# ह्मन पेपिलोमाभाइरस (HPV)

## Human Papillomavirus (HPV)

### HPV is the Most Common STI

Human papillomavirus or HPV is the most common sexually transmitted infection (STI). HPV is a different virus than HIV and HSV (herpes). HPV is so common that most sexually active men and women get it at some point in their lives.

There are many different types of HPV.

Some types can cause health problems, including genital warts and cancers, but there are vaccines that can stop these health problems from happening.

### HPV, STI मध्ये सर्वाधिक आम सङक्रमण हो

ह्मन पेपिलोमाभाइरस वा (HPV) यौन सम्पर्कबाट सर्ने सङ्क्रमण (STI)-हरूमध्ये सर्वाधिक आम सङ्क्रमण हो। HPV, HIV र HSV (छालामा पानी भरिएका फोका उठ्ने रोग)-भन्दा भिन्नै भाइरस हो। HPV, औधी नै आम सङ्क्रमण हो अनि यौन दृष्टिले सक्रिय अधिकांश पुरुष एवम् महिलाहरू उनीहरूको जीवनको कुनै समयमा यसबाट ग्रस्त हुन्छन् नै।

त्यहाँ HPV-का धेरै विभिन्न प्रकारहरू छन्।

यसका कतिपय प्रकारहरूले गर्दा स्वास्थ्य समस्याहरू उत्पन्न हुन सक्छन्, जसमा जननाङ्गमा वार्ट्स अर्थात् मासुको डल्लो निस्किनु अनि क्यान्सर जस्ता रोगहरू सामेल छन्, तर यस्ता खोपहरू छन् जसले यस्ता स्वास्थ्य समस्याहरूलाई उत्पन्न हुन दिँदैनन्।

### Facts About HPV

- You can get HPV by having oral, vaginal or anal sex with someone who has the virus.
- HPV can be passed even when an infected person has no signs or symptoms.
- Anyone who is sexually active can get HPV, even if you have had sex with only one person.
- You also can develop symptoms years after you have sex with someone who is infected making it hard to know when you first became infected.
- In most cases, HPV goes away on its own and does not cause any health problems.
- When HPV does not go away, it can cause health problems like genital warts and cancer.
- Cigarette smoking doubles your risk of developing cervical cancer.

### HPV-बारे तथ्यहरू

- HPV भाइरसले ग्रस्त कुनै व्यक्तिसित मुख, योनि वा गुदा मैथुन गरेको खण्डमा, तपाईं HPV-द्वारा सङ्क्रमित हुन सक्नुहुन्छ।
- सङ्क्रमित व्यक्तिमा कुनै सङ्केत वा लक्षणहरू प्रकट भएका छैनन् भने पनि त्यो व्यक्तिबाट HPV सर्न सक्छ।
- यौन सम्पर्कमा संलग्न कुनै पनि व्यक्ति HPV-द्वारा सङ्क्रमित हुन सक्छ, अनि तपाईंले केवल एक व्यक्तिसित यौन सम्पर्क स्थापित गर्नुभए तापनि यस्तो हुन सक्छ।
- सङ्क्रमित व्यक्तिसित यौन सम्पर्क स्थापित गरेको वर्षौं पश्चात् पनि तपाईंमा यसका लक्षणहरू विकसित हुन सक्छन् अनि यो जान्न गाह्रो हुन्छ कि तपाईं सर्वप्रथम कहिले सङ्क्रमित हुनुभएको थियो।
- अधिकांश मामिलाहरूमा, HPV स्वतः नै ठीक हुन्छ अनि यसले कुनै स्वास्थ्य समस्याहरू उत्पन्न गर्दैन।
- HPV निको भएन भने यसले जननाङ्गमा वार्ट्स (मासुको डल्लो) अनि क्यान्सर जस्ता स्वास्थ्य समस्याहरू उत्पन्न गर्न सक्छ।
- सिगरेट पिउनु अर्थात् धूम्रपानले तपाईंको पाठेघरको क्यान्सर हुने जोखिमलाई दोब्बर बनाउँछ।

## Lower Your Risk

**Get vaccinated.**

- HPV vaccines are safe and effective. They can protect males and females against diseases (including cancers) caused by HPV.
- All boys and girls ages 11 or 12 years should get vaccinated, but the vaccine can be given from age 9 to 26.
- If you are age 27 to 45 and have not been vaccinated for HPV, ask your doctor if getting the vaccine is right for you.

**Get screened for Cervical Cancer.**

- Routine screening for women aged 21 to 65 years old can prevent cervical cancer.

**If you are sexually active:**

- Use latex condoms the right way every time you have sex. This can lower your chances, but may not give full protection.
- Have sex only with someone who only has sex with you.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

## तपाईंको जोखिमलाई कम्ती पार्नुहोस्

**खोप लगाउनुहोस्।**

- HPV खोपहरू सुरक्षित साथै प्रभावकारी हुन्छन्। यसले पुरुष अनि महिलाहरूलाई HPV-द्वारा उत्पन्न हुने रोगहरू (क्यान्सर लगायत)-बाट सुरक्षा प्रदान गर्न सक्छ।
- 11 वा 12 वर्ष उमेर भएका सबै केटा र केटीहरूले यो खोप लगाउनु पर्छ, तर यो खोपलाई 9-देखि 26 वर्षसम्म उमेर भएकाहरूले पनि लगाउन सक्छन्।
- यदि तपाईंको उमेर 27-देखि 45 वर्ष बीच छ अनि तपाईंले खोप लगाउनु भएको छैन भने, तपाईंको डक्टरलाई यो सोध्नहोस् कि खोप लगाउनु तपाईंको लागि सही छ वा छैन।

**पाठेघरको क्यान्सर निम्ति जाँच गराउनुहोस्।**

- 21-देखि 65 वर्ष उमेर भएका महिलाहरूले नियमित रूपमा यो जाँच गराएको खण्डमा, पाठेघरको क्यान्सरको रोकथाम गर्न सकिन्छ।

**यदि तपाईं यौन दृष्टिले सक्रिय हुनुहुन्छ भने:**

- तपाईंले यौन सम्पर्क स्थापित गर्नुहुँदा हरेकपल्ट लेटेक्स (रबर) कण्डोमहरूको सही तरिकाले उपयोग गर्नुहोस्। यसले तपाईं सङ्क्रमित हुने सम्भावनाहरूलाई कम्ती पार्छ, तर पूर्ण सुरक्षा नदिन पनि सक्छ।
- त्यो व्यक्तिसित यौन सम्पर्क स्थापित गर्नुहोस् जसले केवल तपाईंसित यौन सम्पर्क स्थापित गर्छ।

यदि तपाईंसित कुनै प्रश्नहरू वा चिन्ताहरू छन् भने आफ्ना डक्टर वा नर्ससित कुराकानी गर्नुहोस्।

© 2016 - September 22, 2020, Health Information Translations.

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Wexner Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain treatment.