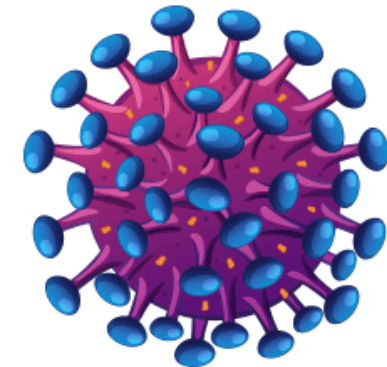


نگاهی به بیماری ایدز AIDS(HIV)



راه های جلوگیری از ابتلا به ایدز

پوشش های حفاظتی (کاندوم) در تماس های جنسی استفاده گردد
از اعتیاد خصوصاً اعتیاد تزریقی جداً پرهیز شود.

از استریل بودن هر گونه وسیله سوراخ کننده پوست قبل از به کار
بردن آن ها اطمینان حاصل گردد.

هرگز از مسواک، تیغ سلمانی، ماشین اصلاح، سوزن خالکوبی و هر
وسيله تیز و برنده مشترک استفاده نشود.

در مراجعه به آرایشگاه حتماً از وسایل شخصی (قیچی، تیغ سلمانی،
ماشین اصلاح، موچین و ...) استفاده گردد.

از مصرف هر نوع مواد مخدر و مواد محرک مثل هروئین، الکل،
اکستازی، (قرص اکستازی) که باعث کاهش هوشیاری و خویشتن
داری می گردد و می تواند انسان را در معرض رفتارهای پرخطر قرار
دهد. اکیداً خودداری شود.

مهارت های لازم جهت پیشگیری از بیماری ایدز چیست ؟

شناخت محیط های پر خطر و دوری جستن از آن ها

شناخت افراد با رفتار پرخطر و آگاه نمودن آن ها

تصمیم گیری صحیح

محیط را ترک کنید

انجام فعالیت های ورزشی، هنری و ... در برنامه زندگی داشته
باشید³

دلایل انجام دادن تست HIV چیست؟

بسیاری از کسانی که تست HIV انجام داده اند بی دلیل نگرانند چرا
که:

-اگر نتیجه تست منفی باشد (یعنی اینکه با HIV آلوده نیستند)
می تواند باعث آرامش خیال شود. و اگر نتیجه تست مثبت شود
کارهای بسیاری برای فائق آمدن با نتیجه مثبت تست HIV و
مراقبت از سلامت می توان انجام داد.

-اگر نتیجه تست HIV شما مثبت باشد پزشک میتواند بدقت
مراقب سلامت شما باشد. بسیاری از کسانی که تست HIV مثبت
دارند سال ها سالم باقی می مانند ولی اگر به سمت بیماری پیش
بروید داروهای بسیاری بنام **antiretroviral** وجود دارند که می
تواند سرعت پیشرفت ویروس و بیماری را کم کنند و نگهدارنده
سیستم ایمنی باشند همچنین داروهایی برای پیشگیری و درمان
برخی بیماری هایی که افراد مبتلا به HIV به آن گرفتار می شوند
را دریافت کنید. همچنین ممکن است تحت درمان با داروهای جدید
در روش های درمانی قرار بگیرید.

اگر پزشک بداند که شما HIV مثبت هستید هنگامیکه به بیماری
مبتلا می شوید با جدیت و دقت بیشتری علائم را پیگیری می کند.

-اگر بدانید که HIV مثبت هستید بیشتر مراقب خواهید بود تا
دیگران آلوده نشوند بعنوان مثال رابطه جنسی ایمن داشتن (safe
sex) و آگاه کردن شرکای جنسی قبلی خود.

-آگاه بودن به آلودگی با HIV ممکن است بر روی برخی تصمیمات
آینده شما تأثیر گذار باشد (مثلاً در مورد تشکیل خانواده)

راه های پیشگیری از بیماری ایدز چیست ؟

- بهترین راه پیشگیری از ابتلا به بیماری ایدز، خویشتن داری
است⁴

HIV مخفف **Human Immunodeficiency Virus** به معنی "ویروس نقص ایمنی انسان" می باشد. ویروس، یک ذره زنده خیلی کوچک است که می تواند تکثیر و پخش شود اما برای زندگی نیاز به موجود زنده دیگری دارد. وقتی ویروس، سلولی را آلوده کند شروع به تکثیر در داخل آن سلول می کند که در نهایت منجر به آسیب آن سلول می شود. ویروس های مختلف به سلول ها و بافت های مختلفی از بدن حمله می کنند. برخی ویروس ها به پوست، برخی به دستگاه تنفسی و ... حمله می کنند، در حالیکه HIV به خود سیستم ایمنی حمله می کند و این خصوصیت ویروس است که آن را خطرناک کرده است. سیستم ایمنی، گروهی از سلول ها هستند که بدن را در برابر انواع عفونت ها محافظت می کند و بدون آن ها، توانایی بدن برای مبارزه با انواع عفونت ها تضعیف می شود. لذا وقتی ویروس HIV وارد بدن فردی شود به تدریج قدرت دفاعی بدن وی ضعیف می شود و این فرد در برابر انواع بیماری ها و عفونت ها حتی آن هایی که در حالت عادی بیماری زا نیستند، آسیب پذیر انسان می تواند توسط فرد دیگری که به HIV مبتلا است آلوده شود و او نیز می تواند بقیه افراد را آلوده کند و بر این اساس HIV منتشر می شود.

به فردی که به HIV آلوده است (+ HIV مثبت) اطلاق می شود. این روند قابل رؤیت نیست و راهی وجود ندارد تا با نگاه کردن به افراد بگوئیم که آیا به HIV مبتلا هستند یا خیر، ولی آزمایش خون می تواند پس از چند ماه از اولین تماس، ویروس را در خون آشکار کند. افراد آلوده به HIV ممکن است سال ها کاملاً سالم بمانند و حتی خودشان ندانند که آلوده هستند. 1

ایدز (AIDS) مخفف **Acquired Immune Deficiency Syndrome** به معنی سندرم نقص ایمنی اکتسابی می باشد.

وقتی سیستم ایمنی آسیب ببیند، نه تنها در برابر ویروس (HIV) که در آغاز به آن صدمه زده) بلکه نسبت به بقیه عفونت ها هم آسیب پذیر می شود و دیگر قادر به کشتن میکروب ها و ویروس هایی که قبلاً برایش مشکلی ایجاد نمی کردند، نیست لذا با گذشت زمان، افراد آلوده به HIV بیشتر و بیشتر بیمار می شوند و معمولاً سال ها پس از آلودگی به یکی از بیماری های خاص، شدیداً مبتلا می شوند و در این زمان گفته می شود که آنها به ایدز مبتلا شده اند. بنابراین زمانی که فرد آلوده به ویروس HIV برای اولین بار به یک بیماری جدی مبتلا شود و یا وقتی که تعداد سلول های ایمنی باقیمانده در بدن او از حد معینی کمتر شود، مبتلا به بیماری ایدز شناخته می شود. ایدز یک مرحله کاملاً جدی است که بدن، دفاع بسیار کمی در برابر انواع عفونت ها دارد. در واقع هر فرد آلوده به ویروس، HIV الزاماً مبتلا به ایدز نمی باشد اما در طول مدت آلودگی خود، می تواند دیگران را آلوده کند. (پوست سالم، یک سد بسیار قوی در برابر ورود HIV و سایر ویروس ها و باکتری ها است.)

ویروس ایدز (HIV) از چه راه هایی سرایت می کند؟

- تماس جنسی نا امن

- سرایت از مادر آلوده به جنین در داخل رحم و یا انتقال به کودک در طی دوران شیردهی

- استفاده مشترک از سرنگ و سوزن آلوده جهت تزریق

- سرایت از طریق خون و فرآورده های خونی

چه کسی نیاز به انجام آزمایش HIV دارد؟

در صورتی که شما سابقه انجام هر کدام از رفتارهای خطرناک زیر را داشته اید، نیاز به انجام آزمایش HIV دارید: 2

استفاده از سوزن و سرنگ مشترک در اعتیاد تزریقی (حتی برای یک بار)

ابتلاء به بیماری های آمیزشی (مثل سوزاک، سیفلیس، تبخال و زگیل تناسلی)

با فرد آلوده به HIV تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.

با فرد تزریق کننده مواد مخدر (حتی همسر) تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.

با فرد دارای سابقه ابتلاء به بیماری های آمیزشی تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.

بدون اطلاع از سابقه ابتلاء فردی به بیماری های آمیزشی تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.

با فرد دارای سابقه روابط جنسی با مردان یا زنان دیگر تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.

با فرد دارای سابقه روابط جنسی با نوع همجنس تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید. (خصوصاً اگر رابطه بین دو مرد بوده و در این رابطه وی مفعول بوده باشد.)

با فردی که در نواحی پر خطر زندگی می کند، تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید. مناطقی که در آن آمار میزان افراد آلوده به HIV زیاد می باشد. مثلاً بعضی کشورهای آفریقایی، کشورهای تازه استقلال یافته روسیه، افغانستان و کشورهای ناحیه خلیج فارس)

استفاده از مشروبات الکلی و مواد مخدر قبل از تماس جنسی (تریاک، هروئین، قرص اکستازی، حشیش، گرس و ...)

•سابقه تجاوز و سوء استفاده جنسی قرار گرفتن.