्यंत जवळच्या वाटणाऱ्या व्यक्ती आज परक्या झाल्या होत्या.

मंगलताई जेवायला बसल्या. बारक्याच्या ताटात पोळी-भाजी वाढली. स्वत:च्या ताटात थोडाच भात घेतला. संथपणे जेवू लागल्या. अधूनमधून बारक्या तिच्याकडे निक्षून बघत होता. ताईंचं मात्र त्याच्याकडे अजिबात लक्ष नव्हतं. एकदम बारक्याने त्यांचं लक्ष वेधून घेण्यासाठी अचानक त्यांच्या ताटात हात घातला नि भात घेतला. बेसावध असल्यामुळे क्षणभर त्या गांगरून गेल्या, पण लगेचच त्यांनी

बारक्याच्या थोबाडात दिली. त्याच्या हाताचा घास पडला. ''किती वेळा सांगितलं माझ्या ताटात हात घालायचा नाही.'' बारक्या कळवळला. एकदम डोळ्यात पाणी आलं. हमसून हमसून रडू लागला. मंगलताई तशाच उठल्या. तणतणत आतल्या खोलीत गेल्या. भिंतीला टेकून उभ्या राहिल्या. चार-सहा उसासे टाकले. बाहेर बारक्याचं मुळूमुळू रडणं चाललं होतं. तांब्यात पाणी घेऊन हात धुतला, तोंड धुतलं. तोंडावर पाणी मारलं. जरा मन शांत झालं. बाहेर आल्या व बारक्याला मांडीवर घेतलं. त्यानी थोडा प्रतिकार केला आणि एकदम ताईंना कवटाळलं. त्या त्याला घट्ट धरून रडू लागल्या. मग जरा शांत होऊन बारक्याला त्याच्या ताटातलं जेवण भरवलं.

गादी अंथरली. त्याला शेजारी घेऊन लवंडल्या, त्याला थोपटत राहिल्या. मनात नाना प्रकारचे विचार येत होते. त्या काउन्सिलरनी सांगितलेली एक एक गोष्ट आठवण्याचा प्रयत्न करत होत्या. एचआयव्ही डास चावल्यानी पसरत नाही. एकमेकांचे कपडे वापरल्याने पसरत नाही. त्यांनी वापरलेला संडास, मोरी वापरल्याने पसरत नाही. घामातून पसरत नाही. हस्तांदोलन केल्याने, मिठी मारल्याने पसरत नाही. पण कोणी आपल्या ताटात खाल्लं तर? आपल्याशी खेळताना आपल्याला त्यानं बोचकारलं तर त्याला हा आजार होईल का? काउन्सिलरनी सगळं समजावून सांगूनही हे प्रश्न परत परत ताईंचं डोकं पोखरत होते. तरी नशीब त्याला काही झालेलं नाही. काउन्सिलरने हॉस्पिटलात त्याचीही चाचणी करून घ्यायला सांगितलं होतं. पोराच्या जन्माअगोदर लागण झाली असेल तर कदाचित पोरालाही झाली असेल असं म्हणाला. ताईंच्या तोंडचं पाणी पळालं होतं. पोराचा चाचणीचा काय निकाल येईल या धास्तीने रात्रभर झोप लागली नव्हती. मनातल्या मनात सोमजाईला नवस बोलला- 'बाई पोरगं ठीक असू देत. साडी नेसवीन ग तुला.' शेवटी एकदाचा निकाल आला. पोराला लागण नव्हती. आपल्यामुळे त्याच्या वाट्याला नको हे असलं काही. आपल्या

ताटात खाल्ल्यामुळे त्याला काही होईल का? मनात शंका आहे तर परत त्या काउन्सिलरला भेटून आलं पाहिजे. काउन्सिलरकडे जायचं का कामावर जायचं? अजून किती खाडे करणार?

हॉस्पिटलात ॲडमिट झाल्यापासून सम्या फिरकला नव्हता. बारक्याकडून निरोप पाठवला तेव्हा बारक्याच्या हाती ५०० रु. पाठवले. तो मात्र आलाच नाही, लोकांना संशय येईल म्हणून. आग लागो त्याला. नुसती रात्रीला आठवण येते भाड्याला. त्याच्याकडूनच आला असणार. दुसरं कोण? ताडकन उठून बसल्या. बारक्याने झोपेत चुळबुळ केली आणि परत झोपला. सम्याकडूनच आला असणार. रागानी अंग कापत होतं. मनातल्या मनात त्यांनी सम्याला खूप शिव्या दिल्या. पण असं कसं झालं?... एवढा धडधाकट, देखणा. विचार करताना स्वत:चे ओठ चावत होत्या. एकदम हुंदका दिला. परत रडू येणार असं वाटायला लागलं. झोपेत बारक्या कुशीवर वळला. ताईंनी एकदम स्वत:ला आवरलं. बस! बारक्या जवळ असताना रडायचं नाही. सम्यानी निरोध वापरला असता तर? ती पलीकडच्या गल्लीतील निमी एका सामाजिक संस्थेतर्फे फुकट निरोध वाटते, तरीसुद्धा मी तिच्याकडून घेतले नाही. आता काय करणार? आपलं नशीब... डोक्याला हात लावून खूप वेळ तशाच बसल्या. मोठा श्वास घेतला. मनाशी पक्की गाठ बांधली. जे काही करायला लागेल ते करू, पण बारक्याला मोठा झालेला बघायचाय. त्याचं एकदा लगीन लागलं म्हणजे झालं. मग आपलं काहीही होऊ दे. वळून त्यांनी बारक्याच्या डोक्याचा मुका घेतला. परत तोच विचार, ''असा मुका घेतल्याने त्याला काही होणार नाही ना?''

''नाही ताई, त्यानी तुमच्या ताटात जेवल्यानी, अगदी त्याच्या ओठांचा मुका घेतल्यानीसुध्दा त्याला लागण होणार नाही. मनातली भीती काढून टाका'' काउन्सिलरनी धीर देत सांगितलं. हे ऐकून जिवात जीव आला. काउन्सिलर पुढे म्हणाला ''तुम्हाला अजून एक मूल हवं असेल तर.....'' ''...नाही नाही'' म्हणत ताईंनी चटकन विषय

बदलला व आहाराविषयी परत विचारलं. काउन्सिलर म्हणाला, ''अगदी साध्या साध्या गोष्टी आहेत ताई. पाणी उकळूनच प्या. जेवायच्या अगोदर हात साबणाने स्वच्छ धुवा. जेवण गरम करून खा. शिळं अन्न खाऊ नका, जर शिळं अन्न खायची वेळ आली तर चांगलं गरम करून मगच खा. सकस आहार घ्या. जेवणात गव्हाच्या पोळ्या, डाळ असू देत. जमल्यास पालेभाज्या, फळे, अधूनमधून नाचणीचे पदार्थ खा. गर्दीत फिरू नका. गर्दीत फिरल्याने हवेतून पसरणारे आजार होण्याची शक्यता वाढते, कुणाला टीबी झाला असेल तर टीबीची औषधं सुरू होऊन १५ दिवस होईपर्यंत त्याच्या संपर्कात येऊ नका.''

जर सिगारेट/विडी, दारू घेत असाल तर ती पूर्णपणे सोडून देता आली तर उत्तम. कारण सिगारेट/विडी ओढल्याने फुफ्फुसाचे विकार लवकर होतात. दारू पिल्याने यकृताला सूज येते. पूर्णपणे सोडणं जमणार नसेल तर निदान यांचं प्रमाण कमी करण्याचा प्रयत्न करा. उदा., जर दिवसाला १० विड्या ओढत असाल तर ६ महिन्यात त्या अर्ध्यावर म्हणजे ५वर आणण्याचा प्रयत्न करा. जर दारू पित असाल तर ती हळूहळू कमी करायचा प्रयत्न करा. दररोज अर्धी क्वॉर्टर दारू घेत असाल तर ६ महिन्यात पाव क्वॉर्टरवर भागवण्याचा प्रयत्न करा. ... आणि ताई अत्यंत महत्त्वाची गोष्ट, आता चुकूनही बिगर निरोधचा संबंध कुणाबरोबर करू नका.'' ताईंनी मान खाली घातली.

परत ''पण पोराला काही होणार नाही ना?'' असं विचारून, ''काळजी करू नका, नक्की काही होणार नाही,'' असे उत्तर ऐकून ताई

एचआयव्ही संसर्गित स्त्री व मातृत्व

प्रत्येक गर्भवती स्त्रीने एचआयव्हीची चाचणी करून घ्यावी. जर स्त्री एचआयव्ही संसर्गित असेल तर डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार योग्य वेळी, योग्य औषधं घेऊन बाळाला एचआयव्हीचा संसर्ग होणे टाळता येते.

निर्धास्तपणे घरी आल्या. बारक्या शाळेतून घरी आल्यावर पहिल्यांदा त्याचा मुका घेतला. बारक्याच्या चेहऱ्यावर आश्चर्य. मग एकदम वैतागला, ''ए सोडना...'' दप्तर टाकून तसाच अंगणात गेला. ताईंनी पदरानी डोळे पुसले व तशाच त्याच्याकडे बघत दाराशी उभ्या राहिल्या.

काउन्सिलरच्या सांगण्यावरून हॉस्पिटलात 'सीडी-फोर' नावाची रक्ताची चाचणी केली होती. त्याचा रिपोर्ट आला. तो ६५० होता. काउन्सिलरनी रिपोर्ट नीट समजावून सांगितला. म्हणाला, ''दर सहा महिन्यांनी सीडी-फोरची चाचणी करायची. तो ३५०च्या खाली उतरला, की एचआयव्हीची औषधं सुरू करायला लागतील. पहिलं तुम्ही एआरटी म्हणजे अँटिरेट्रोव्हायरल थेरपी सेंटरमध्ये तुमचं नाव नोंदवा. लवकरात लवकर नावनोंदणी करा. जर कोणता आजार झाला तर किंवा कोणताही त्रास झाला तर लगेच एआरटी सेंटरमध्ये येऊन डॉक्टरांना दाखवा. त्रास अंगावर काढू नका.'' ''नाही काढणार'' ताई पुटपुटल्या. ''नावनोंदणीसाठी येताना रेशनकार्डची झेरॉक्स, एक फोटो आणा, एका ओळखीच्या व्यक्तीला बरोबर घेऊन या.'' काउन्सिलर म्हणाला. ओळखीची व्यक्ती? कोणाला सांगणार? सम्याला? सम्याला ताईंनी सांगितल्यावर तो उलट ताईंवरच चवताळला होता. ''**** तुझ्यामुळे मला झाला असेल'' असं म्हणून तणतणत गेला. त्याचा जीव घ्यावासा वाटत होता. मोठमोठ्यानी ओरडून हा कसा दुटप्पी आहे, हे सगळ्या गावाला ओरडून सांगावंसं वाटत होतं, पण सगळा राग गिळून गप्प बसल्या होत्या. आता कोणाला सांगणार? शेजारणीला? नको नको, ती गावभर करेल. निमीला? बघू नंतर, असा विचार करत ताई बाहेर पडल्या आणि नावनोंदणी करायचं पूर्ण विसरल्या. पण मनात विचार आला होता- कोणाला सांगावं? कोणावर एवढा विश्वास ठेवावा?

●●●

नोंदणी व चाचण्या

आपल्याला एचआयव्हीची लागण झाली हे कळल्यावर सर्वांत आधी एआरटी औषधांसाठी नोंदणी करावी. नोंदणीसाठी वेळ घालवू नका.

नोंदणीचे प्रकार

तुम्ही सरकारच्या एआरटी केंद्रावर नाव नोंदवू शकता किंवा तुम्ही खासगी (एचआयव्हीबद्दल जाणकार) डॉक्टरांकडूनही औषधं घेऊ शकता.

सरकारची एआरटी केंद्रे

जवळच्या सरकारी एआरटी केंद्रामध्ये तुम्ही नोंदणी करावी.

सरकारकडून एआरटी औषधं मोफत मिळतात.

एआरटी औषधं सुरू झाली, की दर महिन्याला एकदा या केंद्रात जाऊन एक महिन्याच्या गोळ्या घेऊन याव्या लागतात. त्याचबरोबर एआरटी सुरू करण्याआधीच्या आणि त्याचा होत असलेला परिणाम पाहण्याच्या सर्व तपासण्यादेखील मोफत होतात.

नोंदणीसाठी घेऊन जायची कागदपत्रे

- एचआयव्हीचा संसर्ग झाला आहे हे दाखवणारा चाचणीचा रिपोर्ट
- दोन फोटो
- तुम्ही राहता त्या पत्त्याचा दाखला. (उदा., रेशन कार्ड, इलेक्शन कार्ड, इत्यादी. जरी असा दाखला उपलब्ध नसला तरी नोंदणी करण्यास एआरटी केंद्रात जाऊन त्यांचा सल्ला घ्या.)

हो नाही हो नाही म्हणता शेवटी सांगितलं. तीन-साडेतीन महिने विचार करण्यात गेले. कुणालातरी सांगावंसं मनापासून वाटत होतं. काउन्सिलरशी बोलणं होत होतं पण तिथं खूप गर्दी होती. मोकळेपणानं बोलता येत नव्हतं. मन मात्र भडभडून मोकळं होण्यास त्रासलं होतं. आता सांगायचंच असं ठरवून, शेजारीण एकटी असताना, मंगलताई तिच्यापाशी गेल्या होत्या, पण बोलायच्या वेळी छाती इतकी धडधड करायला लागली, की त्यांनी पाय मागे घेतला. दुसऱ्यांदा गेल्या, तेव्हा शेजारणीचंच गाऱ्हाणं ऐकायला लागलं. तिला मूल नाही म्हणून नवरा तिला त्रास देत होता. अशावेळी आपलं गाऱ्हाणं कसं मांडायचं म्हणून विषय काढला नाही. कसं सांगावं? मनात सारखी भीती. शेजारची गावभर सांगेल का? तिची आपल्याशी वागणूक बदलेल का? काय करावं सुचत नव्हतं. भावाला सांगावं का? पण तो बाहेरगावी होता. त्याला सांगून तरी त्याचा काय आधार मिळणार?

असं तळ्यात मळ्यात करता करता एक दिवस राहावलं नाही. बारक्याचा वार्षिक निकाल होता. पोरगा पास झाला होता, पण गेल्या वर्षाची फी भरल्याशिवाय शाळा निकाल देत नव्हती. म्हणून ''या महिन्याची भिशी तू माझ्यातर्फे भर'' म्हणून निमीला सांगायला गेल्या आणि एकदम रडू अनावर झालं. ''अगं काय झालं'' म्हणून निमीनं जवळ घेतलं. ओक्साबोक्शी रडत त्यांनी सांगितलं. मनात धास्ती होती, की सांगितल्यावर ती लगेच मागे सरेल, पण तसं झालं नाही. ताईंना रडू दिलं, मग निमीनं ताईंचे डोळे पुसले. मंगलताईंनी निमीचे हात घट्ट धरले. ''कृपाकरून कोणाला सांगू नकोस, पाया पडते मी''. ''नाही हो, एवढा विश्वास ठेवलात ना माझ्यावर, तो मोडणार नाही''. निमी म्हणाली. ताई म्हणाल्या. ''एवढं जग पुढं गेलंय, हा आजार बरा व्हायला काही औषध नाही का?'' निमी नकारार्थी मान हलवत म्हणाली, ''हा आजार बरा करणारं कोणतंही औषध नाही, पण त्याला आळा घालायला एआरटी औषधं आहेत.'' ताई काहीच बोलल्या नाहीत.

त्या रात्री मंगलताईंना नीट झोप लागली. झोपताना मात्र मनात विचार आला- निमीनं आज समजून घेतलं, पण उद्या हिच्याशी भांडणबिंडण झालं तर? मग ती या माहितीचा कसा वापर करेल? पण निमी सरळ चालीची होती. आपण बरं आणि आपलं बरं. ती कोणाला नाही सांगायची. या विचारातच कधी झोप लागली कळलं नाही. सकाळी उठल्यावर मन हलकं झाल्यासारखं वाटत होतं. जणूकाही आपल्या ओझ्याला कोणाचातरी आधार मिळाला आहे.

पुढे काही दिवस हा विषय ताईंनी कोणापाशीही काढला नाही. पण मग एक दिवस राहावलं नाही. रविवारचा दिवस होता. बारक्याला शेजारी जाऊन येते सांगून ताई शेजारणीकडे गेल्या. शेजारणीला सांगितलं. तिला वाईट वाटलं. तिचा चेहरा उतरला. तिला सांगायचं एक महत्त्वाचं कारण होतं. ते ताईंनी बोलून दाखवलं. ''यावर काही औषध नाही का हो?'' शेजारीण म्हणाली, ''विषयच निघाला म्हणून सांगते, आमच्या गावाकडे एकजण आहे. तो हा आजार खात्रीने बरा करतो. तिथं का नाही जात? माझ्या नातेवाइकाच्या ओळखीचे एकजण ठणठणीत बरे झाले.'' मंगलताईंच्या मनात एकदम आशेचा अंकुर फुटला. ''काय खर्च येतो?'' ''मी विचारते, मला वाटतं दहा-पंधरा हजार रुपये येतो.'' मंगलताई एकदम शांत झाल्या. कुठून आणायचे एवढे पैसे? शेजारीण सांगत होती, ''तो तीन महिन्यांसाठी कसलंतरी औषध देतो. त्यानं वजन पण वाढतं, काळजी करू नका, शंका घेऊ नका. विश्‍वास ठेवा. सर्व ठीक होईल.''

काय करायचं असा विचार करत करत दोन-तीन महिने गेले. शेवटी, मंगळसूत्र, कानातलं काय कामाचं? असा विचार करून ती मोडली, पितळाच्या वाट्या गळ्यात घातल्या आणि एस.टी.करून बारक्यासंगं जाऊन त्या बाबाकडून औषध घेतलं.

औषध नेमानं घ्यायला लागल्या. सीडी-फोर करायची तारीख

केव्हाच उलटून गेली होती. काउन्सिलरकडे गेलं तर तो परत नावनोंदणीचं तुणतुणं वाजवणार म्हणून त्या त्याच्याकडे गेल्याच नाहीत. उत्साह वाटत होता. मनही आनंदी वाटत होतं. बारक्यालाही हा फरक जाणवत होता. तोही जास्त आनंदी होता.

●●●

दिवाळी तोंडाशी आली होती. लाडू, चकल्या केल्या. बारक्यासंगं श्रीवर्धनला जाऊन सोमजाईला साडी चढवली. फराळ ठेवला. बारक्याच्या नावाने केलेला नवस फेडला. परत आल्यावर शेजारणीला फराळ दिला. बारक्याला कपडे घेतले. कामावर मालकिणीनी साडी दिली. तेवढीच एक मंगलताईंच्या वाट्याची वर्षभराची साडी. ती पुढे कामी येईल म्हणून बाजूला ठेवली.

भावाला मुलगी झाली. ताईंनी विचार केला, की जायला हवं. नाही गेले तर आयुष्यभर लक्षात ठेवेल. भावाला भेटायची इच्छा होती. तीन-सव्वातीन वर्षांनंतर भेटणार होता. बारक्याच्या परीक्षेचा निकाल लागला होता. सहावीत गेला होता. सुट्टी आहे तोवर जाऊन यावं म्हणून बारक्याला घेऊन गेल्या. भावाला भेटून बरं वाटलं. तो मागच्यापेक्षा जास्त सुटला होता. उसनवारीच्या पैशातून मुलीला छुमछुम घेतलं. भावाला पाकिटात पैसे दिले. भावजयीला साडी घेतली. नेहमीप्रमाणे ती काही धड बोलली नाही. तीन दिवस राहू असं ठरवून गेलेल्या दोन दिवसांनीच परत निघाल्या. जातेवेळी भावजयीनं बारक्याच्या हातात पंधरा-वीस रुपयाचं खेळणं ठेवलं. कोणाच्या नकळत मंगलताईंनी ते खेळणं बॅगेतून काढून तिथंच ठेवून आल्या.

घरी निघतेवेळी थकवा जाणवत होता. आल्यावर खोकला सुरू झाला. ताईंनी थोडं दुर्लक्ष केलं. खोकला जाईल, पण नाही.

मेडिकलमधून खोकल्याचं औषध घेतलं तरी खोकला जाईना. आता रात्रीही झोप लागत नव्हती. सारखी खोकल्याची उबळ येत होती. एकदा-दोनदा खोकल्यातून रक्त पडलं. मग ताईंनी घाबरून डॉक्टरला दाखवलं. मनात आलं, की डॉक्टरला सांगावं का? की आपल्याला एचआयव्ही आहे. पण नाही सांगितलं. सगळे वस्तीतले लोक त्याच्याकडे जातात. त्याचा काही नेम नाही. बोलता बोलता बोलून जायचा. डॉक्टरनी क्षयरोगाची तपासणी करायला सांगितलं. आता मात्र ताईंचा धीर सुटला. तिथून बाहेर पडल्या व थेट निमीपाशी गेल्या. तिला सांगितलं. निमी लगेच त्यांना घेऊन हॉस्पिटलातल्या एचआयव्ही काउन्सिलरला भेटायला गेली. तो जुना काउन्सिलर नव्हता. ताई थोड्या हिरमुसल्या. तो जुना काउन्सिलर चांगला होता. त्याच्याजागी दुसरी कोणीतरी आली होती. तिला भेटून सर्व सांगितलं. काउन्सिलरने ताईंना क्षयरोगच्या डॉक्टरला भेटायला सांगितलं. निघायच्या अगोदर निमीनी तिथला फोन नंबर मोबाइलमध्ये घेतला. मग डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार छातीचा फोटो (एक्स-रे) काढला. डॉक्टरांनी दोन प्लास्टिकच्या डब्या देऊन घरी पाठवलं.

रात्री खाकरून एका डबीत बेडकं (थुंकी) गोळा केली. सकाळी उठून दुसऱ्यांदा खाकरून दुसऱ्या डबीत बेडकं गोळा केली आणि त्या दोन डब्या हॉस्पिटलात तपासणीसाठी दिल्या. दोन दिवसांनी निदान झालं. जी शंका होती ती खरी ठरली. क्षयरोग झाला होता. काउन्सिलरनी सीडी-फोरची चाचणी करायला सांगितलं. चार दिवसांनी कळलं, की सीडी-फोर ३०० झालाय.

मंगलताई चडपडत घरी आल्या. शेजारणीकडे गेल्या. कसाबसा संयम ठेवत म्हणाल्या, ''काही उपयोग झाला नाही त्या बाबाच्या औषधाचा'' शेजारीण म्हणाली, ''इतरांना गुण येतो. तुम्हालाच कसा काय नाही आला?'' तोंडात मारल्यावानी मंगलताई परत आल्या.

पैशापरी पैशे गेले, जपून ठेवले असते तर आज ना उद्या कामी आले असते. मनाशी खूणगाठ बांधली, की आता परत असल्या भानगडीत पडायचं नाही, मग कोणी कितीही आशा लावू दे.

भोंदू डॉक्टर, वैदूबाबांपासून सावध रहा!

लक्षात ठेवा, की एचआयव्ही बरा करायची औषधं अजून निर्माण झालेली नाहीत. आपण वर्तमानपत्रात अनेक जाहिराती वाचतो, ज्या सुचवतात, की अमुक अमुक डॉक्टरकडे, हकीमकडे, साधूकडे एचआयव्ही बरा करायचं औषध आहे. या असल्या जाहिरातींना बळी पडू नका. त्या फसव्या जाहिराती आहेत. पैसे वाया जातील व काहीही उपयोग होणार नाही.

●●●

दुसऱ्या दिवशी मंगलताई हॉस्पिटलात गेल्या. टीबीच्या गोळ्या (डॉट्स) सुरू केल्या. एक दिवसाआड हॉस्पिटलला जावं लागायचं. तरी बरं हॉस्पिटल जवळ होतं. डॉक्टरसमोर गोळ्या घ्यायला लागायच्या. पहिला आठवडा काही त्रास झाला नाही. पण दुसऱ्या आठवड्यात गोळी घेतली, की उलटूनच पडली. डॉक्टरांनी परत एक गोळी दिली. नाश्त्यानंतर गोळी खाल्ली तरी पोटात आग पडायची. चक्कर आल्यासारखं व्हायचं. डॉक्टर म्हणाले, ‘‘गोळी खाल्ली, की नंतर आइस्क्रीम खावा’’. ताई मनात म्हणाल्या, ‘‘माझ्या बापाचंच आइस्क्रीमचं दुकान आहे. तिथंच बसते दिवसभर.’’

डॉक्टरांनी तोंडाला बांधायला हिरवा कपडा दिला. हॉस्पिटलमधून बाहेर आल्याबरोबर ताईंनी तोंडावरून तो हिरवा कपडा काढला.

ते फडकं तोंडावर पाहिलं तर सर्व वस्ती वाळीत टाकायची. एका दुखण्याबरोबर इतर शंभर भानगडी सांभाळाव्या लागतात. बारक्याला खोकल्यातून लागण व्हायला नको म्हणून त्याला जास्तीत जास्त वेळ बाहेर पाठवू लागल्या. त्याला काय तेच हवं होतं.

मालकिणीचं देणं बाकी होतं. घरी बसायचा अपराधीपणा वाटत होता. पण काय करणार? तरी एक बरं, बारक्या संध्याकाळी जवळच्या लेथच्या वर्कशॉपमध्ये २ तास जात होता. पडेल ते काम करत होता. तेवढेच दोन रुपये पदरी पडत होते. सुरुवातीला जायला नाराज होता, पण नंतर आपण कमावतोय म्हणजे आपलाही पैशांवर अधिकार आहे हे जाणवायला लागल्यावर आवडायला लागलं.

क्षयरोग (टीबी)

- जर एक महिन्याच्यावर खोकला चालू असेल, खोकताना बेडकं/रक्त पडत असेल तर सरकारी दवाखान्यात जाऊन क्षयरोगाची चाचणी/तपासणी करून घ्या.
- क्षयरोगाचे वेळेवर निदान करून व नियमित 'डॉट्स' औषधं घेऊन क्षयरोग पूर्ण बरा होतो.
- क्षयरोगावरची डॉट्सची औषधं मोफत आहेत.
- औषधांचा कोर्स पूर्ण करा. बरं वाटयला लागलंय म्हणून औषधं अर्धवट सोडू नका. औषधं अर्धवट सोडली तर औषधांना दाद न देणारा मल्टी ड्रग रेसिस्टंट टीबी (एमडीआर टीबी) होऊ शकतो आणि त्यामुळे पेशंट दगावण्याची शक्यता खूप वाढते.

●●●

डॉट्सच्या गोळ्या सुरू करतेवेळी काउन्सिलरनी ताबडतोब एआरटी साठी रजिस्टर करण्यास सांगितलं. डॉक्टर म्हणाले, ''डॉट्सच्या गोळ्या घेऊन पंधरा दिवस झाले, की एआरटी औषधं सुरू करायची.''

औषधांची वेळ आली कळल्यावर मन एकदम खचलं. इतके दिवस या औषधांवाचून सगळं चालू होतं. आपण स्वावलंबी होतो. आता या औषधांवर विसंबून राहायचं हे जाणून घाबरायला झालं. असुरक्षित वाटायला लागलं.

मंगलताईंनी काउन्सिलरच्या सांगण्याप्रमाणे एचआयव्ही औषधांसाठी नावनोंदणी केली. नावनोंदणी करतेवेळी निमीला घेऊन बरोबर रेशनकार्ड, एक फोटो, एचआयव्ही रिपोर्ट व सीडी-फोरचा रिपोर्ट घेऊन गेल्या. एआरटी सेंटरमध्ये नावनोंदणी क्रमांक मिळाला.

दुसऱ्या दिवशी ताईंनी ८०० रुपयांचा जुना वापरलेला मोबाइल विकत घेतला. बारक्यालाही स्वत:चा एक मोबाइल हवा होता. त्याला सांगितलं, ''सातवीच्या परीक्षेत पास झालास की देईन.'' बारक्या नाराज झाला, म्हणाला, ''परीक्षेला अजून अवकाश आहे. माझे वर्कशॉपचे पैसे मला दे, त्या पैशाचं मी पाहिजे ते करीन.'' याच्यावरून भांडण झालं. पोरगा हाताबाहेर चाललाय याची चाहूल मंगलताईंना लागली.

औषधं सुरू करण्याअगोदर रक्ताच्या काही तपासण्या, सोनोग्राफी केली.

ग्रुप काउन्सिलिंगची तारीख मिळाली. ग्रुप काउन्सिलिंग झालं. या विषयावरचा एक चित्रपट दाखवला. तो चित्रपट एवढा मोठा होता, की बघता बघता पेंग आली. जाग आली तेव्हा काउन्सिलर ताई बोलत होत्या-

''...पूर्वी एचआयव्हीची वाढ रोखण्यासाठी औषधं नव्हती. आता अनेक औषधं उपलब्ध आहेत. या औषधांना एआरटी म्हणतात. ही एआरटी औषधं आपली संजीवनी आहे. एआरटी औषध नियमित, न

चाचण्या

एआरटीसाठी नोंदणी करायच्या वेळी डॉक्टर काही चाचण्या करायला सांगतात.

१. सीडी–फोर चाचणी : ही रक्ताची चाचणी आहे. आपल्या रक्तात किती प्रमाणात सीडी–फोर पेशी आहेत (म्हणजे आपली रोगप्रतिकारशक्ती किती चांगली आहे) हे तपासले जाते. ३५० किंवा त्यापेक्षा कमी सीडी–फोरचा आकडा असेल तर एआरटी औषधं सुरू करावी लागतात.

२. हिमोग्लोबिनची तपासणी : या रक्ताच्या चाचणीतून तुमच्या रक्तात हिमोग्लोबिनचे प्रमाण किती आहे, हे तपासले जाते. हिमोग्लोबिनचे प्रमाण ९%पेक्षा कमी असेल तर आपल्याला ॲनिमिया (हिमोग्लोबिनची कमतरता) आहे असे मानले जाते.

३. **लिव्हर फंक्शन टेस्ट (एलएफटी)** : या रक्ताच्या चाचणीतून तुमच्या यकृताचे (Liver) कार्य चांगले आहे का हे तपासले जाते.

४. एक विशिष्ट प्रकारची कावीळ (हिपॅटायटिस बी) आहे काय हे पाहिले जाते.

५. किडनीचे कार्य कितपत चांगले आहे हे पाहण्यासाठी युरिया आणि क्रिएटिनिनची तपासणी केली जाते.

६. **क्षयरोग (टीबी)ची चाचणी** : बेडकाची तपासणी, छातीचा एक्स–रे व सोनोग्राफी. यातून पोटात टीबीच्या गाठी आहेत का? हे तपासण्यासाठी पोटाची सोनोग्राफी केली जाते.

चुकता घेऊन एचआयव्ही नियंत्रणात ठेवता येतो.

जर एआरटी औषधं सुरू केली तर एचआयव्हीची प्रजननक्षमता खूपच कमी होते व हळूहळू रोगप्रतिकारशक्ती वाढते. एचआयव्हीचं शरीरातील प्रमाण कमी होतं. यात महत्त्वाची गोष्ट अशी, की दिवसाकाठी कोट्यवधी एचआयव्ही विषाणू जन्माला येऊ शकतात व मरतात. प्रत्येक एचआयव्ही विषाणू अंदाजे १.५ ते ३ दिवस जगतो. म्हणजे जर एआरटीची औषधं घेण्यास एक दिवस जरी राहून गेलं तरी ते महागात जातं कारण तो एका दिवसात कोट्यवधी पिल्लं जन्माला घालू शकतो.

जर नियमित न चुकता एआरटी गोळ्या घेतल्या तर गोळ्या सुरू केल्यापासून त्या व्यक्तीचं आयुष्य अंदाजे २५ वर्षांपर्यंत वाढू शकतं.

''लक्षात ठेवा, की औषधांचे दुष्परिणाम दिसले तरी दिलेली औषधं दररोज न चुकता घ्यायची. एकही गोळी चुकवायची नाही. जर गोळी चुकलीच तर डॉक्टरांचा सल्ला घ्या.'' हाच संदेश काउन्सिलर ताई वारंवार सांगत होत्या. पुढे म्हणाल्या, ''गोळी घ्यायचं कसं लक्षात ठेवणार? गोळीची वेळ चुकवू नये म्हणून मोबाइल फोनचा अलार्म लावावा. एक किंवा दोन किंवा तीन अलार्म १५ मिनिटांच्या अंतरांनी लावा. जर मोबाइल नसेल तर घड्याळाचा अलार्म लावा.

जर दररोज हिशोबासाठी डायरी ठेवत असाल तर आठवणीसाठी डायरीत गोळ्या घ्यायची नोंद करून ठेवा. जर आपल्या घरच्यांना आपल्या औषधांबद्दल माहीत असेल तर त्यांना ही आठवण करून द्यायला सांगा.

एखाद्या दररोजच्या दिनचर्येचा आधारही घेता येतो. उदा., दररोज पूजा करत असाल तर पूजा झाली, की लगेच गोळी घ्यायची अशी सवय

करा किंवा टीव्हीवरच्या संध्याकाळच्या बातम्यांची वेळ किंवा एखादा प्रोग्राम व गोळी घ्यायची वेळ एक ठेवा. म्हणजे बातम्यांची वेळ आली, की गोळी घ्यायची व मग बातम्या बघायच्या. अशा प्रकारे वेळेवर, न चुकता गोळी घ्यायची शिस्त लावा. अशा ३-४ विविध मार्गांनी स्वत:ला गोळी घ्यायची आठवण होईल याची काळजी घ्या. फक्त आपल्या स्मरणशक्तीवर किंवा एकाच मार्गावर विसंबून राहू नका. म्हणजे दिवे गेले म्हणून जरी टीव्ही चालू नसेल तरी अलार्म गोळी घ्यायची आठवण करून देईल.''

मग एक डॉक्टर आले ते म्हणाले, ''मी सांगतो त्या गोष्टी लक्षात ठेवा.

१. थंडी/ताप असला, जुलाब झाले तरी गोळी घेणं चुकवायचं नाही. गोळी घेऊन कितीही त्रास होत असला तरी गोळी घेणं चुकवायचं नाही.

२. उपास/रोजा असेल तरी गोळी घेणं चुकवायचं नाही.

३. एखादी गोळी घ्यायची वेळ चुकली व उशिराने आठवण झाली, की लगेच घ्या. उदा., सकाळची ८ची गोळी चुकली व १२ वाजता लक्षात आलं तर लगेच १२ वाजता ती गोळी घ्या. दुसऱ्या दिवशीची गोळी नेहमीच्या वेळेवर घ्या.

४. जर पूर्ण एक दिवस गोळी चुकली तर पुढच्या गोळ्या नेमाने घ्यायला लागा. पुढच्या खेपेस दवाखान्यात गेल्यावर डॉक्टरांना सांगा.

५. गोळी घेतल्यावर उलटी झाली तर? जर गोळी खाल्ल्यावर अर्ध्या तासात उलटून पडली तर परत एकदा पूर्ण गोळी घ्या. जर गोळी खाल्ल्यानंतर अर्ध्या तासानंतर उलटून पडली तर परत ती गोळी घ्यायची आवश्यकता नाही.

६. जर एचआयव्ही संसर्गित लहान मूल औषध घेत नसेल तर- घरी बर्फ असेल तर एक छोटा बर्फाचा तुकडा लहान मुलाच्या तोंडात चोखायला द्यावा. त्यानी तोंडाच्या चवीच्या पेशी बधिर होतात व मग औषधाची

कडू चव कळत नाही.
७. दररोज व ठरलेल्या वेळी सांगितलेल्या गोळ्या घेणं अत्यंत महत्त्वाचं आहे. एक दिवस जरी या गोळ्या घ्यायच्या राहून गेल्या तरी ही संजीवनी व्यर्थ जाऊ शकते.'फ

दुसऱ्या दिवशी रिपोर्ट आले. रक्तात लोहाचे प्रमाण फार कमी होते. म्हणून हिमोग्लोबिन वाढवायचं औषध दिलं व 'एस+एल+एन' एआरटी औषधं सुरू केली. पहिल्यांदा १५ दिवसांच्या गोळ्या दिल्या. औषधं सुरू झाल्यावर ती कशी काम करतात हे जाणून घेण्यासाठी १५ दिवसांनी परत तपासण्यासाठी बोलावलं.

म्हणजे आता डॉट्सच्या गोळ्या आणि याही गोळ्या. ताईंना शीण आला होता. सम्याची आठवण आली. त्याच्या जवळ जाऊन त्याच्या छातीवर डोकं ठेवून डोळे मिटून पडून राहावं असं वाटलं. किती महिने, नाही वर्षं झाली, कोणाशीही संग झाला नव्हता. शरीर स्पर्शासाठी उपाशी होतं. सम्या त्यांना शिव्या देऊन गेल्यापास्न परत त्याच्याशी कधी बोलणं झालं नव्हतं. अधूनमधून गल्लीत दिसायचा, पण ओळख द्यायचा नाही. ओळख द्यायला शुद्धीवर असायला पाहिजे. दररोज पिणं सुरू झालं होतं. दारू पिऊन झोकांड्या देत, येणाऱ्या-जाणाऱ्याला शिव्या देताना दिसायचा.

डॉक्टर डॉट्सची आठवड्याची औषधं देऊ लागले होते. घरी गोळ्या घ्यायच्या व पुढच्या आठवड्यात रिकामं पाकिट परत करून दुसरं पाकिट घ्यायचं. गोळी घ्यायची म्हटलं, की अंगावर काटा यायचा. गोळी घ्यायची वेळ जवळ आली, की लगेच मळमळायला व्हायचं, पण थोडा फरक दिसू लागला होता. खोकला कमी झाला होता. रात्रीची झोप लागत होती. मासिक पाळी मात्र बिनसली होती. कामावर जाताना थकवा मात्र खूप जाणवत होता.

पहिल्या लाइनमधील औषधं

एनएनआरटीआय (NNRTI)	एनआरटीआय (NRTI)	एनएनआरटीआय (NNRTI)
झिडोवुडिन (Z) किंवा टेनोफोविर (T) किंवा स्टॅव्हुडिन (S)	लॅमिवुडिन (L)	नेव्हिरॅपिन (N) किंवा इफाव्हिरेंझ (E)

वरील औषधांमधील काहींची निवड करून औषधं सुरू केली जातात. ही निवड खालीलपैकी असते.

(I) झेड+एल+एन (Z+L+N) किंवा (II) झेड+एल+ई (Z+L+E) किंवा (III) टी+एल+एन (T+L+N) किंवा (IV) टी+एल+ई (T+L+E)

- एचआयव्ही संसर्गित व्यक्तीला ॲनिमिया (रक्तक्षय) नसेल (त्याच्या रक्तातील हिमोग्लोबिन ९% पेक्षा जास्त असेल) आणि त्या रुग्णाला क्षयरोग नसेल तर 'Z+L+N' ही औषधं दिली जातात.
- एचआयव्ही संसर्गित व्यक्तीला जर ॲनिमिया (रक्तक्षय) नसेल पण त्या रुग्णाला क्षयरोग असेल तर 'Z+L+E' ही औषधं दिली जातात.
- एचआयव्ही संसर्गित व्यक्तीला ॲनिमिया (रक्तक्षय) असेल पण त्या रुग्णाला क्षयरोग नसेल तर 'T+L+N' ही औषधं दिली जातात.
- एचआयव्ही संसर्गित व्यक्तीला जर ॲनिमिया (रक्तक्षय) असेल व त्या रुग्णाला क्षयरोगही असेल तर 'T+L+E' ही औषधं दिली जातात.
- क्षयरोग असेल तर डॉट्सची औषधं किमान १५ दिवस घेतल्याशिवाय एआरटी औषधं सुरू करत नाहीत.

टीपणी : ॲनेमिया दिसून आला तर स्टॅव्हुडिन देत. पण स्टॅव्हुडिनचे दुष्परिणाम गंभीर असल्यामुळे त्याच्या जागी आता टेनोफोविर गोळी देण्यात येते.

गोळी घेणं जीवावर यायचं; पण काउन्सिलरने स्पष्ट सांगितलं होतं, की काही झालं तरी गोळी चुकवायची नाही. गोळी घेणं चुकलं तर दुखणं बळावेल आणि मग या गोळ्यांचा काही उपयोग होणार नाही. रात्र रात्र खोकल्यामुळे झालेली परेशानी आठवून मंगलताईंनी गोळ्या घेणं चूपचाप चालू ठेवलं.

●●●

मंगलताईंनी नियमाप्रमाणे एआरटी औषधं घ्यायची ठरवली. पहिल्या दिवशी सकाळी पूजा केली व गोळी घेतली. कामावर गेल्या. कामावरून संध्याकाळी घरी आल्या. कुकर लावला व टीव्ही बघत बसल्या. बातम्या झाल्यावर एकदम लक्षात आलं, की गोळी घ्यायची राहिली. घाबरून उठल्या. एक चपाती खाल्ली. गोळी घेतली. पाणी पिलं. पहिल्या दिवसापासून असं विसरायला झालं तर कसं होणार? बारक्या सायकलच्या चेनमध्ये वंगण घालत होता. त्याला म्हणाल्या, ''अलार्म कसा लावायचा? मेली सकाळी लवकर जागच येत नाही.'' ''तुला नं काही येत नाही'' असं म्हणत बारक्याने अलार्म कसा लावायचा ते शिकवलं. सकाळी ८ वाजता १०-१० मिनिटांवरचे ३ अलार्म व संध्याकाळी ९ वाजता १०-१० मिनिटांवरचे ३ अलार्म बसवले. मोबाइल चार्जिंगला लावला.

बारक्याला आजाराबद्दल सांगावं का? पूर्वी त्याला सांगायचं मनातही आलं नव्हतं; पण आता त्याला आपल्या आजाराची कल्पना द्यावी असा विचार मनात येत होता. नाही सांगितलं आणि त्यानी गोळ्या पाहिल्या तर, तर तो नक्की विचारणार ''कशाच्या गोळ्या ह्या?'' आता तो पूर्वीसारखा भोळसट राहिला नव्हता. मिसरूड फुटायला लागली

होती. घरी फारसा नसला तरी घरात बारीक लक्ष असायचं. स्वत:वरही खूप देखरेख चालू होती. तासन्तास आरशात बघणं आणि दररोज पैशाची मागणी. कधी नवीन बूट हवेत तर कधी गॉगल हवा. येत्या दिवाळीला तुझ्यासारखा (पण नवीन मॉडेलचा) मोबाइल पाहिजे म्हणून हट्ट सुरू झाला होता. अभ्यासातला नंबर घसरला होता. पूर्वी बरे मार्क असायचे पण मागच्या चाचणीत गणितात नापास झाला होता.

निकाल घरी आणल्यावर त्यानं बरीच बोलणी खाल्ली होती. ''तुझ्या फालतू मित्रांपासून दूर रहा, सगळी वाया गेलेली आहेत.'' ताई डाफरल्या. पण तो हल्ली सरळ उलट उत्तरं देऊ लागला होता. ''तुझ्यापेक्षा बरे आहेत ते.'' ''मग रहा त्यांच्या संगच'' असे म्हणून त्यांनी चिडून त्याच्यावर त्याचा निकाल फेकला होता. बारक्या रागानी थरथरायला लागला, दात-ओठ खाल्ले व चटकिनी घरातून बाहेर गेला. रात्र झाली तरी घरी आला नव्हता. अलार्म वाजल्यावर अनोशापोटी गोळी घेतली. जेवल्या नाहीत. रात्रभर डोळ्याला डोळा नाही. पण ताईंनी ठाम ठरवलं होतं, की कुठं गेला म्हणून शोधायला जायचं नाही. रात्री गोळीमुळे पोटात आग पडली. काही खाल्लं नव्हतं. थोडं दूध पिलं मग जरा बरं वाटलं. पडून राहिल्या. मनात विचारांचं काहूर. बापासारखा कायमचा तर गेला नाही ना? छातीत एक कळ येऊन गेली. काय एकेक नशिबात भोग लिहिलेले असतात. पहाटे बारक्या आला. न बोलताच झोपला. ताईंनी एका शब्दानी त्याला काही विचारलं नाही.

पुढचे काही दिवस तो जरा व्यवस्थित वागला. अभ्यास करू लागला. पण मित्र कुठे बसू देतात. दर पाच मिनिटाला शिट्टी. लगेच हातातलं काम सोडून हा दरवाजाबाहेर. जर घरी पायच ठरला नाही, तर अभ्यास काय करणार बोडक्याचा?

जरा वातावरण शांत झाल्यावर त्याला अर्धसत्य सांगितलं,'' मला

खोकल्याचा आजार झाला होता. आठवतं का?'' बारक्या टीव्हीवर सिनेमाची गाणी बघण्यात दंग होता. ''हा..हा.'' त्याचं लक्ष नव्हतं. ''तसे आजार मला होऊ नयेत म्हणून डॉक्टरांनी मला गोळ्या दिल्यात.'' थोडा वेळ तो काहीच बोलला नाही. जणूकाही त्यानं ऐकलंच नाही. पण ताईंना माहीत होतं, की त्यानी नक्की ऐकलं आहे व विचार करतोय. त्या शांत बसल्या. टीव्हीवरचं गाणं संपल्यावर म्हणाला, ''का? परत होईल का तो?'' ''होऊ शकतो.'' ''किती दिवस गोळ्या घ्यायच्या?'' ''डॉक्टर सांगेल तोवर, पण बाहेर कोणासमोर बोलू नकोस नाहीतर काहीतरी भलतंसलतं गावभर उठवतील.'' तेवढ्यात बाहेरून शिट्टी ऐकू आली. ''नाही सांगत'' म्हणत तो आरशासमोर उभा राहिला. ''क्लासची वेळ झाली'' म्हणत केसांवरून कंगवा फिरवला. ''कोणत्या पोरीच्या मागे आहेस रे?'' ताईंनी विचारलं. ''का? कोणी काही बोललं का?'' त्याच्या आवाजात कठोरपणा होता. नक्कीच कोणीतरी आहे; या कारट्यावर लक्ष ठेवावं लागणार, मंगलताईंच्या मनात विचार आला. ''पन्नास रुपये दे'' तो म्हणाला. त्यानी गोळ्यांबद्दल काही खोलवर विचारलं नाही या आनंदात ताईंनी पैसे दिले.

गोळ्या घ्यायची सवय लागली, पण पहिले दोन महिने खूप त्रास झाला. आजारापेक्षा औषधाचाच जास्त त्रास होतोय असं वाटू लागलं. एक दिवस त्रासून निमीला ताईंनी विचारलं, ''आजची एक गोळी नाही घेतली तर चालेल का?'' तर निमीनं भरपूर शिव्या दिल्या. जगातल्या सगळ्या शिव्या तिला ठाऊक.''तुझ्या पोराकडे बघ की, तुझा मेंदू काय XXXX का?'' कुठून अवदसा आठवली अन् तिच्यापाशी बोलले असं ताईंना वाटलं. निमूट गोळी घेतली.

दुसऱ्या महिन्याच्या गोळ्या घ्यायला गेल्या तेव्हा डॉक्टरांनी

सांगितलं, की या गोळ्यांनी अशा प्रकारचे त्रास होऊ शकतात. त्रास कमी व्हावा म्हणून डॉक्टरांनी गोळ्या दिल्या व 'गोळ्या घेणं थांबवू नका' असं निक्षून सांगितलं.

तिसऱ्या महिन्यापासून गोळ्यांचा त्रास कमी जाणवू लागला. थकवा जरा कमी झाला, पाळीचं चक्र लायनीवर आलं. वजन २ किलोनी वाढलं काळजी होती गोळी चुकू नये याची. एकदा मोबाइल रिचार्ज करायला विसरल्या, पण बातम्यांनी आठवण करून दिली. एकदा दिवे गेले होते पण मोबाइलच्या अलार्मने आठवण करून दिली. किती ठरवलं तरी आयत्या वेळी काही ना काही अडचणी येत होत्या.

निमीचा वाढदिवस होता. तिने मंगलताईंना जेवायला बोलवलं. निमी कोती (ट्रान्सजेंडर–'टीजी') असल्यामुळे ओळखीच्या अनेक कोत्या, पंती, जोगते, हिजडे, तिच्या वाढदिवसाला आले होते. सर्वांशी गप्पा मारता मारता वेळ कसा गेला कळलं नाही. बोलता बोलता कोणीतरी म्हणालं, ''सम्या हॉस्पिटलात आहे'' ''काय झालं?'' ताईंनी सहज विचारल्यासारखं विचारलं पण मनात धस्स झालं होतं. ''काय माहिती'', ताईंना जास्त काही विचारायचं धैर्य झालं नाही, पण मन विचलित झालं. जेव्हा घड्याळाकडे लक्ष गेलं, तेव्हा लक्षात आलं, की गोळी घ्यायची वेळ होऊन गेली. मोबाईलचा अलार्म का नाही झाला? अरे देवा, मोबाइल घरी राहिला वाटतं. ताई झटदिशी उठल्या, 'आले' म्हणाल्या, मोरीत गेल्या, पोलक्यात ठेवलेला बटवा काढला, गोळी काढली, गिळली, बाहेर आल्या. पाणी पिल्या. त्यांनी गोळी घेतली हे कोणाला कळलंही नाही. एव्हाना ताईंना सहजपणे इतरांचे डोळे चुकवून गोळी घ्यायची सवय झाली होती. ६ महिन्यांनी सीडी–फोरची चाचणी केली. सीडी–फोर वाढून ४२५वर आला होता. टीबी बरा झाला. त्याची डॉट्सची औषधं संपली. ती पिडा गेल्यानंही मन हलकं वाटत होतं.

पहिल्या लाइनच्या औषधांचे दुष्परिणाम

या औषधांचे काही दुष्परिणाम आहेत. दुष्परिणामांचा कितीही त्रास झाला तरी गोळ्या घेणं सोडायचं नाही. फार त्रास होऊ लागला तर डॉक्टरांचा सल्ला घ्यायचा.

आपल्याच मनाने एआरटी औषधं बंद करू नका.

स्टॅव्हुडिन (S)

१) हाताच्या किंवा पायाच्या तळव्यांना सतत मुंग्या येणे.

२) हात-पाय दुखणे.

३) शरीरावरची चरबीची ठेवण बदलणे (लायपोडिस्ट्रॉफी).

४) पोट दुखणे, दम लागणे.

५) कोलेस्ट्रॉल वाढणे.

६) शरीरातील कॅल्शियमचे प्रमाण कमी होणे.

- स्टॅव्हुडिन व टेनोफोविरमुळे कॅल्शियम कमी होते म्हणून वयाच्या ३५शी नंतर रोज एक कॅल्शियमची गोळी घेण्याचा सल्ला डॉक्टर देतात.
- हाताचे किंवा पायाचे तळवे/हाताच्या पंजाला, गुडघ्याखालील पायांना मुंग्या येत असल्यास न चुकता डॉक्टरांना सांगावे.

झिडोव्हुडिन (Z)

१) डोके दुखणे.

२) मळमळ, उलटी होणे.

३) शरीरातील हिमोग्लोबिनचे प्रमाण कमी होणे.

टोनोफोविर (T)

१) किडनीवर दुष्परिणाम होणे.

२) हाडातील कॅल्शियम कमी होणे.

३) हाडे ठिसूळ होणे.

लॅमिव्हुडिन (L)

या औषधाचे दुष्परिणाम खूप कमी आहेत.

इफाविरेन्झ (E)

१) भीतिदायक/उत्तेजक स्वप्ने पडणे.

२) पूर्वीपासून नैराश्याचा आजार असेल तर तो वाढणे.

३) आत्महत्त्येचे विचार येणे.

या औषधामुळे विचित्र स्वप्न किंवा अतिभयानक स्वप्न पडू शकतात. कधी कधी लैंगिक अतिरेक केल्याची स्वप्न पडतात. काहींना आपण आत्महत्या करावी असं वाटू लागतं. असे विचार मनात येऊ लागले तर त्वरित काउन्सिलरला सांगावं. विशेषत: जर पस्तीस वर्षांवरील स्त्री असेल तर हा दुष्परिणाम दिसू शकतो.

४) गर्भवती महिलांना जर गर्भारपणाच्या पहिल्या तीन महिन्यात इफाविरेन्झ औषधं दिलं, तर गर्भाचा मणका विभागलेला तयार होतो.

५) खूप झोप लागणे/खूप कमी झोप लागणे.

टिपणी : इफाविरेन्झ हे औषध दिवसातून एकच वेळ रात्री घ्यायचे असते. अनशापोटी घ्यायचे असते. जेवण आणि इफाविरेन्झची गोळी घ्यायच्या आधी दोन तास आणि नंतर दोन तास काहीही खायचे नसते.

नेव्हिरॅपिन (N)

१) स्टीव्हन जॉन्सन सिन्ड्रोम : नेव्हिरॅपिन औषधामुळे दोन प्रकारची त्वचा जिथे मिळते, अशा ठिकाणी ज्वर येऊ शकतो. उदा., डोळ्यांच्या पापण्यांजवळ, ओठांजवळ, गुदद्वाराजवळ. असं दिसलं

तर लगेच डॉक्टरांना दाखवा. जर ही 'स्टीव्हन जॉन्सन'ची लक्षणं असतील तर तो गंभीर आजार आहे.

टिपणी :

१) जर औषधांच्या यादीत नेव्हिरॅपिन असेल तर सुरवात करताना पहिले १५ दिवस नेव्हिरॅपिन दिवसातून एकदाच दिले जाते. त्यानंतर दिवसातून दोनदा नेव्हिरॅपिनची गोळी दिली जाते.

२) नेव्हिरॅपिन हे औषध चालू असेल आणि क्षयरोग झाला तर क्षयरोगाचे औषध रिफॅम्पिसिन आणि नेव्हिरॅपिन एकत्र घ्यायची नसतात. अशा वेळी नेव्हिरॅपिन बदलून इफाविरेन्झ चालू करतात.

●●●

एआरटी औषधं सुरू होऊन दोन-सव्वादोन वर्षं उलटून गेली. आता गोळ्या घेण्यात नियमितपणा आला होता. घरी गोळ्या असल्या तरी बटव्यात एका छोट्या पुडीत २ डोस ठेवायची सवय लावून घेतली. अचानकपणे पहाटे, संध्याकाळी बाहेर पडायला लागलं व गोळी घ्यायची राहून गेली, तरी बटव्यातील पुडीतून गोळ्या घेता याव्यात म्हणून सोय करून घेतली. ती सोय कामीही आली.

बारक्याचं दहावीचं वर्ष सुरू होतं. घरी नाही तर निदान क्लासमध्ये तरी अभ्यास करेल म्हणून जवळच्या मास्तरचा क्लास लावला. मास्तर लक्ष घालून शिकवत होते, पण बारक्याचं लक्ष नव्हतं. मास्तरांनी सांगितलं होतं, ''पोर काही फार शिकण्यातलं नाही. दहावी पास झाला, की मग आयटीआयसारखं काहीतरी त्याला द्या व नोकरीला लावा. पण पहिलं दहावी पास होऊ दे.''

शाळा सुटली, की बारक्या घरी यायचा व लगेच क्लासला जायचा. तिथून वर्कशॉपला जायचा. मग पोरांबरोबर हुंडारून उशिरा घरी यायचा.

असंच शनिवारी वर्कशॉप संपवून सायकलवरून घरी यायला निघाला. तर घराजवळ एका रिक्षावाल्यानी त्याला धडक दिली. रिक्षावाला पसार झाला. बारक्याला लागलं. सायकलचं चाक पार चेंबलं. एका सद्‌गृहस्थानी बारक्याला हॉस्पिटलमध्ये नेलं व फोन करून ताईंना कळवलं. ताई कुकर लावायच्या बेतातच होत्या. फोनवरून ऐकताना ताईंना पायातला सर्व त्राण गेल्यासारखं झालं. 'कसाय तो, कसाय तो.' हेच सारखं फोनवरून विचारत होत्या. त्या इसमानी बारक्याला फोन दिला. बारक्याचा आवाज ऐकून जिवात जीव आला. ''आलेच मी'' म्हणत लगेच कपाटातून पैसे घेतले व हॉस्पिटलमध्ये गेल्या. बारक्याच्या पायाला ८ टाके पडले. डोक्यालाही थोडं लागलं होतं. डॉक्टरांनी बारक्याला एक दिवस हॉस्पिटलमध्ये राहायला सांगितलं. बारक्या घाबरला होता, पण वरवर काही झालं नाही असा आव आणत होता.

टाके घालणं चालू असताना ताईंनी निमीला फोन केला, पण तिचा फोन बंद होता. रात्री बारक्याच्या आग्रहास्तव थोडं खाल्लं आणि आठवलं, की गोळी घ्यायची राहिली आहे. रात्रीचे अकरा वाजले होते. बटवा काढला, त्यातल्या पुडीतलं औषध घेतलं. पाणी पिलं. बारक्याच्या बिछान्याशेजारी सिस्टरनी दिलेली सतरंजी टाकून निजल्या. दर तासानी उठून बारक्या नीट झोपलाय ना हे बघत होत्या. रात्रभर झोप नाही. हॉस्पिटलात कसली झोप लागते.

दुसऱ्या दिवशी सकाळी बारक्यानी त्याच्या मित्रांना फोन केला. मित्रांनी हॉस्पिटलात येऊन विचारपूस केली. 'आई काळजी करू नका' म्हणून मंगलताईंना धीर दिला. ताईंनी निमीला फोन केला. निमी हातातलं सर्व काम सोडून पैसे घेऊन आली. दुपारी बारक्याला डिस्चार्ज मिळाला. रिक्षातून त्याला घरी आणलं. ३ दिवसांनी शाळेत जायला लागला. रविवारी गावात जाऊन ताईंनी बारक्याला टी-शर्ट आणला.

या घटनेच्या आसपास मध्ये मध्ये तळहाताला व गुडघ्याच्या खाली पायाला मुंग्या येऊ लागल्या. सुरुवातीला ताईंनी दुर्लक्ष केलं, पण हळूहळू मुंग्या वाढत गेल्या. पाय दुखू लागले. इतके की रात्र रात्र झोप येईना. गरम पाण्यात पाय शेकले तरी बरं वाटेना, पायांचं दुखणं कमी व्हावं म्हणून बाम लावला, स्प्रे मारला तरी काही कमी होईना. या गोळ्यांचा तर हा परिणाम नसेल? पण मग तो सुरुवातीला का नाही दिसला? महिनाभर त्यांनी सहन केलं, मग डॉक्टरांना सांगितलं. डॉक्टरांनी सांगितलं, की हा एआरटी औषधातील स्टॅव्हुडिन औषधाचा परिणाम आहे. डॉक्टर मॅडमनी औषधं बदलून द्यायचं ठरवलं. स्टॅव्हुडिनच्या जागी फर्स्ट लाइन औषधांमधलंच झिडोव्हुडिन औषध दिलं.

औषधं बदलून दिल्यावर पायाच्या मुंग्या हळूहळू कमी झाल्या. पूर्ण गेल्या असं नाही, पण कमी झाल्या.

परत गाडा नियमितपणे सुरू झाला. बारक्याची शाळा, क्लास, वर्कशॉप, ताईंचं घरचं व बाहेरचं काम व सकाळ-संध्याकाळ गोळ्या घेणं.

संध्याकाळची वेळ. ताईंनी देवाला दिवा लावला. कुकर ठेवला. बातम्यांची वेळ झाली. टीव्ही लावला आणि गोळी घेणार तेवढ्यात शेजारीण दारापाशी आली. ''आत या की'' शेजारीण म्हणाली, ''कळलं का? तो पलीकडच्या गल्लीतला सम्या...'' ताई तिथेच थिजल्या, मग सहज विचारल्यासारखं म्हणाल्या, ''काय झालं?'' ''गेला की'' ताईंना त्याचा अर्थ नीट कळला होता. पोटात गोळा आला पण तरी न कळल्यासारखं म्हणाल्या, ''कुठं?'' ''आहो वारला'' ''कसा काय?'' ''काय माहीत. कोणी काय सांगतंय तर कोणी काय सांगतंय. नुसती दारू दिवस-रात्र. काही खात नव्हता. दोन आठवडे दवाखान्यात

होता. आज गेला.'' शेजारीण बराच वेळ हळूहळू आवाजात बोलत राहिली. ताई ऐकल्यासारखं करत होत्या, पण लक्ष नव्हतं. मन सुन्न झालं होतं. शेजारीण जेव्हा दुसऱ्यांदा म्हणाली,''येताय ना, जाऊन येऊयात.'' तेव्हा ताई उठल्या. ताईंना अजिबात जायची इच्छा नव्हती, पण इलाज नव्हता.

ताईंना रात्री फणफणून ताप आला. दुसऱ्या दिवशी बारक्यानी डॉक्टरांना सांगून औषध आणलं. ताईंनी दिवसभर काही खाल्लं नाही. सम्याने जरा स्वत:ची जबाबदारी घेतली असती तर? औषधं घ्यायची, स्वत:ची काळजी घ्यायची. पण नाही, जबाबदारी घ्यायची वेळ आली, की पुरुषजात पेकलीच समजायची. २९ काय वय आहे का जायचं? स्वत:च्या हातानी स्वत:चं वाटोळं केलं.

आपल्याला त्याने आजार दिला, पण त्याच्याबरोबर दोन दिवस चांगलेही गेले, हे त्या विसरू शकत नव्हत्या. नवरा गेल्यावर दोन वर्षांनंतर त्याच्याशी पहिल्यांदा संग झाला होता. त्याच्या स्पर्शामुळं शरीर वखवखलेलं राहिलं नाही. तो ताईंशी बहुतांशी वेळा चांगला वागला. गरजेच्या वेळी अधूनमधून पैसे पुरवले. त्याला घट्ट कवटाळून बसण्याचं सुख आठवलं आणि टचकन डोळ्यात पाणी आलं. नैराश्येच्या गर्तेत दिवस गेला. रात्री ताप ओसरला. पहाटे अचानक लक्षात आलं, की परवा रात्रीची, कालच्या सकाळची व संध्याकाळची अशा तीन गोळ्या चुकल्या. अरे देवा, आता काय होणार याची चिंता पडली.

सकाळी उठून लगेच दवाखान्यात गेल्या. डॉक्टरांना भेटल्या. सांगितलं. डॉक्टर मॅडम नाराज झाल्या. म्हणाल्या, ''बजावून सांगितलं होतं ना, मग का असं केलंत?'' ताईंच्या मनात आलं, आता काय सांगायचं या बाईला? तिला काय कळतंय. डॉक्टर म्हणाल्या, ''असं

एआरटी औषधं आता काम करत नाहीत, हे कसं ओळखायचं?

- जर एआरटी औषधं सुरू झाली व सीडी–फोर चाचणीत दिसून आलं, की हा सीडी–फोर आकडा मागच्या आकड्यापेक्षा (सहा महिन्यांपूर्वीचा सीडी–फोर चाचणीचा आकडा) १०० किंवा त्याहून जास्त कमी झालाय तर कदाचित एआरटी औषधं काम करत नसतील.
- जर एआरटी औषधं सुरू झाली व सीडी–फोर चाचणीत दिसून आलं, की सीडी–फोरचा आकडा एआरटी सुरू करायच्या वेळच्या सीडी–फोर चाचणीच्या आकड्यापेक्षा कमी झाला आहे, तर समजावं, की एआरटी औषधं काम करत नाहीत.
- जर एआरटी औषधं सुरू झाल्यावर संधिसाधू आजार (उदा., न्यूमोनिया, क्षयरोग इ.) दिसून आले, तर शक्यता आहे, की एआरटी औषधं काम करत नाहीत.
- कालांतराने बहुतेकांची एआरटी औषधं निष्क्रिय होतात. एआरटी औषधं जेवढ्या उशिरा निष्क्रिय होतील तेवढं चांगलं. जर ही फर्स्ट लाइनची एआरटी औषधं काम करेनाशी झाली तर दुसऱ्या (सेकंड) लाइनची एआरटी औषधं सुरू करावी लागतात. एआरटी निष्क्रिय होण्याची ३ महत्त्वाची कारणे आहेत–
- **औषधं घेण्यात दिरंगाई झाली :** औषधं दररोज, ठरलेल्या वेळी घेतली नाहीत तर घेत असलेल्या औषधांचा परिणाम होणं बंद होऊ शकतं.
- **नैसर्गिकरित्या :** काही जणांमध्ये काही वर्षांनतर एचआयव्ही विषाणूमध्ये नैसर्गिकरित्या थोडा बदल होऊ शकतो. तसा झाला तर आपण घेत असलेली एक किंवा अनेक औषधं काम करेनाशी होतात.
- **एचआयव्ही रेझिस्टंट विषाणूची लागण :** जर एआरटी चालू असलेल्या एखाद्या 'क्ष' व्यक्तीने जोडीदाराबरोबर बिगर निरोधाचा संबंध केला व त्यातून जोडीदाराला एचआयव्हीची लागण झाली तर जेव्हा जोडीदाराला एआरटी औषधांची जरूर पडेल तेव्हा 'क्ष' व्यक्ती घेत असलेली एआरटी औषधं जोडीदाराने घेऊन त्यांचा जोडीदाराला उपयोग होत नाही.

म्हणून एचआयव्हीची लागण झाल्यावर एआरटी औषधं सुरू झाली तरी, निरोधाशिवाय लैंगिक संबंध करू नका.

‘सेकंड’ लाइनमधील औषधं		
एनआरटीआय (NRTI)	**एनआरटीआय** (NRTI)	**पीआय** (PI)
टेनोफोविर (TDF) किंवा **आबाकाविर** (ABC)	**लॅमिव्हुडिन** (L)	**ॲटाझानाविर+रिटोनाविर** (rATV) किंवा **रिटोनाविर+लोपिनाविर** (rLPV)

वरील औषधांमधील काहींची निवड करून औषधं सुरू केली जातात.

I) एचआयव्ही संसर्गित व्यक्तींना ‘सेकंड’ लाइनमध्ये टीडीएफ + एल + एटीव्ही ही औषधं सर्वप्रथम दिली जातात.

II) एचआयव्ही संसर्गित व्यक्तींना जर ॲटाझानाविरचे खूप दुष्परिणाम दिसून येत असतील तर ही टीडीएफ + एल + एलएव्ही औषधं दिली जातात.

*** दुसऱ्या लाइनच्या औषधांचे दुष्परिणाम**

आबाकाविर – काहीजणांना आबाकाविरची ॲलर्जी असते.

लोपिनाविर – जुलाब होणे, कोलेस्ट्रॉल वाढणे.

कोलेस्ट्रॉल वाढल्यामुळे हृदयाचा झटका येण्याची शक्यता वाढते. म्हणून याबरोबर कोलेस्ट्रॉल नियंत्रणासाठी ‘ॲटोरव्हास्टॅटिन’ गोळी दिली जाते.

ॲटाझानाविर – डोळे थोडे पिवळे होतात व ते कायम थोडे पिवळे राहू शकतात. तरीदेखील गोळी चालूच ठेवावी. या गोळीमुळे कावीळ होऊ शकते. या काविळीवर आयुर्वेदिक औषध घ्यायची जरुरी नसते.

टिपणी : ॲटाझानाविर घेणाऱ्यांनी ॲसिडिटी विरुद्ध काम करणारी बहुतांशी औषधं घ्यायची नसतात. याबद्दल जाणकार डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा.

- **दुसऱ्या लाइनचे महत्त्वाचे मुद्दे**

१) लॅमिव्हुडिन या गोळीला प्रतिरोध आला तरी एचआयव्हीची प्रजननक्षमता खूपच कमी राहाते व ती गोळी चालूच ठेवतात.

२) टेनोफोविर या गोळीमुळे मूत्रपिंडावर दुष्परिणाम होऊ शकतो. असे झाल्यास टेनोफोविर या गोळीऐवजी आबाकाविर ही गोळी चालू केली जाते.

३) ॲटाझानाविरमुळे कोलेस्ट्रॉल वाढत नाही. म्हणजे हृदयाचा झटका येण्याची

करा. सीडी–फोर मागच्या महिन्यात केलाय तो चांगलाय. अजून ५ महिन्यांनी सीडी–फोरच्या चाचणीला या. मग बघू.'' ताई म्हणाल्या, ''मग आता या गोळ्या चालू ठेवू का?'', ''हो हो, या गोळ्या चालू ठेवा, पण आता एकही गोळी चुकवू नका.'' ताई म्हणाल्या ''नाही आता नक्की नाही चुकवणार.'' दडपण आलं. जे व्हायला नको होतं, ते झालं. गोळ्या चुकल्या. गोळ्या घेणं परत नियमानं चालू केलं. पण व्हायचं ते झालंच. दिवाळीच्या वेळी हळूहळू ताप येऊ लागला. जिना चढताना धाप लागू लागली. श्वास घेताना त्रास होऊ लागला. ताई लगेच दवाखान्यात गेल्या. न्यूमोनिया झाला होता. गोळ्या सुरू केल्या. कामाला आठवड्याचा खाडा झाला. डॉक्टरांकडून ताकदीचं इंजेक्शन घेतलं. पूर्ण बरं व्हायच्या आतच परत कामाला लागल्या. बसून कोणाचं झालंय?

पुढच्या आठवड्यात डॉक्टरांनी भेटायला बोलावलं. डॉक्टर मॅडम म्हणाल्या, ''ज्याअर्थी परत संधिसाधू आजार झालाय त्याअर्थी एआरटी औषधं निष्क्रिय झाली असावीत. सीडी–फोर करू आणि बघू.'' सीडी–फोरची चाचणी केली.

मागचा ताईंचा सीडी–फोर होता ७५०, आता तो घटून ३५०वर आला होता. डॉक्टर म्हणाल्या, ''याचा अर्थ ही औषधं आता तुम्हाला लागू होत नाहीयेत. तुम्ही गोळ्या चुकवल्यामुळे ती निकामी झाली आहेत. आता आपल्याला सेकंड लाइनची औषधं सुरू करावी लागणार. या तरी गोळ्या नियमित घ्या. कळलं का?'' डॉक्टर मॅडमचा आवाज चढला होता. मंगलताईंनी निमूटपणे सर्व ऐकून घेतलं. चूक आपलीच होती. काय सांगणार?

परत चाचण्या, परत नव्या गोळ्या, परत त्याचे नवे दुष्परिणाम. आता या गोळ्यांचे काय दुष्परिणाम होणार हा विचार करूनच

मंगलताईंना खचल्यासारखं झालं. त्यात बारक्याची दहावीची परीक्षा. वाटलं होतं डॉक्टरांना सांगावं अजून एक महिना थांबा. बारक्याची परीक्षा झाली, की मग औषधं बदला. पण मग वाटलं जिवाशी असं नको खेळायला.

'व्हायरल लोड'ची चाचणी केली. मूत्रपिंड कसं काम करतंय याची 'सेरम क्रियेटिनीन'ची चाचणी केली. रक्ताच्या काही चाचण्या केल्या. रिपोर्ट चांगले आले. पोराची परीक्षा आणि नव्या गोळ्या सुरू व्हायची एकच वेळ. नवीन गोळ्या सुरू झाल्या. ताईंना 'टेनोफोविर + लॅमिव्हुडिन + बुस्टेड ॲटाझानाविर' गोळ्या दिल्या गेल्या. त्या नियमतपणे घेणं ताईंनी सुरू केलं.

●●●

''५७% मिळाले'' आत येत येत बारक्या म्हणाला. ''सुटले बाई एकदाची, मार्कलिस्ट बघू.'' बाकी विषयात मार्क चांगले होते पण गणित, इंग्रजीमध्ये जेमतेम पास झाला होता. जाऊ देत. पास झाला ना. ताईंनी देवाला हात जोडले. बारक्याला पैसे दिले. ''पेढे आण आणि निमी, मास्तर, शेजारणीला दे.'' ताईंनी भावाला फोन केला, त्याला सांगितलं.

मास्तरांच्या सांगण्याप्रमाणे बारक्याला आय.टी.आय.ला घातलं. काही पैसे निमीकडून उसने घेतले व काही पैसे बारक्याच्या वर्कशॉपच्या कामातून साठवलेले, फी म्हणून भरले. आयटीआय सुरू झाल्यापासून बारक्या तर फक्त झोपायला घरी असल्यासारखा झाला. सकाळी आयटीआय, तिथूनच संध्याकाळी दोन तास वर्कशॉपमध्ये जायचा. रात्री उशिरा घरी यायचा.

सेकंड लाइन औषधं सुरू झाल्यावर ६ महिन्यांनी सीडी–फोर चाचणी

केली. आकडा ६००पर्यंत वाढला होता. गोळ्या काम करत होत्या. डोळे थोडे पिवळे दिसत होते. सुरुवातीला फारसं काही वाटलं नाही, पण नंतर हळूहळू लोकांच्या लक्षात येऊ लागलं. शेजारची म्हणाली, ''का हो कावीळ झाली का?'' मेलीचं भारी लक्ष. हळूहळू सगळेजण ताईंच्या डोळ्यांकडे बघू लागले. काउन्सिलरला विचारलं तर ती म्हणाली, ''गॉगल वापरा,'' ताई म्हणाल्या, ''गॉगल वापरायला मी काय नटी आहे का?'' काउन्सिलर म्हणाली, ''मग आता दुसरा काय उपाय सांगू?'' ताई म्हणाल्या, ''डोळे पांढरे करायचं औषध द्या की.'' काउन्सिलर म्हणाली, ''असं कोणतं औषध नाही ताई. असतं तर दिलं नसतं का?''

पूर्वी दररोज आरशासमोर उभं राहून पांढरे केस दिसतात का हे पाहात बसायची सवय होती. आता दररोज उठून आरशात डोळे न्याहाळायची सवय लागली. 'कावीळ झाली आहे.' असं सांगावं तर, हे औषध घ्या, ते औषध घ्या, म्हणून गावभरचे नको असलेले सल्ले ऐकावे लागणार! 'कावीळ नाही' म्हणून सांगावं तर डोळे पिवळे दिसत होते. ताईंनी ठरवलं. 'कावीळ नाही आहे' म्हणून बिनदिक्कत सांगायचं. काय म्हणतील, बाई धडधडीत खोटं बोलती. म्हणू देत. कोणाकोणाची जीभ कुठे कुठे आवरायची.

वर्षभर कुठे जाणं झालं नव्हतं म्हणून बारक्याला घेऊन ताई श्रीवर्धनला गेल्या. त्याला श्रीवर्धनचं बुकिंग करायला सांगितलं. गाडीला ही गर्दी होती.

गाडी श्रीवर्धनला पोहोचली आणि लक्षात आलं, की बॅग बांधायच्या गडबडीत गोळ्या घरी विसरल्या. बटव्यात तर दोनच डोस होते. ताई एस.टी. स्टॅन्डवर कपाळाला हात लावून बसल्या. बारक्या म्हणाला, ''काय झालं गं?'' बारक्याला सांगितलं. ''दोन दिवस

गोळ्या नाही घेतल्या तर काय होणार आहे?'' तो म्हणाला. आता त्याला काय सांगणार? ''नाही बाबा, त्या रोजच्या रोजच घ्यायच्या असतात.'' बारक्या म्हणाला, ''मग आता?'' दोघंजण थोडा वेळ शांत बसले. मग बारक्या म्हणाला, ''डॉक्टरांचा नंबर आहे काय तुझ्याजवळ?'' ''नाही ना... पण निमीकडे हॉस्पिटलचा नंबर आहे.'' बारक्याने निमीला फोन केला, तिच्याकडून हॉस्पिटलचा लॅन्डलाइन नंबर मिळवला. हॉस्पिटलचा फोन लागायला खूप वेळ लागला. सारखा एंगेज्ड, मग लागला एकदाचा. ताई काउन्सिलरशी बोलल्या. काउन्सिलरनी डॉक्टरांना फोन दिला. डॉक्टर म्हणाल्या, ''कोणत्या गावी आहात तुम्ही?.... किती दिवस राहणार आहात?.... ठीक आहे. बहुतेक तिथे ही औषधं मिळतील. मी औषधांची नावं एसएमएस करते. तुमचा नंबर द्या. जवळच्या मेडिकलच्या दुकानात विचारा. त्याला माझा एसएमएस दाखवा. नाही म्हणाला, तर मी केमिस्टशी बोलून घेईन.'' मग एसएमएस आला. चार दुकानं औषधं मिळाली नाहीत. शेवटी एकदाची औषधं मिळाली. रणरणत्या उन्हात फिरता फिरता दोघं थकून गेली. मग देवीला गेले. जेवून विसावले.

घरी आल्यावर, काउन्सिलर व डॉक्टरांना धन्यवाद देण्यासाठी ताई हॉस्पिटलात गेल्या. काउन्सिलरनी व डॉक्टरांनी एसएमएसची आयडिया लढवल्याबद्दल त्यांचं कौतुक केलं. ताई म्हणाल्या,'' ती माझ्या पोराची आयडिया, मला तर काही सुचतच नव्हतं.'' काउन्सिलर म्हणाल्या,''ही आयडिया दरवेळी चालेलच असं नाही. म्हणून या असल्या आयडियाची सवय लागू देऊ नका. लक्षात ठेवा, की सेकंड लाइन औषधं घेणं चुकवलं तर मात्र आपल्याला काही करता येणार नाही. कारण तिसऱ्या लाइनची औषधं सर्वसामान्यांना परवडणारी नाहीत. महिन्याला २०,००० ते ३०,००० रुपये खर्च येतो. ती सरकारी दवाखान्यात उपलब्ध नाहीत. तेव्हा याचं गांभीर्य लक्षात असू देत.''

‘थर्ड’ लाइनमधील औषधं		
इंटीग्रेज इन्हिबिटर (II)	**फ्युझिन इन्हिबिटर** (FI)	**पीआय** (PI)
रालटेग्राविर (RGV)	**माराविरॉक** (MVC)	**दारुनाविर** (rDRV)

तिसऱ्या लाइनच्या औषधांचे दुष्परिणाम

- या औषधाचे दुष्परिणाम कमी आहेत.

●●●

काल रात्रीपासून झोप नव्हती. आजचा दिवस कधी उगवतोय असं झालं होतं. अठरा संपून आज बारक्याला एकोणिसावं लागणार होतं. वाटलं होतं, सर्वांना बोलावून वाढदिवस साजरा करावा. पण मनात भीती ‘नको, कोणाची तरी नजर लागायची.’ मग परत वाटलं सगळ्यांना बोलावून करू थाटामाटात. पुढचं कोणी पाहिलंय. बारक्याची मात्र थाटामाटात वाढदिवस साजरा करायची इच्छा नव्हती. त्याला मित्रांबरोबर लोणावळ्याला जायचं होतं. सकाळी उठून ताईंनी शिरा केला. त्याचं औक्षण केलं. ३०० रु. त्याच्या हाती दिले. तो पाया पडला. ‘‘चांगली नोकरी लागू देत.’’ म्हणेसतोवर, त्याला शुभेच्छांचे फोन येणं सुरू झालं. मग आरशासमोर उभं राहून बारक्यानी केसांना जेली लावली. केस उभे-आडवे बसवून निघाला. ताई म्हणाल्या, ‘‘ए पिऊबिऊ नकोस तिथे, नीट रहा.’’ एक नाही की दोन नाही. बारक्या

नक्की पिणार, ताईंच्या मनात विचार आला.

आता बारक्या म्हणणं बंद केलं पाहिजे. पोरगा प्रौढ झालाय. 'अक्षय'. त्याच्या बापानी त्याचं नाव ठेवलं होतं. आज त्याचा बाप असता तर?.... थोडावेळ शून्यात बघत आठवणीत बुडाल्या. आपल्या ताटात हात घातला म्हणून अक्षयच्या थोबाडात मारलेलं आठवलं. क्षयरोगाचा खोकला आठवला. गावाकडे वहिनीनी दिलेली वागणूक आठवली. सम्याचं जाणं आठवलं. अक्षयचा अपघात आठवला. त्याचा १०वी पास व्हायचा दिवस आठवला. डोळ्यांत पाणी आलं. पदराने पाणी पुसून ताई स्वयंपाकघरात गेल्या. आता अक्षय मोठा झालाय. त्याला सत्य सांगितलं पाहिजे. निमी कधीपासून म्हणत होती, की सांगा त्याला. चांगलं, वाईट आपल्या माणसापाशी नाही सांगायचं तर कोणापाशी? पण शेजारीण म्हणाली होती, ''नका सांगू, तो तुम्हाला सोडून जाईल'' ताईंना मात्र वाटत होतं, की त्याला सांगावं. भीती होती तो काय म्हणेल, त्याला काय वाटेल. पण मन सांगत होतं, की त्याला त्रास होईल पण तो सावरेल. आपल्याला स्वीकारेल.

पण आज नाही सांगायचं. उद्या तो कामावरून घरी आला, की विषय काढू. ताई निर्धाराने उठल्या, स्वयंपाकघरात गेल्या आणि निमीला देण्यासाठी डब्यात शिरा भरू लागल्या.

•••

संजीवनी

(अँटिरेट्रोव्हायरल थेरपी)

एआरटी औषधं

© Samapathik Trust, Pune

समपथिक ट्रस्ट, पुणे
(रजि. नं. ई३६६२, पुणे)

पुरुष लैंगिक आरोग्य केंद्र

पत्ता : १००४, बुधवार पेठ, ऑफिस नं. १०, रामेश्वर मार्केट, पुणे-२.
फोन : (०२०) ६४१७९११२
E-mail : samapathik@hotmail.com
वेबसाइट : http://www.samapathiktrust.wordpress.com
फेसबुक : Sampathik-Trust-Pune

Prepared & Printed through funds from Tagetted Intervention.
Project (PMC & PCMC Mo MSM Ti's) Funded by : MSACS (Year 2012-2013)

MSACS
Every step towards
AIDS Free Maharashtra

Disclaimer : The views expressed in this publication are the views of the author and ६o not necessarily reflect the official views of MSACS.

Designed by Chandrashekhar Begampure 9764762503