

ایدز چیست ؟

ایدز بیماری است که توسط ویروس بنام اچ آی وی (ویروس نقص ایمنی) ایجاد می شود. این ویروس بتدریج قدرت دفاعی بدن را ضعیف می کند بطوری که فرد به انواع عفونتها و سرطانها مبتلا شده و در نهایت منجر به مرگ وی می شود. از زمان ورود ویروس به بدن تا شروع علائم بالینی ممکن است ۱۰ سال یا بیشتر طول بکشد که در این مدت فرد ظاهراً سالم است ولی قدرت انتقال بیماری را به سایرین دارد.

راههای انتقال بیماری

- ۱- انتقال از طریق تماس جنسی که بیش از ۷۰ درصد موارد است.
- ۲- انتقال از طریق تماس با خون و و ترشحات آلوده مثلاً تزریق خون و فراورده های خونی آلوده ، استفاده از سرنگ مشترک و تماسهای تصادفی با ابزار تیز و برنده آلوده به ویروس اچ آی وی ، همچنین اعمالی مانند خالکوبی و تتو ، سوراخ کردن گوش و حجامت در صورتی که از وسایل غیر استریل استفاده شود.
- ۳- انتقال از مادر به کودک که می تواند در حین بارداری ، در هنگام زایمان و در زمان شیر دهی اتفاق بیفتد.

ویروس اچ آی وی از راههای زیر قابل انتقال نیست :

تماسهای عادی مانند بوسیدن و در آغوش گرفتن یا از راه آب و غذا، عطسه و سرفه ، استخر و حمام و توالت مشترک، گزش حشرات

علائم ایدز

در مرحله اول بیماری که دو تا هشت هفته بعد از ورود ویروس به بدن است، سرماخوردگی، بی اشتها، کاهش وزن، تب و گلودرد، درد مفاصل و عضلات، سردرد ظاهر میشود. این مرحله در عرض ۱ تا ۳ هفته پایان یافته و بیمار ظاهراً بهبود می یابد.

مرحله دوم که دوره نهفتگی یا بدون علامت گفته میشود ممکن است چندین سال حتی تا ۱۵ سال هم طول بکشد. که شخص ظاهراً سالم ولی ناقل بیماری است. بعد از طی این مدت و با کاهش قدرت ایمنی، بدن آماده ابتلا به انواع عفونتها و سرطانهای می شود که بطور معمول در افراد مشاهده نمی شود.

این بیماریها عبارتند از : بیماریهای ریوی، اسهال های شدید و مزمن، زخم های متعدد در دستگاه گوارش، کاهش وزن شدید در حدود ۱۵-۱۰ درصد وزن بدن، تبهای طولانی، تعریق شبانه، خستگی و بیحالی، کاهش بزرگی غدد لنفاوی و طحال، بیماریهای عصبی و مغزی، مشکلات پوستی، بثورات جلدی و اختلالات شخصیتی.

پیشگیری از انتقال اچ آی وی

۱- تماس جنسی ایمن و محافظت شده یکی از مهمترین راههای پیشگیری از ابتلا به اچ آی وی و سایر عفونتهای آمیزشی است. تماس جنسی ایمن شامل موارد زیر است :

*تماس جنسی در چارچوب ازدواج

*داشتن شریک جنسی واحد

*استفاده از کاندوم در تمامی تماسهای جنسی مشکوک و در همسران افراد مبتلا به اچ آی وی و ایدز

نکته : همواره تاکید می شود که استفاده از کاندوم در افراد مبتلا به اچ آی وی صرفاً به منظور محافظت دیگران نیست . بلکه استفاده از آن مانع ورود عوامل جدید بیماری را به بدن فرد مبتلا شده و در نتیجه از ابتلا به سایر انواع اچ آی وی و سایر عفونتهای آمیزشی پیشگیری خواهد کرد .

۲- از سرنگهای آلوده و مشترک استفاده نکنید .

۳- از وسایل تیزی که ممکن است به خون فرد مبتلا ، آلوده باشد(مثل مسواک، تیغ ریش تراشی، و ...) بخصوص در محل های عمومی مثل آرایشگاه استفاده نکنید .

۴- مطب های دندانپزشکی و ... باید در استریل کردن وسایل خود، کمال دقت را بنمایند.

۵- مراکز طب سوزنی ، خالکوبی و تتو ، حجامت و سوراخ کردن گوش ، باید از وسایل یکبار مصرف و یا کاملاً استریل شده استفاده نمایند .

۶- مردان مبتلا به ایدز برای جلوگیری از سرایت بیماری به همسر ، بایستی از کاندوم در روابط جنسی خود استفاده نمایند

پیشگیری از انتقال اچ آی وی از مادر به کودک

* زنان مبتلا به اچ آی وی حداکثر امکان باردار نشوند.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی خراسان شمالی
بیمارستان پورسینا

خود مراقبتی و راهکارهای پیشگیری از اچ آی وی و ایدز



واحد آموزش به بیمار و سلامت همگانی

با آرزوی سلامتی

آدرس وب سایت بیمارستان :

nkums.ac.ir/category/15413

۲- افراد خانواده فرد مبتلا، باید در زمینه راههای انتقال و پیشگیری، مراکز ارائه خدمات مراقبتی و چگونگی کمک به بیماران خود آموزشهای لازم را دریافت کنند.

۳- شرکای جنسی این بیماران باید تحت مشاوره و آزمایش داوطلبانه قرار گیرند. در صورت منفی بودن، این آزمایش هر سه ماه یک بار تکرار شود.

۴- مصرف مواد مخدر، الکل، موادمحرک و آمفتامینی (شیشه و اکستازی) قدرت تصمیم گیری فرد برای پرهیز از رابطه جنسی حفاظت شده را مختل می کند.

مراکز مشاوره بیماریهای رفتاری (مثل اچ آی وی) چه مراکزی هستند؟

این مراکز کلیه خدمات پیشگیری، مراقبت و درمان اچ آی وی بخصوص ارائه واکسیناسیون و درمان های مناسب برای بیماران مبتلا به ایدز و اچ آی وی، خدمات کاهش آسیب (سرنگ و سوزن و کاندوم) مشاوره و انجام آزمایش اچ آی وی افراد در معرض آسیب را به صورت کاملا محرمانه و رایگان انجام می دهند و امکان مشاوره حضوری و تلفنی با پزشک و مشاور دوره دیده وجود دارد.

آدرس مرکز مشاوره بیماریهای رفتاری (مانند ایدز و اچ آی وی) در خراسان شمالی: بجنورد / خیابان چمران / خیابان حر / مرکز بهداشت بجنورد / مرکز مشاوره بیماریهای رفتاری

تلفن: ۰۵۸۳۲۲۲۴۹۶۹

*یا پیش از بارداری حتما به مراکز بهداشتی - درمانی و یا مراکز مشاوره بیماریهای رفتاری مراجعه نمایند تا از خدمات مشاوره استفاده کنند.

*در دوران بارداری پیشگیری دارویی برای جلوگیری از انتقال اچ آی وی به جنین تحت نظر پزشک و مراکز بهداشتی درمانی انجام شود.

*زایمان به صورت سزارین انجام شود، زیرا در زایمان طبیعی احتمال انتقال اچ آی وی به نوزاد زیاد است.

*نوزاد متولد شده بلافاصله تحت درمان پیشگیری با داروهای تجویزی توسط پزشک و مراکز بهداشتی درمانی قرار گیرد.

*نوزادان به جای شیر مادر با شیر خشک تغذیه شوند.

اگر تمامی مراقبتهای فوق انجام شود احتمال ابتلای نوزاد به حداقل خواهد رسید. تشخیص زودرس مادران مبتلا، مهترین اقدام برای جلوگیری از تولد نوزادان مبتلا به اچ آی وی است. بنابراین خانها باید قبل از بارداری از ابتلای خود به اچ آی وی مطلع شوند تا بتوانند با اقدامات پیشگیرانه از انتقال ویروس به نوزاد خود جلوگیری کنند.

یادنان باشد : ۱- هرگز ناامید نشویم ۲- ارتباط اجتماعی با دیگران را قطع نکنیم ۳- مراقب باشیم نادیگران را الوده نکنیم.

توجه کنید که :

۱- جداسازی فرد مبتلا به اچ آی وی لازم نیست.