मल्टि मन्थ डिस्पेन्सिङ (MMD) बारे मैले जान्नै पर्ने कुराहरू

एमएमडी (MMD) के हो ?

एचआइभीको अवस्था स्थिर रहेका तथा नछुटाइ, नियमित औषधी सेवन गरिरहेका एचआइभी संक्रमितहरूलाई तीन देखि छ महिनासम्मको औषधी उपलब्ध गराउने सेवा नै मल्टी मन्थ डिस्पेन्सिङ (Multi-Month Dispensing) अर्थात एमएमडी (MMD) हो । यो सेवाबारे राष्ट्रिय एचआइभी जाँच तथा उपचार निर्देशिकामा पनि उल्लेख छ । यसको मुल उद्देश्य एचआइभीको प्रभावकारी उपचार र हेरचाहमा तपाईं जस्ता एचआइभी संक्रमित साथीहरूलाई नै अझ् बढी उत्तरदायी बनाउदै लैजानु हो । एमएमडीले तपाईंहरू जस्ता साथीको हेरचाह र उपचारको निरन्तरतामा सुधार ल्याउन तथा क्लिनिकको बोझलाई कम गर्न सघाइरहेको विभिन्न देशका तथ्याङ्कहरूले देखाएको छ ।

के म एमएमडीका लागि योग्य छु ?

यदि तपाईं दुई वर्षभन्दा माथि उमेरको हुनुहन्छ र कम्तिमा एक वर्ष नछुटाइकन एआरभी औषधी सेवन गरिरहनुभएको छ अनि भाइरल लोड नियमित जाँच गरिरहनुभएको छ र भाइरल लोड नगण्य छ भने एमएमडीको लागि योग्य हुनुहुन्छ ।

मेरो लागि एमएमडी कसरी फाइदाजनक छ ?

एमएमडीको सेवा पाउनु भनेको एचआइभी उपचारमा तपाईंले अपनाउनु भएको सकारात्मक व्यवहारका कारण पुरस्कृत हुनु जस्तै हो । एमएमडी सेवाले तपाईं र तपाईंको सेवाप्रदायक दुबैलाई फाइदा पुऱ्याउँछ । केही फाइदाहरु तल उल्लेख गरिएका छन् ।

- औषधीका निम्ति तपाईं पटक पटक क्लिनिक धाइरहनु पर्दैन । सेवा लिन जाँदा खर्च हुने तपाईंको समय र बाटो खर्च बचत हुन्छ ।
- तपाईंलाई एआरभी औषधी निरन्तर लिन उत्प्रेरित गर्छ र आत्मबल बढाउँछ ।
- क्लिनिकमा सेवाग्राहीहरूको चाप घट्छ र कामको बोझ कम हुन्छ । सेवाप्रदायकलले तुरून्त सेवा आवश्यक पर्ने (इन्फेक्सनले दुःख दिएका, साइडइफेक्टका कारण समस्यामा परेका, उपचार सफल नभएका एचआइभी संक्रमित) हरूलाई ध्यान पुऱ्याउन समय मिल्नेछ ।
- तपाईंले क्लिनिकमा कुर्नु पर्ने समय घट्ने भएकाले सेवाबाट सन्तुष्टि पाउन सकिनेछ।

मैले एमएमडी सेवा पाउन के गर्ने ?

सुरुमा तपाईं एमएमडी सेवाका निम्ति योग्य व्यक्ति हो कि होइन थाहा पाउनु जरुरी छ । यसको लागि नजिकैको एआरटी क्लिनिक अथवा सेन्टरमा गएर परामर्श लिन सक्नुहुन्छ । परामर्शपछि तपाईं योग्य भएको खण्डमा तपाईले ३ देखि ६ महिनासम्मका लागि एआरभी पाउनुहुनेछ । यसले तपाईंलाई बेलाबेलामा क्लिनिक गईराख्नु पर्ने झन्झट घटाउँछ ।

मैले के कुरामा ख्याल गर्नुपर्छ ?

तपाईको स्वास्थ्यको ख्याल राख्ने सबैभन्दा ठूलो डाक्टर तपाई स्वयं नै हो । एमएमडी सेवा पाइसकेपछि तपाईले यी कुराहरुमा झनै ख्याल गर्नुपर्छ ।

- औषधी घरमा सुरक्षित ठाउँमा राख्नुहोस् ।
- औषधी निरन्तर सेवन गर्नुहोस् ।
- केही समस्या परे वा साइड इफेक्ट भएमा तुरुन्त स्वास्थ्यकर्मीलाई सम्पर्क गर्नुहोस् र परामर्श लिनुहोस् ।
- औषधीको मात्रा कसैलाई पनि नबाँड्नुहोस् ।
- यात्रा गर्दै हुनुहुन्छ भने आफूलाई पुग्ने औषधी बोकेर हिड्नुहोस् ।
- सबभन्दा पहिले चाँडै म्याद सकिने औषधीको प्रयोग गर्नुहोस् ।

USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE

PEPFAR

LINKAGES Across the Continuum of HIV Services for Key Populations