# ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਸੀਰੋਕਨਵਰਸ਼ਨ ਬਿਮਾਰੀ
## HIV Seroconversion Illness

*ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਹਮਲਾ ਹੋਣ ਤੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਗਰੁੱਪ ਦਾ ਨਾਮ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਸੀਰੋਕਨਵਰਸ਼ਨ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਤੇ ਵਾਇਰਲ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੋਝ (high viral load) ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਐਸੇ ਸਮੇਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਇਰਲ ਬੋਝ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਲੋਂ ਦੂਸਰੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਚ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਦੇ ਐਂਟੀਬਾਡੀ ਵਾਲੇ ਆਮ ਟੈੱਸਟ ਨਵੀਂ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਬਿਨਾਂ ਜਾਣੇ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਦੂਸਰੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਚ ਫੈਲਾਅ ਸਕਦਾ ਹੈ।*

### ਕਾਰਨ (Causes)

ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵਾਇਰਸ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਸਫ਼ੇਦ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਡੁਪਲੀਕੇਟ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੀ.ਡੀ.4 ਲਿੰਫੋਸਾਈਟਸ (CD4 lymphocytes) ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਇਮਿਊਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਐਂਟੀਜਨਜ਼ (HIV antigens) ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਵਿਰੁੱਧ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਬਣਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਇਮਿਊਨ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਕਾਰਨ ਸੀਰੋਕਨਵਰਸ਼ਨ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

### ਰੋਗ ਲੱਛਣ (Symptoms)

ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਸੀਰੋਕਨਵਰਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਲੱਛਣ, ਫ਼ਲੂ ਸਮੇਤ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਆਮ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਿਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਨਵੀਂ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ 90% ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਨੂੰ ਫ਼ਲੂ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇੰਜ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਦੋ ਤੋਂ ਚਾਰ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰੋਗ ਲੱਛਣ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਬੁਖ਼ਾਰ
- ਰੈਸ਼
- ਗਿਲਟੀਆਂ ਦਾ ਸੁੱਜਣਾ (Swollen lymph nodes)
- ਥਕਾਵਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨੀ
- ਜੋੜਾਂ ਜਾਂ ਪੱਠਿਆਂ ਵਿਚ ਦਰਦ

ਕੁੱਝ ਹੋਰ ਲੱਛਣ ਵੀ ਹਨ ਜੋ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ: ਭੁੱਖ ਘਟਣੀ, ਭਾਰ ਘਟਣਾ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਧੌਣ ਆਕੜਨੀ, ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਅਲਸਰ, ਮੂੰਹ ਦੇ ਛਾਲੇ, ਗਲਾ ਦੁਖਣਾ, ਦਿਲ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ/ਉਲਟੀਆਂ, ਦਸਤ ਅਤੇ ਪੇਟ ਵਿਚ ਦਰਦ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਿਕਰ ਹੈ ਕਿ ਰੋਗ ਲੱਛਣ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਸੀਰੋਕਨਵਰਸ਼ਨ ਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਵਿਚ ਬਦਲਾਅ ਆਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਟੈੱਸਟ ਅਤੇ ਜਾਂਚ ਲਈ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

### ਰੋਗ ਲਈ ਟੈੱਸਟ ਅਤੇ ਪਹਿਚਾਣ (Tests & Diagnosis)

ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਟੈੱਸਟ ਹੀ ਇੱਕੋ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਟੈੱਸਟ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂ ਤੇ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਅਤੇ ਜਾਂ ਥੋੜ੍ਹੇ ਬਹੁਤ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਲਈ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

## ਇਲਾਜ (Treatment)

ਇਲਾਜ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਅਤੇ ਏਡਜ਼ (HIV and AIDS) ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਦੀਆਂ ਲਿੰਕਸ ਵੀ ਵੇਖੋ।