BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

SMART SEX RESOURCE

ਹਿਊਮਨ ਪੈਪੀਲੋਮਾ ਵਾਇਰਸ (ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ)
Human Papilloma Virus (HPV)

ਹਿਊਮਨ ਪੈਪੀਲੋਮਾ-ਵਾਇਰਸ (ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ) ਜਿਨਸੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਕਾਰਣ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਲਾਗ ਦੀ ਇੱਕ ਬਿਮਾਰੀ (ਐੱਸ ਟੀ ਆਈ) ਹੈਜਿਹੜੀ ਪੁਰਸ਼-ਇੰਦਰੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਂ ਬਹਾਰੀ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚ, ਔਰਤ ਦੀ ਯੋਨੀ ਜਾਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚ, ਗੁਦਾ ਅਤੇ ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਦੀਆਂ 40 ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਣ ਇਨ੍ਹਾਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਕਰਕੇ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਉੱਪਰ ਮੱਸੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਣ ਸਰਵਿਕਸ (ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਮੂੰਹ), ਗੁਦਾ, ਯੋਨੀ/ਅੰਦਰੂਨੀ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ, ਪੁਰਸ਼-ਇੰਦਰੀ/ਬਾਹਰੀ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਅਤੇ ਗਲ਼ੇ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। **ਇਸ ਪੰਨੇ ਵਿੱਚ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਦੀਆਂ ਸਿਰਫ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਣ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।**

ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਇਹ ਆਮ ਹੈ।

ਕਾਰਣ Causes

ਯੋਨੀ, ਮੌਖਿਕ ਅਤੇ ਗੁਦਾ ਰਾਹੀਂ ਬਣਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਾਮੁਕ ਸੰਬੰਧਾਂ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਲਿੰਗ ਨੂੰ ਯੋਨੀ ਅੰਦਰ ਪਾ ਕੇ ਕੀਤਾ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਸੰਭੋਗ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਚਮੜੀ ਨਾਲ ਸਪਰਸ਼ ਵਾਲੀਆਂ ਕਾਮੁਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਕਾਮ ਸੰਬੰਧੀ ਖਿਡੌਣੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਹੈ ਅਤੇ ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਾ ਵੀ ਹੋਣ ਤਾਂ ਵੀ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਇਹ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਲੱਛਣ Symptoms

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਕਾਰਣ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਨਾ ਹੋਣੇ ਆਮ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਲੱਛਣ ਉੱਭਰਦੇ ਵੀ ਹਨ ਤਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਕਿਸਮ ਇਸ ਗੱਲ ਉੱਪਰ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਸਰੀਰ ਉੱਪਰ ਕਿੱਥੇ ਹੋਈ ਹੈ।

ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ Tests and Diagnosis

ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਰੁਟੀਨ ਟੈਸਟ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਵਰਗੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਪੈਪ ਟੈਸਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਰਵਿਕਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੀ ਸੀ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਮੁਤਾਬਕ ਬਾਕਾਇਦਾ ਸਰਵੀਕਲ ਪੈਪ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਦਾ ਦੁਆਰ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਭੋਗ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਐੱਚ ਆਈ ਵੀ ਨਾਲ ਜਿਉਂ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੁਝ ਸਿਹਤ ਮਾਹਰ ਇਹ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬਾਕਾਇਦਾ ਗੁਦਾ ਦਾ ਪੈਪ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਓ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੀ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਇਲਾਜ Treatment

ਬਹੁਤੀਆਂ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਕਿਸੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ। ਜੇ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਲਾਗ ਨਾ ਹਟੇ ਤਾਂ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਕੈਂਸਰ ਵਰਗੀ ਤਬਦੀਲੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਤਬਦੀਲੀ ਦੀ ਤੀਬਰਤਾ ਉੱਪਰ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਪ ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਅਸਾਧਾਰਣ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੈਪ ਟੈਸਟ ਥੋੜ੍ਹੇ-ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਕਰਵਾਉਣੇ ਪੈਣਗੇ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵਾਧੂ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣੇ ਪੈਣਗੇ। ਪੈਪ ਟੈਸਟਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਇੰਨੀ ਕੁ ਛੇਤੀ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀ Sexual Partners

ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਤੁਹਾਡੀ ਮਰਜ਼ੀ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਦੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਬੀ ਸੀ ਵਿੱਚ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਵਾਸਤੇ ਕੋਈ ਰੁਟੀਨ ਟੈਸਟ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਦੱਸਣ 'ਤੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਮੁਕ ਸਾਥੀ ਸਿਰਫ਼ ਬੀ ਸੀ ਕੈਂਸਰ ਵੱਲੋਂ ਜਾਂਚ ਸੰਬੰਧੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਆਮ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।

ਉਲਝਣਾਂ Complications

ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਕਾਰਣ ਕੋਈ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਪਰ ਕੁਝ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਆ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਣ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਰਵੀਕਲ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੇ ਆਸਾਰ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਰੋਕਥਾਮ Prevention

ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾਲ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਬਹੁਤੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਅਤੇ ਮੱਸਿਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਹਰ ਲਿੰਗ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਇਸ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾਲ ਮੌਜੂਦਾ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਲਾਗ ਤਾਂ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ ਪਰ ਇਸ ਨਾਲ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਲਾਗ ਲਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵਸੀਲੇ Resources

HealthLink BC (ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ) – ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਮੱਸਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ
https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/hpv-genital-warts

HealthLink BC (ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ) – ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਮੱਸਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ
https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/hpv-vaccines

SmartSexResource (ਸਮਾਰਟ ਸੈਕਸ ਰੀਸੋਰਸ) – ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐੱਚ ਪੀ ਵੀ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਮੱਸਿਆਂ ਬਾਰੇ ਫ਼ਿਕਰ ਜਾਂ ਬੇਚੈਨੀ ਹੈ
https://smartsexresource.com/topics/worry-and-anxiety

TransCareBC (ਟ੍ਰਾਂਸ ਕੇਅਰ ਬੀ ਸੀ) – ਹਰ ਲਿੰਗ ਲਈ ਹਾਮੀ ਭਰਨ ਵਾਲੀ ਕਾਮੁਕ ਅਤੇ ਪੁਨਰ-ਉਤਪਤੀ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ
http://www.phsa.ca/transcarebc/care-support/access-care/sexual-hlth