



## இது எவ்வளவு ஆபத்தானது (HOW RISKY IS IT?)

Fact Sheet Number 152  
அத்தியாயம் 152

**நான் எச்ஐவி யால் பாதிக்கப்படுவதற்கு என்ன ஆபத்து இருக்கிறது?**

பெரும்பாலான மக்கள் எச்ஐவி எப்படி பரவும் என்பதை அறிந்திருக்கிறார்கள் (அத்தியாயம் 150 ஐ பார்க்கவும்). பாதுகாப்பான உடலுறவு நெறிமுறைகள் பற்றியும் அறிந்துள்ளார்கள் (அத்தியாயம் 151 ஐ பார்க்கவும்). இருந்தாலும் எச்ஐவி தொற்றால் பாதிக்கப்பட்டு கொண்டதான் இருக்கிறார்கள். இது எதிர்பாராத விதமாகவும் நிகழலாம் ஏனெனில் அவர்கள் சில ஆபத்தான நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடுவதால் ஏற்படுகிறது. இவ்வாறு நிகழும் பொழுது எச்ஐவி தொற்று ஏற்பட்டவுடன் அது எப்படி ஏற்பட்டது என்று அறிந்துகொள்ள ஆசைப்படுகிறார்கள்.

### உத்திரவாதம் இங்கு இல்லை

பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடாமலும் மற்றும் எச்ஐவி தொற்றுள்ள திரவங்களால் இலக்காகாமலும் இருந்தால் தவிர நீங்கள் 100% நிச்சயமாக எச்ஐவி யினால் பாதிக்கப்பட்டிருக்க மாட்டேன் என்று உறுதியாக கூறமுடியாது.

நீங்கள் எச்ஐவி யினால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கிறீர்களா என்பதனை உறுதியாக கூற ஒரே வழி. எச்ஐவி பரிசோதனை செய்துகொள்வதுதான். பாதிப்பு ஏற்படுத்தக்கூடிய நிகழ்வுகளுக்கு பிறகு நீங்கள் 3 மாதங்கள் காத்திருக்க வேண்டும். அதன்பிறகு எச்ஐவி இரத்தப்பரிசோதனை செய்துகொள்ளலாம் (மேலும் விபரங்களுக்கு அத்தியாயம் 102 ஐ பார்க்கவும்).

ஊசிகளை பகிர்ந்து கொண்டதன் மூலம், இரத்த பரிமாற்றம் செய்ததன் மூலம், பணியிடத்தில் இலக்கானதன் மூலம் அல்லது பாதுகாப்பற்ற நடத்தையின் மூலம் நீங்கள் எச்ஐவி யினால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கலாம் என நினைத்தால் **உடனடியாக** உங்கள் சுகாதார நலப் பணியாளரிடம் கலந்தாலோசிக்கவும். **பீதி அடைய வேண்டாம்.** பணியிடத்தில் இலக்காகுதலுக்கு நீங்கள் போஸ்ட் எக்ஸ்போசர் புரோபிலாக்ஸிஸ் (Post Exposure Prophylaxis) யினை எடுத்துக்கொள்வதன் மூலம் தொற்றினை தடுக்கலாம் மேலும் இது போன்ற மற்ற நிகழ்வுகளுக்கு சுகாதார நலப் பணியாளரின் ஆலோசனைக்கேற்ப நடந்துகொள்ள வேண்டும் அதேநேரத்தில் ஐசிடிசி மையத்தில் உள்ள எச்ஐவி ஆலோசகரை வெகு விரைவாக கலந்தாலோசிக்க வேண்டும் (போஸ்ட் எக்ஸ்போசர் புரோபிலாக்ஸிஸ் பற்றிய மேலும் தகவல்களுக்கு அத்தியாயம் 156 ஐ பார்க்கவும்).

### எண்ணிக்கை என்பதின் அர்த்தம் என்ன?

1980 களின் இறுதியிலும் 1990 களின் ஆரம்பத்திலும் எச்ஐவி ற்க்கு குறிப்பிட்ட வகையான இலக்காகுவதால்

ஏற்படும் எச்ஐவி தொற்றிற்கான ஆபத்தினை கண்டறிவதற்காக பல்வேறு ஆராய்ச்சிகள் நடத்தப்பட்டன. இந்த மதிப்பீடுகள் ஆபத்தான நிலையைப்பற்றிய எண்ணங்களை மட்டுமே தந்தது. அதில் எந்தெந்த செயல்பாடுகள் அதிக மற்றும் குறைவான ஆபத்துகளை ஏற்படுத்தும் என்று கூறின. அதனால் எச்ஐவி தொற்றுக்குள்ளாகியிருப்பதைச் சொல்லமுடியவில்லை.

ஆபத்தான நிலை 100 ல் 1 என்று கொண்டால், உதாரணமாக, நீங்கள் தொற்றினால் பாதிக்கப்பட மாட்டோம் என நினைத்து 99 முறை இது போன்ற நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடலாம் என்று அர்த்தமில்லை. நீங்கள் ஒரு முறை ஆபத்தான நடவடிக்கையில் ஈடுபட்டால் கூட எச்ஐவி தொற்றுக்கு ஆளாகலாம். அது முதலாவது தடவை ஈடுபடும்போது கூட ஏற்படலாம்.

மேலும் இந்த ஆராய்ச்சிகள் குறிப்பிட்ட சில தரப்பினரிடம் மட்டுமே எடுக்கப்பட்டது. இதன் முடிவுகள் மற்றொரு பிரிவினருக்கு அல்லது பொதுமக்களுக்கும் பொருந்துவதற்கு எந்த காரணமும் இல்லை.

### எந்த நடவடிக்கைகள் அதிக ஆபத்தானவை?

எச்ஐவி யினால் அதிகமாக பாதிக்கப்படுவதற்கு காரணமாக எச்ஐவி யுடன் வாழ்பவர்களுடன் ஊசிகளை பகிர்ந்து கொள்வதாலும் மற்றும் மருந்துகளை ஏற்றும் பிற உபகரணங்களை பகிர்ந்து கொள்வதாலும் பரகிறது. ஊசிகளை பகிர்ந்து கொள்ளும் போது அந்த நிகழ்வு மிக அதிகமான ஆபத்தை ஏற்படுத்தும் ஏனெனில் வேறொருவரின் இரத்தம் உங்கள் உடலின் சீரத்தில் நேராக சுலபமாக பரவுகிறது. ஊசிகளை பகிர்ந்து கொள்ளும் போது ஹெபடைடிஸ் (பி , சி) நோயும் பரவுகிறது. உபகரணங்களை பகிர்ந்து கொள்ளும் நபரை பார்த்து மட்டும் எச்ஐவி யினால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளாரா இல்லையா என்பதை கூற முடியாது (அந்த நபரே கூட எச்ஐவி யுடன் வாழ்வதை அறிந்திருக்க மாட்டார்). இந்த முறையில் எச்ஐவி பரவும் தாக்கம் 90% ற்கும் அதிகம் ஆகும்.

அடுத்த ஆபத்தான நிகழ்வு பாதுகாப்பற்ற உடலுறவு ஆகும் (ஆணுறை இல்லாமல்). பெறப்படுகிற ஆசனவாய் உடலுறவு அதிக ஆபத்தை ஏற்படுத்தும். குடல்வாய் பகுதி மிகவும் மிருதுவாக இருக்கும். உடலுறவின் போது மலவாய் பகுதியில் ஆண்குறியை செலுத்தும் போது அது சுலபமாக கிழிந்துவிடும். இது எச்ஐவி உடலில் நுழைவதற்கு எளிதாக வழி வகுக்கிறது. ஆசனவாய் உறவில் செயல்படுத்துபவர் தொற்று வதற்கான ஆபத்து குறைவாக இருந்தாலும் ஆண்-பெண் குறிகளை உட்செலுத்தி செயல்படுபவரை விட மேற்கண்டவர் அதிகமான ஆபத்தில் இருக்கிறார்.

**பெறப்படுகிற பெண்குறி உடலுறவு** (காண்டம் இல்லாமல்) அடுத்த அதிக ஆபத்தில் இருக்கிறார். ஆசனவாய்ப்

பகுதியை விட பெண்குறி பகுதி கடினமானதாக இருந்தாலும் அது பாதிப்புக்குள்ளாகிறது. இது உடலுறவின் போது சேதமடைகிறது. பெண்குறியில் ஏதேனும் எரிச்சல் அல்லது பாதிப்புகள் இருந்தால் அது தொற்று வதற்கான வாய்ப்பை அதிகப்படுத்துகிறது (பால்வினை தொற்றுகள்) - பால்வினை தொற்றுகளினால் பெண்குறியில் திறந்த நிலையில் உள்ள புண்கள் எச்ஐவி மற்றும் ஹெபடைடீஸ் பி / சி எளிதாக பரவ வழிவகுக்கும்.

பாலுறவில் பெறும்பாலாருக்குத்தான் அதிக ஆபத்தான நிலை இருக்கிறது. இருந்தாலும் பெண்குறி உடலுறவு அல்லது ஆசனவாய் உடலுறவில் துணைவருக்கும் ஆபத்து உண்டு. இது ஏதாவது புண்கள் இருந்தால் அதன்மூலம் ஆண்குறிக்கு எச்ஐவி சென்றுவிடும். ஆண்குறியில் ஈரமான பகுதிகள் (திரவங்கள்) மூலமும், மியூகஸ் முன்பக்கத் தோலில் செல்கள் மூலம் முன் தோலில் உள்ள அல்லது ஆண்குறியின் நுனிப் பகுதியின் மூலமும் எச்ஐவி தொற்று உடலுக்கும் சென்றுவிடும்.

### வாய் வழி உடலுறவு என்றால் என்ன?

இங்கு பல ஆராய்ச்சிகள் எச்ஐவி வாய்வழி உறவு மூலம் பரவுவதாக கூறுகின்றன. இன்னும் சரியான தீர்வுக்கு வரவில்லை. ஆண்குறி-வாய் மற்றும் பெண்குறி-வாய் உறவில் வாயில் ஏதேனும் கொப்பளம் மற்றும் புண் இருந்தால் எச்ஐவி சுலபமாக பரவும். மேற்கண்ட உறவில் ஈடுபடுபவர்கள் உறவில் செயல்படும் போது பாலியல் திரவங்களை விழுங்குகிறார்கள் (ஒருவேளை எச்ஐவி தொற்றிருக்கலாம்). எச்ஐவி தொற்று ஏற்படுவதற்கு இது ஒரு வகையில் காரணமாகும். இரைப்பை குடல் பகுதியில் புண்கள் இருப்பவர்களுக்கு எச்ஐவி பரவ இது போதுமானதாகும். ஆயினும், குறைவான PH அளவு (அமிலத்தன்மை) இரைப்பை தோலில் வைரலை செயல்படாத நிலையில் வைக்கிறது. ஆனால் வைரஸ் பித்த நீர் - உப்புடன் (இரைப்பை-குடல் பாதையில் இது அதிகளவாய் இருக்கும்) சேரும்போது கொழுப்பு போன்று லிப்பிடானது எச்ஐவி ஐ பிரிக்கிறது. அதாவது இந்தப்பாதையில் உள்ள எச்ஐவி வலுவில்லாதத்தன்மையை அடைகிறது. பின்வரும் தகவல்கள் தெளிவாக சொல்கிறது.

- வாய்வழி உறவில் எச்ஐவி பரவுவதற்கு வாய்ப்புள்ளது. இதுவுள்ள ஆபத்து பூஜ்யம் அல்ல.
- எச்ஐவி பரவும் ஆபத்து வாய்வழி உறவில் மிகவும் குறைவு ஆகும். மற்ற பாதுகாப்பற்ற உறவுகளோடு ஒப்பிடும் போது இதன் பாதிப்பு குறைவு. இருந்தபோதிலும் சிபிலிஸ் போன்ற பாலியல் நோய்கள் வாய்வழி உறவுமூலம் பரவுகிறது.

### எச்ஐவி யின் தொற்றை அதிகப்படுத்துபவை என்னென்ன?

சிபிலிஸ் இருக்கும் போது அது எச்ஐவி தொற்றை அதிகப்படுத்தும். சிபிலிஸ் இருப்பவர்களுக்கு எச்ஐவி தொற்று ஏற்படும் நிகழ்வு மற்ற பரவுதலை விட அதிகமாக இருக்கும். சிபிலிஸ் பெரிய வலியற்ற புண்களை ஏற்படுத்தும். எச்ஐவி ஒருவரிடமிருந்து மற்றொருவருக்கு

இந்த புண்கள் மூலம் பரவுவதற்கு எளிதாக உதவி புரிகிறது. ஹெர்பிஸ் சிம்பிளக்ஸ் அக்கியும் அதன் புண்கள் மூலம் எச்ஐவி தொற்று ஏற்படுத்தும் (அத்தியாயம் 508 பார்க்கவும்).

அதிக பாதிப்புள்ள சிபிலிஸ் அல்லது ஹெர்பிஸ் இருக்கும் நபர்களுக்கு எச்ஐவி எண்ணிக்கை அதிகரிக்கிறது. மேலும் இதன் மூலம் எச்ஐவி ஒருவரிடமிருந்து மற்றொருவருக்கு சுலபமாக பரவுவதற்கு உதவுகிறது.

பல்வேறு வகையான மற்ற ஆபத்தான காரணிகள் எச்ஐவி பரப்புதல் அல்லது தொற்றுக்குள்ளாக்குவதை அதிகப்படுத்துகிறது.

- எச்ஐவி யினால் பாதிக்கப்பட்ட நபர் கடுமையாக பாதிக்கப்பட்டு இருக்கும் நிலையில் (அத்தியாயம் 103 பார்க்கவும்) இரத்தத்தில் அதிக அளவு எச்ஐவி வைரஸ் கிருமி இருக்கும். இது அவர்களிடம் இருந்து எச்ஐவி பரவுவதை அதிகரிக்க முடியும். துரதிஷ்டவசமாக இந்த நிலையிலுள்ள எச்ஐவி யின் தாக்கத்தை ஒருவரும் அறிந்திருக்க வாய்ப்பில்லாமல் போகிறது.
- பாதிக்கப்படாத நபர் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைந்துள்ள அமைப்பு: தொடர்ந்து நாட்பட்ட வியாதிகளாலும் அல்லது கடுமையான ஹெர்பிஸ், சிபிலிஸ் அல்லது ப்ளூ வாலும் இந்தநிலை ஏற்படுகிறது.
- திறந்த நிலையில் புண்கள் (அ) கொப்புளம், இரத்தம் இருக்கும் போது பாதிக்கப்பட்ட திரவங்கள் மூலம் பாதிப்படையலாம். இது தோலில் பிளவு அல்லது ஈரமான புண்கள், பாலுறுப்புகளில் ஹெர்பிஸ், வாயில் புண்கள், சிபிலிஸ் புண்கள் ஆக இருக்கலாம்.
- பாதித்த இரத்தம் மூலம் தொற்றுக்குள்ளாவது (இரத்தம் ஏற்று வதன் மூலம் அல்லது சிகிச்சை அளிக்கும்போது பாதிப்படைதல்)
- பாதிக்கப்படாத உட்செலுத்தும் ஆண் துணைவர் சுன்னத்து செய்யாமலிருக்கும் போது.

### அடிப்படை வரையறைகள்:

ஆராய்ச்சியாளர்கள் எச்ஐவி பரவும் முறையில் உள்ள ஆபத்தை மதிப்பீடு செய்து இருக்கிறார்கள். இந்த மதிப்பீடுகள் உங்களுக்கு எந்த வழியில் அதிகம் மற்றும் குறைவான ஆபத்து என்பதைக் குறித்து அறிய உதவுகிறது.

எல்லா செயல்பாடுகளையும் அவர்கள் பாதுகாப்பு என்று சொல்ல முடியாது அல்லது எவ்வளவு முறை ஈடுபட்டாலும் பாதிப்படையாமல் இருக்கலாம் என்றும் சொல்ல முடியாது. சரியான மற்றும் மாறாத வழியில் ஆணுறையை பயன்படுத்துவதும் மற்றும் ஊசிகளை பகிர்ந்து கொள்ளாமல் இருப்பதும் பாதிப்படையாமல் இருப்பதற்கு சிறந்த வழியாகும். நீங்கள் எச்ஐவி யினால் பாதிக்கப்பட்டு இருக்கலாம் என்று நினைத்தால் 3 மாதம் வரை பொறுத்திருந்து பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும்.