T செல்களின் எண்ணிக்கை (CD4 எண்ணிக்கை)

T செல்கள் என்றால் என்ன?

- T செல்கள் நமது உடலின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியின் ஒரு பங்கானது. இந்த நோய் எதிர்ப்பு சக்தியானது உடலில் உண்டாகும் நோய்களை எதிர்த்து செயல்படுகிறது. இந்த நோய் எதிர்ப்பு சக்தி இல்லையென்றால், உங்களை சுற்றி இருக்கும் கிருமிகள் (பாக்டீரியா, பங்கஸ் போன்றவை) மூலமாக, நீங்கள் சுலபமாக நோய்வாய்ப்படலாம். T செல்கள் CD4 செல்கள் எனவும் அழைக்கப்படுகின்றன.

T4 (CD4) செல்கள் என்றால் என்ன?

- T4 செல்கள் உங்கள் உடலில் உள்ள T செல்களின் ஒரு பங்காக இருக்கின்றன. உங்கள் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை வலிமையாக வைத்துக்கொள்ளவும், உங்களை ஆரோக்கியமாக வைத்துக்கொள்ளவும் இது பயன்படுகின்றது.

T4 (CD4) எண்ணிக்கை என்றால் என்ன?

- உங்கள் ரத்தத்தில் உள்ள T4 (CD4) எண்ணிக்கையே இந்த T4 (CD4) எண்ணிக்கை. இந்த எண்ணிக்கை உங்கள் நோய்தடுப்பு சக்தி எந்த அளவிற்கு ஆரோக்கியமாக இருக்கிறது என்றும், ஹெச்.ஐ.வி உங்கள் நோய் தடுப்பு சக்தியை எந்த அளவிற்கு பாதித்திருக்கிறது என்றும் இது கணிக்கும். நோய் அதிகரிக்க அதிகரிக்க இந்த T4 (CD4) எண்ணிக்கை குறைந்துகொண்டே போகும்.
- சராசரியாக ஒவ்வொரு மைக்ரோலிடர் (0.001lt) ரத்தத்திலும் 500 T4 (CD4) செல்கள் இருக்கும். இருப்பினும் அந்த நாளிலேயே வேறு உடல்நலக் குறைவினாலோ, மன அழுத்தத்தினாலோ, தடுப்பூசியினாலோ உங்கள் T4 (CD4) செல்களின் எண்ணிக்கை மாறலாம். அதனால் பொதுவாக உங்கள் நோய் தடுப்பு சக்தி எவ்வளவு ஆரோக்கியமாக உள்ளதென்று கணிக்க, ஒரு காலகட்டத்தில் ஒரு சில முறைகள் T4 (CD4) பரிசோதனை செய்து பார்க்க வேண்டும்.
- இந்த T4 (CD4) செல்களின் எண்ணிக்கை சதவிகிதமாகவும் வருகிறது. நோய் தடுப்பு சக்தி ஆரோக்கியமாக உள்ளவரின் உடலில் சராசரியாக 30% T4 (CD4) செல்கள் இருக்கும்.

ஹெச்.ஐ.விக்கும் எனது T4 (CD4) செல்களுக்கும் என்ன சம்மந்தம்?

- ஹெச்.ஐ.விதான் எய்ட்ஸ் நோய் உண்டாவதற்கான காரணம் என பலர் நம்புகிறார்கள். ஹெச்.ஐ.வி உங்கள் உடலில் நுழையும்போது அது ஒரு செல்லுக்குள் நுழைந்துதான் வாழவும் பெருகவும் முடியும். உங்கள் உடலில் அது விரும்பித் தாக்கும் செல் T4 (CD4) செல்கள்.
- இப்படி ஹெச்.ஐ.வி T4 (CD4) செல்களுக்குள் நுழைந்து பெருகும்போது அந்த T4 (CD4) செல்கள் செத்துப்போகும்.
- உங்கள் உடலில் ஹெச்.ஐ.வி அதிகரிக்க அதிகரிக்க T4 (CD4) செல்கள் குறைந்துகொண்டே இருக்கும்.

ASAAP
ALLIANCE FOR SOUTH ASIAN AIDS PREVENTION
www.asaap.ca
CATIE
Canadian AIDS Treatment Information Exchange
Réseau canadien d'info-traitements sida
www.catie.ca

- இந்த T4 (CD4) செல்கள் குறைந்துகொண்டே போகும்போது, கிருமிகளை எதிர்க்கும் சக்தியை இழந்து நீங்கள் நோய்வாய்ப்படும் அபாயம் அதிகரிக்கும்.

எனது T4 (CD4) எண்ணிக்கையை அதிகப்படுத்த நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

- ஹெச்.ஐ.வி சிகிச்சை மற்றும் அதனை குணப்படுத்த கொடுக்கப்படும் மருந்துகள் ஹெச்.ஐ.வி பரவுவதை தடுத்து T4 (CD4) செல்களின் எண்ணிக்கையை அதிகரிக்கும். ஆரோக்கியமான உணவு, நல்ல இளைப்பாறுதல், மன அழுத்தத்தை குறைத்தல் ஆகியவையும் உங்கள் உடல் ஆரோக்கியமாக இருக்க உதவும்.

நான் எப்போது ஹெச்.ஐ.வி சிகிச்சையை மேற்கொள்ள வேண்டும்?

- உங்கள் T4 (CD4) செல்களின் எண்ணிக்கை 350ல் இருந்து 200 வரை இருந்தால் ஹெச்.ஐ.வி சிகிச்சையை தொடங்கலாம்.
- உங்கள் T4 (CD4) செல்களின் எண்ணிக்கை 200க்கு கீழ் இருந்தாலோ அல்லது 20%க்கு கீழ் இருந்தாலோ வேறு நோய்களை நீங்கள் பற்றிக்கொள்ள வாய்ப்பு அதிகமாகும். அதுவரை நீங்கள் சிகிச்சையை தொடங்காவிட்டால், உடனே தொடங்க வேண்டும்.

T4 (CD4) செல்களின் எண்ணிக்கைக்கும் கிருமி எடைப்பெருக்கத்திற்கும் என்ன வித்தியாசம்?

- உங்கள் ஆரோக்கியத்தைப் பற்றியும் ஹெச்.ஐ.வி கிருமி எந்த அளவிற்கு உங்கள் உடலை பாதித்திருக்கிறதென்றும் தெரிவிப்பது இந்த T4 (CD4) எண்ணிக்கை மற்றும் கிருமி எடைப்பெருக்கும்தான். ஆனால் இவை கூறும் விபரங்கள் வெவ்வேறு.
- T4 (CD4) செல்களின் எண்ணிக்கை உங்கள் உடலின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி எந்த அளவிற்கு ஆரோக்கியமாக இருக்கிறதென்று கூறும். ஹெச்.ஐ.வி உங்கள் உடலின் நோய் தடுப்பு சக்திக்கு எந்த அளவிற்கு பாதிப்பை ஏற்படுத்தி இருக்கிறதென்பதையும் கூறும். மற்ற நோய்களை பற்றிக்கொள்ளும் அபாயத்தை பற்றி எச்சரிக்கை செய்யவும் இது உதவும்.
- கிருமி எடைப்பெருக்கமானது உங்கள் உடலில் ஹெச்.ஐ.வி எந்த அளவிற்கு நன்றாக செயல்பட்டுக்கொண்டிருக்கிறது என்று தெரிவிக்கும். அந்த கிருமி எந்த வேகத்தில் பெருகி வருகிறதென்றும் அது கூறும். நீங்கள் எடுத்துக்கொள்ளும் ஹெச்.ஐ.வி சிகிச்சை எந்த அளவிற்கு வேலை செய்கின்றது என்பதையும் இது தெரிவிக்கும்.

ஹெச்ஐவி சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள் மற்றும் சம்பந்தப்பட்ட சிகிச்சைகள் பற்றி முழு தகவல் தெரிந்த பயிற்சி பெற்ற மருத்துவரின் ஆலோசனையின் பேரில் மட்டுமே குறிப்பிட்ட மருத்துவ சிகிச்சைகள் பற்றி முடிவெடுக்க வேண்டும்.

தங்களை கவனித்து கொள்பவர்களுடன் சேர்ந்து, உடல் நிலையை தாமே பராமரிக்க விரும்பும் ஹெச்ஐவி/எய்ட்ஸ் நோய் உள்ளவர்களுக்கு தகவல் மற்றும் உதவியை கனடாவின் ஏய்ட்ஸ் சிகிச்சை தகவல் பரிமாற்றம் (CATIE) மற்றும் தெற்காசிய ஏய்ட்ஸ் தடுப்பு நிலையம் (ASAAP) நல்லெண்ணத்துடன் வழங்குகிறது. CATIE(கேட்டி) அல்லது ASAAP (ஏஸாப்) அளிக்கும் அல்லது பிரசுரிக்கும் தகவல்களை பெறுபவர்கள் இதை மருத்துவ ஆலோசனையாக கருதக்கூடாது. குறிப்பிட்ட சிகிச்சைகளை நாங்கள் பின்பற்றவோ, பரிந்துரைப்பதோ இல்லை, பல்வேறு விரிவான தகவல்களை கலந்தாலோசிக்கவே நாங்கள் வலியிறுத்துகிறோம். மருத்துவம் சம்பந்த்ப்பட்ட எந்த ஒரு முடிவையோ, நடவடிக்கையையோ எடுக்குமுன் பயிற்சி பெற்ற மருத்துவரை கலந்து ஆலோசிக்குமாறு வலுவாக வலியிறுத்துகிறோம்.

CATIE அல்லது ASAAP அளிக்கும் அல்லது பிரசுரிக்கும் தகவல்கள் முழுமையானவை அல்லது முற்றிலும் சரியானவை என்பதற்கு நாங்கள் எந்த உத்தரவாதமும் அளிப்பதில்லை. இந்த தகவல்களின் அடிப்படையில் செயல்படுபவர்கள் தங்கள் சொந்த பொறுப்பில் செயல்படலாம். இத்தகைய தகவல்களிலிருந்து பெறும் பயன் அல்லது அவபயன்களால் ஏற்படக்கூடிய எந்த ஒரு சேதத்திற்கும் CATIE அல்லது ASAAP அல்லது கனடாவின் பொது சுகாதார ஏஜென்சியோ, அதன் ஊழியர்களோ, இயக்குநர்களோ, அதிகாரிகளோ, அல்லது தொண்டர்களோ, பொறுப்பாக மாட்டார்கள். CATIE அல்லது ASAAP மூலமாக கிடைக்கும் அல்லது பிரசுரிக்கப்படும் கட்டுரையின் கருத்துக்கள் முற்றிலும். ஏழுத்தாளரின் கருத்துக்கள் ஆகும், இது CATIE அல்லது ASAAP யின் கொள்ளகைகளையோ கருத்துக்ளையோ பிரதிபலிப்பதில்லை. கனடாவின் எந்த ஒரு பொது சுகாதார ஏஜென்சியின் கருத்துக்களையும் இது பிரதிபலிப்பதில்லை.

Copyright: This Fact Sheet is made available through a collaboration between Alliance for South Asian AIDS Prevention (ASAAP), Asian Community AIDS Services (ACAS) and the Canadian AIDS Treatment Information Exchange (CATIE). Original content developed by ACAS, 2001. Translation into Punjabi and Tamil by ASAAP, 2006.

This information is also available in Chinese, Tagalog and Vietnamese www.acas.org
Funding has been provided by the Public Health Agency of Canada
Supported by an unrestricted educational grant from GlaxoSmithKline in partnership with Shire BioChem